



Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana

¹Muthmainnah, ²Suarti Djafar, ³Aisyah Suryani, ⁴Dewi Indriani, ⁵Imam Mursyid, ⁶Irmayanti

^{1,2,4,5,6} Prodi Bimbingan Konseling, Universitas Muhammdiyah Enrekang, Kabupaten Enrekang, Indonesia

³ Prodi Pendidikan Matematika, Universitas Muhammdiyah Enrekang, Kabupaten Enrekang, Indonesia

Email :¹Cenningnamuthmainnah06@gmail.com;

²suartidjafar@gmail.com ; ³aisyahsuryani23@gmail

⁴dewiindri0312@gmail.com; ⁵aryardinata045@gmail.com; ⁶irmayantipratiwi2@gmail.com

Abstrak

Bentuk pengabdian masyarakat ini merupakan pelatihan yang ditujukan kepada relawan penanggulangan bencana. Pelatihan ini bertujuan agar relawan tangguh terhadap psikososial bagi para penyintas untuk mengurangi dampak-dampak negatif yang muncul pasca bencana terjadi, misalnya kecemasan, ketidakstabilan emosi, kebingungan dan panik berlebihan. Pelatihan ini diadakan selama 3 hari dengan berbagai materi pilihan yang mudah dipahami yaitu : 1) Dampak Psikologis Pada Individu 2) factor yang mempengaruhi Kerentanan psikologis 3) Aktivitas Psikososial pada Setiap tahapan pasca Bencana 4) Assesmen Psikososial 5) Keterampilan Dasar Pekerja Psikososial dalam Mendampingi Penyintas 6) Berbagai Teknik Intervensi. Pendekatan yang digunakan adalah 1) Penyuluhan, 2) Focus Group Discussion (FGD), 3) Simulasi, dan 4) Metode Problem Solving. Secara praktis, outcome dari pengabdian ini adalah 1) memberikan gambaran bagaimana perilaku menolong pada dirinya sehingga dapat menguatkan motivasi responden dalam menolong orang lain. 2) kepada aparat dan pemangku kebijakan di desa Malalin Kecamatan Cendana, Kabupaten Enrekang, hal ini menjadi referensi dan penguat sumber daya manusia yang berkualitas dalam membangun kehidupan bermasyarakat yang gotong royong.

Kata Kunci: Psikososial, Relawan, Penyintas Bencana

PENDAHULUAN

Kehidupan umat manusia di permukaan bumi ini khususnya dalam kehidupan bermasyarakat manusia memiliki keberagaman persoalan yang muncul satu-persatu seolah tidak pernah ada habis-habisnya, seperti konflik kekerasan, persoalan ekonomi, dan sosial politik, itu belum termasuk persoalan kondisi alam yang sangat sulit di prediksi oleh manusia, seperti bencana alam berupa gunung api meletus, tanah longsor, banjir badai topan, dan gempa bumi. Oleh karena adanya keberagaman peristiwa bencana alam yang sering terjadi kemudian merusak kondisi fisik lingkungan hidup, juga merusak fungsi mental manusia yang mengalaminya, baik secara langsung maupun secara tidak langsung dalam waktu yang singkat maupun dengan jangka panjang.

Pemulihan pasca bencana sangatlah diharapkan, pemerintah dan lembaga sosial sangat di harapkan perannya dalam menyebar pengetahuan mengenai stress pasca bencana beserta alternative untuk mengatasinya. Seluruh lapisan masyarakat baik para pemuka agama, psikolog, dokter, bidan, perawat, guru, orang tua, dan juga para relawan juga ikut berperan aktif. Bencana alam sangat sering terjadi di Indonesia, salah satunya adalah gempa bumi yang merupakan fenomena alam yang sulit di hindari, tidak dapat di ramalkan akan terjadi dan seberapa besar kekuatannya. Jusman, 2020 Jika di deskripsikan wilayah Indonesia secara geologis yaitu letak suatu wilayah berdasarkan lapisan pembentukan kulit bumi. Kepulauan Indonesia di bagi kedalam tiga zona geologi atau pertemuan tiga lempeng lithosfer yaitu, lempeng Asia yang cukup stabil, lempeng Indo-Australia yang bergerak ke arah utara dan lempeng dasar Samudra Pasifik yang bergerak ke arah barat daya.

Wilayah Sulawesi barat pada awal tahun 2021 kamis 14 Januari terjadi gempa bumi mengguncang kawasan Majene, Mamuju, dan sekitarnya dengan korban 70 orang meninggal di Kabupaten mamuju dan 11 Orag di Kabupaten Majene. Selain itu terjadi juga banjir bandang di Masamba kabupaten Luwu Sulawesi selatan sedikitnya puluhan warga meninggal dunia dan ratusan orang luka-luka serta belasan ribu orang mengungsi dan kehilangan harta benda. Relawan dari berbagai kota dan provinsi berbondong datang untuk menjadi relawan di lokasi bencana. Hal ini mengindikasikan bahwa masyarakat Indonesia memiliki empati dan personal yang kuat dan cukup tinggi sehingga mendorong untuk berperilaku prososial. Tingginya perilaku prososial relawan penanggulangan bencana.

