

Kesejahteraan Psikologis dan Rasa Kekomunitasan Pada Perempuan Penyintas Bencana Alam Yang Mengungsi

Dicky Pelupessy

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia
Kampus Universitas Indonesia, Depok 16424, Jawa Barat, Indonesia
dickypsy@ui.ac.id

S. S. Budi Hartono

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia
Kampus Universitas Indonesia, Depok 16424, Jawa Barat, Indonesia
budiubud@yahoo.com

Yurik Yang

Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia
Kampus Universitas Indonesia, Depok 16424, Jawa Barat, Indonesia
yurikyang@gmail.com

Informasi Artikel

Tanggal masuk 17-01-2020
Tanggal revisi 14-02-2020
Tanggal diterima 01-04-2020

Kata Kunci:

bencana;
psychological well-being;
pengungsi;
sense of community;
relokasi;
Indonesia

Keywords:

Disaster;
Psychological well-being;
Internally displaced person;
Sense of community;
Relocation;
Indonesia

Abstrak

Studi ini membahas mengenai kondisi kesejahteraan psikologis (*psychological well-being/PWB*) dan rasa kekomunitasan (*sense of community/SOC*) pada perempuan penyintas bencana alam yang mengungsi. Studi ini menginvestigasi hubungan antarvariabel berikut: rasa kekomunitasan (SOC), kesejahteraan psikologis (PWB), status relokasi, dan berbagai variabel demografis lainnya. Partisipan dalam studi ini berjumlah 190 perempuan penyintas bencana alam. Partisipan terdiri dari dua kelompok: (1) pengungsi yang masih tinggal di shelter pengungsian ($n = 96$) dan (2) pengungsi yang telah menetap secara permanen ($n = 94$). Secara keseluruhan, tidak ditemukan perbedaan signifikan pada kondisi kesejahteraan psikologis maupun rasa kekomunitasan antara kedua kelompok tersebut. Namun, terdapat perbedaan signifikan pada dimensi *personal growth*—salah satu dimensi PWB. Selain itu, terdapat perbedaan signifikan pada tiga dimensi SOC: (1) *influence*, (2) *integration and fulfillment of needs*, dan (3) *shared emotional connection*. Studi ini juga menemukan tiga prediktor bagi kesejahteraan psikologis: (1) rasa kekomunitasan, (2) status pernikahan, dan (3) tingkat pendidikan. Hasil studi ini menunjukkan bahwa rasa kekomunitasan merupakan prediktor yang lebih kuat bagi kese-

Abstract

The present study investigates the psychological well-being and sense of community of women who were displaced by natural disaster. The study explored the interrelationship between sense of community (SOC), psychological well-being (PWB), relocation status, and socio-demographic variables. One hundred and ninety women participated in the study ($N = 190$). Participants completed several self-report measurements (e.g., SCI, PWBS) and were categorized into two groups: those who still dwelled in temporary shelters ($n = 96$) and those who had permanently relocated ($n = 94$). There were no significant differences in overall SOC and PWB between the two groups; however, there was a significant difference on personal growth dimension—one out of six PWB dimensions—between those who had permanently relocated and those who still stayed in temporary shelters. The two groups also significantly differed on three SOC dimensions: influence, integration and fulfillment of needs, and shared emotional connection. Three significant predictors for PWB were found: SOC, marital status, and educational attainment. Overall, SOC was a stronger predictor of PWB than displacement status, or any other socio-demographic variables.



PENDAHULUAN

Beberapa tahun terakhir, banyak penduduk Indonesia yang menjadi pengungsi. Sebagian menjadi pengungsi karena kejadian konflik (seperti pengungsi di Nduga, Papua). Sebagian lagi menjadi pengungsi karena bencana alam (seperti pengungsi gempa, tsunami, dan likuifaksi di Palu, Sigi, dan Donggala di Sulawesi Tengah). Studi ini menginvestigasi kesejahteraan psikologis para pengungsi bencana alam terutama pengungsi perempuan.

