

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Resiliensi Psikologis Masyarakat Pasca Bencana Banjir di Desa Pondok Batu, Kabupaten Mukomuko”, Maka dapat di simpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Resiliensi Psikologis Masyarakat Pasca Bencana Banjir di Desa Pondok Batu menunjukkan psikologis yang belum optimal atau belum terbentuk, ditemukan bahwa para informan mengalami ketakutan dan kecemasan pasca banjir. dapat disimpulkan bahwa masyarakat korban banjir memiliki kapasitas resiliensi yang beragam, namun secara umum mampu bertahan dan menyesuaikan diri terhadap tekanan psikologis pascabencana. Resiliensi tidak muncul secara instan, melainkan berkembang melalui proses pengalaman, pemaknaan, serta dukungan lingkungan. Tujuh aspek resiliensi menurut Reivich dan Shatté regulasi emosi,

kontrol impuls, analisis kausal, efikasi diri, optimisme, empati, dan pengembangan diri tampak hadir dalam diri delapan informan, meskipun pada tingkat yang berbeda-beda. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun masyarakat mengalami kecemasan, ketakutan, dan tekanan ekonomi, mereka tetap berupaya mempertahankan fungsi psikologis dan sosialnya.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Resiliensi Psikologis Masyarakat Desa Pondok Batu pasca bencana banjir terdiri atas faktor internal dan eksternal yang saling berhubungan. Faktor internal terlihat dari lemahnya regulasi emosi, dimana masyarakat mudah merasa marah, cemas, panik, dan sulit menenangkan diri ketika hujan deras atau banjir kembali terjadi. Sementara itu, faktor eksternal juga memainkan peran penting, seperti keterbatasan dukungan sosial dari tetangga dan lingkungan yang membuat proses pemulihan semakin berat, serta dukungan keluarga yang meskipun hadir, belum cukup menguatkan keyakinan diri individu.

Kombinasi faktor internal dan eksternal inilah yang secara signifikan membentuk dan memengaruhi tingkat resiliensi psikologis masyarakat pasca bencana.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka penelitian ini memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi pemerintah Desa BPBD

Pemerinta Desa dan BPBD di harapkan membuat program terkait dengan penanggap bencana, membuat kelompok umkm, bagaimana memberikan ketenangan dini terhadap bencana, mendampingi pemerintah desa dalam proses pemulihan pasca banjir, melakukan pemetaan atau pendataan dampak bencana, dan meningkatkan edukasi kesiapsiagaan bencana melalui simulasi evakuasi.

2. Bagi lembaga keagamaan, Tokoh Adat, Tokoh masyarakat

Lembaga keagamaan dan tokoh masyarakat di harapkan berperan aktif dalam pemulihan psikologis

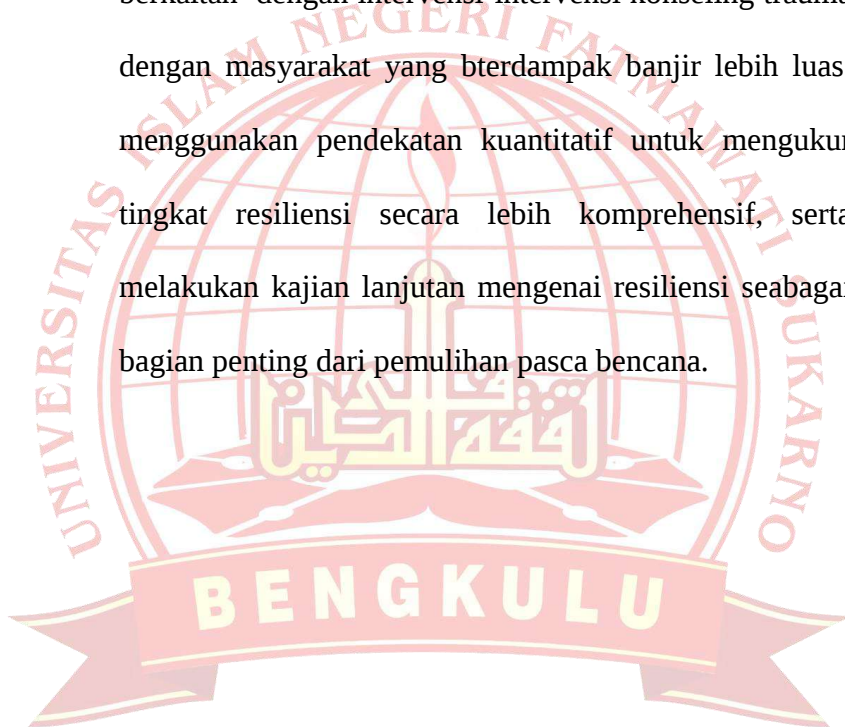
masyarakat melalui ceramah atau konseling yang menumbuhkan optimisme, melibatkan tokoh adat dalam penguatan nilai budaya local, dan mendorong semangat gotong royong khususnya bagi keluarga yang terdampak berat.

