

## SKILL TRAINING RELAWAN KONSELOR SEBAYA BAGI KORBAN BENCANA KABUPATEN MAGELANG

Weni Anggraini<sup>1</sup>, Ferisa Prasetyaning Utami<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Tidar

Email : weniang@untidar.ac.id

### Abstrak

Bencana, baik akibat alam, non alam, atau tindakan manusia, mengancam kehidupan dan penghidupan masyarakat dengan dampak serius, termasuk korban jiwa, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis. Kabupaten Magelang memiliki risiko sedang terhadap bencana dengan skor 71,16. Potensi bencana di wilayah ini termasuk erupsi Merapi, angin kencang, tanah longsor, dan banjir. BPBD Magelang telah membentuk tim tanggap cepat dan relawan serta melakukan pelatihan untuk menghadapi bencana. Bencana tidak hanya memberikan dampak fisik tetapi juga psikologis, menuntut bantuan ahli dan relawan terlatih, khususnya bagi remaja dan anak-anak. Sehingga pada kegiatan ini dilaksanakan dengan pendekatan konselor sebaya bagi remaja, program ini menggunakan pelatihan praktek dengan tahapan identifikasi, perencanaan, pelaksanaan (penyajian materi dan praktik), dan evaluasi (selama dan pasca kegiatan) untuk meningkatkan keterampilan konselor sebaya dalam membantu korban bencana. Program layanan ini menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta sebesar 5,21 poin dan pengembangan keterampilan praktis. Pelatihan memberikan dampak positif, termasuk peningkatan kemampuan membentuk hubungan empati dan kesiagaan menghadapi bencana. Sehingga dapat disimpulkan pelatihan konselor sebaya di Kabupaten Magelang berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta, memberikan persiapan yang lebih baik dalam menghadapi bencana, dan menyediakan dukungan psikososial kepada remaja korban.

**Kata Kunci:** Konselor Sebaya, Relawan Psikologis, Korban Bencana

### Abstract

*Disasters, whether caused by natural, non-natural, or human actions, threaten people's lives and livelihoods with serious impacts, including loss of life, environmental damage, property loss, and psychological impacts. Magelang Regency has a moderate risk of disaster with a score of 71.16. Potential disasters in this area include the eruption of Merapi, strong winds, landslides and floods. BPBD Magelang has formed a rapid response team and volunteers and conducted training to deal with disasters. Disasters not only have physical but also psychological impacts, requiring expert assistance and trained volunteers, especially for teenagers and children. So this activity is carried out with a peer counselor approach for teenagers. This program uses practical training with the stages of identification, planning, implementation (presentation of material and practice), and evaluation (during and after the activity) to improve the skills of peer counselors in helping disaster victims. This service program showed an increase in participants' knowledge of 5.21 points and the development of practical skills. The training had a positive impact, including increasing the ability to form empathetic relationships and disaster preparedness. So it can be concluded that the peer counselor training in Magelang Regency was successful in increasing participants' knowledge and skills, providing better preparation in facing disasters, and providing psychosocial support to teenage victims.*

**Keywords:** Peer Counselors, Psychological Volunteers, Disaster Victims

## 1. PENDAHULUAN

Bencana adalah suatu peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat, yang disebabkan oleh faktor alam dan/atau non alam, atau faktor manusia, sehingga mengakibatkan kerugian manusia, kerusakan lingkungan hidup, kerugian harta benda, dampak psikologis (Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007). Bencana alam adalah bencana yang disebabkan oleh suatu peristiwa atau serangkaian fenomena alam seperti gempa bumi, tsunami, letusan gunung berapi, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor. Bencana non alam adalah bencana yang disebabkan oleh peristiwa atau rangkaian peristiwa non alam, seperti

kegagalan teknologi, kegagalan modernisasi, dan merebaknya wabah penyakit atau epidemi. Bencana sosial adalah bencana yang disebabkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh manusia, termasuk konflik sosial antar kelompok atau komunitas dan terorisme. (Hengkelare, Rogi, Suryono, 2021).

Bencana dapat disebabkan oleh kejadian alam (*natural disaster*) maupun karena perbuatan manusia (*man-made disaster*). Bahaya alam dan bahaya karena perbuatan manusia yang menurut *United Nations International Strategy for Disaster Reduction* (UN-ISDR) dapat dikelompokkan menjadi bahaya biologi (*biological hazards*), bahaya geologi (*geological hazards*), bahaya teknologi (*technological hazards*), penurunan kualitas lingkungan (*environmental degradation*) dan bahaya hidrometeorologi (*hydrometeorological hazards*). Kerentanan (*vulnerability*) yang tinggi akibat perilaku masyarakat, infrastruktur serta elemen-elemen di dalam kota/ kawasan memiliki resiko bencana dengan kapasitas yang rendah.

