



Dinamika *Post-Traumatic Stress* pada Masyarakat Penyintas Bencana di Hunian Tetap Bumi Semeru Damai (BSD)

The Dynamics of Post-Traumatic Stress among Disaster Survivors in Permanent Housing at Bumi Semeru Damai (BSD)

Ahmad Faisol*, Universitas Islam Syarifuddin Wonorejo Lumajang, Indonesia

Bambang Subahri, Universitas Islam Syarifuddin Wonorejo Lumajang, Indonesia

ABSTRACT

Natural disasters in the Semeru region have resulted not only in physical destruction but also in long-term psychological consequences for affected communities, particularly in the form of *Post-Traumatic Stress (PTS)*. Although survivors have been relocated to permanent housing, traumatic stress often persists and fluctuates during the post-relocation phase. This study aims to explore the dynamics of *Post-Traumatic Stress* and the factors influencing its persistence among disaster survivors living in the Bumi Semeru Damai (BSD) permanent housing complex in Lumajang. This study employed a qualitative approach using a case study design and involved four disaster survivors with diverse ages and life backgrounds. Data were collected through in-depth interviews, direct observations, and documentation, and analyzed thematically using the Conservation of Resources (COR) theory. The findings indicate that *Post-Traumatic Stress* among survivors is dynamic and non-linear, with symptom intensity changing over time. The persistence of *Post-Traumatic Stress (PTS)* is strongly associated with the loss of critical resources, while social support functions as a protective factor that facilitates psychological adaptation. These findings highlight the need for post-disaster recovery strategies that prioritize long-term psychosocial support and resource strengthening.

ARTICLE HISTORY

Received 06/03/2026

Revised 27/03/2026

Accepted 06/04/2026

Published 28/04/2026

KEYWORDS

Conservation of resources; disaster survivors; permanent housing; post-traumatic stress; Semeru.

*CORRESPONDING AUTHOR

✉ ahmadfaisol060702@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.30743/mkd.v10i1.13188>

PENDAHULUAN

Bencana alam yang melanda wilayah Semeru merupakan peristiwa traumatis yang tidak hanya mengakibatkan kerusakan fisik pada lingkungan dan kerugian materiil, tetapi juga meninggalkan dampak psikologis yang mendalam dan berkepanjangan bagi para penyintas. Kehilangan tempat tinggal, anggota keluarga, mata pencaharian, serta rasa aman menjadikan bencana sebagai pengalaman ekstrem yang berpotensi mengganggu kesehatan mental individu maupun komunitas dalam jangka panjang. Kondisi tersebut menempatkan penyintas pada situasi rentan yang memerlukan perhatian tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga pemulihan psikologis yang berkelanjutan. Dampak ini menunjukkan bahwa bencana tidak sekadar peristiwa ekologis, melainkan fenomena multidimensional yang memengaruhi struktur kehidupan manusia secara menyeluruh (Yassar et al., 2025).

Sebagai bagian dari upaya pemulihan pasca bencana, pemerintah merelokasi para penyintas ke kawasan Bumi Semeru Damai (BSD) sebagai hunian tetap. Relokasi ini menghadirkan perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk pola interaksi sosial, sistem budaya, kondisi ekonomi, dan kesejahteraan psikologis. Perpindahan dari lingkungan lama ke tempat tinggal baru menuntut proses adaptasi yang kompleks, terutama bagi individu yang masih mengalami trauma akibat bencana. Proses ini sering kali memunculkan tantangan baru yang tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga psikososial (Rahmawati et al., 2024).

Dalam konteks tersebut, para penyintas memiliki kerentanan tinggi terhadap *Post-Traumatic Stress (PTS)*, yang ditandai oleh gejala seperti kecemasan berlebihan, ingatan traumatis yang

berulang, gangguan tidur, kewaspadaan tinggi, serta kesulitan beradaptasi. Gejala-gejala ini tidak hanya berdampak pada kondisi individu, tetapi juga memengaruhi fungsi sosial dan kualitas hidup secara keseluruhan. Intensitas dan bentuk gejala yang muncul dapat berbeda pada setiap individu, bergantung pada pengalaman traumatis yang dialami. Kondisi ini menunjukkan bahwa trauma pasca bencana memiliki karakteristik yang kompleks dan beragam (Wangsanata et al., [2024](#)).