3. Bagi program studi Bimbingan dan Konseling

program studi Bimbingan dan Konseling Islam di harapkan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai untuk melakukan kerja sama dengan pengabdian masyarakat, untuk memberikan kurikulum yang nanti langsung mahasiswa itu terjun langsung ke lapangan memeberikan pemahan tentang konseling krisis dan terutama dalam penyediaan layanan konseling pasca bencana yang berbasis nilai-nilai islam, sehingga mampu memperkuat peran akademisis dalam mendampingi masyarakat pada situasi krisis dan pemulihan psikososial.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya di harapkan dapat memberi pehaman terkait dengan tentang trauma informat care dan konseling trauma, melaksanakan kegiatan-kegiatan berkaitan dengan intervensi-intervensi konseling trauma dengan masyarakat yang bterdampak banjir lebih luas, menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengukur tingkat resiliensi secara lebih komprehensif, serta melakukan kajian lanjutan mengenai resiliensi seabagai bagian penting dari pemulihan pasca bencana.



DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Zarina, Iriani Indri Hapsari, and Burhanuddin Tola. "Community Resilience for Natural Disaster Survivors in Yogyakarta Province." *Analitika* 9, no. 2 (2017): 76.
- Arief Rosyidie. "Banjir: Fakta Dan Dampaknya, Serta Pengaruh Dari Perubahan Guna Lahan Arief." *Jurnal Perencanaan Wilayah Dan Kota* 24, no. 3 (2013): 241–49.
- Aisyah Nurul Hafidah, "Faktor Resiliensi klien masyarakat dalam perspektif teori bioekologi bronfenbrenner: Pentingnya Faktor Dukungan Sosial", *Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2020): 52-68.
- Balahanti, Ramlan, Windy Mononimbar, and Pierre H Gosal. "Analisis Tingkat Kerentanan Banjir Di Kecamatan Singkil Kota Manado." *Jurnal Spasial* 11 (2023): 69–79. <https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/spasial/article/download/51447/44169/121650>.
- Beauvais, and Oetting. "Drug Use, Resilience, and the Protective Factors in Adolescents." *A Review of the Literature. Substance Use & Misuse* 34, no. 7 (1999): 835–842.
- Br Torus, Octaviani, Lidwina Trisastuti Listianingsih, and Tina Shinta Parulian. "Resiliensi Dan Kesiapsiagaan Terhadap Bencana Banjir Pada Masyarakat." *Jurnal Gawat Darurat* 4, no. 2 (2022): 101–10.
- Damayanti, Anggita, Asdaf Kota Bengkulu, and Provinsi Bengkulu. "Kinerja Penanggulangan Bencana Banjir Di Kota Bengkulu Provinsi Bengkulu," n.d., 9.
- ¹ Dewi, Yolanda puspita, Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Efikasi Diri Dalam Memecahkan Masalah Melalui komseling Individual Di Smk Hidayah Semarang, (Semarang, Yolanda puspita dewi, 2020): 36.
- Dwi, Yulis Setiya, Sriyono. "Resiliensi Ibu Menghadapi Bencana Alam", 88, 2022.