Menjalani kehidupan sebagai pengungsi bukan hal yang mudah. Hidup dalam pengungsian berpotensi mengacaukan kesejahteraan psikologis seseorang (Akinyemi, Owoaje, & Cadmus, 2016; Horn, 2009; Posselt, Eaton, Ferguson, Keegan, & Procter, 2019). Penyintas bencana alam yang tinggal di pos pengungsian harus berhadapan dengan berbagai sumber tekanan psikologis. Beberapa pengungsi harus melewati tragedi besar dalam hidup mereka (kehilangan sanak-saudara, kehilangan harta benda, kehilangan mata pencaharian). Dengan tinggal di pos pengungsian, mereka juga terpaksa hidup dalam kondisi yang serba terbatas (hunian yang sempit, ruang gerak yang terbatas, dukungan materi yang minim). Berbagai kondisi tersebut dapat membuat kesejahteraan psikologis para pengungsi semakin terpuruk.

Kesejahteraan Psikologis

Konsep kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* (Ryff, 1989, 2018) merujuk pada suatu keadaan psikologis positif yang mana individu dapat berfungsi secara optimal dan mencapai potensi dirinya. Konsep kesejahteraan psikologis bersifat *theoreti-*

cal, artinya konseptualisasi bentuk kesejahteraan ini diawali dengan asumsi dasar mengenai keberfungsian psikologis optimal manusia, seperti bahagia (*eudemonic well-being*), *self-actualization*, atau *fully functioning person*. Hal ini kontras dengan konsep kesejahteraan subjektif atau *subjective well-being* (Diener, 1984) yang bersifat *atheoretical* (Ryff, 2018), yang menunjukkan definisi kesejahteraan tersebut tumpang tindih dengan kenikmatan (*hedonic well-being*) (Ryan & Deci, 2001).

Ryff (1989) membagi dimensi kesejahteraan psikologis ke dalam enam dimensi: (1) *self-acceptance*, (2) *positive relations with others*, (3) *autonomy*, (4) *environmental mastery*, (5) *personal growth*, dan (6) *purpose in life*. *Self-acceptance* menggambarkan sejauh mana individu memiliki sikap positif terhadap dirinya —penerimaan terhadap kelebihan dan kekurangannya serta penerimaan terhadap masa lalunya. *Positive relations with others* menunjukkan sejauh mana hubungan sosial yang dijalani individu bersifat hangat, memuaskan, dan saling berbagi; hal ini juga mencerminkan sejauh mana individu dapat berempati terhadap orang lain. *Autonomy* merujuk pada kebebasan individu dalam bertindak sesuai dengan kehendaknya dan kemampuannya dalam menghadapi tekanan dari individu lain dan lingkungan. *Environmental mastery* menjelaskan mengenai keyakinan individu bahwa ia mampu mengelola lingkungan di sekitarnya, dan memanfaatkan sumber daya yang ada, serta dapat menciptakan kondisi yang kondusif bagi pemenuhan kebutuhannya. *Personal growth* mengungkap bagaimana persepsi individu mengenai

perkembangan dirinya. Terakhir, *purpose in life* menerangkan mengenai bagaimana individu memandang tujuan serta arah kehidupannya—bagaimana ia memaknai hidupnya saat ini dan masa lalunya.

Gabungan dari keenam dimensi tersebut, menciptakan suatu konsep praktis yakni kesejahteraan psikologis yang dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai keberfungsian psikologis seseorang. Hal ini membuat konsep kesejahteraan psikologis berguna dalam upaya memahami bagaimana kondisi keberfungsian psikologis seseorang dapat dipengaruhi oleh kondisi lingkungan. Dalam konteks studi ini, konsep kesejahteraan psikologis digunakan untuk memahami bagaimana pengalaman hidup di pengungsian mempengaruhi keberfungsian psikologis para pengungsi.

Kesejahteraan psikologis seorang pengungsi dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial yang dimilikinya. Hal tersebut didukung oleh hasil berbagai studi yang menunjukkan adanya pengaruh positif dukungan sosial terhadap keberfungsian psikologis (Chu, Saucier, & Hafner, 2010; Johnstone, Parsell, Jetten, Dingle, & Walter, 2016; Prati & Pietrantonio, 2009). Oleh karena itu, upaya untuk mengkaji kesejahteraan psikologis pengungsi penting untuk memperhatikan ketersediaan dan kualitas dukungan sosial yang ada dalam lokasi pengungsian.

