

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN RESILIENSI PENYINTAS BENCANA BANJIR DI KECAMATAN GUBUG KABUPATEN GROBOGAN

Meiliana Putri Vella Risti¹, Emmanuel Satyo Yuwono²

Universitas Kristen Satya Wacana

meilianameldut@gmail.com¹, emmanuel.yuwono@uksw.edu²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penyintas bencana banjir di Kecamatan Gubug, Kabupaten Grobogan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 150 penyintas banjir yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Dukungan Sosial yang diadaptasi dari Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dan skala Resiliensi yang mengacu pada Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penyintas bencana banjir ($\beta = 0,312$; $p = 0,000$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi yang dimiliki. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan sekitar berperan dalam membantu penyintas menghadapi tekanan psikologis, meningkatkan kemampuan adaptasi, serta mempercepat proses pemulihan pasca bencana. Hasil penelitian ini mengimplikasikan pentingnya penguatan jaringan dukungan sosial sebagai bagian dari upaya meningkatkan resiliensi masyarakat di wilayah rawan bencana.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, Resiliensi, Penyintas Banjir.

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationship between social support and resilience among flood disaster survivors in Gubug District, Grobogan Regency. The study employed a quantitative approach with a correlational research design. A total of 150 flood survivors participated in the study and were selected using purposive sampling techniques. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). The results indicated a positive and significant relationship between social support and resilience among flood survivors ($\beta = 0.312$; $p = 0.000$). These findings suggest that individuals who receive higher levels of social support tend to demonstrate higher levels of resilience. Social support from family members, friends, and the surrounding community plays an important role in helping survivors cope with psychological distress, enhance adaptive capacities, and accelerate post-disaster recovery. The findings imply that strengthening social support networks should be considered an important strategy for enhancing community resilience in disaster-prone areas.

Keywords: Social Support, Resilience, Flood Survivors.

PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai negara yang sering mengalami bencana. Menurut LIPI UNESCO/ISDR (2006), kejadian alam yang sering melanda Indonesia meliputi badai tropis, longsor, kekeringan, banjir, erupsi gunung, gempa bumi, hingga tsunami (Fara 2012). Banyak orang beranggapan bahwa bencana alam adalah peristiwa yang datang tiba-tiba dan tidak terduga, sehingga masyarakat lebih sering menunggu bencana yang akan menimpa mereka. Pandangan ini berkeyakinan bahwa bencana merupakan fenomena alam yang tidak dapat diprediksi, tidak bisa dihindari, dan berada di luar kendali manusia (Triutomo, 2017).

Salah satu jenis bencana yang kerap terjadi di Indonesia adalah banjir. Banjir merupakan kondisi di mana tanah terendam air karena peningkatan jumlah air, dan peristiwa ini terkadang dapat diprediksi, namun kadang pula tidak. Banjir yang bisa diperkirakan umumnya terjadi saat musim hujan di kawasan yang rawan hujan. Sebaliknya, banjir yang tidak bisa diprediksi biasanya muncul di daerah yang jarang mengalami banjir, seringkali disebabkan oleh pecahnya tanggul. (Abdi Husairi Nasution, 2015). Banjir yang mengakibatkan sekitar 5. 200 orang kehilangan nyawa di negara bagian utara Afrika ini disebabkan oleh badai yang menerjang Mediterania pada tanggal 4 September 2023, yang membawa dampak kerusakan berat di Kota Derna. Bangunan-bangunan terendam, kendaraan terbalik, dan puing-puing mengalir akibat keruntuhan bendungan.