Stres pasca trauma pada penyintas bencana menunjukkan dinamika yang kompleks dan tidak bersifat statis. Variasi ini dipengaruhi oleh sejumlah faktor, seperti interval waktu sejak kejadian bencana, tingkat keparahan pengalaman traumatis, jenis kehilangan yang dialami, ketersediaan dukungan sosial, kondisi ekonomi pasca relokasi, serta makna subjektif terhadap peristiwa tersebut. Interaksi antar faktor tersebut membentuk proses pemulihan atau justru memperpanjang kondisi stres traumatis. Perspektif psikologi trauma menjelaskan bahwa dinamika *Post-Traumatic Stress* mencerminkan perubahan intensitas, frekuensi, dan bentuk gejala yang berlangsung secara fluktuatif dan tidak linier. *Conservation of Resources* (COR) teori menegaskan bahwa stres muncul ketika individu kehilangan sumber daya penting atau gagal memulihkannya, sehingga trauma dipahami sebagai hasil interaksi antara kehilangan, persepsi ancaman, dan upaya pemulihan (Pandey et al., [2023](#); Akbar et al., [2025](#)).

Lingkungan hunian baru di Bumi Semeru Damai memiliki potensi ganda dalam proses pemulihan psikologis penyintas. Di satu sisi, penyediaan hunian yang lebih aman dan fasilitas pendukung kehidupan dapat mendukung stabilitas dan rasa aman. Di sisi lain, perubahan lingkungan sosial, kehilangan keterikatan terhadap tempat lama, serta pergeseran mata pencaharian berpotensi menimbulkan stres baru. Kondisi ini dapat memunculkan perasaan kehilangan, isolasi sosial, dan ketidakpastian yang memperumit proses adaptasi. Situasi tersebut juga berkontribusi pada munculnya kembali ingatan traumatis ketika individu menghadapi perubahan yang sulit dikendalikan (Ilhan et al., [2023](#); Yilmaz & Erdem, [2025](#)).

Kendala dalam pengendalian trauma pada penyintas berkaitan dengan keterbatasan adaptasi psikologis, minimnya akses terhadap dukungan psikososial berkelanjutan, serta kurangnya mekanisme *coping* yang efektif. Upaya pemerintah dalam menyediakan hunian tetap sebagai solusi fisik belum sepenuhnya mengintegrasikan pendekatan pemulihan psikologis jangka panjang. Akibatnya, dinamika trauma dalam kehidupan sehari-hari penyintas masih belum tertangani secara optimal. Kondisi ini menegaskan pentingnya integrasi antara pemulihan fisik dan psikososial dalam kebijakan pasca bencana.

Kajian mengenai dampak psikologis bencana selama ini lebih banyak menyoroti kerentanan terhadap *Post-Traumatic Stress* pada fase tanggap darurat. Fokus penelitian umumnya terletak pada identifikasi gejala awal dan efektivitas intervensi jangka pendek. Berbagai studi menunjukkan bahwa pengalaman kehilangan dan ketidakpastian pasca bencana berkontribusi signifikan terhadap kondisi psikologis penyintas. Intervensi seperti *trauma healing*, *play therapy*, *Psychological First Aid* (PFA), dan keperawatan kesehatan mental terbukti efektif dalam mereduksi gejala trauma serta mendukung pemulihan berbasis komunitas (Akbar et al., [2025](#)). Efektivitas terapi hipnotik lima jari juga ditunjukkan melalui penurunan signifikan gejala *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pada penyintas erupsi Semeru (Rahmawati et al., [2024](#)), sementara pendekatan *self-motivation* dan *play therapy* meningkatkan ekspresi emosional anak penyintas (Wahyuningtyas et al., [2022](#)).

Penelitian ini menghadirkan kebaruan dengan memfokuskan analisis pada dinamika *Post-Traumatic Stress* dalam fase relokasi jangka menengah hingga panjang di hunian tetap. Kajian sebelumnya cenderung menempatkan trauma sebagai kondisi statis yang diamati pada fase darurat atau melalui pengukuran prevalensi. Penelitian ini mengkaji perubahan pengalaman trauma secara fluktuatif dalam konteks lingkungan baru melalui interaksi antara kehilangan sumber daya, adaptasi

sosial, dan makna tempat. Pendekatan ini memperkuat *state-of-the-art* dalam studi trauma pasca bencana yang bersifat kontekstual dan berorientasi proses.