Rasa Kekomunitasan

Konsep rasa kekomunitasan (*sense of community*) dapat digunakan sebagai indikator bagi ketersediaan dan kualitas dukungan sosial yang ada dalam suatu komunitas (McMillan & Chavis, 1986). Rasa

kekomunitasan menggambarkan perasaan seseorang ketika ia merasa menjadi bagian dari suatu komunitas (McMillan & Chavis, 1986, hal. 9). Dengan adanya rasa kekomunitasan, tiap anggota komunitas merasa bahwa kehadiran mereka berharga. Rasa kekomunitasan juga, secara implisit, mempersatukan keyakinan anggota komunitas bahwa kebutuhan hidup mereka (baik fisik maupun psikologis) akan dapat terpenuhi bila masing-masing pihak bersatu dan membentuk suatu komunitas.

Ada empat elemen yang membentuk rasa kekomunitasan: (1) *membership*, (2) *influence*, (3) *integration and fulfillment of needs*, dan (4) *shared emotional connection* (McMillan & Chavis, 1986). *Membership* merujuk pada perasaan individu bahwa ia merupakan bagian dari suatu komunitas yang diperoleh karena ia telah menanamkan sebagian dari dirinya. Adanya keanggotaan menciptakan batasan yang menentukan siapa yang berhak menjadi anggota komunitas dan siapa yang tidak. Batasan tersebut dapat ditampilkan secara eksplisit dengan menampilkan atribut komunitas seperti pakaian, bahasa, kebiasaan, dan sebagainya. Perwujudan dari elemen ini misalnya keanggotaan sebagai mahasiswa pada suatu perguruan tinggi: keanggotaan sebagai mahasiswa tampak dari penggunaan jaket almamater, kepemilikan kartu anggota, dan atribut lainnya. Hal tersebut menciptakan “jarak” antara seorang mahasiswa dengan non-mahasiswa.

Influence menggambarkan sejauh mana anggota komunitas dapat saling mempengaruhi dan dipengaruhi oleh komunitas itu sendiri. *Integration and fulfillment of*

needs menerangkan sejauh mana individu merasa ada kesamaan antara kebutuhannya (fisik dan psikologis) dengan kebutuhan orang lain. *Shared emotional connection* menunjukkan sejauh mana terdapat keterikatan dan kesamaan emosional dalam suatu komunitas; keterikatan dan kesamaan ini dibangun dari adanya kejadian yang dilalui sama atau melalui ikatan spritual/religius.

Rasa kekomunitasan penting bagi kesejahteraan psikologis anggota komunitas (Davidson & Cotter, 1991). Namun, terjadinya bencana alam berpotensi menghancurkan rasa kekomunitasan dalam suatu komunitas. Konsekuensinya, hal tersebut dapat berimbas pada menurunnya kesejahteraan psikologis para penyintas bencana alam. Di sisi lain, Chavis (korespondensi pribadi dengan peneliti) berargumen bahwa terjadinya bencana juga berpotensi meningkatkan rasa kekomunitasan. Hal ini dikarenakan adanya pengalaman yang sama sebagai penyintas bencana, berpotensi mempersatukan para penyintas bencana dan memperkuat rasa kekomunitasan.

Hal tersebut menjadi semakin rumit ketika penyintas bencana memilih untuk hidup di pos pengungsian. Ada dua hal yang mungkin terjadi: (1) bila hidup dalam pos pengungsian dapat membangun rasa kekomunitasan antara sesama pengungsi, maka hal tersebut akan meningkatkan kesejahteraan psikologis pengungsi tersebut. Namun, (2) bila menetap dalam pos pengungsian justru merusak rasa kekomunitasan yang ada, maka kesejahteraan psikologis pengungsi tersebut diprediksikan akan menurun. Studi ini akan menguji dugaan-dugaan tersebut.