Secara geografis, Indonesia merupakan negara kepulauan yang terletak pada pertemuan empat lempeng yaitu lempeng benua Asia, lempeng benua Australia, lempeng Samudera Hindia, dan lempeng Pasifik. Di bagian selatan dan timur Indonesia terdapat sabuk vulkanik (*volcanic arc*) yang membentang di Pulau Sumatera, Jawa, Nusa Tenggara, dan Sulawesi, diapit oleh pegunungan vulkanik purba dan dataran rendah, serta sebagian wilayah ditempati oleh rawa-rawa Masu. Kondisi ini dapat dan cenderung menimbulkan bencana seperti letusan gunung berapi, gempa bumi, tsunami, banjir, dan tanah longsor. Data menunjukkan bahwa Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat gempa tertinggi di dunia, lebih dari 10 kali lipat tingkat gempa di Amerika Serikat. (Arnold, 1986).

Indonesia terletak di wilayah beriklim tropis, dengan dua musim: panas dan hujan, serta ditandai dengan cuaca, suhu, dan arah angin yang sangat bervariasi. Kondisi iklim tersebut, dipadukan dengan topografi permukaan serta kondisi fisik dan kimia batuan yang relatif berbeda, menghasilkan kondisi tanah yang subur. Di sisi lain, kondisi ini dapat menimbulkan beberapa akibat yang merugikan bagi manusia, seperti bencana hidrometeorologi seperti banjir, tanah longsor, kebakaran hutan, dan kekeringan.

Seiring berjalannya waktu dan meningkatnya aktivitas manusia, kerusakan lingkungan cenderung semakin parah, dengan semakin meningkatnya jumlah dan intensitas bencana hidrometeorologi (banjir, tanah longsor, kekeringan) di berbagai wilayah di Indonesia (BNPB, 2023). Meskipun pembangunan di Indonesia direncanakan dan dirancang untuk meminimalkan dampak terhadap lingkungan, proses pembangunan tetap saja merusak lingkungan dan ekosistem. Akibat eksploitasi yang sebelumnya bertumpu pada eksploitasi sumber daya alam (terutama dalam skala besar), sumber daya tersebut kehilangan kelayakannya bagi kehidupan manusia. Sumber daya hutan Indonesia semakin berkurang dari tahun ke tahun, dan eksploitasi sumber daya mineral menyebabkan kerusakan fisik pada ekosistem, yang sering kali menyebabkan peningkatan risiko bencana (Saragih, Sirait, Sari, 2021). Di sisi lain, laju pembangunan telah meningkatkan akses masyarakat terhadap ilmu pengetahuan dan teknologi. Namun, kurangnya pedoman penerapan teknologi yang tepat sering kali mengakibatkan kegagalan teknologi dengan konsekuensi yang sangat buruk, seperti terjadinya kecelakaan lalu lintas, kecelakaan industri, dan penyakit akibat meningkatnya mobilisasi orang.

Berdasarkan hasil kajian kebencanaan serta Indeks Rasio Bencana Indonesia (IRBI) tahun 2021, indeks ratio bencana Indonesia, Kabupaten Magelang memiliki tingkat kelas risiko sedang dengan skor 71,16. Di Kabupaten Magelang rawan terdampak bencana erupsi merapi, angin kencang, tanah longsor, dan banjir, khususnya bagi pemukiman warga yang tinggal di bantaran sungai Elo dan Progo. Hujan dengan intensitas yang

terjadi di Kecamatan Dukun mengakibatkan tanah longsor di Dusun Selosari, Desa Wates, Kecamatan Dukun pada Rabu 7 Desember 2022 dan tanah longsor di Dusun Miriombo Wetan, Desa Giripurno, Kecamatan Borobudur pada tanggal 1 Desember 2022 (Data Bencana BPBD Magelang)

Kabupaten Magelang telah membentuk BPBD yaitu Badan Penanggulangan Bencana Daerah. Hal ini dilakukan untuk persiapan menghadapi bencana yang terjadi di Kabupaten Magelang. BPBD Kabupaten Magelang telah melakukan kegiatan pelatihan tanggap bencana untuk pembentukan Tim Reaksi Cepat (TRC) dan relawan, pelatihan bagi relawan dalam menghadapi erupsi Merapi, mengenai simulasi tanggap darurat gempa bumi, kegiatan simulasi tanggap bencana di sekolah-sekolah, dan sosialisasi serta pelatihan kepada masyarakat.