- Ella Vanderbilt and Daniel S. Shaw, "Protective Factors and the Development of Resilience in the Context of Neighborhood Disadvantage," *Abnorm Child Psychol* 36, no. 6 (2009): 887, <https://doi.org/10.1007/s10802-008-9220-1>.Protective.
- Erlia, Devi, Rosalina Kumalawati, and Nevy Farista Aristin. "Analisis Kesiapsiagaan Masyarakat Dan Pemerintah Menghadapi Bencana Banjir Di Kecamatan Martapura Barat Kabupaten Banjar." *JPG (Jurnal Pendidikan Geografi)* 4, no. 3 (2017): 15–24.
- Eslamian, S., & Eslamian. *Handbook of Disaster Risk Reduction for Resilience: New Frameworks for Building Resilience to Disasters*. Springer, 2021.
- Feny Rita Fiantika, Dkk. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. In *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Rake Sarasin, 2022.
- Fisntika, Feny R; Dkk. *Metode Penelitian Kualitatif*. Padang: PT. GLOBAL EKSEKUTIF TEKNOLOGI, 2022.
- Glantz, M. D., & Johnson, J. *Resilience and Development: Positive Life Adaptations*. New York: Kluwer Academic/Plenum Publishers., 2002.
- Gusniwita, R, E Juita, and E Zuriyani. "Kondisi Daerah Rawan Dan Terdampak Bencana Banjir Di Desa Pondok Batu Kecamatan Kota Mukomuko Kabupaten Mukomuko." *Innovative: Journal Of Social ...* 3 (2023): 3992–4004.
- Han, Dandan, Yupei Yang, Wei Zhang, Tao Hsin Tung, and Fengmin Cheng. "The Relationship between Social Support, Psychological Resilience, and Positive Coping among Medical Staff during Emergency Assistance for Public Health Emergency." *Journal of Public Health (Germany)* 33, no. 7 (2025): 59. <https://doi.org/10.1007/s10389-023-02113-x>.
- Hardani, Andriani Helmina, *Metodologi Penelitian Kualitatif & kuantutatif*, Yogyakarta, , Cv. Pustaka ilmu group, 2020: 375-380
- Hartini, Nurul. "Resiliansi Warga Di Wilayah Rawan Banjir Di

- Bojonegoro.” *Masyarakat, Kebudayaan Dan Politik* 30, no. 2 (2017): 114. <https://doi.org/10.20473/mkp.v30i22017.114-120>.
- Huberman, Miles. “Qualitative Data Analysis, A Methods Sourcebook,” 3rd ed. Sage Publications, 2018.
- Ikbal, Riska. “Resiliensi Masyarakat Dalam Menghadapi Bencana Banjir Di Kecamatan Somba Opu, Kabupaten Gowa.” *UNISMUH Makassar*, 2024, 1–112.
- İme, Yakup, and Bülent Dilmaç. “The Association between Depression, Anxiety, Stress, and Resilience; Self-Efficacy and Social Support as Mediators among 2023 Türkiye Earthquake Survivors.” *Current Psychology* 44, no. 14 (2025): 167. <https://doi.org/10.1007/s12144-025-08114-1>.
- Khastari, Assyfa Dania. *Adaptasi Masyarakat Rentan Terdampak Banjir Di Pinggir Kali Pesanggrahan Jakarta Selatan*, 2023.
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/78528>.
- Kilwouw, Astuti Nurlaila. “Viktimisasi Struktural Terhadap Masyarakat Kepulauan Maluku Utara (Kapitalisasi Sumberdaya Agraria Di Era Otonomi Daerah).” *Jurnal Agraria* 2, no. 1 (2017): 22–23.
- Kraemer. “Coming to Terms with the Terms of Risk.” *Archives of General Psychiatry* 4, no. 54 (1997): 337–343.
<https://doi.org/10.1001/archpsyc.1997.01830160065009>.
- Kumara, A. R. “Metodologi Penelitian Kualitatif.” *Metodologi Penelitian Kualitatif*, 2018, 3–92.
- Kurniawati, Dewi. “Communication on Disaster Mitigation as Community Precautions in Disaster Management.” *Journal of SIMBOLIKA: Research and Learning in Communication Study* 6, no. 1 (2020): 51–58.
- Lalu Zulkifli, Elma Vanani Emilga, Muh. Gibran Abdurrahman, Lingga Daniswara, Asmita, Maratun Basitha, and M. Galih

