

**HUBUNGAN MEKANISME KOPING DENGAN KEJADIAN STRES PASCA  
BENCANA ALAM PADA MASYARAKAT KELURAHAN  
TUBO KOTA TERNATE**

**Asnayanti  
Lucky Kumaat  
Ferdinand Wowiling**

**Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi  
[Coklat\\_Yanthy@yahoo.com](mailto:Coklat_Yanthy@yahoo.com)**

**Abstract.** *Coping mechanism sapattern oftension to hold him that thre a tens (self defense/maladaptive) or to solv ethe problems faced (adaptive coping mechanisms). Stress is a condition produced by environmental change accepted as something that opposes, threat zenordestroy the balance ofone's equilibrium. Natural disasteris beyond the capacity of ecological disturbance group of living adjus tment to the environment. The purpose of research to determine the relationship of mechanism after natura ldisasters with the incidence of stress coping oncommunities in Tubo Ternate city. The study design was descriptive cross sectional with analytic approach. The research was carried outstarting from July 3<sup>th</sup> to 26<sup>th</sup>, witha total sample of 50 respondents.*

*Keywords: coping mechanisms, stress, natural disasters*

**Abstrak.** Mekanisme koping adalah suatu pola untuk menahan ketegangan yang mengancam dirinya (pertahanan diri/maladaptif) atau untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi (mekanisme koping adaptif). Stress adalah suatu keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang diterima sebagai suatu hal yang menentang, mengancam atau merusak terhadap keseimbangan ekuilibrium seseorang. Bencana alam adalah gangguan ekologis yang melampaui kapasitas penyesuaian sekelompok makhluk hidup dengan lingkungan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan mekanisme koping dengan kejadian stress pasca bencana alam pada masyarakat di Kelurahan Tubo Kota Ternate. Desain penelitian bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 3-26 Juli, dengan jumlah sampe lsebanyak 50 responden.

*Kata kunci : Mekanismekoping, stress, bencanaalam*

## PENDAHULUAN

Bencana alam adalah gangguan ekologis yang melampaui kapasitas penyesuaian sekelompok makhluk hidup dengan lingkungan. Gangguan ekologis ini dapat berdampak pada psikologis masyarakat. Salah satu bentuk dampak psikologis yang sering ditemui adalah stres (Effendyn N, 2012).

Stres yang terjadi di lingkungan masyarakat yaitu stress bioekologi yang merupakan stress ekologi atau lingkungan seperti polusi, cuaca, termasuk bencana alam. Kehilangan orang yang dicintai dan kehilangan aset ekonomi akan menimbulkan gejala stress fisik maupun mental seperti, perasaan sedih, gangguan pola tidur, kemampuan berkonsentrasi menurun, perasaan takut, badan gemetar dan lain-lain. Untuk mengatasi stres, traumatis, dan bangkit dari tekanan bencana alam diperlukan adaptasi stress untuk mengatasi tekanan atau ancaman yang terjadi di lingkungan. Adaptasi adalah suatu proses individual dimana masing-masing individu mempunyai kemampuan untuk mengatasi masalah atau berespon dengan tingkat yang berbeda-beda (Brunner & Suddart, 2001).

Sumber daya koping sangat dibutuhkan atau diperlukan dalam menghadapi sumber stress. Sumber daya koping merupakan salah satu kapasitas yang dapat dimanfaatkan untuk menangani dan menghadapi kesulitan. Dukungan social misalnya merupakan sumber daya koping yang tidak dimiliki namun bias diakses dari lingkungan masyarakat. Ketika berada disituasi tertekan, individu membutuhkan tambahan dukungan. Dukungan social dapat memberi pengaruh positif pada kondisi fisik maupun psikis individu. Individu menerima dukungan social baik berupa informasi atau saran,

bantuan fisik / nonfisik, atau tindakan verbal / nonverbal yang berasal dari keluarga, saudara, kerabat, teman, pemerintah, relawan, dan komunitas serta jaringan social lainnya. Hal ini berarti individu memperoleh dukungan social yang tinggi sebagai tambahan dukungan yang memberi individu pengaruh positif dan membantu melalui kondisi krisis dan kesulitan pasca bencana alam (Weinstein, 2008).

Stres psikososial bencana alam sudah bukan menjadi hal yang baru didengar di Indonesia. Seperti halnya Gunung Gamalama di Maluku Utara merupakan salah satu gunung paling aktif di Indonesia. Sejarah mencatat, letusan gunung setinggi 1.715 meter di atas permukaan laut itu pernah menelan ratusan korban jiwa. Tipe letusan Gunung Gamalama umumnya vulkano stromboli yang berlangsung di kawah utama. Erupsi freato magmatik dengan lontaran bom berstruktur (kerakroti) terkadang diakhiri lelehan lava panas (aliran piroklastik).

