

## Penguatan *Self Efficacy* dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja dalam Menghadapi Bencana Tsunami Melalui Edukasi

### *Strengthening Self-Efficacy in Increasing Adolescents Resilience in Facing Tsunami Disasters Through Education*

Ghulam Ahmad

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi

Email: ghulam51450@gmail.com

(Diterima 29-02-2024; Disetujui 25-03-2024)

#### ABSTRAK

Indonesia merupakan wilayah yang rawan terhadap bencana, hal ini terkait dengan kondisi geografis, geologis, dan demografis, salah satu bencana yang banyak memakan korban yaitu bencana tsunami. Bencana tsunami memberikan pengaruh pada kesiapan individu terutama usia remaja dalam menghadapi bencana. Resiliensi dalam konteks bencana berarti kapasitas atau kemampuan untuk menghadapi atau bangkit dari bencana. Tingkat resiliensi yang tinggi dapat dilakukan dengan penguatan *self efficacy* melalui edukasi. *self efficacy* adalah persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasikan dan mengimplementasikan tindakan untuk menampilkan kecapakan tertentu. Metode yang digunakan yaitu edukasi dalam penguatan *self efficacy* dalam meningkatkan resiliensi remaja dengan melakukan penyebaran modul dan pemberian kuesioner. Peserta yang mengikuti sebanyak 194 orang dengan kriteria usia yang ditentukan yaitu usia 17-25 tahun dengan diberikan kuesioner mengenai resiliensi dan *self efficacy*. Hasil pengabdian masyarakat juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan resiliensi remaja melalui peningkatan *self efficacy*.

Kata kunci: Resiliensi, *Self Efficacy*

#### ABSTRACT

Indonesia is an area prone to disasters, this is related to geographical, geological and demographic conditions, one of the disasters that has claimed many victims is the tsunami disaster. The tsunami disaster has an influence on the readiness of individuals, especially adolescents, in facing disasters. Resilience in the context of disaster means the capacity or ability to face or rise from disaster. A high level of resilience can be done by strengthening self-efficacy through education. self-efficacy is the perception of an individual's ability to organize and implement actions to display certain skills. The method used is education in strengthening self-efficacy in increasing adolescent resilience by distributing modules and administering questionnaires. There were 194 participants with the specified age criteria of 17-25 years old who were given questionnaires about resilience and self efficacy. The results of community service also show that there is an increase in adolescent resilience through increased self efficacy.

Keywords: Resilience, *Self Efficacy*

#### PENDAHULUAN

Indonesia merupakan wilayah yang rawan terhadap bencana, hal ini terkait dengan kondisi geografis, geologis, dan demografis. Berbagai macam bencana baik yang disebabkan oleh faktor alam, faktor nonalam atau kegagalan teknologi dan lain sebagainya (Satria & Sari, 2017) Secara geografis Indonesia merupakan negara yang terletak di pertemuan lempeng Eurasian, India-Australian dan Pasific Plates sehingga rawan terjadi bencana (Lestari, 2017).

Berdasarkan data BMKG, sepanjang tahun 2000–2020 telah terjadi tsunami di Indonesia sebanyak 47 kali kejadian tsunami, tsunami menjadi bencana alam yang banyak memakan banyak korban (BMKG, 2019). Bencana tsunami memberikan pengaruh pada

kesiapan individu terutama usia remaja dalam menghadapi bencana (Widiati, 2017). Remaja sebagai salah satu elemen masyarakat sangat berperan penting dalam menghadapi bencana (Salasa, 2017). Kesiapan remaja dalam menghadapi bencana harus didukung dengan resiliensi yang tinggi. Resiliensi dalam konteks bencana berarti kapasitas atau kemampuan untuk menghadapi atau bangkit dari bencana (Margareth, 2016).

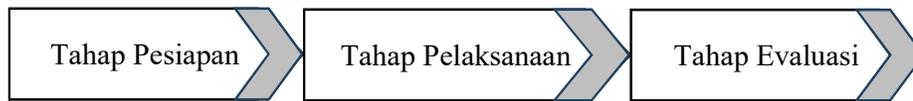
Tingkat resiliensi yang tinggi dapat dilakukan dengan penguatan *self efficacy* melalui edukasi. Menurut Bandura *self efficacy* adalah persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasikan dan mengimplementasikan tindakan untuk menampilkan kecapakan tertentu (Husni & Rozali, 2016).