- Dwi Ariesta. "Sosialisasi Mitigasi Bencana Dan Pemetaan Jalur Evakuasi Untuk Mendukung Desa Sengkol Sebagai Desa Tanggap Bencana." *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA* 5, no. 1 (2022): 295–99. <https://doi.org/10.29303/jpmpt.v5i1.1477>.
- Longstaff. "Building Resilient Communities: A Preliminary Framework for Assessment. Homeland Security Affairs." *Homeland Security Affairs* 6, no. 3 (2010): 1–23.
- Manuel Barrera, "Barrera, Manuel, Jr, Distinctions Between Social Support Concepts, Measures, and Models , American Journal of Community Psychology, 14:4 (1986:Aug.) p.413," American Journal of Community Psychology 4, no. 14 (1986): 1–14.
- Mar'atus Sholikhah Pujianto, Nur Aziz Afandi. "Prososial Relawan Trauma Healing Korban Bencana Alam (Prosocial Trauma Volunteers Healing Natural Disaster Victims)." *Jurnal Psikologi* 8, no. May (2024): 83–94.
- Marta, Lianda, Lenny Kendhawati, and Marisa F. Moeliono. "Adolescent Resilience Reviewed by Gender." *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi* 11, no. 3 (2023): 371. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v11i3.11577>.
- Masrukin. "Dampak Psikologis Akibat Bencana Alam Pada Peserta Didik Di SDN Inpres Jono Oge Kecamatan Sigi Biromaru Kabupaten Sigi." *Jurnal Pendidikan* 2, no. 2 (2020): 48-49.
- Murdiyanto, Eko. *Metode Penelitian Kualitatif (Teori Dan Aplikasi Disertai Contoh Proposal)*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Pada Masyarakat UPN "Veteran" Yogyakarta Press, 2020.
- Nasution Abdul Fatah, "Metodologi penelitian kualitatif" Bandung, Cv. Harva Creative, 2023: 91.
- Pandjaitan. "Kapasitas Adaptasi Komunitas Pesisir Pada Kondisi Rawan Pangan Akibat Perubahan Iklim." *Sodality* 3, no. 4 (2016): 281–90.

- Polizzi, Craig P., Charlie W. McDonald, Fiona G. Sleight, and Steven Jay Lynn. "Resilience, Coping, And The Covid-19 Pandemic Across The Globe-An Update: What Have We Learned." *Handbook of Child and Adolescent Psychology Treatment Modules: Personalized Care in Behavior and Emotion* 01, no. 7 (2023): 75–87. <https://doi.org/10.1016/B978-0-323-99613-6.00013-2>.
- Pratiwi, Salsabila Arum, and Baiq Sandiati Yuliandri. "Anteseden Dan Hasil Dari Resiliensi." *Motiva Jurnal Psikologi* 5, no. 1 (2022): 8. <https://doi.org/10.31293/mv.v5i1.5667>.
- Rahmah Rezki Elvika and Romi Fajar Tanjung. "Analisis Strategi Coping Generasi Z: Tinjauan Terhadap Emotion-Focused Coping Dan Problem-Focused Coping," *Berkala Kajian Konseling Dan Ilmu Keagamaan* 10, no. 1 (2023): 19–31
- Reivich, Karen, and Andrew Shatté. *The Resilience Factor: 7 Essential Skills for Overcoming Life's Inevitable Obstacles*. New York: Broadway Books, 2002.
- Safitri, Nadya. "Padangsidimpuan Tahun 2021: 33-34.
- Sahir,hafni syafrida, Metodologi penelitian, Bantu-jogjakarta, KBM INDONESIA 2022: 45-46
- Sakdiah, Halimatun, and Evi Mauliza. "Pemulihan Pasca Tujuh Belas Tahun Tsunami Aceh Dari Tinjauan Sosial Dan Ekonomi Pada Masyarakat Kota Banda Aceh." *Jurnal Sains Riset* 13, no. 1 (2023): 140–49. <https://doi.org/10.47647/jsr.v13i1.980>.
- Saputra, Adi, AM Diponegoro, and Siti Urbayatun. "Resiliensi Pada Penyintas Pasca Gempa Bumi Lombok." *Psyche: Jurnal Psikologi* 5, no. 2 (2023): 203–33. <https://doi.org/10.36269/psyche.v5i2.1362>.
- Sarwono, Hermono Suroto Budinetto, Isnugroho, Sudarta, and Novianingrum Ekarina. "Pedoman Pengelolaan Bencana Banjir : Output Kegiatan Pengembangan Rancangan Nspm (K) Bidang Sungai Desember,." *Pusat Litbang Sumber Daya*