Di Enrekang sendiri menjamur lembaga-lembaga kemanusiaan yang begitu signifikan. Terbukti dengan hadirnya MDMC Enrekang, BK Peduli, Relawan LazisMu, Relawan Baznas, Tim Basarnas, Taruna Tanggap Bencana, ACT, SAR Mahasiswa diberbagai kampus. Menyadari Sulawesi terlebih lagi Sulawesi selatan memiliki resiko bencana yang tinggi maka masyarakat hingga relawan penanggulangan bencana merupakan relawan yang melakukan aktivitas pertolongan pada saat terjadi bencana alam yang meliputi evakuasi, rehabilitasi, Assesment. Maka dipandang dan dirasa perlu diberikan penguatan berupa pelatihan pelayanan psikososial karena berdasar pengalaman dilapangan, seperti keterlibatan kami di banjir Bandang Masamba dan Pasca Gempa di Majene dan Mamuju kami (Tim BK Peduli) sangat kesulitan untuk memaksimalkan pelayanan psikososial karena diakibatkan kurangnya tenaga pelayanan psikososial.

METODE PELAKSANAAN

1. Lokasi Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di kabupaten Enrekang Desa Malalin Kecamatan Cendana

2. Sasaran Kegiatan

Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat **“Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasaca Bencana”** ialah :

- a) Para remaja di Desa Malalin Kecamatan Cendana, Kabupaten Enrekang
- b) Pengurus Karang Taruna Desa Malalin Kecamatan Cendana, Kabupaten Enrekang
- c) Serta terlibatnya mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Muhammadiyah Enrekang sebagai implementasi keilmuan dan teori dan praktik Mata Kuliah Psikologi Sosial, Praktikum Konseling Kelompok serta Mikrokonseling yang sangat urgen dituntaskan dalam menempuh pendidikan Strata Satu (S1) di prodi ini.

WAKTU PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan selama 3 hari pada tanggal 23 sampai 25 Desember 2021

TUJUAN

Tujuan utama dalam pelaksanaan pelatihan ini adalah:

1. menyiapkan relawan psikososial yang unggul tanggap pada kondisi darurat kebencanaan
2. Memberikan pemahaman kepada relawan tentang pentingnya dukungan psikososial pada penyintas
3. Terampil dalam memberikan psychological first aid kepada para penyintas ketika terjadi bencana alam atau bencana sosial di daerah
4. Meningkatkan jumlah pengabdian masyarakat yang diharapkan bermanfaat bagi kebijakan MBKM dan transformasi Pendidikan tinggi.
5. Mendapatkan rekomendasi kebijakan dari tingkat program studi hingga tingkat nasional dalam implementasi pengabdian masyarakat melalui Merdeka Belajar: Kampus Merdeka di Perguruan Tinggi Swasta serta mempercepat penerapan dan pemanfaatan hasil pengabdian kepada masyarakat Perguruan Tinggi Swasta Khususnya di Universitas Muhammadiyah Enrekang.

METODE KEGIATAN

Pendekatan yang perlu dilakukan untuk mencapai target dan luaran yang optimal dalam kegiatan ini adalah : (1) **Penyuluhan**, prioritas utama dari kegiatan ini adalah pemberdayaan komponen masyarakat desa seperti para remaja dan personil Karang Taruna agar tumbuh rasa ingin tahu untuk memahami pentingnya menjadi dan memiliki relawan yang tangguh dalam mengawal penyintas bencana alam. Untuk mencapai hasil dengan metode penyuluhan maka Tim Pengabdian Masyarakat (PKM) membuka dialog langsung atau tatap muka dengan masyarakat setempat (2) **Focus Group Discussion (FGD)**, kegiatan ini digunakan untuk menggali persepsi dan pengetahuan para peserta untuk meningkatkan respon terhadap kebencanaan melalui pengenalan *psychological first aid*. (3) **Simulasi**, dengan kegiatan pelatihan di kelas dan membawa peserta ke arena terbuka dalam kegiatan PKM ini fasilitator memilih sungai untuk melakukan simulasi **water rescue** sebagai tindakan penyelamatan kepada korban yang berada di medan berair khususnya di sungai, rawa dan danau. (4) **Metode Problem Solving**, fasilitator memberikan contoh tentang permasalahan yang berhubungan dengan aktifitas penyaluran kebutuhan penyintas bencana alam, kemudian para peserta mencoba mengidentifikasi masalahnya dan menemukan jalan keluar dari persoalan yang mereka kemukakan. Di sini para peserta dilatih untuk peka terhadap masalah dan berusaha untuk menemukan sendiri solusinya.