Berdasarkan informasi dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), antara tahun 2020 hingga 2024, Indonesia mengalami sebanyak 6. 913 kejadian banjir. Pada periode 1 Januari hingga 17 Maret 2025, Indonesia mencatat sudah 641 bencana hidrometeorologi yang basah, yang sebagian besar berupa banjir, cuaca ekstrem, dan tanah longsor. Peningkatan frekuensi bencana hidrometeorologi di Indonesia disebabkan oleh kenaikan curah hujan. Menurut data yang diperoleh dari Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Grobogan, banjir di Grobogan melanda Dua puluh tiga desa di enam kecamatan, yaitu Toroh, Tawangharjo, Purwodadi, Kedungjati, Gubug, dan Tegowanu, terpengaruh oleh bencana ini yang melibatkan 4. 606 keluarga. Menurut laporan dari Pusat Pengendalian Operasi Penanggulangan Bencana (Pusdalops PB) BPBD Grobogan, sebanyak 280 orang di Kecamatan Gubug harus mengungsi akibat banjir yang meluas, di mana kedalaman air mencapai satu meter. Beberapa warga menyatakan bahwa 60 orang mengungsi ke gereja, 90 orang ke masjid, 100 orang ke rumah kerabat, dan 30 orang ke balai desa. Dari informasi yang disampaikan oleh warga, banjir yang terjadi di wilayah mereka kali ini disebabkan oleh hujan yang deras dan aliran air dari hulu Sungai Lusi, Sungai Glugu, dan Sungai Tuntang, yang membuat sejumlah sungai di desa meluap karena volume air yang melebihi batas. Maka dari itu, sangat penting bagi masyarakat untuk meningkatkan kapasitas dalam mengelola, belajar, dan beradaptasi dengan bencana yang terjadi.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Sri Jayanti Rasyid dkk (2023), ditemukan bahwa resiliensi berfungsi sebagai indikator untuk menilai keberlanjutan kehidupan baik individu maupun komunitas dalam keadaan yang sulit. Komunitas yang memiliki kemampuan ini, atau yang disebut dengan kemampuan resilien, mampu bertahan menghadapi perubahan yang mungkin datang tiba-tiba. Resiliensi menunjukkan seberapa baik individu dapat beradaptasi dengan memanfaatkan kemampuan yang dimilikinya serta sejauh mana masyarakat dapat memperkuat kapasitas diri melalui pembelajaran dan penyesuaian setelah mengalami bencana alam (Sri Jayanti Rasyid dkk, 2023). Penelitian oleh Satria dan Sari (2017) di sebuah desa di Kecamatan Aceh Besar yang rentan terhadap tsunami menemukan bahwa 63% dari penduduk memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, sedangkan 37% lainnya memiliki resiliensi yang rendah dan bersikap pasrah. Studi lainnya menunjukkan bahwa secara keseluruhan, 54. 2% penduduk memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, sementara 45. 8% sisanya tidak (Tampi, Kumaat, and Masi, 2013). Masalah dan kesulitan yang dihadapi oleh penyintas merupakan faktor risiko yang mendorong mereka untuk bangkit dan mengembangkan resiliensi (Purwanti dan Kuswanti, 2018). Resiliensi adalah suatu kemampuan yang sangat penting untuk dikembangkan pada para korban bencana alam. Meskipun konsep resiliensi dalam manajemen bencana telah dibahas dalam berbagai literatur sejak tahun 1980-an, minat terhadapnya telah meningkat pesat dalam dekade terakhir. Resiliensi dianggap vital untuk kelangsungan hidup, sehingga menjadi perhatian utama. Strategi untuk menyesuaikan diri dengan kondisi cuaca dan proses pemulihan setelah bencana.

Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi, mengatasi, dan merespon dengan cara yang positif terhadap situasi yang dianggap sebagai hal yang biasa untuk dilalui (Suwarjo, 2008, p. 23). Berdasarkan pandangan Reivich dan Shatte (2002), resiliensi diartikan

sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan tetap kokoh dalam kondisi yang sulit. Individu yang memiliki tingkat resiliensi yang baik cenderung lebih mudah untuk mempertahankan fokus, berpikir untuk bertindak, serta bertahan melalui masa-masa sulit. Resiliensi memberikan efek positif bagi para penyintas bencana banjir karena mendukung mereka untuk pulih lebih cepat dalam hal fisik, emosional, dan sosial. Dengan adanya resiliensi, penyintas tidak hanya bisa bertahan, tetapi juga mampu bangkit dan membangun kembali kehidupan mereka dengan lebih kuat. Di samping itu, terdapat beberapa faktor yang bisa mempengaruhi resiliensi, termasuk faktor internal seperti kemampuan berpikir, cara pandang terhadap situasi yang terjadi, serta faktor eksternal seperti dukungan sosial. (Dumont & Provost, 1999; Olsson, et, al, 2003)