Pada tahun 2011 sampai 2012 di Kelurahan Tubo Kota Ternate menyebabkan, 3 orang meninggal dunia, 3 orang luka berat, 29 rumah rusak berat dan 49 rumah rusak ringan.

Batas wilayah kelurahan Tubo, bagian utara berbatasan dengan Kelurahan Sango, sebelah selatan berbatasan dengan Kelurahan Dufa-Dufa, sebelah timur berbatasan dengan Kelurahan Ake Huda, dan sebelah barat berbatasan dengan Gunung Gamalama. Kelurahan Tubo Kota Ternate Utara RT 001/RW 02 memiliki warga Laki-laki 164 jiwa, Perempuan 141 jiwa, jumlah Kepala keluarga 57 KK, Jumlah anggota KK 230 jiwa yang merupakan tempat objek penelitian pada karya ilmiah ini.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptis analitik dengan menggunakan rancangan *cross sectional study* (studi potong lintang) dimana peneliti ingin mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen pada suatu saat tertentu, artinya setiap subjek hanya diobservasi 1 kali saja (Setiadi, 2007)).

Tempat penelitian ini dilakukan di Kelurahan Tubo Kota Ternate. Waktu penelitian ini dimulai dari bulan juni 2013. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang akan diteliti (Setiadi, 2007).

Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh masyarakat yang bertempat tinggal di Kelurahan Tubo dengan jumlah populasi sebanyak 57 KK.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari masyarakat yang mengalami stress pasca bencana alam di Kelurahan Tubo Kota Ternate. Pengambilan sampel secara *proposive sampling* yaitu memilih sampel di antara populasi.

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

Keterangan :

n = sampel

N = populasi

d = tingkat kepercayaan yang diinginkan (0,05)

$$\begin{aligned} n &= \frac{57}{1 + 57(0,0025)} \\ &= \frac{57}{1 + 0,1425} \\ &= \frac{57}{1,1425} \\ &= 49,89 \\ &= 50 \end{aligned}$$

Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 50 responden merupakan masyarakat yang bertempat tinggal di kelurahan Tubo Kota Ternate atas dasar

kriteria inklusi yaitu: Masyarakat yang berada di tempat saat penelitian dilakukan di Kelurahan Tubo Kota Ternate. Masyarakat Kelurahan Tubo dengan status sehat.

Untuk mengukur mekanisme koping pasca bencana alam pada responden dengan menggunakan parameter Guttman yang terdiri 10 pertanyaan, 5 pertanyaan mekanisme koping adaptif dan 5 pertanyaan mekanisme koping maladaptif. Mekanisme koping dinilai berdasarkan cara adaptasi responden yang terdiri dari 2 kategori adaptif dan maladaptif.

Nilai median pada mekanisme koping stres pasca bencana alam :

$$\text{Nilai terendah} \times \text{jumlah pertanyaan} = 1 \times 10 = 10$$

$$\text{Nilai tertinggi} \times \text{jumlah pertanyaan} = 2 \times 10 = 20$$

Dari hasil diatas maka nilai mean :

$$\frac{10 + 20}{2} = 15$$

Untuk mengukur stres pasca bencana dengan menggunakan skala *self reporting questionnaire* (SRQ), yang terdiri dari 2 kategori yaitu, stres dan tidak stres dengan 20 pertanyaan yang dijawab responden, dengan kriteria stres sebagai berikut : Stress ringan jika skor < 20-25 ,Stress sedang jika skor > 26 – 30 dan Stress berat jika skor > 30

Prosedur pengumpulan data melalui tahapan-tahapan sebagai berikut : Membuat surat permohonan ijin melalui Program Studi Ilmu Keperawatan FK Unsrat yang ditujukan kepada Kepala Kelurahan Tubo Kota Ternate Bapak Djiko Tamam.SH (Juni 2013). Setelah mendapatkan ijin selanjutnya peneliti menjelaskan maksud dan prosedur penelitian kepada Kepala Kelurahan. Memberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat dan prosedur penelitian kepada responden. Selanjutnya responden diminta

persetujuannya sebagai responden dalam penelitian. Membagikan kuesioner dan mempersilahkan responden untuk mengisi kuesioner, selama mengisi kuesioner peneliti mendampingi responden agar dapat menjelaskan jika ada pertanyaan yang kurang jelas atau tidak dimengerti. Setelah kuesioner diisi lengkap, responden mengembalikan kuesioner kepada peneliti. Kuesioner yang telah dikumpulkan diperiksa kembali kelengkapannya oleh peneliti. Waktu pengumpulan data dilakukan selama 2 hari.