Salah satu daerah di Indonesia yang rentan terhadap tsunami adalah Kabupaten Sukabumi. Daerah pesisir Kabupaten Sukabumi memiliki tingkat resiko tinggi terhadap tsunami salah satunya pesisir pantai Ujung Genteng yang berada di Desa Pangumbahan Kecamatan Ciracap Kabupaten Sukabumi. Wilayah pesisir Sukabumi merupakan *mountaneous coast*, yaitu pantai yang dibentuk oleh gugusan pegunungan yang menghadap langsung ke laut lepas, yaitu Samudera Hindia, dimana wilayah pesisir Ujung Gneteng memiliki kelandaian kontur bawah laut (batimetri) kurang dari 300, morfologi pedataran cukup luas dan ditempati penduduk dengan tingkat kepadatan sedang, dan vegetasi pantasi dengan kecenderungan mengalami degradasi terus menerus

Selain itu, rangkaian peristiwa gempa bumi bawah laut yang terus menerus terjadi sesuai dengan himbauan dari BMKG mengenai adanya potensi gempa *megathrust* berkekuatan 8,7 SR yang berpusat di sepanjang laut lepas Samudera Hindia juga akan berdampak pada tsunami besar yang bisa terjadi di Desa Pangumbahan. Oleh karena itu, masyarakat khususnya remaja di pesisir pantai dituntut untuk siap dan siaga dalam menghadapi bencana tsunami dan harus ditunjang dengan penguatan *self efficacy* dalam meningkatkan resilesnsi remaja sehingga dapat memaksimalkan upaya dalam menghadapi bencana tsunami melalui edukasi. Edukasi tersebut diharapkan dapat meningkatkan *Self Efficacy* Dalam Meningkatkan Resiliensi Remaja Dalam Menghadapi Bencana Tsunami.

## **BAHAN DAN METODE**

Pengabdian masyarakat dilakukan di Desa Pangumbahan Kecamatan Ciracap Kabupaten Sukabumi, pada tanggal 8-10 Januari 2023. Sasaran kegiatan ini yaitu Remaja di Desa Pangumbahan Kecamatan Ciracap Kabupaten Sukabumi. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan 3 tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Metode pelaksanaan dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

### 1. Tahap Persiapan

Dilakukan penyusunan program edukasi dalam bentuk program kerja agar kegiatan yang dilaksanakan menjadi lebih teratur dan terarah. Program ini meliputi semua hal-hal yang bersifat teknis, manajerial dan penjadwalan (*time schedule*). Modul edukasi berisi tentang kebencanaan, *self efficacy* dan resiliensi. Persiapan ini meliputi penyediaan sarana dan prasarana tempat edukasi dan penyuluhan dan koordinasi lapangan akan dilakukan oleh Tim dengan pihak Desa Pangumbahan dan tokoh masyarakat setempat.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Sosialisasi bertujuan untuk menjelaskan lebih rinci tentang materi edukasi dan penyuluhan yang akan dilaksanakan. Sosialisasi ini dipermudah dengan pembagian modul edukasi. Edukasi dan penyuluhan ini adalah tindak lanjut dari kegiatan sosialisasi yang telah dilaksanakan. Kegiatan ini dilakukan melalui metode ceramah, diskusi dan tanya jawab.

### 3. Tahap Evaluasi

Tahap Monitoring dilakukan secara intensif oleh tim pelaksana pada setiap kegiatan yang berlangsung untuk memastikan agar pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana. Evaluasi dilakukan sejalan dengan monitoring, sehingga jika ada kendala akan segera diselesaikan. Evaluasi dilakukan setiap tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolok ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian masyarakat melalui edukasi dalam upaya meningkatkan resiliensi remaja melalui penguatan *self efficacy* dalam menghadapi bencana tsunami Desa Pangumbahan telah dilaksanakan pada tanggal 8-10 September 2023. Peserta edukasi sebanyak 194 orang. Remaja yang ikut serta adalah perwakilan dari remaja Desa Pangumbahan Sebagian besar peserta yang berpartisipasi dalam edukasi tersebut adalah remaja dengan usia 17-25 tahun.