Perempuan Penyintas Bencana

Selain rasa kekomunitasan, kesejahteraan psikologis pengungsi juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor sosio-demografis seperti status pernikahan dan jenis kelamin. Pengungsi yang tidak memiliki pasangan romantis (lajang atau janda/duda) cenderung mengalami tekanan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan pengungsi yang memiliki pasangan romantis (Bennett, 2005). Selain itu, pengungsi perempuan juga cenderung memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih buruk dibandingkan pengungsi laki-laki (Haldane & Nickerson, 2016). Hal tersebut dapat disebabkan oleh bertambahnya beban sosial (misalnya, harus ikut mencari nafkah) yang harus dijalani oleh perempuan dan kondisi lingkungan yang tidak memungkinkan kaum perempuan untuk keluar dari lokasi pengungsian. Berdasarkan hasil observasi langsung di lokasi pengungsian (oleh tim peneliti ketika terlibat penanganan tanggap darurat bencana), diketahui bahwa pengungsi perempuan cenderung menjalani sebagian besar keseharian mereka di dalam lokasi pengungsian. Hal ini berbeda dengan pengungsi laki-laki yang kebanyakan beraktivitas, termasuk bekerja di luar lokasi pengungsian. Kondisi yang demikian, memaksa pengungsi perempuan untuk tetap tinggal di lokasi pengungsian (yang serba terbatas) dalam waktu yang lama. Mengingat adanya kerentanan psikologis yang lebih tinggi pada kaum pengungsi perempuan dan pengungsi yang tidak memiliki pasangan romantis, maka penting untuk mengakomodasi kedua faktor tersebut dalam mengkaji kesejahteraan psikologis pengungsi.

Bencana salah satunya berdampak pada terdisrupsi rasa kekomunitasan (Bonnano, Brewin, Kaniasty, & Greca, 2010; Kaniasty & Norris, 2004), sehingga hidup dalam pengungsian berpotensi bukan hanya mengganggu kesejahteraan psikologis, tetapi juga rasa kekomunitasan. Berbagai studi telah menunjukkan adanya hubungan antara rasa kekomunitasan dengan kesejahteraan psikologis (Davidson & Cotter, 1991; Plys & Qualls, 2019). Begitu juga dengan hubungan negatif antara bencana dengan kesejahteraan psikologis (Hussain, Weisaeth, & Heir, 2011; Rehdanz, Welsch, Narita, & Okubo, 2015). Namun, belum jelas apakah menurunnya kesejahteraan psikologis seorang penyintas bencana disebabkan oleh menurunnya rasa kekomunitasan. Selain itu, hal yang perlu diketahui lagi adalah apakah kondisi rasa bersama suatu komunitas akan tetap sama dalam situasi genting seperti bencana alam. Studi ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut.

METODE

Partisipan

Partisipan dalam studi ini merupakan perempuan penyintas bencana alam (tsunami) yang telah mengungsi. Berdasarkan lokasi pengungsian, partisipan dibagi ke dalam dua kelompok: (1) partisipan yang mengungsi di hunian sementara dan (2) partisipan yang menetap permanen di kawasan relokasi.

Perhitungan *statistical power* a priori menggunakan *Gpower* (Faul, Erdfelder, Buchner, & Lang, 2009) menunjukkan bahwa dengan perkiraan *effect size* sedang ($d = .4$) dan LOS .05 (*two tailed*), maka diperlukan

total partisipan sebanyak $N = 200$ ($n = 100$, masing-masing kelompok) untuk memperoleh *power* sebesar 80%.

Desain

Studi ini merupakan studi lapangan (*field research*) yang bersifat korelasional. Penyebaran kuesioner penelitian dilakukan oleh enumerator yang secara langsung turun ke lokasi pengungsian yakni di 5 pos pengungsian untuk hunian sementara dan 4 titik relokasi..

Prosedur

Pengumpulan data dilakukan secara *non-probability sampling*, dengan teknik *incidental sampling*. Pengambilan data di lapangan dilakukan oleh sembilan orang enumerator yang telah menerima pelatihan mengenai prosedur pemilihan partisipan dan pengadministrasian kuesioner penelitian. Pelatihan tersebut dilakukan selama dua hari guna memastikan kualitas data penelitian. Selain itu, peneliti juga melakukan pemantauan (*spot-check*) secara berkala guna memeriksa perkembangan pengumpulan data dan membahas permasalahan pada saat pengumpulan data.

Dua instrumen utama dalam studi ini adalah (1) *psychological well-being scale* (PWBS) dan (2) *sense of community index* (SCI). Instrumen dalam studi ini telah melalui proses *back translation* dan melalui uji keterbacaan pada dua kelompok perempuan penyintas bencana. PWBS (Ryff, 1989) terdiri dari 42 pernyataan yang memiliki 6 pilihan jawaban (1 = sangat tidak setuju, 6 = sangat setuju). PWBS memiliki 6 turunan skala (*subscales*): (1) *self-acceptance*, (2)

positive relations with others, (3) *autonomy*, (4) *environmental mastery*, (5) *personal growth*, dan (6) *purpose in life*. Masing-masing turunan skala terdiri dari 7 pernyataan.