Tak dapat dipungkiri bahwa bencana memiliki dampak kepada manusia. Bencana dapat berdampak pada masalah fisik, psikologis, psikososial dan spiritual. Dampak psikologis dapat berupa depresi, marah, putus asa, bunuh diri dan *post trauma stress disorder* (PTSD). *Survei Mental Health and Substance Use Unit Department of Emergency Preparedness and Disaster Relief* (2016) menunjukkan bahwa sebesar 3 - 4% korban bencana mengalami gangguan psikologis berat dan sebesar 15-20% mengalami gangguan psikologis ringan.

Dengan demikian, para korban bencana juga memerlukan bantuan secara psikologis. Bantuan ini dapat diberikan oleh ahli. Namun, jika jumlah korban yang besar namun ahli yang memiliki kemampuan masih terbatas, perlu adanya relawan yang fokus pada bantuan psikologis kepada para korban. Relawan terlatih yang telah dibekali kemampuan untuk memberikan bantuan psikologis pada para korban akan memiliki dampak baik bagi penyembuhan masalah psikologis korban bencana.

Pelatihan konselor sebaya bagi remaja akan memudahkan pemberian bantuan kepada para korban remaja maupun anak-anak. Namun, di BPBD Kabupaten Magelang belum ada pelatihan bagi konselor bencana untuk persiapan menghadapi bencana yang terjadi serta turun langsung ke lokasi bencana dengan cepat agar dapat mendampingi korban bencana dari kalangan anak-anak maupun remaja.

## 2. METODE

Metode merupakan prosedur atau cara kerja untuk memahami suatu objek yang menjadisasaran perlakuan. Dalam proses menghadapi bencana, perlu ada tim solid yang dapat membantu memberikan bantuan dalam bentuk bantuan fisik, materiil, sosial, keagamaan dan psikososial. Oleh karena itu bantuan psikososial yang disiapkan untuk membantu korban dilakukan dengan pendekatan konselor sebaya bagi remaja. Metode yang diterapkan dalam program pengabdian ini adalah dengan pelatihan praktek. Dalam metode ini terdapat interaksi aktif antara tim pelaksana dan mitra. Mitra pada kegiatan ini adalah Remaja di Desa Jambewangi dan SMK Ma'arif Kota Mungkid. Secara rinci aktivitas pelatihan sebagai berikut:

### a. Identifikasi dan Perencanaan

Pada tahap awal dilakukan identifikasi kebutuhan wilayah Kabupaten Magelang mengenai potensi bencana yang terjadi. Selanjutnya tim pengabdian melakukan komunikasi kepada mitra untuk mengetahui tantangan yang ada, serta pengetahuan mengenai relawan psikososial terhadap korban bencana.

**b. Tahap Pelaksanaan**

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan tahapan yaitu penyajian materi, diskusi dan praktik. Adapun rinciannya sebagai berikut:

- 1) Pada tahap penyajian materi, peserta pelatihan diberikan materi tentang bencana dan pengetahuan dasar menjadi konselor sebaya bagi korban bencana. Pengetahuan dasar menjadi konselor sebaya berisi tentang keterampilan komunikasi dan teknik-teknik dasar dalam mendampingi korban bencana sebagai konselor sebaya. Kegiatan ini dilakukan dengan metode presentasi interaktif dari ahli dan tanya jawab serta diskusi.
- 2) Peserta pelatihan mengikuti kegiatan praktik menjadi konselor sebaya bagi korban bencana. Praktik secara intensif dilakukan dengan latihan melalui penugasan terstruktur. Kegiatan praktik yang dilakukan oleh peserta yaitu praktik sebagai konselor sebaya bagi korban bencana.

**c. Evaluasi**

Kegiatan evaluasi dilaksanakan selama kegiatan dan pasca kegiatan. Kegiatan evaluasi dilaksanakan sebagai berikut:

- 1) Evaluasi selama kegiatan. Evaluasi akan dilaksanakan secara kontinyu selama pelaksanaan kegiatan program bersama dengan mitra. Hal ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keterampilan yang dimiliki konselor sebaya yang disiapkan untuk menjadi relawan psikososial bagi korban bencana. Para peserta diberikan angket pretest dan posttest untuk mengetahui peningkatan pemahaman mengenai materi yang disampaikan.
- 2) Evaluasi pasca kegiatan. Evaluasi pasca program ini akan dilakukan oleh tim pengusul/pengabdian untuk mengetahui sejauh mana hasil kegiatan yang dicapai secara menyeluruh (tujuan, proses, hingga luaran yang diharapkan). Evaluasi inilah yang akan dijadikan pijakan untuk menyusun laporan kegiatan.