Adapun materi-materi dalam pelatihan tersebut adalah sebagai berikut:

1. **Dampak Psikologis Pada Individu**

Munculnya gejala gangguan psikologis dapat bervariasi, tergantung banyak factor, namun bisa mencapai 90%tau bahkan lebih. Penyintas akan menunjukkan setidaknya beberapa gejala psikologis yang negatif setelah beberapa jam paska bencana . Pada bencana social, misalnya konflik, dua belas minggu paska bencana, 20-50 persen atau bahkan lebih masih dapat menunjukkan tanda-tanda

signifikan dari gangguan tersebut. Jika tidak diatasi dan diselesaikan dengan tepat dan cepat, reaksi tersebut dapat menjadi gangguan psikologis yang serius.

a. Tahap Tanggap Darurat

Tahap ini adalah masa beberapa jam atau hari setelah bencana. Pada tahap ini kegiatan bantuan sebagian besar difokuskan pada menyelamatkan penyintas dan berusaha untuk menstabilkan situasi. Penyintas harus ditempatkan pada lokasi yang aman dan terlindung, pakaian yang pantas, bantuan dan perhatian medis, serta makanan dan air yang cukup. Gejala-gejala berikut ini dapat muncul pada tahap tanggap darurat:

- 1) Kecemasan berlebihan: Penyintas menunjukkan tanda-tanda kecemasan, mudah terkejut bahkan oleh hal-hal yang sederhana, tidak mampu untuk bersantai, atau tidak mampu untuk membuat keputusan.
- 2) Rasa bersalah: Penyintas yang selamat, namun anggota keluarganya meninggal, seringkali kemudian menyalahkan diri sendiri. Mereka merasa malu karena telah selamat, ketika orang yang dikasihinya meninggal.
- 3) Ketidaksatbilan emosi dan pikiran: Beberapa penyintas mungkin menunjukkan kemarahan tiba-tiba dan bertindak agresif atau sebaliknya, mereka menjadi apatis dan tidak peduli, seakan kekurangan energi. Mereka menjadi mudah lupa ataupun mudah menangis.
- 4) Kadang-kadang, penyintas muncul dalam keadaan kebingungan, histeris ataupun gejala psikotik seperti delusi, halusinasi, bicara tidak teratur, dan terlalu perilaku tidak teratur juga dapat muncul.

b. Tahap Pemulihan

Setelah situasi telah stabil, perhatian beralih ke solusi jangka panjang. Disisi lain, euforia bantuan mulai menurun, sebagian sukarelawan sudah tidak datang lagi dan bantuan dari luar secara bertahap berkurang. Para penyintas mulai menghadapi realitas. Jika pada minggu-minggu pertama setelah bencana, penyintas mungkin akan melalui fase "bulan madu", ditandai dengan perasaan yg aman dan optimisme tentang masa depan. Tetapi dalam tahap pemulihan, mereka harus membuat penilaian yang lebih realistis tentang hidup mereka. Pada fase ini kekecewaan dan kemarahan sering menjadi gejala dominan yang sangat terasa. Pada tahap ini berbagai gejala pasca-trauma muncul, misalnya "Pasca Trauma Stress Disorder," "Disorder Kecemasan Generalized," "Abnormal Dukacita," dan " Post Traumatic Depresi "

c. Tahap Rekonstruksi

Satu tahun atau lebih setelah bencana, fokus bergeser lagi. Pola kehidupan yang stabil mungkin telah muncul. Selama fase ini, walaupun banyak penyintas mungkin telah sembuh, namun beberapa yang tidak mendapatkan pertolongan dengan tepat menunjukkan gejala kepribadian yang serius dan dapat bersifat permanen. Pada tahap ini risiko bunuh diri dapat meningkatkan, kelelahan kronis, ketidakmampuan untuk bekerja, kehilangan minat dalam kegiatan sehari-hari, dan kesulitan berpikir dengan logis. Pada penyintas penyiksaan atau pelecehan seksual, yang telah disiksa di kamp konsentrasi, atau yang telah tinggal selama bulanan atau tahunan dalam suatu keadaan kronis perang saudara akan menjadi seseorang dengan kepribadian yang berbeda dari sebelumnya, mereka menjadi pribadi yang penuh kebencian, pemarah dan anti sosial. Mereka menjadi pendendam dan mudah menyerang orang lain termasuk orang-orang yang ia sayangi. Gangguan ini pada akhirnya merusak hubungan penyintas dengan keluarga dan komunitasnya.

2. Faktor yang mempengaruhi kerentanan Psikologis

- a. Tingkat keparahan.** Semakin parah bencana yang terjadi, maka semakin buruk kemungkinan dampaknya. Pada kasus kamp-kamp konsentrasi Nazi, genosida Rwanda, Killing Fields di

Kamboja, hampir semua orang yang mengalami peristiwa traumatis menderita akibatnya untuk waktu yang sangat panjang.