Edukasi ini dimulai dengan materi kebencanaan khususnya yang berkaitan dengan mitigasi bencana, kemudian dilanjutkan dengan materi yang berfokus pada *self efficacy* remaja. Materi yang diberikan terkait dengan bencana tsunami, konsep *self efficacy* dan aspek penting *self efficacy* dalam manajemen bencana. Bahan materi mengacu kepada modul yang telah dibuat. Pelaksanaan edukasi dilaksanakan dengan penyampaian materi secara oral menggunakan media *Microsoft Power Point*.

Setelah paparan materi selesai dilakukan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dengan remaja atau peserta yang hadir. Pada sesi tanya jawab berlangsung, peserta sangat tertarik dengan materi *self efficacy*. Hal ini terjadi karena materi mengenai kesiapan menghadapi bencana melalui penguatan *self efficacy* dalam meningkatkan resiliensi belum pernah disampaikan kepada peserta baik dari pemerintah maupun pihak-pihak lain.

Remaja Desa Pangumbahan memiliki resiliensi yang sedang karena sebagai desa yang rawan akan bencana tsunami serta daerah pesisir Sukabumi merupakan *mountaneous coast*, yaitu pantai yang dibentuk oleh gugusan pegunungan yang menghadap langsung ke laut lepas, yaitu Samudera Hindia.

Hasil edukasi mendapatkan respon dan manfaat bagi remaja yang menjadi peserta. Kegiatan ini memberikan penguatan *self efficacy* terhadap peningkatan resiliensi remaja dan juga pemahaman remaja terhadap kesiapan menghadapi bencana. Penting dan manfaat dari edukasi ini dijadikan sebagai langkah awal dalam upaya peningkatan resiliensi remaja dalam menghadapi bencana Desa Pangumbahan.

*Self Efficacy* menurut Baron dan Byrne, ialah suatu evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi diri untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan dan mengatasi hambatan yang terjadi dalam setiap langkah yang telah diambil (Aprilya, 2018). Efikasi diri merupakan persepsi yang dimiliki individu tentang kemampuannya untuk tampil pada tingkat yang diharapkan, mencapai tujuan, dan menyelesaikan tugas (Gaumer & Noonan, 2021).

*Self efficacy* penting dimiliki remaja, dengan adanya *self efficacy* maka remaja dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Remaja dengan *self efficacy* yang tinggi merasa memiliki kemampuan menjadi mandiri dan mencegah resiko jika terjadi bencana melalui persiapan dan usaha yang dilakukan (Dwijayanti et al., 2020).

*Self efficacy* pada remaja dipengaruhi oleh faktor lain, faktor yang berperan dalam *self efficacy* salah satunya ialah usia. Efikasi diri individu bergantung pada usia, pada usia lebih tua cenderung kurang memiliki kepercayaan diri karena mereka merasa pada usia tua sudah mulai mengalami banyak penurunan fisiologis. Berbeda dengan usia muda, dimana pada

usia muda tampaknya merasa bahwa dirinya independen, dapat konsisten untuk mencapai suatu tujuan, pembelajaran dan kesempatan pengembangan (Gärtner & Hertel, 2020). Selanjutnya, faktor jenis kelamin juga memiliki peranan dalam *self efficacy* dimana lebih banyak dijumpai perempuan dengan *self efficacy* yang tinggi. Hal ini terjadi karena, perempuan senantiasa lebih percaya pada kemampuan mereka dalam situasi sulit sekalipun. Perempuan yakin akan kemampuannya untuk belajar maupun bekerjasama dengan laki-laki untuk mencapai tujuan (Firdausia et al., 2020).