Sebuah studi yang dilakukan oleh Zhou dan kolega (dalam Zhou, Wu, dan Zhen 2017) menunjukkan bahwa remaja dengan dukungan sosial yang kuat cenderung merasakan keamanan dan hubungan yang memudahkan mereka untuk mengungkapkan pengalaman traumatis. Sebaliknya, remaja yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah akan memiliki daya resiliensi yang rendah. Dukungan sosial adalah ketika seseorang secara pribadi memberikan nasihat, memotivasi, mengarahkan, memberikan semangat, dan menunjukkan jalan keluar ketika mengalami masalah atau kesulitan untuk melakukan sesuatu dengan cara yang direncanakan untuk mencapai tujuan (Bastaman, 1996). Memberikan bantuan kepada orang lain adalah contoh transaksi interpersonal yang dikenal sebagai dukungan sosial. Bantuan ini datang dari orang yang berarti bagi orang yang dibantu. Individu dapat mendapatkan perasaan diperhatikan, dihargai, dan dicintai jika mereka memiliki hubungan sosial yang akrab atau keberadaan mereka (Sarason, dkk, 1990).

Pada penelitian sebelumnya menurut Syaria Nur Jannah, dkk (2018) menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penyintas banjir rob. Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima, maka semakin tinggi tingkat resiliensi individu. Muthmainah (2020) mendeskripsikan bahwa dukungan sosial dari orang tua, guru, tokoh masyarakat dan komunitas dapat membentuk resiliensi pada anak di wilayah perbukitan Gunung Kidul. Bentuk dukungan meliputi dukungan emosional, instrumental, informasi dan penghargaan. Pada penelitian Tampi, Kumaat, dan Masi (2013) menunjukkan bahwa dukungan bahwa dukungan emosional, penghargaan, informasi memiliki hubungan yang positif dan signifikan dengan tingkat resiliensi stres pada penyintas bencana banjir.

METODE

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain yang bersifat korelasional, bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan kemampuan bertahan hidup penyintas bencana banjir di Kecamatan Gubug.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Hasil Statistik Deskriptif

Tabel 1

Hasil Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Min	Max	M	SD
Resiliensi	150	74	100	79.81	6.51
Dukungan Sosial	150	31	48	40.63	3.90

Berdasarkan Tabel 1, jumlah partisipan penelitian sebanyak 150 responden. Variabel resiliensi memiliki skor minimum 74 dan maksimum 100, dengan rata-rata (*mean*) sebesar 79,81 dan standar deviasi 6,51. Hasil ini menunjukkan bahwa tingkat resiliensi responden cenderung tinggi dengan variasi data yang tidak terlalu besar. Variabel dukungan sosial memiliki skor minimum 31 dan maksimum 48, dengan rata-rata (*mean*) 40,63 dan standar deviasi 3,90. Hasil

ini menunjukkan bahwa peserta cenderung memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi dan bahwa distribusi datanya relatif konsisten. Secara umum, hasil statistik deskriptif menunjukkan bahwa penyintas banjir di Kecamatan Gubug memiliki tingkat ketahanan dan dukungan sosial yang cukup tinggi.