- b. **Jenis bencana.** Bencana yang terjadi karena manusia akan berdampak lebih parah daripada bencana karena alam. Perang, Terorisme dan kerusuhan sosial berdampak lebih merusak secara psikologis daripada Gempa, Tsunami ataupun Banjir. Bencana karena manusia yang disengaja (pembakaran toko, pemerkosaan), akan lebih merusak daripada yang tidak disengaja (kecelakaan kerja, robohnya bangunan). Dua orang pemilik toko yang tokonya sama-sama terbakar saat kerusuhan di Solo 14 Mei 2008, menunjukkan reaksi yang berbeda. Pemilik toko yang tokonya dibakar langsung dalam amuk massa, menunjukkan gejala PTSD yang lebih kuat daripada pemilik toko yang tokonya terbakar dalam kerusuhan tersebut namun secara tidak langsung (karena angin yang bertiup kencang, membawa api dari rumah ke rumah)
- c. **Jenis kelamin dan usia.** Wanita (terutama ibu-ibu yang memiliki anak balita), anak usia lima sampai sepuluh, dan orang-orang tua lebih rentan daripada yang lain. Orang dengan daya tahan fisik yang lebih lemah, akan menginterpretasikan suatu ancaman lebih besar/mengerikan daripada seseorang dengan daya tahan tubuh yang lebih kuat. Sebaliknya pada bayi dan anak-anak dibawah 2 tahun, meski secara fisik mereka masih lemah, namun kondisi psikologis mereka sangat ditentukan oleh orang tua atau orang dewasa yang ada di dekat mereka karena kemampuan kognitif mereka dalam mengenali bahaya masih terbatas. Jika orang dewasa disekitar mereka bersikap tenang, maka mereka juga akan relatif tenang.
- d. **Kepribadian.** Orang-orang dengan kepribadian yang matang, konsep diri yang positif dan resiliensi yang bagus akan lebih mampu daripada yang tidak memiliki. Orang-orang yang tumbuh dengan tidak percaya diri, ketika menghadapi bencana juga akan mempersepsi tentang kekuatan dirinya maupun masa depannya secara negatif dan pesimis.
- e. **Ketersediaan jaringan dan dukungan sosial** – Keberadaan keluarga yang mendukung, teman-teman, dan masyarakat akan mampu mengurangi kemungkinan efek samping jangka panjang. Masyarakat yang masih erat, dan saling peduli akan lebih mampu mengatasi masa-masa sulit daripada masyarakat perkotaan yang individualis. Kunjungan dan sapaan terhadap penyintas, akan mempercepat pemulihan mereka. Pada faktor ini, tradisi kenduri 7 hari, 30 hari atau 100 hari paska kematian pada masyarakat Muslim di Jawa ataupun kebaktian penghiburan pada orang Nasrani, memiliki peranan yang besar dalam pemulihan. Penyintas yang kehilangan anggota keluarganya mendapatkan dukungan sosial dengan kehadiran saudara dan sahabat mereka.
- f. **Pengalaman sebelumnya.** Mereka yang telah berhasil mengatasi dengan trauma di masa lalu, akan lebih dapat mengatasi bencana berikutnya dengan lebih baik

3. Aktivitas Psikososial pada Setiap tahapan pasca Bencana

a. Tahap Tanggap Darurat : Pasca dampak-langsung

- 1) Menyediakan pelayanan intervensi krisis untuk pekerja bantuan, misalnya defusing dan debriefing untuk mencegah secondary trauma
- 2) Memberikan pertolongan emosional pertama (emotional first aid), misalnya berbagai macam teknik relaksasi dan terapi praktis
- 3) Berusahalah untuk menyatukan kembali keluarga dan masyarakat.
- 4) Menghidupkan kembali aktivitas rutin bagi anak
- 5) Menyediakan informasi, kenyamanan, dan bantuan praktis.

b. Tahap Pemulihan: Bulan pertama

- 1) Lanjutkan tahap tanggap darurat
- 2) Mendidik profesional lokal, relawan, dan masyarakat sehubungan dengan efek trauma
- 3) Melatih konselor bencana tambahan
- 4) Memberikan bantuan praktis jangka pendek dan dukungan kepada penyintas
- 5) Menghidupkan kembali aktivitas sosial dan ritual masyarakat

c. Tahap Pemulihan akhir: Bulan kedua

- 1) Lanjutkan tugas tanggap bencana.
- 2) Memberikan pendidikan dan pelatihan masyarakat tentang resiliensi atau ketangguhan.
- 3) Mengembangkan jangkauan layanan untuk mengidentifikasi mereka yang masih membutuhkan pertolongan psikologis.
- 4) Menyediakan "debriefing" dan layanan lainnya untuk penyintas bencana yang membutuhkan.
- 5) Mengembangkan layanan berbasis sekolah dan layanan komunitas lainnya berbasis lembaga.

