

Resiliensi dan Peran Dukungan Sosial bagi Lansia di Wilayah Rawan Banjir di Kelurahan Karame

Shanti Natalia Christie Ruata^{1*}, Arnelita Taluay^{2*}, Brenda Sangkay^{3*}, Karmila Sahiundaleng^{4*}, Mouren Laluyan^{5*}

¹Institut Agama Kristen Negeri Manado

²Institut Agama Kristen Negeri Manado

³Institut Agama Kristen Negeri Manado

⁴Institut Agama Kristen Negeri Manado

⁵Institut Agama Kristen Negeri Manado

Email:

shantiruata@iaknmanado.ic.id (Shanti Ruata)

taluyarnelita@gmail.com (A. Taluay)

*Corresponding author

Sitasi:

Shanti Natalia Christie Ruata, Arnelita Taluay, Brenda Sangkay, Karmila Sahiundaleng, Mouren Laluyan. Resiliensi dan Peran Dukungan Sosial bagi Lansia di Wilayah Rawan Banjir di Kelurahan Karame. *Humanlight Journal of Psychology*. Vol.6, No.1, 2025, pp.38-53.

Diterima: 16 Juni, 2025; **Disetujui:** 17 Juni, 2025; **Dipublikasikan:** 30 Juni, 2025

Abstract

Karame, a subdistrict in Manado City, is designated as a high-risk flood zone that significantly impacts the lives of its residents, particularly the elderly population. This study aims to explore the forms of resilience among older adults and the role of social support in coping with flood disasters. Using a descriptive qualitative approach, data were collected through in-depth interviews with three elderly individuals residing in Karame who have experienced recurrent flooding. The findings reveal that the elderly develop psychological resilience through the combination of three core aspects of resilience as proposed by Grotberg (1999): I Have (social support from the community and government), I Am (personal strength and spirituality), and I Can (the ability to act and adapt). Social support proved to be a critical external factor in the post-disaster recovery process, while religious beliefs and life experiences reinforced internal resilience. This study emphasizes the need for more inclusive disaster response strategies that specifically address the needs of the elderly. Active involvement from government, communities, and families is essential to establish a sustainable support system that enhances the well-being of older adults in disaster-prone areas.

Keywords: *Resilience, Elderly, Social Support, Flood, Karame, Disaster Psychology*

Abstrak

Wilayah Karame di Kota Manado merupakan zona merah rawan banjir yang berdampak signifikan terhadap kehidupan penduduk, khususnya kelompok lanjut usia (lansia). Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bentuk resiliensi lansia dan peran dukungan sosial dalam menghadapi bencana banjir. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif deskriptif dengan teknik pengumpulan data berupa wawancara mendalam terhadap tiga orang lansia yang

berdomisili di wilayah Karame dan telah mengalami banjir berulang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lansia membentuk ketahanan psikologis melalui kombinasi tiga aspek utama resiliensi menurut Grotberg (1999): *I Have* (dukungan sosial dari masyarakat dan pemerintah), *I Am* (kekuatan pribadi dan spiritualitas), dan *I Can* (kemampuan bertindak dan penyesuaian diri). Dukungan sosial terbukti menjadi faktor eksternal yang sangat membantu dalam proses pemulihan pascabencana, sedangkan kekuatan religius dan pengalaman hidup memperkuat dimensi resiliensi internal. Penelitian ini menegaskan pentingnya strategi intervensi kebencanaan yang lebih inklusif dan memperhatikan kebutuhan lansia secara spesifik. Diperlukan keterlibatan aktif dari pemerintah, masyarakat, dan keluarga dalam membangun sistem dukungan yang berkelanjutan guna meningkatkan kesejahteraan lansia di wilayah terdampak bencana.