Tabel 2

Kategorisasi Resiliensi

Kategori	Rentang Skor	f	%
Tinggi	$X \geq 86.32$	27	18.0%
Sedang	$73.29 \leq X < 86.32$	123	82.0%
Rendah	$X < 73.29$	0	0.0%

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat resiliensi dalam kategori sedang, yaitu 123 responden (82,0%). Selanjutnya, 27 responden (18,0%) berada dalam kategori tinggi, dan tidak ada responden dalam kategori rendah (0,0%). Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar penyintas banjir di Kecamatan Gubug memiliki kemampuan yang cukup baik untuk beradaptasi dan menghadapi tekanan yang disebabkan oleh bencana, meskipun ada beberapa orang yang memiliki tingkat resiliensi yang berbeda.

Tabel 3

Kategorisasi Dukungan Sosial

Kategori	Rentang Skor	f	%
Tinggi	$X \geq 44.53$	27	18.0%
Sedang	$36.74 \leq X < 44.53$	95	63.3%
Rendah	$X < 36.74$	28	18.7%

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat dukungan sosial dalam kategori sedang, yaitu 95 responden (63,3%). Sebanyak 27 responden (18,0%) berada dalam kategori tinggi, dan 28 responden (18,7%) berada dalam kategori rendah. Hasil menunjukkan bahwa meskipun ada beberapa orang yang mengatakan bahwa mereka mendapatkan dukungan sosial yang kurang dari lingkungan sekitar, mayoritas penyintas banjir di Kecamatan Gubug mendapatkan dukungan sosial yang cukup baik.

2. Hasil Uji Asumsi

Tabel 1

Hasil Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk	df	Sig.	Keterangan
Dukungan Sosial (X)	0,960	150	0,001	Tidak normal
Resiliensi (Y)	0,785	150	0,000	Tidak normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji Shapiro–Wilk yang ditunjukkan pada Tabel 1, variabel dukungan sosial memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,001 ($p < 0,05$), dan variabel resiliensi memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel penelitian tidak memenuhi asumsi normalitas. Akibatnya, uji statistik nonparametrik yang tepat dapat digunakan untuk menganalisis hipotesis.

Tabel 2

Hasil Uji Linearitas

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Y*X	.312	.097	.466	.217

Berdasarkan hasil uji linearitas pada Tabel 2, diperoleh nilai *R* sebesar 0,312 dan *R Squared* sebesar 0,097. Selain itu, nilai *Eta* sebesar 0,466 dan *Eta Squared* sebesar 0,217. Karena nilai *Eta* lebih besar dibandingkan nilai *R* ($0,466 > 0,312$), hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi cenderung tidak linear. Dengan demikian, asumsi linearitas pada penelitian ini tidak terpenuhi, sehingga analisis hubungan antar variabel lebih tepat menggunakan uji nonparametrik.

3. Hasil Uji Hipotesis

Tabel 1
Hasil Uji t test

Model	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
(Constant)	58.855	5.273		11.162	.000
Dukungan sosial	.515	.129	.312	3.992	.000

Nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan nilai *t* sebesar 3,992 ditemukan pada Tabel 1. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh besar terhadap resiliensi. Nilai 0,312 menunjukkan hubungan positif yang menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang lebih besar terkait dengan tingkat resiliensi penyintas banjir. Oleh karena itu, H1 diterima dan H0 ditolak.

Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara resiliensi dan dukungan sosial pada penyintas bencana banjir di Kecamatan Gubug, Kabupaten Grobogan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai signifikansi adalah 0,000 ($p = 0,05$), dan koefisien hubungan adalah 0,312. Hasil menunjukkan hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dan kemampuan penyintas bencana banjir untuk bertahan. Oleh karena itu, hipotesis penelitian mengatakan bahwa tingkat dukungan sosial yang diterima terkait dengan tingkat ketahanan penyintas banjir.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial adalah salah satu komponen penting yang membantu orang bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali setelah bencana. Penyintas banjir yang menerima dukungan sosial cenderung lebih baik dalam menangani tekanan mental, mengelola emosi negatif, dan menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi setelah bencana. Sebaliknya, mereka yang tidak menerima dukungan sosial mungkin mengalami kesulitan dalam pemulihan karena mereka merasa menghadapi masalah seorang diri.