SCI (Chavis, Hogge, McMillan, & Wandersman, 1986) terdiri dari 12 pernyataan yang memiliki 2 pilihan jawaban: sesuai dan tidak sesuai. SCI memiliki 4 turunan skala: (1) *membership*, (2) *influence*, (3) *integration and fulfillment of needs*, dan (4) *shared emotional connection*. Masing-masing turunan skala terdiri dari 3 pernyataan.

Teknik Analisis

Analisis data dalam studi ini bersifat eksploratori (Tukey, 1980) dan menggunakan LOS sebesar .05 (*two tailed*). Dua uji hipotesis yang dilakukan yakni *independent samples t-test* dan uji regresi linier.

ANALISIS DAN HASIL

Total partisipan yang diperoleh sebanyak seratus sembilan puluh pengungsi ($N = 190$) dengan jumlah partisipan yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara sebanyak 96 pengungsi ($n = 96$) dan jumlah partisipan yang tinggal di kawasan relokasi sebanyak 94 pengungsi ($n = 94$). Sebagian besar partisipan berada dalam usia dewasa madya ($M = 34.8$, $SD = 9.1$). Seluruh partisipan telah menikah sebelum mengungsi tetapi 15% ($n = 28$) dari partisipan berstatus janda. Sebagian besar partisipan telah menempuh pendidikan SD (24%, $n = 46$), SMP (25%, $n = 48$), atau SMA (39%, $n = 74$).

Kesejahteraan Psikologis Pengungsi

Skor rata-rata PWBS pada perempuan penyintas bencana yang mengungsi adalah 4.55 ($SD = .41$, $range = 1 - 6$). Skor rata-rata pada masing-masing dimensi PWB sebagai berikut: *autonomy* ($M = 4.14$, $SD = .76$), *environmental mastery* ($M = 4.35$, $SD = .65$), *self-acceptance* ($M = 4.41$, $SD = .63$), *positive relations with others* ($M = 4.50$, $SD = .61$), *personal growth* ($M = 4.81$, $SD = .55$), dan *purpose in life* ($M = 5.07$, $SD = .52$).

Secara umum, tidak ditemukan perbedaan skor PWBS yang signifikan antara pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara maupun pengungsi yang tinggal menetap di kawasan relokasi. Namun, pola persebaran skor yang muncul menunjukkan adanya kecenderungan pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara memiliki skor PWBS yang lebih rendah dibandingkan pengungsi yang sudah menetap secara permanen di kawasan relokasi.

Selanjutnya, pada dimensi PWB, hasil *independent samples t-test* menunjukkan adanya perbedaan skor rata-rata dimensi *personal growth* yang signifikan antara pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara ($M = 4.69$) dengan pengungsi yang telah menetap secara permanen di kawasan relokasi ($M = 4.93$), $t(188) = -2.99$, $p = .003$, $r^2 = .04$. Tidak ditemukan perbedaan skor rata-rata yang signifikan pada dimensi PWB lainnya.

Rasa Kekomunitasan Pengungsi

Skor rata-rata SOC pada perempuan penyintas bencana yang mengungsi adalah .72 ($SD = .19$, $range = 0 - 1$). Tidak terdapat perbedaan skor rata-rata SOC yang signifikan pada pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara dengan pengungsi yang menetap permanen di kawasan relokasi.

Pada dimensi *membership*, tidak ditemukan perbedaan skor rata-rata yang signifikan antara pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara ($M = .77$) dengan pengungsi yang menetap di lokasi kawasan relokasi ($M = .78$). Pada tiga dimensi SOC lainnya, ditemukan perbedaan antara kedua kelompok tersebut yakni pada dimensi: *influence* [$t(188) = -4.26$, $p = .008$], *integration and fulfilment of needs* [$t(188) = -4.26$, $p < .001$], dan *shared emotional connection* [$t(188) = -9.73$, $p < .001$].

Analisis regresi dengan SOC sebagai variabel terikat dan empat dimensi SOC sebagai variabel kriteria menunjukkan estimasi sumbangan skor SOC pengungsi perempuan disumbangkan dari tiap dimensi SOC yakni: *shared emotional connection* ($b = .474$), *membership* ($b = .438$), *influence* ($b = .374$), dan *integration and fulfilment of needs* ($b = .129$).