Penelitian ini dirancang untuk menjawab dua pertanyaan utama yang berkaitan dengan dinamika trauma pada penyintas. Pertama, bagaimana dinamika *Post-Traumatic Stress* yang dialami masyarakat di hunian tetap Bumi Semeru Damai, khususnya terkait perubahan intensitas, bentuk, dan pemicu gejala trauma pasca relokasi. Kedua, faktor-faktor apa saja yang memengaruhi keberlangsungan dan perubahan kondisi stres pasca trauma, termasuk kehilangan sumber daya, dukungan sosial, dan proses adaptasi individu. Kedua pertanyaan ini menjadi dasar dalam memahami kompleksitas pengalaman psikologis penyintas dalam konteks relokasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam dinamika *Post-Traumatic Stress* (PTS) yang dialami penyintas bencana dalam konteks kehidupan pasca relokasi. Pendekatan kualitatif dipilih karena memungkinkan eksplorasi pengalaman subjektif secara komprehensif dan kontekstual, sehingga mampu menangkap kompleksitas kondisi psikologis penyintas. Desain studi kasus menempatkan fenomena yang diteliti dalam konteks nyata, dengan fokus pada interaksi antara pengalaman individu dan lingkungan sosialnya. Pilihan metodologis ini sejalan dengan tujuan penelitian yang menekankan pemahaman mendalam terhadap proses psikososial pasca bencana (Akili et al., [2025](#)).

Penelitian dilaksanakan di perumahan permanen (*Huntap*) Desa Sumbermujur, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lumajang, yang berfungsi sebagai lokasi relokasi penyintas bencana Semeru. Pengumpulan data berlangsung pada rentang akhir November hingga Januari untuk memastikan kedalaman interaksi dan kualitas data yang diperoleh. Periode ini dimanfaatkan untuk membangun hubungan kepercayaan dengan informan, mengeksplorasi pengalaman traumatis, serta memahami dinamika adaptasi psikologis dan sosial dalam kehidupan sehari-hari. Lingkungan *Huntap* dipilih karena merepresentasikan konteks relokasi jangka menengah yang relevan dengan fokus penelitian. Proses ini memberikan landasan empiris yang kuat dalam memahami pengalaman penyintas secara holistik (Zakiah et al., [2021](#)).

Subjek penelitian terdiri atas penyintas bencana yang tinggal di hunian tetap di Desa Sumbermujur dan dipilih melalui teknik purposif. Pemilihan informan didasarkan pada pengalaman langsung terhadap bencana, keterlibatan dalam proses relokasi, serta kemampuan menyampaikan informasi yang relevan dengan fokus penelitian. Informan mencakup variasi usia dan latar belakang sosial untuk merepresentasikan keragaman pengalaman, yaitu Bapak Kholiq (55 tahun), Zikri (46 tahun), Ibu Sutri (35 tahun), dan Ibu Rahayu (66 tahun). Keberagaman ini memungkinkan analisis yang lebih komprehensif terhadap dinamika sosial, ekonomi, dan psikologis penyintas. Representasi tersebut memperkuat validitas temuan dalam menggambarkan kondisi nyata di lapangan.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi untuk memperoleh data yang kaya dan berlapis. Wawancara mendalam digunakan untuk menggali pengalaman subjektif informan terkait bencana, gejala *Post-Traumatic Stress*, serta proses adaptasi pasca relokasi. Seluruh wawancara direkam dan ditranskripsikan secara *verbatim* guna menjaga keakuratan dan keutuhan data. Observasi dilakukan secara langsung di lingkungan *Huntap* untuk mengamati kondisi fisik, pola interaksi sosial, serta aktivitas sehari-hari yang memengaruhi dinamika psikologis penyintas. Data observasi dicatat dalam *field notes*, sementara dokumentasi berupa foto, catatan lapangan, dan arsip digunakan sebagai data pendukung yang memperkaya analisis.

Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan analisis tematik yang sistematis dan berlapis. Peneliti membaca transkripsi secara berulang untuk memperoleh pemahaman menyeluruh,

kemudian melakukan *open coding* dengan mengidentifikasi unit makna yang relevan. Kode-kode tersebut dikelompokkan ke dalam kategori yang memiliki kesamaan, lalu dikembangkan menjadi tema utama seperti gejala trauma, pemicu stres, dan faktor adaptasi. Interpretasi dilakukan dengan mengaitkan temuan pada kerangka *Conservation of Resources* (COR) teori untuk menjelaskan hubungan antara kehilangan sumber daya, ancaman, dan proses pemulihan psikologis. Validitas data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik, sehingga menghasilkan temuan yang kredibel, konsisten, dan kontekstual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dinamika *Post-Traumatic Stress* pada Penyintas Bencana di Hunian Tetap Bumi Semeru Damai (BSD)