Secara teoritis, temuan penelitian ini mendukung teori Connor dan Davidson (2003) bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan, bertahan dalam kondisi tekanan, dan bangkit kembali dari trauma. Faktor lingkungan, terutama dukungan sosial, dapat meningkatkan resiliensi. Dukungan sosial memberikan sumber daya psikologis untuk membantu orang dalam menghadapi situasi sulit melalui pemberian bantuan emosional, informasi, dan bantuan instrumental. Menurut Reivich dan Shatté (2002), orang yang resilien tidak hanya mampu bertahan dari tekanan tetapi juga mampu belajar dari pengalaman sulit dan menggunakannya untuk pengembangan diri. Penyintas banjir di Kecamatan Gubug dapat mendapatkan dukungan dari keluarga, teman, tetangga, dan masyarakat sekitar untuk membangun kembali kepercayaan diri dan optimisme untuk menjalani kehidupan setelah bencana.

Berdasarkan hasil statistik deskriptif tidak ada responden yang berada dalam kategori rendah; sebagian besar responden berada dalam kategori sedang, yaitu 123 orang (82%) dan kategori tinggi, yaitu 27 orang (18%). Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar orang yang selamat dari banjir di Kecamatan Gubug memiliki kemampuan adaptasi yang cukup baik ketika menghadapi konsekuensi buruk. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh pengalaman masyarakat dengan banjir sebelumnya, yang membantu mereka menyesuaikan diri dengan

perubahan lingkungan. Seseorang dapat mengurangi dampak psikologis yang ditimbulkan oleh pengembangan strategi coping yang lebih baik setelah mengalami bencana berulang.

Selain itu, hasil kategorisasi dukungan sosial menunjukkan bahwa 95 orang (63,3%) dari responden berada dalam kategori sedang, 27 orang (18,7%) berada dalam kategori tinggi, dan 28 orang (18,7%) berada dalam kategori rendah. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar penyintas banjir mendapatkan dukungan sosial yang cukup baik dari komunitas mereka. Di antara dukungan yang dapat diberikan adalah perhatian emosional, bantuan fisik, bantuan material, informasi, dan dukungan moral dari anggota keluarga, teman, tetangga, anggota komunitas, dan lembaga sosial yang terlibat dalam penanganan bencana.

Keluarga adalah tempat terdekat yang memberikan rasa aman, kasih sayang, dan perlindungan psikologis, jadi sangat penting untuk mendapatkan dukungan dari mereka dalam situasi bencana. Keberadaan keluarga dapat membantu orang yang mengalami kecemasan dan ketidakpastian ketika mereka mengalami kehilangan harta benda, kerusakan rumah, atau tekanan akibat banjir. Untuk mencegah seseorang merasa sendirian saat menghadapi kesulitan, dukungan dari teman dan masyarakat sangat penting. Penyintas banjir sangat tahan terhadap banjir karena masyarakat Kecamatan Gubug masih memiliki budaya gotong royong dan solidaritas sosial yang kuat. Saat bencana terjadi, orang biasanya saling membantu satu sama lain dalam proses evakuasi, menyediakan kebutuhan dasar, memperbaiki rumah, dan memberikan dukungan emosional kepada korban. Perasaan memiliki (*sense of belonging*) dapat diperkuat oleh interaksi sosial yang positif ini. Mereka juga dapat meningkatkan keyakinan individu bahwa mereka mampu melewati masa sulit bersama-sama.

Penelitian yang dilakukan oleh Jannah dan Rohmatun (2020) menemukan hubungan positif antara dukungan sosial dan resiliensi pada penyintas banjir rob. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa orang yang menerima banyak dukungan sosial cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik untuk menghadapi tekanan dan bangkit dari situasi sulit. Selain itu, penelitian Muthmainah (2022) menemukan bahwa keluarga, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat berperan dalam meningkatkan resiliensi orang yang tinggal di daerah rentan bencana. Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Tampi, Kumaat, dan Masi (2013) yang menunjukkan bahwa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dan dukungan informasi memiliki hubungan positif dengan tingkat resiliensi penyintas bencana banjir. Dukungan tersebut membantu individu memperoleh rasa percaya diri, meningkatkan harapan terhadap masa depan, serta mengurangi dampak psikologis yang muncul akibat pengalaman traumatis.

Hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi berada pada kategori rendah hingga sedang, menurut nilai koefisien hubungan 0,312. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial bukan satu-satunya faktor yang mempengaruhi resiliensi penyintas banjir. Menurut Rensick dkk. (2011), terdapat sejumlah komponen yang mempengaruhi kemampuan resiliensi penyintas bencana banjir, termasuk kepercayaan diri, efikasi diri, emosi positif, spiritualitas, pengalaman hidup, dan kemampuan untuk mengendalikan emosi. Namun, meskipun dukungan sosial memainkan peran penting, ada juga komponen lain yang mempengaruhi kemampuan mereka untuk bertahan. Dalam masyarakat Kecamatan Gubug, iman mungkin menjadi salah satu komponen yang mendukung pembentukan resiliensi. Keyakinan religius yang kuat membuat masyarakat lebih mampu menerima situasi yang terjadi dan melihat bencana sebagai ujian yang dapat dihadapi dengan kesabaran dan usaha. Pengalaman banjir berulang juga dapat meningkatkan kesiapan mental seseorang, membantu mereka mengantisipasi dan beradaptasi terhadap situasi setelah bencana.

Penelitian ini memiliki keterbatasan. Pertama, karena pengumpulan data dilakukan secara online melalui Google Form, peneliti tidak dapat melihat langsung bagaimana responden mengisi kuesioner. Ada kemungkinan adanya perbedaan pemahaman tentang bagian-bagian dari pertanyaan yang diberikan dalam situasi ini. Kedua, karena penelitian ini terbatas pada penyintas banjir di Kecamatan Gubug, hasilnya mungkin tidak dapat digeneralisasikan untuk wilayah lain dengan karakteristik sosial dan budaya yang berbeda. Ketiga, penelitian ini hanya melihat satu

faktor eksternal dukungan sosial tanpa mempertimbangkan faktor lain yang dapat mempengaruhi resiliensi.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memainkan peran yang signifikan dalam meningkatkan kemampuan penyintas banjir untuk bertahan hidup. Kemampuan seseorang untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali setelah bencana berkorelasi positif dengan tingkat dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga, teman, dan lingkungannya. Akibatnya, untuk meningkatkan resiliensi masyarakat di daerah rawan banjir, perlu dilakukan bersamaan dengan memperkuat jaringan dukungan sosial melalui pemberdayaan komunitas dan keluarga serta program pendampingan psikososial yang berkelanjutan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan pada 150 responden penyintas bencana banjir di Kecamatan Gubug, Kabupaten Grobogan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan koefisien korelasi sebesar 0,312, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh masyarakat, maka semakin tinggi pula kemampuan resiliensi yang dimiliki untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit kembali pasca bencana. Secara deskriptif sebagian besar responden berada dalam kategori sedang (82,0%) hingga tinggi (18,0%), dan tingkat dukungan sosial yang paling tinggi berada dalam kategori sedang (63,3%) dan tinggi (18,0%). Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat membantu mengurangi dampak psikologis negatif banjir dan mempercepat proses pemulihan masyarakat dengan menyediakan informasi dan materi. Dengan demikian, masalah penelitian tentang hubungan kedua variabel tersebut telah diselesaikan. Dijelaskan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam membangun dan meningkatkan kemampuan penyintas bencana banjir di wilayah penelitian.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, kesimpulan yang diperoleh, serta keterbatasan yang ada dalam pelaksanaan penelitian ini, peneliti menyampaikan beberapa saran yang ditujukan bagi berbagai pihak yang berkepentingan maupun bagi pengembangan penelitian selanjutnya. Bagi para penyintas bencana banjir di Kecamatan Gubug, disarankan untuk semakin membuka diri dan memanfaatkan berbagai bentuk dukungan sosial yang tersedia, baik yang berasal dari keluarga, kerabat, teman, tetangga, maupun tokoh masyarakat dan lembaga sosial setempat. Keaktifan dalam berinteraksi, berbagi pengalaman dengan orang lain, dan mempertahankan hubungan baik dengan lingkungan sekitar akan sangat membantu mengurangi stres psikologis, meningkatkan rasa aman, dan mempercepat proses pemulihan diri. Ini akan meningkatkan kemampuan resiliensi Anda untuk menghadapi bencana di masa depan.