d. Fase Rekonstruksi

- 1) Melanjutkan memberikan layanan psikologis dan pembekalan bagi pekerja kemanusiaan dan penyintas bencana.
- 2) Melanjutkan program resiliensi untukantisipasi datangnya bencana lagi.
- 3) Pertahankan "hot line" atau cara lain dimana penyintas bisa menghubungi konselor jika mereka membutuhkannya.
- 4) Memberikan pelatihan bagi profesional dan relawan lokal tentang pendampingan psikososial agar mereka mampu mandiri

4. Assesmen Psikososial

Hasil assesment akan menjadi panduan dalam pelaksanaan program dukungan psikososial. Beberapa hal yang perlu diassest meliputi :

- a. **Rasa aman.** Terbangunnya rasa aman secara psikologis menjadi pondasi bagi berbagai intervensi lainnya. Rasa aman psikologis dapat terbangun jika beberapa syarat terpenuhi, misalnya penyintas mendapatkan makanan, minuman, kesehatan dan lokasi berlindung yang memadai, penyintas mengetahui atau minimal memiliki akses informasi mengenai keberadaan anggota keluarganya, dan penyintas memiliki media untuk mengekspresikan emosinya
- b. **Kondisi kesehatan mental.** Kondisi kesehatan mental dapat diasessest melalui berbagai metode, misalnya dengan berbagai macam angket tentang stres paska trauma (terlampir) atau menggunakan metode lain, misalnya melalui media debriefing. Pada anak-anak proses assesment bisa dilakukan dengan permainan, misalnya dengan menggunakan kartu yang berisikan gejala-gejala stress (terlampir) atau dengan permainan, disela-sela permainan pekerja kemanusiaan melontarkan gejala stress dan meminta anak-anak yang memiliki gejala tersebut untuk angkat tangan (misalnya, *siapa yang masih sering mimpi tsunami?*). Anak-anak yang cukup sering angkat tangan ataupun ditunjuk oleh temannya, perlu mendapatkan perhatian. Kita perlu mencari informasi lebih lengkap tentang anak tersebut melalui orang tuanya ataupun orang dewasa lain yang mendampinginya.
- c. **Kearifan lokal.** Setiap budaya pasti sudah mengembangkan aturan dan tradisi untuk melindungi komunitasnya, termasuk memandu anggotanya untuk pulih dari suatu bencana. Pekerja kemanusiaan perlu menggali informasi tentang ritual-ritual atau tradisi yang dimiliki, dan menggunakannya sebagai bagian dari intervensi psikososial.

5. Keterampilan Dasar Pekerja Psikososial dalam Mendampingi Penyintas

Dalam mendampingi penyintas, pekerja kemanusiaan yang bergerak di bidang psikososial sebaiknya memiliki ketrampilan-ketrampilan dasar yang diperlukan untuk mendampingi mereka. Misalnya ketrampilan untuk mendengarkan dan menenangkan atau meredakan emosi yang meledak-ledak, ketrampilan memberikan emotional first aid, dan lainnya.

1. Psychological First Aid	Teknik menenangkan, defusing and debriefing, mengatasi kepanikan
-----------------------------------	--

2. Relaksasi dewasa	Otot: PMR, Visualiasasi : tempat kedamaian, Pernafasan : terapi meta
3. Relaksasi anak	Otot: PMR anak Gua Bertingkat, Menghalau Singa, Visualisasi: tempat rahasia, Pernafasan : menghirup bunga, Sugesti : sensor tubuh
4. Kegiatan rekreasional	Seni, Teater, Olahraga, Bercerita, Permainan tradisional
5. Terapi Ekspresif	Menulis, Menggambar

6. *Berbagai Teknik Intervensi*

Berbagai teknik dapat berguna dalam mengurangi stres dan kecemasan.