Data yang telah dikumpulkan selanjutnya dilakukan pengolahan melalui tahap sebagai berikut : *Editing, Coding, Processing* dan *Cleaning* yaitu dengan menggunakan Analisa Univariat dan Analisa Bivariat dilakukan untuk mencari ada tidaknya hubungan masing-masing

variabel bebas dan variabel terikat. Faktor-faktor yang berhubungan dengan mekanisme koping di Kelurahan Tubo Kota Ternate, menggunakan analisis statistic uji chi-square (X<sup>2</sup>) pada tingkat kemaknaan 95 % atau (alpha = 0,05).

Dalam melakukan penelitian, peneliti memandang perlu adanya rekomendasi dari pihak institusi atas pihak lain dengan mengajukan permohonan izin kepada instansi tempat penelitian dalam hal ini Kepala Kelurahan Kota Ternate, setelah mendapat persetujuan barulah dilakukan penelitian dengan menekankan masalah etika penelitian yang meliputi: *Informed Consent* (lembar persetujuan), *Anonimity* (tanpa nama) dan *Confidentiality* (kerahasiaan).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat.:  
**Analisa Univariat**

**Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pada Masyarakat Kelurahan Tubo**

Usia (Tahun)	N	%
20 – 30	7	14,0
31 - 40	16	32,0
41 – 50	27	54,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100,0</b>

*Sumber Data Prima 2013*

**Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Masyarakat Kelurahan Tubo**

Jenis Kelamin	N	%
Laki – laki	25	50,0
Perempuan	25	50,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100,0</b>

*Sumber Data Prima 2013*

**Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Masyarakat Kelurahan Tubo**

Tingkat pendidikan	N	%
Tidak Tamat SD	11	22,0
SD	9	18,0
SMP	12	24,0
SMA	9	18,0
S1	9	18,0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100,0</b>

*Sumber Data Prima 2013*

**Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Stress pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate**

Kejadian Stress	N	%
Ringan	33	66
Sedang	17	34
Berat	0	0
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

*Sumber Data Prima 2013*

**Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Mekanisme Koping pada Masyarakat di Kelurahan Tubo Kota Ternate**

Mekanisme Koping	N	%
Adaptif	39	78
Maladaptif	11	22
<b>Total</b>	<b>50</b>	<b>100</b>

Sumber data prima 2013

#### Analisa Bivariat

**Tabel 6. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Kejadian Stress pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate**

Hasil uji Statistik menunjukkan nilai = 0.01. Hal ini menunjukkan bahwa nilai lebih kecil dari Alfa ( $\alpha = 0.05$ ). Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Mekanisme Koping dengan kejadian Stress Pasca Bencana Alam pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate.

#### Analisa Univariat

Analisis univariat dari hasil penelitian didapatkan data bahwa rata-rata usia masyarakat di Kelurahan Tubo Kota Ternate adalah 41-50 tahun yaitu sebanyak 27 orang (54,0%) dengan umur termuda adalah 20 tahun dan tertua adalah 50 tahun. Masyarakat di Kelurahan Tubo dalam penelitian ini yang berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 25 orang (50,0%) sama dengan jumlah masyarakat laki-laki yaitu sebanyak 25 orang (50,0%). Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa tingkat pendidikan masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate yang tidak tamat SD yaitu sebanyak 11 orang (22,0%), yang tamat SD yaitu sebanyak 9 orang (18,0%), yang tamat SMA yaitu sebanyak 12 orang (24,0%), yang tamat SMA yaitu sebanyak 9 orang (18,0%) dan yang sarjana sebanyak 9 orang (18,0%), dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkat pendidikan yang terbanyak di Kelurahan Tubo adalah masyarakat yang tamat SMA.

Kejadian Stress	Mekanisme Koping		Total	P
	Adaptif	Maladaptif		
Ringan	31	2	33	
Sedang	9	8	17	
Berat	0	0	0	0,01
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>10</b>	<b>50</b>	<b>Total</b>

Sumber Data Prima 2023

#### Kejadian tingkat stress masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate

Penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat kelurahan Tubo Kota Ternate mengalami stress psikososial pada tingkat stress ringan 33 orang (66,0%) dari 50 responden. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Koentjoro (2005) yaitu stress psikososial masyarakat pada gempa bumi di Jogjakarta yang menunjukkan dampak psikologis yang muncul pasca gempa di Yogyakarta adalah kecemasan, stress dan trauma (Koentjoro, 2005).