Disarankan agar program mitigasi, kesiapsiagaan, dan pemulihan pasca bencana dimasukkan ke dalam program pemerintah daerah, Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD), dan lembaga terkait. Program desa tangguh bencana sebaiknya tidak hanya berkonsentrasi pada pembangunan infrastruktur fisik, tetapi juga membangun hubungan sosial masyarakat, membantu membangun kelompok saling dukung, dan meningkatkan peran lembaga adat dan keagamaan sebagai penyedia dukungan emosional dan sosial. Hal ini akan meningkatkan ketahanan masyarakat saat menghadapi ancaman bencana.

Disarankan agar lembaga sosial, relawan, dan tenaga kemanusiaan yang mendampingi memprioritaskan pendekatan berbasis dukungan sosial dalam intervensi psikososial. Penyintas dapat mendapatkan pendampingan melalui kegiatan berkelompok, diskusi, atau aktivitas pemulihan kolektif yang memungkinkan mereka saling berinteraksi dan menguatkan satu sama lain. Selain bantuan materi, perhatian yang lebih besar harus diberikan pada pemenuhan kebutuhan emosional dan rasa aman karena ini terbukti sangat penting untuk meningkatkan kemampuan masyarakat untuk bangkit dari dampak bencana.

Bagi peneliti selanjutnya, mengingat penelitian ini memiliki keterbatasan wilayah penelitian dan metode yang digunakan, disarankan untuk memperluas cakupan penelitian ke wilayah lain yang memiliki karakteristik berbeda agar gambaran hubungan kedua variabel dapat lebih menyeluruh. Selain itu, penggabungan metode penelitian kuantitatif dan kualitatif sangat disarankan untuk dapat menggali lebih dalam mengenai bentuk dukungan sosial yang paling efektif serta proses pembentukan resiliensi yang terjadi pada individu maupun komunitas. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain seperti spiritualitas, kecerdasan emosi, atau peran kebijakan pemerintah untuk melengkapi kajian faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi, serta melakukan penelitian jangka panjang untuk melihat perkembangan kemampuan bertahan hidup masyarakat pasca bencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Aspriyati, N. S. (2020). Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi pada penyintas bencana alam longsor di Kecamatan Sukajaya Kabupaten Bogor [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka]. Repository Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.
- Br Matondang, G. R. T. (2023). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Karyawan Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD Prov. Sumut) (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Deswanda, A. R. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi remaja yayasan sosial di Jakarta selatan (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- DEWI, Yuli Arinta, et al. Validity Test of Connor-Davidson Resilience Scale on Indonesian Disaster Volunteers. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 6: 292-302.
- Elrica, N. E. Pengaruh Dukungan Psikososial Oleh Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC) Terhadap Resiliensi Penyintas Gempa Bumi Di Cianjur (Bachelor's thesis, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta).
- ESTRIA, R. T. (2018). Hubungan antara kebersyukuran dan resiliensi pada masyarakat di daerah rawan bencana.
- Habibah, R., Lestari, S. D., Oktaviana, S. K., & Nashori, F. (2018). Resiliensi pada penyintas banjir ditinjau dari tawakal dan kecerdasan emosi. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 1(1), 29-36.