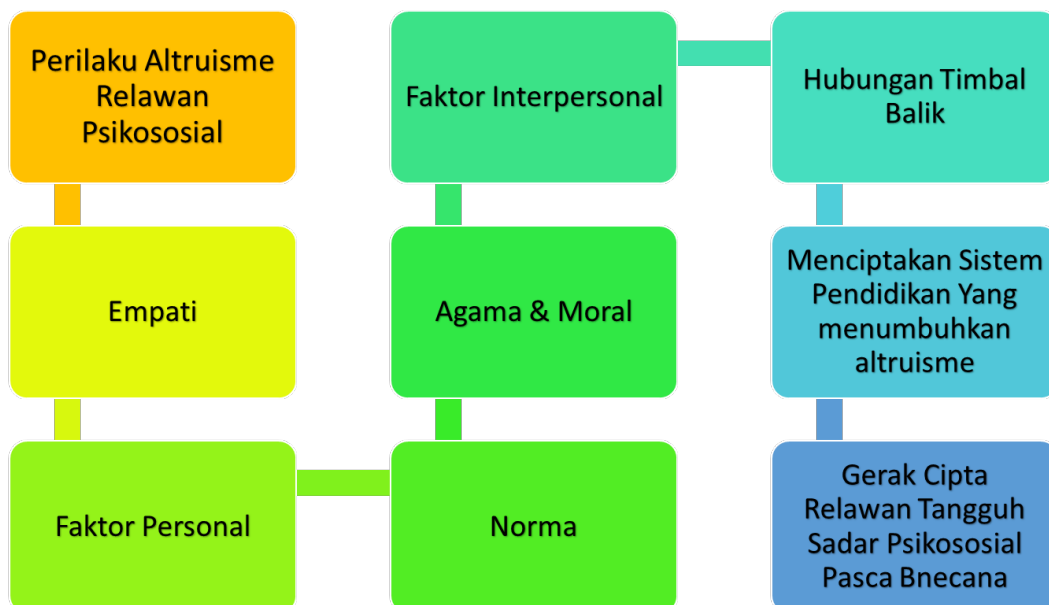
- a. **Istirahat dan rekreasi:** Istirahat singkat yang berkualitas dari kegiatan sehari-hari dan tidur yang cukup penting, baik untuk pekerja bantuan dan penyintas. Mendorong semua para pekerja kemanusiaan untuk mendapatkan tidur yang memadai dan hari untuk libur. Kegiatan rekreasi, mulai dari permainan kartu, adakan acara menonton televisi atau film layar tancap bersama-sama, hal ini akan memberikan kesehatan psikologis bagi penyintas maupun pekerja kemanusiaan yang membantu. Kegiatan rekreasi berfungsi sebagai pengalih perhatian, yang mencegah mereka terus menerus berpikir tentang bencana.
- b. **Ventilasi:** Mengizinkan pekerja bantuan dan penyintas untuk berbicara tentang pengalaman dan perasaan mereka, melalui defusing dan debriefing
- c. **Olahraga:** Aktivitas fisik membantu menghilangkan stres. Memberikan kesempatan bagi pekerja bantuan dan penyintas bencana untuk mendapatkan latihan: bermain sepakbola, volley, jogging, ataupun menari bersama
- d. **Relaksasi:** Beberapa jenis latihan relaksasi dengan mudah dapat diadaptasi untuk digunakan dalam pengaturan bencana untuk membantu klien mengurangi kecemasan dan stres. Ini termasuk bernapas latihan visualisasi, latihan relaksasi otot, dan kombinasi keduanya.
- e. **Ekspresif:** teknik ekspresif adalah media ventilasi perasaan, untuk menciptakan sebuah narasi baru tentang peristiwa mengerikan yang baru saja mereka alami, memulihkan rasa kontrol, mendapatkan dukungan dari rekan, dan normalisasi gejala-gejala psikologis yang dialami. Contoh teknik ekspresif adalah menggambar, play back teater, pelepasan emosi, dan lain sebagainya

KELUARAN YANG DICAPAI (OUTPUT)

Relawan merupakan orang yang tanpa dibayar menyediakan waktu untuk mencapai tujuan organisasi, dengan tanggung jawab yang besar atau terbatas, tanpa atau dengan sedikit latihan khusus, tetapi dapat pula dengan latihan yang sangat intensif dalam bidang tertentu, untuk bekerja sukarela membantu tenaga profesional. Relawan biasanya memiliki beberapa ciri berikut: 1) selalu mencari kesempatan untuk membantu, 2) komitmen diberikan dalam waktu yang relatif lama, 3) memerlukan personal cost yang tinggi, 4) mereka tidak kenal orang yang mereka bantu dan 5) tingkah laku yang dilakukan adalah didasari kerelaan bukan suatu keharusan (Istiana, 2016). Relawan menjadi garda terdepan dalam penanganan bencana baik bencana alam dan non alam. Relawan psikososial memiliki peran yang sangat penting dalam pemulihan kondisi psikologis korban bencana atau non bencana alam

dalam konteks ini adalah masyarakat secara umum. Dukungan psikososial memiliki peran penting dalam menciptakan dan mendukung kondisi yang memungkinkan pertumbuhan optimal dan kesejahteraan individu dalam situasi bencana. (KPPPRI, 2016). Ketika terjadi bencana, masyarakat sangat membutuhkan keberadaan relawan psikososial, namun tidak banyak individu yang terpanggil untuk menjadi relawan dan mendedikasikan dirinya untuk membantu korban bencana. Perlu adanya Pendidikan yang meningkatkan kepedulian seseorang untuk membantu oranglain tanpa mengharapkan balasan dari orang lain. Sebelum menciptakan kurikulum atau sistem Pendidikan yang dapat meningkatkan kepedulian kepada orang lain tersebut maka perlu adanya analisis faktor yang mempengaruhi perilaku menolong individu. Hal ini bisa dilihat dari karakteristik perilaku altruisme yang muncul pada relawan. Penelitian ini menjadi penting untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi perilaku individu menjadi altruisme sehingga berdasarkan penelitian ini bisa dikembangkan kurikulum atau sistem Pendidikan yang dapat meningkatkan individu memiliki perilaku menolong yang tinggi.