Penelitian ini mengkaji dinamika *Post-Traumatic Stress* (PTS) pada penyintas bencana yang tinggal di hunian tetap Bumi Semeru Damai (BSD) dengan menekankan perubahan intensitas, bentuk, dan frekuensi gejala dalam fase pasca relokasi. Hasil wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi menunjukkan bahwa pengalaman PTS bersifat dinamis dan tidak linier. Gejala trauma tidak muncul secara konstan, melainkan berfluktuasi mengikuti konteks situasional, pengalaman kehilangan, serta ketersediaan sumber daya psikososial yang dimiliki penyintas. Temuan ini menegaskan bahwa trauma pasca bencana merupakan proses yang terus berkembang dan dipengaruhi oleh interaksi antara individu dan lingkungannya. Pendekatan ini memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kondisi psikologis penyintas dalam kehidupan sehari-hari.

Peneliti mengolah data wawancara melalui proses kritik sumber dengan membandingkan konsistensi narasi antar informan dan mengonfirmasi temuan melalui observasi lapangan. Integrasi berbagai sumber data dilakukan untuk memastikan bahwa interpretasi yang dihasilkan memiliki validitas empiris yang kuat. Proses ini tidak hanya menghasilkan deskripsi fenomena, tetapi juga memberikan kedalaman analisis terhadap dinamika trauma yang dialami penyintas. Pendekatan triangulasi memungkinkan identifikasi pola yang konsisten sekaligus menangkap variasi pengalaman individu. Hasil analisis menunjukkan bahwa pengalaman trauma memiliki dimensi yang kompleks dan kontekstual.

Dinamika *Post-Traumatic Stress* dalam penelitian ini mencakup perubahan intensitas gejala yang bergerak antara kondisi menguat dan melemah, variasi bentuk respons psikologis, serta frekuensi kemunculan yang bersifat episodik. Gejala trauma cenderung muncul kembali dalam situasi tertentu sehingga tidak dapat dipahami sebagai kondisi yang statis. Karakter fluktuatif ini menunjukkan bahwa trauma terus berinteraksi dengan pengalaman hidup penyintas dalam konteks pasca relokasi. Variasi ini memperlihatkan bahwa pengalaman trauma bersifat adaptif sekaligus rentan terhadap perubahan lingkungan. Kondisi tersebut menegaskan pentingnya memahami trauma sebagai proses yang dinamis.

Temuan lapangan menunjukkan bahwa sebagian penyintas masih mengalami rasa takut yang persisten meskipun telah tinggal di lingkungan yang secara struktural aman. Salah satu informan menyatakan, "*Engkok gik takok cong, makeh can oreng edinak aman kok paggun kepekkan, tedung tak toman nyaman,*" yang mencerminkan gejala *hyperarousal* dan pikiran intrusif. Peneliti mengonfirmasi pernyataan ini melalui observasi terhadap gangguan tidur dan respons kaget terhadap suara keras. Kondisi tersebut menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara persepsi subjektif dan kondisi objektif lingkungan. Respons psikologis ini memperlihatkan bahwa trauma masih aktif dalam sistem kognitif dan emosional penyintas.

Lingkungan pasca relokasi tetap menghadirkan berbagai pemicu yang dapat mengaktifkan kembali ingatan traumatis penyintas. Stimulus seperti suara keras, hujan deras, dan percakapan

mengenai bencana sering memunculkan kembali rasa takut dan kecemasan. Mekanisme asosiasi antara pengalaman masa lalu dan stimulus lingkungan membentuk respons otomatis yang sulit dikendalikan. Kondisi ini menyebabkan trauma terus direproduksi dalam kehidupan sehari-hari penyintas. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa lingkungan baru tidak sepenuhnya bebas dari faktor pemicu trauma.

Perubahan bentuk dan frekuensi gejala menunjukkan bahwa trauma tidak hanya berkaitan dengan pengalaman masa lalu, tetapi juga dipengaruhi oleh konteks situasional yang terus berkembang. Penyintas mengalami variasi respons emosional yang ditandai oleh kondisi naik dan turun sesuai dengan pengalaman sosial dan lingkungan sekitar. Pola ini menunjukkan bahwa dinamika PTS bersifat kontekstual dan dipengaruhi oleh interaksi berkelanjutan antara individu dan lingkungannya. Variasi tersebut mencerminkan proses adaptasi yang tidak seragam pada setiap individu. Kondisi ini menegaskan bahwa pemulihan trauma berlangsung secara kompleks dan bertahap.