Kata kunci: Resiliensi, Lansia, Dukungan Sosial, Banjir, Karame, Psikologi Bencana

Pendahuluan

Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat kerawanan bencana yang tergolong tinggi. Hal ini tidak terlepas dari posisi geografis Indonesia yang terletak di pertemuan dua lempeng benua serta dua samudra, yang menjadikan wilayahnya sangat rentan terhadap berbagai bencana alam (Priyono dkk., 2023). Di antara berbagai jenis bencana tersebut, banjir menjadi salah satu yang paling sering terjadi. Berdasarkan laporan Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), sepanjang periode 2023 hingga 2024 telah tercatat lebih dari 2.000 kejadian banjir di berbagai wilayah di Indonesia. Peristiwa banjir tersebut berdampak signifikan, antara lain berupa kerusakan infrastruktur, kerugian material, serta gangguan psikologis yang serius bagi masyarakat yang terdampak (Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNBP), 2024).

Kelurahan Karame di Kota Manado merupakan salah satu wilayah yang secara berkelanjutan mengalami banjir. Berdasarkan data dari Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kota Manado, wilayah ini diklasifikasikan sebagai zona merah rawan banjir (BPBD Kota Manado, 2020). Kondisi tersebut dipengaruhi oleh letaknya yang berada di kawasan dataran rendah, sistem drainase yang belum optimal, serta tingginya tingkat kepadatan penduduk (Putri & Widyastuty, 2023). Banjir besar yang melanda pada tahun 2014 dan frekuensi kejadian serupa yang terus berulang hingga saat ini mengindikasikan bahwa Karame termasuk wilayah dengan tingkat kerentanan tinggi terhadap bencana hidrometeorologi (Balahanti dkk., 2023). Dalam konteks tersebut, kelompok lanjut usia (lansia) merupakan salah satu populasi yang paling rentan terdampak, mengingat keterbatasan fisik dan mobilitas yang dimiliki, serta ketergantungan terhadap bantuan orang lain dalam situasi darurat (Sari dkk., 2025). Selain itu, lansia juga menghadapi tantangan dalam menjaga stabilitas emosional dan keberfungsian sosial setelah mengalami bencana (Sholichin, 2021).

Dalam konteks kerentanan terhadap bencana, konsep resiliensi menjadi suatu aspek yang penting untuk ditelaah lebih lanjut. Resiliensi dipahami sebagai kapasitas individu untuk bangkit dari tekanan psikologis, mengelola pengalaman traumatik, serta beradaptasi secara konstruktif dalam situasi yang menantang (Nashori & Saputro, 2021). Sejumlah studi telah menyoroti pentingnya resiliensi, khususnya pada kelompok lanjut usia yang menjadi korban bencana. Misalnya, penelitian terhadap lansia penyintas erupsi Gunung Semeru menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori resiliensi sedang, sementara hanya sedikit yang mencapai tingkat resiliensi tinggi (Ari Wibowo, 2022). Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan dari lingkungan sosial berperan besar dalam memperkuat ketahanan psikologis lansia pascabencana. Temuan serupa yang dilakukan di Kabupaten Luwu Utara juga menemukan bahwa resiliensi masyarakat setelah banjir dibentuk oleh tiga faktor utama: adanya dukungan sosial, kekuatan pribadi untuk bangkit kembali, serta kemampuan untuk menjalani hidup secara mandiri. Selain bantuan berupa logistik dan hunian sementara, masyarakat juga memperoleh penyuluhan serta pelatihan kewirausahaan sebagai bagian dari strategi pemulihan jangka panjang (Hakim dkk., 2023). Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi individu, tetapi juga sangat bergantung pada dukungan dan intervensi dari lingkungan sekitarnya (Chbeir & Carrión, 2023).

Bencana banjir tidak hanya menjadi fenomena lokal di Karame, tetapi juga merupakan tantangan nasional dan bahkan regional. Misalnya, studi di Teluk Gong, Jakarta Utara menunjukkan bahwa masyarakat telah membentuk bentuk-bentuk adaptasi struktural seperti peninggian rumah dan pengosongan lantai dasar sebagai respon terhadap banjir tahunan yang terus berulang (Agustina Bela dkk., 2023). Di Kecamatan Pebayuran, Bekasi, meskipun masyarakat menunjukkan ketahanan dalam bentuk keberlangsungan penghidupan dan pengetahuan pertolongan pertama, namun tingkat resiliensi keseluruhan masih tergolong rendah akibat minimnya sistem peringatan dini (Wardana & Adiputra, 2023).