- Hutagalung, S. S., Meiliyana, M., & Atika, D. B. (2019). Pelatihan Penguatan Resiliensi Siswa Sekolah Menengah Atas dalam Menghadapi Bencana Alam pada SMAN 2 Kotaagung Kabupaten Tanggamus. In *Prosiding Seminar Nasional Program Pengabdian Masyarakat*.
- Jannah, S. N., & Rohmatun, R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada penyintas banjir rob tambak lorok. *Proyeksi*, 13(1), 1-12.
- Kompas.com. (2023, 14 September). 5 negara diterjang banjir dengan ribuan korban jiwa, ada Libya, AS, dan China. Kompas.com. <https://www.kompas.com/tren/read/2023/09/14/130000965/5-negara-diterjang-banjir-dengan-ribuan-korban-jiwa-ada-libya-as-dan-china>
- Kompas.com. (2025, 10 Maret). Update banjir Grobogan, Kecamatan Gubug masih terendam, 5 kecamatan lain surut. Kompas.com. <https://regional.kompas.com/read/2025/03/10/142323078/update-banjir-grobogan-kecamatan-gubug-masih-terendam-5-kecamatan-lain>
- Kuantitatif, P. P. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta, Bandung.
- Lubis, A. W. (2010). Hubungan Dukungan Sosial dengan Subjective Well Being Remaja Korban Bencana Alam di Ruman Anak Madani Medan (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area).
- Muthmainah, M. (2022). Dukungan sosial dan resiliensi pada anak di wilayah perbukitan gunung kidul yogyakarta. *Diklus: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah*, 6 (1), 78–88.
- Najwa, A. Pengaruh self-efficacy, harapan orang tua dan dukungan sosial terhadap kecemasan akademik pada siswa selama pembelajaran jarak jauh (pjj) (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).
- Nurojab, A. T., Soleh, O., & Qoiriyah, W. (2021). Rancang Bangun Alat Monitoring Ketinggian Air Sebagai Peringatan Dini Bencana Banjir. *Jurnal Ilmiah Fakultas Teknik*, 2(1), 84-91.
- Petriella, Y. (2025, 8 April). Menilik penyebab dan upaya penanganan bencana banjir kerap terjadi di Indonesia. *Bisnis.com*. <https://hijau.bisnis.com/read/20250408/651/1867377/menilik-penyebab-dan-upaya-penanganan-bencana-banjir-kerap-terjadi-di-indonesia>

- Prihandrijani, E. (2016). Pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap flow akademik pada siswa SMA “X” di Surabaya (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Puteri, R. K. (2018). Hubungan antara khusnudzon dan resiliensi pada penyintas bencana longsor.
- Rasyid, S. J., & Suhaeb, F. W. Resiliensi Masyarakat Terhadap Bencana Banjir.
- Silalahi, B., & Harahap, M. E. (2021). Penyebab potensi banjir di daerah aliran sungai Deli Kota Medan. Penerbit Adab.
- Supriyanti, B. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Resiliensi Petani Penyintas Banjir Di Desa Banyusari Kabupaten Poso (Doctoral dissertation, Universitas Widya Nusantara).
- Tampi, B., Kumaat, L., & Masi, G. (2013). Hubungan sikap dukungan sosial dengan tingkat resiliensi stres penyintas banjir di kelurahan Taas kecamatan Tikala kota Manado. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 1(1), 111025.
- Taufiq, R., Susanty, E., & Nurlina, E. (2014). Gambaran resiliensi anak pasca bencana banjir di desa Dayeuhkolot, kabupaten Bandung, Jawa Barat. *Wacana*, 6(1).
- Tentama, F., & Psi, S. (2014). Peran dukungan sosial pada gangguan stres pascatrauma. *Jurnal Psikologi*.
- Torus, O. B., Listianingsih, L. T., & Parulian, T. S. (2022). Resiliensi dan Kesiapsiagaan terhadap Bencana Banjir pada Masyarakat. *Jurnal Gawat Darurat*, 4(2), 101-110.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.