Dinamika traumatis juga memperlihatkan perbedaan antar individu dalam merespons pengalaman pasca bencana. Sebagian penyintas menunjukkan penurunan intensitas trauma seiring terbentuknya rutinitas baru dan meningkatnya kemampuan adaptasi. Sebaliknya, sebagian lain mengalami gejala yang lebih persisten akibat kehilangan anggota keluarga dan mata pencaharian. Perbedaan ini menunjukkan bahwa tingkat kehilangan sumber daya personal dan sosial berpengaruh terhadap proses pemulihan psikologis. Variasi respons ini memperlihatkan bahwa pengalaman trauma tidak bersifat homogen. Kondisi tersebut memperkuat pentingnya pendekatan yang kontekstual dalam memahami trauma.

Dalam perspektif *Conservation of Resources* (COR) Theory, kehilangan sumber daya seperti rasa aman, relasi sosial, dan stabilitas ekonomi memperkuat tekanan psikologis yang dialami penyintas. Ancaman terhadap sumber daya tersebut, baik yang bersifat nyata maupun simbolik, memicu stres yang berkepanjangan. Keberadaan dukungan sosial dari keluarga dan komunitas berfungsi sebagai sumber daya protektif yang membantu menurunkan intensitas trauma. Dukungan ini juga berperan dalam memperkuat proses adaptasi psikologis penyintas. Interaksi antara kehilangan dan dukungan menjadi faktor kunci dalam dinamika pemulihan trauma.

Temuan penelitian menunjukkan adanya kesenjangan antara keamanan objektif dan rasa aman subjektif yang dirasakan penyintas. Hunian tetap menyediakan perlindungan fisik, tetapi tidak secara otomatis mengembalikan rasa aman secara psikologis. Sistem respons stres yang terbentuk selama bencana cenderung bertahan dan memunculkan kewaspadaan berlebihan meskipun ancaman nyata telah berkurang. Kondisi ini memperlihatkan bahwa pemulihan psikologis memerlukan waktu yang lebih panjang dibandingkan pemulihan fisik. Fenomena tersebut sejalan dengan temuan sebelumnya yang menekankan persistensi respons trauma (Aryuni, [2023](#); Rizky et al., [2020](#)).

Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa dinamika *Post-Traumatic Stress* pada penyintas di Bumi Semeru Damai merupakan proses yang kompleks, fluktuatif, dan berkelanjutan. Relokasi fisik tidak cukup untuk memulihkan kondisi psikologis penyintas secara menyeluruh. Proses pemulihan memerlukan intervensi psikososial jangka panjang yang berfokus pada penguatan sumber daya individu dan komunitas. Pendekatan ini memungkinkan terciptanya adaptasi yang lebih stabil dan bermakna bagi penyintas. Pemahaman ini memperkuat pentingnya integrasi aspek psikologis dalam kebijakan penanganan pasca bencana.

Faktor-faktor yang Memengaruhi Keberlangsungan dan Perubahan *Post-Traumatic Stress* pada Penyintas Pasca Relokasi

Pembahasan ini mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keberlangsungan dan perubahan *Post-Traumatic Stress* (PTS) pada penyintas pasca relokasi di hunian tetap Bumi Semeru Damai (BSD). Analisis didasarkan pada data wawancara, observasi, dan dokumentasi yang telah diuji melalui triangulasi dan kritik sumber dengan membandingkan konsistensi narasi antar informan serta mengonfirmasi temuan melalui kondisi empiris di lapangan. Pendekatan ini memastikan bahwa data yang digunakan tidak bersifat ilustratif semata, melainkan memiliki kekuatan analitis dalam menjelaskan dinamika trauma. Proses tersebut memungkinkan identifikasi faktor-faktor yang berperan dalam memperkuat maupun mereduksi gejala trauma. Hasil analisis menunjukkan bahwa dinamika PTS terbentuk melalui interaksi kompleks antara pengalaman individu dan konteks sosialnya.

Variasi tingkat keparahan gejala antar individu menunjukkan adanya perbedaan kapasitas resiliensi yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti strategi *coping*, kepercayaan religius, dan makna yang diberikan terhadap peristiwa bencana memengaruhi respons individu terhadap tekanan psikologis. Sebagian informan menunjukkan kemampuan mengelola kecemasan melalui aktivitas religius dan rutinitas harian yang terkonfirmasi melalui observasi. Faktor eksternal berupa dukungan keluarga dan jaringan sosial berperan dalam menjaga stabilitas emosional penyintas. Individu dengan dukungan sosial yang kuat cenderung mengalami penurunan intensitas gejala trauma (Gül & Aktürk, [2025](#); Santy et al., [2024](#)).