Prediktor bagi PWB

Enam variabel prediktor yang diuji antara lain: (1) SOC, (2) status pernikahan, (3) usia, (4) tingkat pendidikan, (5) jumlah anggota keluarga yang menjadi korban, dan (6) ada tidaknya kegiatan yang dapat menghasilkan pendapatan. Hasil analisis regresi (dengan variabel terikat PWB) menunjukkan koefisien determinasi $R^2 = .11$. Hasil

analisis regresi juga menunjukkan tiga prediktor yang signifikan bagi PWB perempuan penyintas bencana yang mengungsi yakni: SOC ($b = .28$, $p < .001$), status pernikahan ($b = -0.21$, $p = .006$), dan usia ($b = .15$, $p = .047$). Ketiga prediktor lainnya—tingkat pendidikan ($p = .102$), jumlah anggota keluarga yang menjadi korban ($p = .948$), dan ada tidaknya kegiatan yang dapat menghasilkan pendapatan ($p = .678$)—tidak signifikan dalam memprediksi PWB.

DISKUSI

Rasa Kekomunitasan Pengungsi Perempuan

Hasil analisis menunjukkan bahwa rasa kekomunitasan pengungsi perempuan sangat dipengaruhi oleh adanya jalinan hubungan emosional antara sesama pengungsi (dimensi *shared emotional connection*). Dengan tinggal dalam lokasi yang diperuntukkan bagi penyintas bencana—baik di pos pengungsian untuk hunian sementara maupun di kawasan relokasi—pengungsi perempuan yang menjadi korban bencana alam, semakin dapat merasakan bahwa terdapat kesamaan antara mereka yakni mereka sama-sama merupakan korban bencana alam yang sedang mengalami situasi sulit. Mereka merasa bisa merasakan apa yang pengungsi lain rasakan. Selain itu, tinggal di lokasi pengungsian juga membangun rasa kekomunitasan pengungsi perempuan dengan membangun rasa keanggotaan (dimensi *membership*). Mereka merasa memiliki identitas yang sama sebagai bagian dari kelompok yang sama, yakni kelompok pengungsi. Meski demikian, pengungsi perempuan menyadari bahwa

mereka tidak dapat saling menggantungkan untuk memenuhi kebutuhan hidup mereka. Hal ini tercermin dari rendahnya dimensi *integration and fulfilment of needs*.

Kesejahteraan Psikologis Pengungsi Perempuan

Pengungsi perempuan cenderung kurang merasa memiliki bebas dalam berperilaku atau mengambil keputusan. Hal ini tampak dari skor pada dimensi *autonomy* yang relatif lebih rendah dari dimensi PWB lainnya. Namun, kurangnya kebebasan tersebut tidak menurunkan harapan pengungsi perempuan bagi hari esok yang lebih baik. Hal ini ditunjukkan oleh skor pada dimensi *purpose in life* dan dimensi *personal growth* yang relatif tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa pengungsi perempuan tetap dapat melihat adanya tujuan dalam hidupnya bahkan setelah mengalami peristiwa sulit (yaitu bencana). Mereka juga mampu melihat adanya perkembangan dalam diri mereka seiring dengan perubahan dan perkembangan kehidupan. Tingginya skor pada dimensi *purpose in life* dan *personal growth* tersebut dapat diduga disebabkan oleh dua hal: (1) tingkat religiusitas yang bisa membantu mengarahkan pemahaman terhadap makna dan tujuan hidup setelah mengalami peristiwa sulit dan (2) pengalaman hidup di daerah yang juga mengalami bencana-bencana lain termasuk *human-made disaster* seperti konflik berkekerasan (*violent conflict*).

Rasa Kekomunitasan dan Kesejahteraan Psikologis Pengungsi Perempuan

Studi ini mengafirmasi dugaan bahwa rasa kekomunitasan berpengaruh terhadap kesejahteraan psikologis pengungsi. Selain itu, pengungsi perempuan yang tinggal permanen di kawasan relokasi cenderung belum lama menetap di kediaman baru mereka (jika dibandingkan dengan pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara). Perbedaan durasi tersebut (lama waktu menetap) tampaknya tidak mempengaruhi rasa kekomunitasan maupun kesejahteraan psikologis kedua kelompok tersebut. Hal ini tampak dari hasil analisis yang menunjukkan bahwa baik pengungsi yang tinggal di pos pengungsian untuk hunian sementara maupun pengungsi yang sudah tinggal permanen di kawasan relokasi memiliki skor rasa kekomunitasan dan kesejahteraan psikologis yang relatif sama. Skor yang relatif sama ini dapat disebabkan oleh adanya kesamaan pengalaman (yakni mengalami bencana) yang membuat mereka merasa memiliki rasa keterikatan antara satu sama lain.