Tingginya prentase stress psikososial ringan yang dialami masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate dipengaruhi oleh beberapa factor. Factor pertama meletusnya gunung gamalam sudah merupakan hal yang biasa bagi masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate. Factor kedua sebagian masyarakat Kota Ternate sudah terbiasa dengan aktivitas-aktivitas gunung gamalama. Kejadian stress ringan tersebut sesuai dengan respon stress yang disampaikan oleh National Safety Council (2003) yang mengatakan tentang respon melawan atau menghindar dipakai untuk mendeskripsikan mekanisme yang terlibat dalam respon tubuh untuk bertahan terhadap suatu ancaman fisik (NSC, 2003).

### **Mekanisme koping terhadap kejadian stress pasca bencana alam**

Pada hasil penelitian Mekanisme koping masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate diperoleh mekanisme koping adaptif yaitu sebanyak 39 orang (78,0%) lebih banyak dibandingkan dengan mekanisme koping maladaptif yaitu sebanyak 11 orang (22,0%). Dari hasil penelitian diperoleh bahwa mekanisme koping adaptif dengan kategori stress ringan dan sedang lebih banyak daripada mekanisme koping maladaptif yang diterapkan oleh masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate. Hal ini dapat dilihat bahwa tingkat merespon stress dalam adaptasi masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate berbeda-beda sesuai dengan yang disampaikan oleh Sumarno H (2009) Persepsi terhadap kerentanan atau kerapuhan individu dilihat dari cara individu memenuhi kebutuhan diri.

Oleh karenanya, individu berupaya agar selalu sehat supaya dapat bekerja dan menyelesaikan masalah supaya tidak mengganggu pekerjaan yang merupakan hal yang dipandang sebagai kekuatan. Mekanisme koping merupakan variable yang melekat pada masalah *post traumatic stress disorder* sehingga tingginya mekanisme koping terfokus masalah terhadap tingkat stress yang dialami individu (Sumarno, 2009).

### **Analisa Bivariat**

Dari hasil penelitian di tunjukan bahwa dari 50 responden didapati mekanisme koping adaptif pada kategori stress ringan 31 orang, kategori stress sedang 2 orang dan

kategori stress berat 0 orang sedangkan untuk mekanisme koping maladaptif pada kategori stress sedang sebanyak 8 orang. Hasil uji Statistik menunjukkan nilai  $p = 0.01$ . Hal ini menunjukkan bahwa nilai lebih kecil dari Alfa ( $\alpha < 0.05$ ). Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Mekanisme Koping dengan kejadian Stres Pasca Bencana Alam pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Stuart (2010) Mekanisme koping adalah berbagai usaha yang dilakukan individu untuk menanggulangi stress yang di hadapinya (Stuart, 2007).

### **PENUTUP**

#### **Kesimpulan**

Diketahui kejadian stress pasca bencana alam pada masyarakat di Kelurahan Tubo dengan kategori stress ringan 33 responden (66%), kategori sedang 17 responden (34%), kategori berat 0 responden (0%). Diketahui mekanisme koping yang digunakan masyarakat dalam mengatasi kejadian stress pasca bencana alam di kelurahan Tubo Kota Ternate dengan kategori mekanisme koping adaptif 39 responden (78 %) dan maladaptif 11 responden (22 %). Hasil uji Statistik menunjukkan nilai  $p = 0.01$ . Hal ini menunjukkan bahwa nilai lebih kecil dari Alfa ( $\alpha < 0.05$ ). Dengan demikian  $H_0$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Mekanisme Koping dengan kejadian Stres Pasca Bencana Alam pada Masyarakat Kelurahan Tubo Kota Ternate

**DAFTAR PUSTAKA**

Effendyn N. 2012. *Dasar-Dasar Keperawatan Kesehatan Masyarakat*. Edisi Kedua: Jakarta

Brunner & Suddarth. 2001. *Keperawatan Bedical Bedah*. Edisi 8 Vol 1. EGC; Jakarta.

National Safety Council. 2003. *Manajemen Stres*. EGC. Jakarta.

Koentjoro,(2005).*Refleksi Gempa Bumi Yogyakarta 27 Mei*. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press.

Sumarno, H. (2009). Dalam Laporan Penelitian Pusat Studi Bencana LPPM Mengenai *Indicator Kerentanan Keluarga Petanidan Nelayan*.

Setiadi. 2007. *Konsep Dan Penulisan Riset Keperawatan*. Edisi Pertama : Yogyakarta.

Stuart. 2007. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Edisi Kelima; Jakarta.

Weinstein, J. (2008). *In the Best Interest of Children: A Proposal to Transform the Adversarial System*. United Stated. Sunway Academic Journal.