Gambaran ciri personalitas dalam “Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana” dijelaskan dalam bagan berikut:



Gambar 1. Kepribadian dalam mewujudkan Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana.

Secara umum seluruh peserta memiliki empati yang cukup tinggi. Hal ini terlihat dari cara berfikir para peserta dalam pelatihan bahwa memahami orang lain menjadi bagian dari kebutuhan hidupnya, secara afeksi peserta pelatihan mengungkapkan perasaan tidak nyaman ketika melihat orang lain berada

dalam kesusahan. Hal ini juga ditunjukkan dalam perilaku, ketika melihat orang lain dalam kesusahan, maka para peserta sesegera mungkin membantu. Empati kepada orang lain selaras dengan kesejahteraan yang dirasakan dan dapat menumbuhkan sikap altruisme (Schroeder et al., 2014). Faktor interpersonal juga dapat mempengaruhi individu dalam melakukan perilaku menolong. Perilaku menolong dari lingkungan sekitarnya dapat mendorong individu untuk mencontoh dan menginternalisasi nilai-nilai tersebut.

MANFAAT YANG DIPEROLEH (OUTCOME)

1. Fungsi dan Manfaat hasil pengabdian masyarakat.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menciptakan relawan tangguh yang sadar psijososial pasca bencana. Sehingga perlu mengetahui bagaimana perilaku altruisme pada relawan psikososial dalam menangani masalah psikologis masyarakat dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perilaku altruisme pada relawan tersebut. Manfaat Penelitian Penelitian ini secara teoritis memiliki kontribusi atau manfaat pada pengembangan keilmuan. Sedangkan secara praktis dapat diketahui manfaat dari pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut: 1) untuk memberikan gambaran bagaimana perilaku menolong pada dirinya sehingga dapat menguatkan motivasi responden dalam menolong orang lain. 2) kepada aparat dan pemangku kebijakan di desa Malalin Kecamatan Cendana, Kabupaten Enrekang, hal ini menjadi referensi dan penguat sumber daya manusia yang berkualitas dalam membangun kehidupan bermasyarakat yang gotong royong.

2. Dampak Ekonomi dan Sosial.

Perilaku menolong tim nya sehingga dapat menerapkan strategi tertentu untuk memperkuat tim berdasarkan faktor yang mempengaruhi perilaku menolong tersebut. Poskor PDB MCCC Jawa Tengah juga dapat memberikan support dan motivasi agar perilaku menolong tersebut dapat terus dilakukan oleh tim

KESIMPULAN

Kerelawanan merupakan sumbangan masyarakat bagi pengembangan pembangunan masyarakat sipil. Relawan memiliki peranan penting dalam pembangunan terutama apabila dikaitkan dengan pengembangan sektor nirlaba khususnya organisasi nirlaba (LSM). Masyarakat sipil yang kuat hanya mungkin dibangun dengan dukungan keberadaan organisasi nirlaba yang berdaya dan filantropi yang efektif. Kerelawanan juga merupakan proses pendidikan masyarakat. Tidak ada seorang pun bersedia menjadi relawan tanpa menanyakan “saya bekerja untuk apa?” Lembaga harus menjelaskan isu apa yang sedang diperjuangkan secara menarik sehingga hati dan pikiran calon relawan menjadi terbuka

serta secara sukarela bersedia menyumbangkan waktu, pikiran dan tenaganya untuk membantu lembaga mencapai visi dan misi lembaga.

Relawan memiliki peranan penting dalam (1) filantropi, (2) fundraising (seorang relawan dapat menjadi donatur yang sangat loyal), (3) kaderisasi, (4) peningkatan akuntabilitas lembaga, dan (5) sebagai penghubung antara lembaga dan publik (vital link). Dalam budaya Indonesia kerelawanan sebenarnya bukan hal baru. Dalam menciptakan gerakan relawan tangguh sadar psikososial pasca bencana ditengah arus global yang sangat kuat menjadi tantangan tersendiri bagi fasilitator dalam menghadapi peserta yang masih tergolong muda dan penuh rasa ingin tahu, sehingga kolaborasi antara Tim Basarnas Kab. Enrekang dan Pramuka Kab. Enrekang sebagai kesatuan yang ahli dalam tanggap darurat bencana dan pemulihan pasca bencana diharapkan terus berkolaborasi sejalan dengan UNIMEN sebagai wadah edukasi dalam mencetak generasi tangguh.