Hasil studi ini juga mendukung argument Norris dkk. (2008) yang menyatakan bahwa kejadian bencana — di luar malapetaka yang ditimbulkannya — dapat mempersatukan anggota-anggota komunitas dan meningkatkan rasa kekomunitasan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Rasa kekomunitasan pengungsi perempuan dalam studi ini dipengaruhi oleh adanya rasa saling berbagi rasa (*shared emotional connection*) dan adanya kesamaan

keanggotaan (*membership*) bahwa mereka merupakan penyintas bencana. Pengungsi perempuan dapat dikatakan memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang relatif baik, hal ini ditandai dengan adanya keyakinan mengenai tujuan dan arah dalam hidup (*purpose in life*) dan keyakinan mengenai adanya perkembangan dalam hidupnya (*personal growth*). Studi ini menemukan tiga prediktor bagi kesejahteraan psikologis pengungsi perempuan yakni: (1) rasa kekomunitasan, (2) status pernikahan, dan (3) usia. Rasa kekomunitasan merupakan prediktor yang relatif baik bagi kesejahteraan psikologis pengungsi perempuan.

Saran Teoretis

Studi ini menggunakan pengukuran kesejahteraan psikologis yang dikembangkan pada konteks barat. Studi selanjutnya dapat mencoba menggunakan pengukuran skala PWB yang dikembangkan secara khusus untuk perempuan Indonesia seperti yang dikembangkan oleh [Eggleston dkk. \(2001\)](#).

Saran Praktis

Hidup dalam pengungsian berpotensi menimbulkan berbagai tekanan psikologis, pemangku kepentingan harus memikirkan intervensi yang tepat untuk melindungi kesejahteraan psikologis pengungsi. Mengingat pentingnya rasa kekomunitasan bagi kesejahteraan psikologis pengungsi, maka penting bagi pemangku kepentingan untuk memperhatikan kondisi lingkungan fisik dan sosial yang terbentuk pada lokasi pengungsian. Pengambil keputusan dan pelaksana rekonstruksi pasca bencana perlu memastikan pengaturan (*arrangement*) pengungsian se-

bagai *setting* fisik dan sosial yang memfasilitasi rasa kekomunitasan.

Kejadian bencana alam —di luar berbagai permasalahan yang ditimbulkannya—juga berpotensi mempersatukan anggota masyarakat. Bencana bukan hanya sekadar musibah tapi juga bisa membawa berkah. Tergantung bagaimana kita memandangnya dan mengupayakan kondisi pasca bencananya.

DAFTAR RUJUKAN

- Akinyemi, O. O., Owoaje, E. T., & Cadmus, E. O. (2016). In their own words: Mental health and quality of life of west african refugees in Nigeria. *Journal of International Migration and Integration*, 17(1), 273–287. <https://doi.org/10.1007/s12134-014-0409-6>
- Bennett, K. M. (2005). Psychological wellbeing in later life: The longitudinal effects of marriage, widowhood and marital status change. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 20(3), 280–284. <https://doi.org/10.1002/gps.1280>
- Bonnano, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., & Greca, A. M. (2010). Weighing the cost of disaster: Consequences, risk, and resilience in individuals, families, and communities. *Psychological Science in the Public Interest*, 11(1), 1-49
- Chavis, D. M., Hogge, J. H., McMillan, D. W., & Wandersman, A. (1986). Sense of community through Brunswik's lens: A first look. *Journal of Community Psychology*, 14(1), 24–40. [https://doi.org/10.1002/1520-6629\(198601\)](https://doi.org/10.1002/1520-6629(198601))