**3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Program layanan ini dirancang untuk memberikan dukungan psikososial kepada remaja korban bencana dengan menggunakan pendekatan konseling sebaya. Metode yang diterapkan dalam program ini adalah praktik langsung yang mencakup interaksi aktif antara tim pelaksana dan mitra, khususnya pemuda dari Desa Jambewangi dan SMK Ma'arif dari kota Mungkid. Proses operasional ini dapat digambarkan dalam beberapa tahapan, yaitu tahap pelatihan dan praktik, serta evaluasi pada saat dan setelah kegiatan. Berikut adalah penjelasan lebih detail beserta tahapannya:

**Tahap Pelatihan dan Praktik****A. Materi**

Pada tahap pertama peserta pelatihan yang merupakan remaja Desa Jambewangi dan Siswa SMK Ma'arif Kota Mungkid diberikan materi mengenai pertolongan psikologis pada korban bencana. Yaitu mencakup materi sebagai berikut:

**a) Materi kebencanaan**

Pada materi ini para peserta mempelajari jenis-jenis bencana alam : Memberikan pengetahuan dasar tentang jenis-jenis bencana alam seperti gempa bumi, banjir, kebakaran dan lain-lain. Kemudian mengenai dampak psikososial bencana. Yaitu memberikan informasi mengenai dampak psikologis dan sosial yang mungkin dialami oleh korban bencana, khususnya remaja, seperti trauma,

cemas, takut dan lainnya. Selanjutnya mengenai strategi manajemen stres yaitu memberikan wawasan tentang cara mengelola stres dan kecemasan yang mungkin timbul setelah bencana.

b) Materi Inti Konselor Sebaya

Keterampilan Komunikasi Efektif: Melibatkan aspek komunikasi seperti mendengarkan secara aktif, menggunakan bahasa tubuh yang mendukung, dan teknik mengajukan pertanyaan yang sesuai. Empati dan Sensitivitas Sosial: mengajarkan pentingnya memiliki empati terhadap situasi dan perasaan korban bencana, serta meningkatkan kepekaan sosial terhadap kebutuhannya. Konsultasi : Mengkomunikasikan prinsip-prinsip etika yang harus diterapkan dalam memberikan dukungan psikososial, termasuk menjaga kerahasiaan dan menghormati keberagaman individu.

c) Teknik relaksasi

Teknik relaksasi yang diberikan adalah: Pernapasan dalam: Mengajarkan teknik pernapasan dalam dan terkontrol untuk mengurangi stres fisik dan emosional. Visualisasi positif: Gunakan imajinasi untuk memandu peserta dalam menggambarkan pemandangan yang tenang dan positif, sehingga membantu mereka mengurangi kecemasan. Peregangan dan Pijat Ringan: Mengajarkan gerakan peregangan dan pijatan ringan untuk mengendurkan otot yang tegang.

d) Ice breaking dan permainan tradisional

Para peserta diberikan materi jenis-jenis *ice breaking* serta tips dan trik memberikan ice breaking dengan kondisi terbatas di tempat pengungsian. Kemudian materi tentang permainan tradisional yang dapat dimainkan bersama dengan anak-anak dan remaja di setting pengungsian.

## B. Praktik

Setelah para peserta mendapatkan materi dari para pemateri. Selanjutnya para peserta melakukan praktik. Praktik yang dilakukan adalah praktik untuk memberikan konseling dan konsultasi, praktik memimpin relaksasi dan praktik memimpin permainan/*ice breaking*. Para peserta melakukan praktik konseling dengan menerapkan bahasa tubuh yang menunjukkan kepedulian, menunjukkan empati, menerapkan teknik mendengarkan dan mengarahkan korban untuk mendapatkan solusi yang dibutuhkan. Praktik relaksasi para peserta mencoba menggunakan relaksasi untuk diri sendiri dengan mendengarkan musik meditasi. Kemudian praktik permainan/*ice breaking* peserta dibimbing memimpin permainan dan mengarahkan peserta permainan mengikuti instruksi.

## C. Tahap Evaluasi

Tahap Evaluasi dilakukan pada saat kegiatan dan sesudah kegiatan. Di awal kegiatan, peserta di berikan *pretest* untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta. Kemudian setelah mengikuti pelatihan peserta diberikan *posttest*.