Hasil pengabdian masyarakat juga menunjukkan bahwa terdapat peningkatan resiliensi remaja melalui peningkatan *self efficacy*. Hal ini dimungkinkan karena remaja yang hadir sebagai peserta sudah tertanam resiliensi yang tinggi. Hanya karena tidak menyadari dan memahami sebelumnya terkait dengan resiliensi dalam dirinya. Materi yang dijelaskan bisa langsung dimengerti dan dipahami karena apa yang dicontohkan dan dijelaskan semuanya memang bukan hal yang baru dan malah sering dilakukan kekurangannya hanya mereka tidak menyadari bahwa hal yang sudah berjalan di kehidupan mereka merupakan bentuk resiliensi yang bisa dijadikan faktor utama dalam membentuk kesiapsiagaan menghadapi bencana.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar partisipan kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait penguatan *self efficacy* dalam meningkatkan resiliensi remaja dalam menghadapi bencana tsunami melalui edukasi memahami tentang pengurangan risiko bencana, memahami kesiapan menghadapi bencana tsunami dan memahami peran resiliensi remaja dalam mendukung menghadapi bencana tsunami.

Diharapkan kegiatan peningkatan Resiliensi remaja di kawasan rawan bencana dapat lebih dioptimalkan tidak hanya oleh pemerintah tetapi juga organisasi kemasyarakatan serta organisasi pendidikan. Jika sinergi tersebut dapat tercipta, maka tujuan menuju masyarakat tangguh bencana akan tercapai.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aprilya, R. (2018). *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Komitmen Organisasi Pada Anggota Yayasan Bangsa Jadi Indonesia*. Universitas Medan Area.
- BMKG. (2019). *Katalog Tsunami Indonesia*. BMKG.
- Dwijayanti, R., Fitriani, D., Merselena, Pamungkas, B., Yusfiansyah, I. N., & Wardhani, P. I. (2020). Self Efficacy Dalam Kesiapsiagaan Gempa Bumi SMP M Boarding School Prambanan dan SMP M 21 Gantiwarno. *JPIG (Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Geografi)*, 5(1), 46–55.

- Firdausia, S., Yusuf, M., & Anggarani, F. K. (2020). Gender Stereotypes and Self-Efficacy as Determinants of the Glass Ceiling Effect: A Study of Female Civil Servants in Central Java. *Jurnal Psikologi*, 47(1), 56–63. <https://doi.org/10.22146/jpsi.43729>
- Gärtner, L. U. A., & Hertel, G. (2020). Age As Moderator Of The Relationship Between Self-Efficacy And Effort In Occupational Teams. *Work, Aging and Retirement*, 20(20), 1–12. <https://doi.org/10.1093/workar/waz024>
- Gaumer Erickson, A. S., & Noonan, P. M. (2021). Self-Efficacy Assessment Suite Technical Report. *College & Career Competency Framework.*, 1–12.
- Husni, R. N., & Rozali, A. Y. (2016). *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Resiliensi Pada Anggota Korp Sukarela-Palang Merah Indonesia Di Jakarta Barat Dalam Penanggulangan Bencana Banjir*. [www.nasional.republika.co.id](http://www.nasional.republika.co.id)
- Lestari, T. W. (2017). Penentuan Zonasi Risiko Bencana Tsunami Di Kabupaten Banyuwangi. *Institut Teknologi Nasional Malang*.
- Margareth, T. V. (2016). Hubungan Antara Self Esteem Dengan Resiliensi Pada Siswa Sekolah Menengah Pasca Bencana Banjir Dan Tanah Longsor Di Daerah Batu Gajah Ambon. *Repository Universitas Kristen Satya Wacana*, 1–33.
- Salasa, S. , M. T. W. , & E. E. (2017). Pemberdayaan Pada Kelompok Remaja Melalui Pendekatan Contingency Planning Dalam Meningkatkan Kesiapsiagaan Terhadap Ancaman Kematian Akibat Bencana. *E Journal Upi*, 3(2), 154–166.
- Satria, B. , & S. M. (2017). *Tingkat Resiliensi Masyarakat Di Area Rawan Bencana*. *Idea Nursing Journal*. 8(2), 30–34.
- Widiati, A. (2017). Resiliensi Pada Remaja Yang Tinggal Di Daerah Rawan Bencana5\_Full text. *Eprints UMS*.