Kehilangan sumber daya menjadi faktor utama yang memperkuat keberlangsungan PTS pada penyintas. Kehilangan anggota keluarga, pekerjaan, serta rasa aman tidak hanya memunculkan ketakutan, tetapi juga memicu krisis identitas yang lebih luas. Data wawancara menunjukkan bahwa penyintas yang kehilangan mata pencaharian menghadapi tekanan ganda berupa ketidakpastian ekonomi dan hilangnya peran sosial. Peneliti mengonfirmasi kondisi ini melalui observasi terhadap perubahan aktivitas ekonomi dan pola interaksi sosial yang cenderung menurun. Akumulasi kehilangan tersebut memperkuat tekanan psikologis secara kumulatif dan memperlambat proses pemulihan.

Akumulasi kehilangan sumber daya menciptakan kondisi kerentanan yang memperpanjang stres pasca trauma. Gangguan pada berbagai aspek kehidupan, seperti keamanan, relasi sosial, dan stabilitas ekonomi, meningkatkan kemungkinan munculnya gejala trauma yang persisten. Dalam perspektif *Conservation of Resources* (COR) Theory, kehilangan sumber daya memicu stres berkepanjangan, sementara keterbatasan dalam memulihkannya memperkuat siklus tekanan psikologis. Temuan lapangan menunjukkan bahwa penyintas dengan sumber daya terbatas mengalami kesulitan lebih besar dalam mereduksi intensitas trauma. Kondisi ini berbeda dengan individu yang memiliki akses terhadap dukungan sosial dan ekonomi yang lebih memadai (Tahernejad et al., [2023](#); Yilmaz & Erdem, [2025](#)).

Lingkungan komunitas di hunian tetap turut membentuk dinamika PTS pada penyintas. Interaksi sosial yang terus mengingatkan pada peristiwa traumatis dapat memperkuat memori negatif, tetapi juga berpotensi menjadi ruang berbagi pengalaman yang membantu regulasi emosi. Peneliti menemukan bahwa interaksi sosial yang suportif mampu mengurangi beban psikologis secara signifikan. Sebaliknya, lingkungan dengan interaksi yang minim cenderung memperkuat perasaan isolasi. Cara komunitas membingkai pengalaman masa lalu berpengaruh langsung terhadap proses pemulihan psikologis penyintas.

Kelompok lansia menunjukkan dinamika khas dalam menghadapi trauma pasca bencana. Kerentanan fisik dan keterbatasan mobilitas meningkatkan kecemasan, tetapi pengalaman hidup yang panjang memberikan kapasitas reflektif dalam memaknai peristiwa bencana. Data wawancara yang dikonfirmasi melalui observasi menunjukkan bahwa lansia yang tinggal bersama keluarga memiliki kondisi psikologis yang lebih stabil. Sebaliknya, lansia yang mengalami keterasingan sosial menunjukkan gejala trauma yang lebih persisten. Dukungan keluarga berperan penting dalam menciptakan rasa aman emosional pada kelompok ini.

Adaptasi terhadap lingkungan hunian tetap memerlukan proses pembentukan makna terhadap ruang baru. Tempat tinggal tidak secara otomatis menjadi “rumah” dalam dimensi psikologis tanpa adanya keterikatan emosional. Penyintas membangun rasa memiliki melalui interaksi sosial, rutinitas harian, serta pengalaman positif yang berulang. Peneliti mengamati bahwa individu yang mampu membangun keterikatan dengan lingkungan baru menunjukkan penurunan intensitas trauma. Sebaliknya, keterasingan terhadap lingkungan memperlambat stabilisasi emosional penyintas (Eldita et al., [2025](#); Safitri et al., [2024](#)).

Interaksi antara kehilangan sumber daya, dukungan sosial, kondisi lingkungan, dan kapasitas *coping* individu menunjukkan bahwa dinamika PTS tidak dipengaruhi oleh satu faktor tunggal. Berbagai faktor tersebut saling berinteraksi dan membentuk pengalaman trauma yang kompleks. Dalam kondisi tertentu, faktor-faktor tersebut dapat memperkuat gejala trauma, sementara dalam konteks lain dapat membantu proses pemulihan. Analisis ini menegaskan bahwa pemulihan psikologis merupakan proses negosiasi antara tekanan dan sumber daya yang dimiliki penyintas. Kompleksitas ini menuntut pendekatan analitis yang komprehensif.