- 14:1<24::AID-JCOP2290140104>3.0.CO;2-P
- Chu, P. S., Saucier, D. A., & Hafner, E. (2010). Meta-analysis of the relationships between social support and well-being in children and adolescents. *Journal of Social and Clinical Psychology, 29*(6), 624–645. <https://doi.org/10.1521/jscp.2010.29.6.624>
- Davidson, W. B., & Cotter, P. R. (1991). The relationship between sense of community and subjective well-being: A first look. *Journal of Community Psychology, 19*(3), 246–253. [https://doi.org/10.1002/1520-6629\(199107\)19:3<246::AID-JCOP2290190308>3.0.CO;2-L](https://doi.org/10.1002/1520-6629(199107)19:3<246::AID-JCOP2290190308>3.0.CO;2-L)
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Eggleston, E., Wong, E. L., Hardee, K., Irwanto, Poerwandari, E. K., & Severy, L. J. (2001). Measuring women's psychological well-being in Indonesia. *Women & Health, 32*(4), 17–32. https://doi.org/10.1300/J013v32n04_02
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A.-G. (2009). Statistical power analyses using G*Power 3.1: Tests for correlation and regression analyses. *Behavior Research Methods, 41*(4), 1149–1160. <https://doi.org/10.3758/BRM.41.4.1149>
- Haldane, J., & Nickerson, A. (2016). The Impact of interpersonal and noninterpersonal trauma on psychological symptoms in refugees: The moderating role of gender and trauma type. *Journal of Traumatic Stress, 29*(5), 457–465. <https://doi.org/10.1002/jts.22132>
- Horn, R. (2009). A study of the emotional and psychological well-being of refugees in Kakuma refugee camp, Kenya. *International Journal of Migration, Health and Social Care, 5*(4), 20–32. <https://doi.org/10.5042/ijmhsc.2010.0229>
- Hussain, A., Weisaeth, L., & Heir, T. (2011). Psychiatric disorders and functional impairment among disaster victims after exposure to a natural disaster: A population based study. *Journal of Affective Disorders, 128*(1), 135–141. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2010.06.018>
- Johnstone, M., Parsell, C., Jetten, J., Dingle, G., & Walter, Z. (2016). Breaking the cycle of homelessness: Housing stability and social support as predictors of long-term well-being. *Housing Studies, 31*(4), 410–426. <https://doi.org/10.1080/02673037.2015.1092504>
- Kaniasty, K., & Norris, F. H. (2004). Social support in the aftermath of disasters, catastrophes, and acts of terrorism: Altruistic, overwhelmed, uncertain, antagonistic, and patriotic communities. In R. J. Ursano, A. E. Norwood, & C. S. Fullerton (Eds.), *Bioterrorism: Psychological and public health interventions*

- (pp. 200-229). New York: Cambridge University Press
- McMillan, D. W., & Chavis, D. M. (1986). Sense of community: A definition and theory. *Journal of Community Psychology, 14*, 6–23.
- Norris, F. H., Stevens, S. P., Pfefferbaum, B., Wyche, K. F., & Pfefferbaum, R. L. (2008). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology, 41*, 127–150.
- Plys, E., & Qualls, S. H. (2019). Sense of community and its relationship with psychological well-being in assisted living. *Aging & Mental Health, 0*(0), 1–9. <https://doi.org/10.1080/13607863.2019.1647133>
- Posselt, M., Eaton, H., Ferguson, M., Keegan, D., & Procter, N. (2019). Enablers of psychological well-being for refugees and asylum seekers living in transitional countries: A systematic review. *Health & Social Care in the Community, 27*(4), 808–823. <https://doi.org/10.1111/hsc.12680>
- Prati, G., & Pietrantoni, L. (2009). Optimism, social support, and coping strategies as factors contributing to posttraumatic growth: A meta-analysis. *Journal of Loss and Trauma, 14*(5), 364–388. <https://doi.org/10.1080/15325020902724271>
- Rehdanz, K., Welsch, H., Narita, D., & Okubo, T. (2015). Well-being effects of a major natural disaster: The case of Fukushima. *Journal of Economic Behavior & Organization, 116*, 500–517. <https://doi.org/10.1016/j.jebo.2015.05.014>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology, 52*(1), 141–166. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.141>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 57* (6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (2018). Well-being with soul: Science in pursuit of human potential. *Perspectives on Psychological Science, 13*(2), 242–248. <https://doi.org/10.1177/1745691617699836>
- Tukey, J. W. (1980). We need both exploratory and confirmatory. *The American Statistician, 34*(1), 23–25. <https://doi.org/10.1080/00031305.1980.10482706>