## Peningkatan Pengetahuan

Kegiatan pelatihan konselor sebaya bagi korban bencana diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dari para peserta pelatihan. Berdasarkan hasil pengukuran *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel 1, berikut:

**Tabel 1 Hasil *Pretest* dan *Posttest***

	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
<b>Mean</b>	<b>31.21</b>	<b>36.42</b>

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan peserta. Pada *pretest* rata-rata tingkat pengetahuan peserta yaitu 31,21 selanjutnya pada pengukuran *posttest* yaitu 36,42. Berdasarkan data tersebut diketahui terdapat peningkatan pengetahuan peserta sebesar 5,21 poin.

### **Pengembangan Keterampilan**

Pengembangan keterampilan praktis merupakan hasil langsung dari pelatihan dan praktik yang dilakukan selama pendampingan. Anggota kelompok belajar mengenai langkah-langkah praktis dalam memberikan pertolongan psikologis pada korban bencana. Para peserta mampu menerapkan teknik-teknik empati dan mendengarkan ketika memberikan konseling dan konsultasi kepada para korban bencana. Keterampilan yang didapatkan oleh para peserta dapat diperlukan agar pemahaman teoritis yang didapatkan dapat diterapkan dalam kegiatan praktis. Dengan demikian pengembangan keterampilan ini memiliki pengaruh yang positif terhadap peningkatan keterampilan para peserta untuk menjadi relawan konselor sebaya bagi korban bencana.

### **Dampak Positif**

Pelatihan konselor sebaya bagi korban bencana akan memberikan dampak positif bagi persiapan menghadapi bencana yang akan terjadi, yaitu: a) meningkatkan kemampuan peserta untuk membentuk hubungan yang empati dengan korban bencana; b) memperkuat keterampilan mendengarkan dan memahami pengalaman korban melalui pelatihan konselor sebaya; c) siap siaga terhadap kemungkinan bencana yang terjadi. Kehadiran konselor sebaya terbukti efektif terhadap pertolongan bagi para remaja dalam menghadapi permasalahan psikologis (Abdillah, Rahmadani, Syariful, 2023).

## **4. KESIMPULAN**

Pelatihan konselor sebaya bagi korban bencana di Kabupaten Magelang dilaksanakan dengan metode pelatihan yang melibatkan pemberian materi, praktik langsung, dengan fokus pada keterampilan komunikasi efektif, empati, konsultasi, teknik relaksasi, ice breaking, dan permainan tradisional. Pelatihan konselor sebaya bagi korban bencana di Kabupaten Magelang berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta, memberikan persiapan yang lebih baik dalam menghadapi bencana, dan menyediakan dukungan psikososial kepada remaja korban.

Pelatihan konselor sebaya memberikan dampak positif, termasuk peningkatan kemampuan membentuk hubungan empati, memahami pengalaman korban, dan siap siaga terhadap kemungkinan bencana. Kehadiran konselor sebaya terbukti efektif dalam memberikan pertolongan kepada remaja yang menghadapi permasalahan psikologis pasca-bencana.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Abdillah, FA., Rahmadani, A., & Syariful. 2023. *Konseling Teman Sebaya untuk Meningkatkan Penerimaan Diri (Studi Eksperimen terhadap Santri MA TEI Multazam Bogor*. *Prophetic : Professional, Empathy, Islamic Counseling Journal*, Vol. 6, No. 1, Juni 2023, hlm. 12-21

- Arnold, E.P. (1986) Southeast Asia Association on Seismology and Earthquake Engineering. Indonesia: Series on Seismology Volume V
- BNPB. 2021. *Indeks Rasio Bencana Indonesia* (IRBI) Tahun 2021. Pusat Data, Informasi dan Komunikasi Kebencanaan Badan Nasional Penanggulangan Bencana
- BNPB. 2023. Potensi Ancaman Bencana. Diunduh pada Rabu 20 Desember 2023 <https://www.bnpb.go.id/potensi-ancaman-bencana>
- Hengkelare, SHS., Rogi, OHA., Suryono. 2021. Mitigasi Risiko Bencana Banjir Di Manado. *Jurnal Spasial* Vol. 8. No. 2.
- Saragih, IJA., Sirait, Mega., & Sari, DA. 2021. Deskripsi Opini Publik tentang Bencana Alam untuk Rencana Studi Mitigasi di Indonesia (Studi kasus: Bencana Hidrometeorologi). *MKGI : Jurnal Meteorologi, Klimatologi Geofisika dan Instrumentasi*, Vol. 1, No. 1, Agustus 2021
- Survei Mental Health and Substance Use Unit Department of Emergency Preparedness and Disaster Relief* (2016)
- Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penganggulangan Bencana, (2007). Arnold, 1986
- Website BPBD Magelang : <https://bpbd.magelangkab.go.id/>

First Publication Right

SUBSERVE: Community Service and Empowerment Journal

This Article is Licensed Under