Keseluruhan temuan menunjukkan bahwa pemulihan pasca bencana bersifat multidimensional dan memerlukan pendekatan jangka panjang. Aspek psikologis, sosial, dan ekonomi saling berinteraksi dalam membentuk pengalaman penyintas. Strategi intervensi yang komprehensif mencakup pendampingan kesehatan mental, penguatan ekonomi, dan revitalisasi komunitas. Pendekatan ini berkontribusi dalam menciptakan proses adaptasi yang lebih stabil dan berkelanjutan. Integrasi berbagai aspek tersebut menjadi kunci dalam mendukung pemulihan yang bermakna bagi penyintas.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Post-Traumatic Stress (PTS)* pada penyintas bencana di hunian tetap Bumi Semeru Damai (BSD) bersifat dinamis dan tidak linear, ditandai oleh perubahan intensitas, bentuk, dan frekuensi gejala yang berfluktuasi antara fase peningkatan dan penurunan respons trauma. Gejala tersebut dipicu oleh interaksi antara pengalaman kehilangan, stimulus lingkungan, serta ketersediaan sumber daya psikososial. Kehilangan sumber daya utama seperti keluarga, mata pencaharian, dan rasa aman memperkuat keberlangsungan trauma, sementara dukungan sosial berperan sebagai faktor protektif yang membantu proses adaptasi. Temuan ini menegaskan bahwa pemulihan pasca bencana tidak cukup melalui relokasi fisik, tetapi memerlukan penguatan sumber daya psikologis, sosial, dan ekonomi secara berkelanjutan, sekaligus memperluas kajian psikologi bencana melalui pemahaman bahwa dinamika trauma terus berkembang dalam konteks pasca relokasi.

Penelitian ini merekomendasikan agar pemerintah dan pemangku kepentingan mengintegrasikan intervensi psikososial jangka panjang ke dalam program pemulihan pasca bencana, dengan menitikberatkan pada layanan kesehatan mental berbasis komunitas, penguatan dukungan sosial, serta pemberdayaan ekonomi penyintas. Program pemulihan perlu dirancang secara partisipatif dengan melibatkan komunitas lokal agar mampu membangun rasa memiliki terhadap

lingkungan baru sekaligus memperkuat resiliensi kolektif. Pendekatan ini juga perlu disertai dengan edukasi psikologis yang berkelanjutan untuk membantu penyintas mengenali dan mengelola gejala trauma secara adaptif dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian ini memiliki keterbatasan pada jumlah informan yang relatif terbatas dan fokus pada satu lokasi hunian tetap, sehingga generalisasi temuan perlu dilakukan secara hati-hati. Pendekatan kualitatif yang digunakan memberikan kedalaman analisis, namun belum mampu menangkap variasi pengalaman secara lebih luas dalam konteks populasi yang lebih besar. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengombinasikan pendekatan kualitatif dan kuantitatif guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif, serta memperluas lokasi penelitian pada berbagai wilayah relokasi untuk mengkaji perbedaan dinamika trauma berdasarkan konteks sosial dan budaya yang beragam.