Air: Kementerian Pekerjaan Umum Dan Perumahan Rakyat, no. 022 (2014): 1–26.
https://simantu.pu.go.id/personal/img-post/superman/post/20181128104359__F__KMS_BOOK_20180724121506.pdf.

Sejati, Sugeng. “The Role of Guidance and Counseling Teachers in Addressing Juvenile Delinquency in Indonesian Schools.” *Jurnal Pustaka Indonesia* 3, no. 2 (2023): 85–94.

Sejati, Sugeng, and Desi Isnaini. “Toxic Relationship: Rational Emotive Behavior Therapy.” *Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)* 09, no. 2 (2022): 166–72.

Siti Maesaroh, Euis Sunarti, and Istiqlaliyah Muflikhati, “Ancaman, Faktor Protektif, Dan Resiliensi Remaja Di Kota Bogor,” *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konseling* 12, no. 1 (2019): 63–74.

Setyo Pratiwi, Tiffany, and Hidayat Chusnul Chotimah. “Pemulihan Pasca Bencana Erupsi Di Kawasan Wisata Merapi Daerah Istimewa Yogyakarta Ditinjau Dari Model Pentahelix.” *Jurnal Konstituen* 4, no. 1 (2022): 1–8.
<http://ejournal.ipdn.ac.id/konstituen>.

Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R & D*, 2013.

Sujarweni, Wiratna. *Metodologi Penelitian Lengkap, Praktis, Dan Mudah Dipahami*, 2014.

Syamsu, Awaluddin. “Self-Efficacy: A New Research Construct in Indonesian English Teachers Study.” *ETERNAL (English, Teaching, Learning and Research Journal)* 3, no. 2 (2017): 118–23. <https://doi.org/10.24252/eternal.v32.2017.a1>.

Tambajong, Liny, Lely Mustika, and Amanda Sembel. “Strategi Aksi Kota Berketahanan Bencana,” 2023.

Taryana, Agus, Muhammad Rifa El Mahmudi, and Herjanto Bekt. “Analisis Kesiapsiagaan Bencana Banjir Di Jakarta.” *JANE - Jurnal Administrasi Negara* 13, no. 2 (2022): 302.

<https://doi.org/10.24198/jane.v13i2.37997>.

Ummah, Masfi Sya'fiatul. *Metode Penelitian Kualitatif. Sustainability (Switzerland)*. Vol. 11, 2019. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-Bene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI.

Wandira, Ayu, Muzani Jalaluddin, and Ilham Badaruddin Mataburu. "Resiliensi Masyarakat Daerah Rawan Banjir (Studi Kasus Di Kelurahan Kampung Melayu)." *Jurnal Ilmiah Ilmu Sosial* 10, no. 2 (2024): 203–17. <https://doi.org/10.23887/jiis.v10i2.83653>.