SARAN

Program pengabdian kepada masyarakat **“Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana”** dapat meningkatkan kapasitas lembaga dan institusi dalam upaya mencapai visi dan misi lembaga dan memberikan peluang atau kesempatan bagi relawan untuk dapat mengembangkan diri dan berkontribusi dalam meningkatkan kesejahteraan masyarakat sipil. Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengabdian kepada masyarakat ini, poin-poin berikut direkomendasikan untuk pengembangan kompetensi sumberdaya masyarakat Desa Malalin Kec. Cendana, Kab. Enrekang dan mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Enrekang:

- 1) Pemerintah setempat harus senantiasa memberikan ruang edukasi pada masyarakat yang dipimpin sebagai upaya percepatan transformasi keilmuan diranah tanggap bencana dan pemulihan pasca bencana.
- 2) Generasi muda di desa Malalin Kec. Cendana, Kab. Enrekang harus terlibat aktif-direktif dalam merespon bencana alam maupun sosial yang terjadi dilingkungan sekitarnya secara khusus dan di Indonesia secara umum. Sebagai implementasi keilmuan pasca mengikuti kegiatan **“Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana”**.
- 3) Universitas harus memberi mahasiswa mereka dengan pendidikan yang berorientasi *learning experiment* dalam hal teori dan praktik, yang menjamin bahwa mahasiswa menerapkannya di satuan pendidikan.
- 4) Mahasiswa harus terlibat aktif pada program MBKM dan program pengembangan profesional seperti kegiatan pelatihan kerelawanan psikososial tanggap bencana, atau seminar untuk membekali diri dengan strategi terbaik untuk mempersiapkan karier akademik dimasa depan.

5) Kementerian Pendidikan harus memberikan kerangka kerja yang komprehensif dan praktis tentang bagaimana konsep MBKM dimanifestasikan dalam hidup bermasyarakat terkhusus dalam keadaan bencana alam dan merespon bencana sosial.

6) Implementasi Program MBKM khususnya kegiatan **Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana**” membutuhkan pekerjaan kolaboratif dan upaya besar dari semua pihak yang terlibat dalam konteks pendidikan, sosial, termasuk aparat desa, karang taruna, sekolah, dosen pembimbing, dan masyarakat luas.

Ucapan Terima Kasih

Kami berterima kasih kepada Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Riset, dan Teknologi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi melalui Kegiatan bantuan pendanaan program penelitian kebijakan merdeka belajar kampus merdeka dan pengabdian masyarakat berbasis hasil penelitian PTS. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah terlibat langsung dalam penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak lainnya yang telah membantu keberlangsungan penelitian ini, terutama kepada Rektor Universitas Muhammadiyah Enrekang, Kepala LP2M Universitas Muhammadiyah Enrekang, Dekan FKIP Universitas Muhammadiyah Enrekang, Kaprodi Bimbingan Konseling, dan Seluruh dosen FKIP Universitas Muhammadiyah Enrekang hingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

CFE-DMHA. (2015). Indonesia disaster management reference handbook. Hawaii: Center for Excellence in Disaster Management and Humanitarian Assistance.

Gunawan, R. (2021). *HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN EMPATI DENGAN ALTRUISME PADA RELAWAN BENCANA DI PMI KOTA BOGOR* (Doctoral dissertation, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta).

Istiana. (2016). Hubungan Empati dengan Perilaku Prososial pada Relawan KSR PMI Kota Medan. *jurnal DIVERSITA*, 2(2), 1–13.

KPPPRI. (2016). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia : Berdayakan Ekonomi Keluarga. Kekerasan.Kemenpppa.Go.Id.<https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>

Mulasari, S. A., Sukei, T. W., Tentama, F., Hastuti, S. K. W., Rokhmayanti, R., & Djannah, S. N. (2020, November). Penguatan kelembagaan organisasi relawan bencana dalam pengelolaan sanitasi di pengungsian. In *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat* (pp. 549-556).

- Mutiara, E. (2020). *HUBUNGAN RESILIENSI DAN SUBJECTIVE WELL BEING PADA RELAWAN BENCANA ALAM SKALA PROVINSI DI INDONESIA* (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Ratri, E. D. A., & Masykur, A. M. (2020). Para Pengibar Kemanusiaan (Analisis Fenomenologi Interpretatif Tentang Pengalaman Menjadi Relawan Bencana Laki-Laki). *Jurnal EMPATI*, 8(4), 802-815.
- Schroeder, D. A., Graziano, W. G., Batson, C. D., Lishner, D. A., & Stocks, E. L. (2014). The Empathy–Altruism Hypothesis. *The Oxford Handbook of Prosocial Behavior*, December. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399813.013.023>
- Utomo, M. H., & Minza, W. M. (2016). Perilaku Menolong Relawan Spontan Bencana Alam. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(1), 48-59.