REFERENSI

- Akbar, A. A., Rahmat, H. K., & Wahyuningtyas, A. (2025). Trauma Pasca Bencana dan Tantangan Intervensi Psikososial: Kajian Terhadap Respons Psikologis di Gunung Semeru. *Trends in Applied Sciences, Social Science, and Education*, 3(1), 71–82. <https://doi.org/10.71383/TASE.V3I1.91>
- Akili, A. J., Kadir, L., & Arsad, N. (2025). Gambaran Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pasca Bencana Banjir pada Masyarakat di Daerah Kelurahan Molosipat W (Studi Kasus di RW 03 RT 02). *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(8), 5181–5191. <https://doi.org/10.56338/JKS.V8I8.8459>
- Aryuni, M. (2023). Post-Traumatic Stress Disorder pada Penyintas Bencana Ganda. *Kinesik*, 10(1), 113–131. <https://doi.org/10.22487/EJK.V10I1.753>
- Eldita, M. R., Rahmi, K. A., Kurnia, F., Ramadhini, Z. S., & Yuliani, L. (2025). Literatur Review : Strategi Coping yang digunakan oleh Korban Bencana Alam Gempa Bumi yang Mengalami PTSD. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(3), 279–294. <https://doi.org/10.61132/corona.v3i3.1671>
- Gül, E., & Aktürk, Ü. (2025). Post-Traumatic Stress Disorder in Earthquake Victims in the Disaster of the Century. *Journal of Social Service Research*, 51(5–6), 1105–1115. <https://doi.org/10.1080/01488376.2025.2492665>
- İlhan, B., Berikol, G. B., Eroğlu, O., & Deniz, T. (2023). Prevalence and Associated Risk Factors of Post-Traumatic Stress Disorder Among Survivors of The 2023 Turkey Earthquake. *The American Journal of Emergency Medicine*, 72, 39–43. <https://doi.org/10.1016/j.ajem.2023.07.026>
- Pandey, R. A., Chalise, P., Khadka, S., Chaulagain, B., Maharjan, B., Pandey, J., Nepal, J., & Pandey, C. (2023). Post-Traumatic Stress Disorder and Its Associated Factors Among Survivors of 2015 Earthquake in Nepal. *BMC Psychiatry*, 23(1), 340. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-04836-3>
- Rahmawati, P. M., Pebriyanti, D. O., Sulistyono, R. E., & Suhari. (2024). Efektivitas Terapi Hipnotik Lima Jari pada Gangguan Stres Pasca Trauma Pasca Bencana. *Binawan Student Journal*, 6(1), 68–73. <https://doi.org/10.54771/jbpot543>
- Rizkya, I., Purwono, R. U., & Abidin, Z. (2020). Efektivitas Person-Centered Art Therapy untuk Mengurangi Simtom Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Penyintas Bencana Gempa di Lombok. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 106. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.24930>
- Safitri, M., Alnov, K. A., Apriansah, E., Seftiyani, E., & Afriyanti, D. (2024). The Impact of Disaster on Children's Mental. *Jurnal Hawa : Studi Pengarus Utamaan Gender Dan Anak*, 6(2), 196. <https://doi.org/10.29300/hawapsga.v6i2.6810>
- Santy, D. H., Nurhasanah, D., Aristo, N., Datachi, S. T., & Amna, Z. (2024). Identifikasi Kesehatan Mental pada Masyarakat Penyintas Bencana Tsunami Aceh Paska 20 Tahun. *Jurnal Psikologi Insight*, 8(2), 99–110. <https://doi.org/10.17509/INSIGHT.V8I2.74935>

- Tahernejad, S., Ghaffari, S., Ariza-Montes, A., Wesemann, U., Farahmandnia, H., & Sahebi, A. (2023). Post-Traumatic Stress Disorder in Medical Workers Involved in Earthquake Response: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Heliyon*, 9(1), e12794. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e12794>
- Wangsanata, S. A., Jamalullael, J., Khakim, L., Maulidawati, M., & Sanjaya, L. A. (2024). Traumatic Counseling: An Alternative Problem Solving Post Traumatic Stress Disorder for Natural Disaster Victims in Indonesia. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 44(2), 293–310. <https://doi.org/10.21580/jid.v44.2.23536>
- Wahyuningtyas, N., Adi, K. R., Yaniafari, R. P., Sa'id, M., & Rizki, M. G. (2022). Dukungan Psikososial Bagi Penyintas Bencana Pasca Erupsi Gunung Semeru. *JPM (Jurnal Pemberdayaan Masyarakat)*, 7(2), 925–933. <https://doi.org/10.21067/jpm.v7i2.7553>
- Yassar, M. R., Rahmat, H. K., & Basri, S. H. (2025). Penggunaan Layanan Dukungan Psikososial sebagai Sarana Trauma Healing pada Korban Bencana Alam. *Widya Holistika: Jurnal Riset Ilmiah Dan Pengembangan*, 1(1), 23–30. <https://journals.hakhara-institute.com/index.php/WH/article/view/10>
- Yilmaz, E., & Erdem, M. (2025). Post-Traumatic Stress Disorder in Earthquake Survivors Living in Temporary Shelter Areas in Hatay Central Districts: A Cross-Sectional Study. *BMC Psychiatry*, 25(1), 461. <https://doi.org/10.1186/s12888-025-06919-9>
- Zakiah, E., Rosalinda, I., & Mauna. (2021). Potrayal of Post-Traumatic Stress Disorder Among Flood Survivors. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 10(1), 42–50. <https://doi.org/10.21009/JPPP.101.06>