Dukungan sosial juga memiliki peranan sentral dalam membentuk resiliensi individu. Amelia dan Nurlaili (2024) mengemukakan bahwa keberadaan orang-orang terdekat maupun lembaga yang menyediakan bantuan, baik secara emosional maupun material, dapat memfasilitasi individu dalam menghadapi tekanan secara lebih efektif (Safitri & Nurlaili, 2024). Sejalan dengan hal tersebut, Hakim (2023) menyoroti bahwa intervensi pemerintah berupa penyediaan kebutuhan logistik, hunian sementara, serta layanan penyuluhan, turut mempercepat proses pemulihan bagi masyarakat yang terdampak bencana banjir (Hakim dkk., 2023). Penelitian lain juga menyoroti pentingnya dukungan sosial sebagai penentu kualitas hidup lansia. Di Surabaya, dukungan teman sebaya terbukti mampu meningkatkan rasa

diterima dan harga diri lansia terlantar di panti sosial, sehingga memperkuat ketahanan psikologis mereka (Wibisono dkk., 2025).

Namun demikian, kelompok lanjut usia (lansia) kerap kali masih berada di posisi marginal dalam berbagai program penanggulangan dan pemulihan bencana (Akbar & Prayoga, 2022). Padahal, mereka merupakan kelompok yang memiliki tingkat kerentanan tinggi, baik secara fisik maupun psikologis, sehingga membutuhkan penanganan yang lebih terstruktur, termasuk penguatan jaringan dukungan sosial di lingkungan sekitar mereka (Nabil & Artha Abhipraya, 2021).

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi bagaimana lansia yang tinggal di wilayah rawan banjir Karame, Kota Manado, membentuk ketahanan psikologis dalam menghadapi bencana banjir. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi sejauh mana peran dukungan sosial dalam mendukung proses resiliensi tersebut. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan strategi intervensi psikososial berbasis komunitas yang lebih inklusif, khususnya dalam menangani kelompok lansia yang rentan dalam situasi bencana.

Resiliensi

Grotberg (1999) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan manusia untuk menghadapi, mengatasi, menjadi kuat ketika menghadapi rintangan dan hambatan. Resiliensi bukan merupakan suatu keajaiban, tidak hanya ditemukan pada sebagian kecil manusia saja dan bukan merupakan sesuatu yang berasal dari sumber yang tidak jelas. Setiap manusia memiliki kemampuan untuk menjadi resilien, dan setiap orang mampu untuk belajar bagaimana menghadapi rintangan dan hambatan dalam hidupnya sehingga nantinya menjadi resilien (Dr. Wiwin Hendriani, 2022).

Selain itu, UNISDR mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan sistem, komunitas, atau masyarakat untuk menyerap, beradaptasi, dan pulih dari dampak bencana secara tepat waktu dan efisien (Wardana & Adiputra, 2023). Definisi ini memperluas perspektif resiliensi tidak hanya pada aspek psikologis individu tetapi juga sistem sosial dan struktur komunitas.

Grotberg (1999), menyebut komponen resiliensi dengan istilah sumber. Menurutnya, terdapat tiga sumber resiliensi individu (*three sources of resilience*), yaitu: *I have*, *I am*, dan *I can*. Ketiganya saling berinteraksi dan menentukan bagaimana resiliensi individu kemudian (Grotberg, 1999).

1. Dukungan dari lingkungan sosial (*I have*)

I have adalah sumber resiliensi yang berhubungan dengan besarnya dukungan sosial yang diperoleh dari sekitar, sebagaimana dipersepsikan atau dimaknai oleh individu. Mereka yang memiliki kepercayaan rendah terhadap lingkungannya cenderung memiliki sedikit jaringan sosial dan beranggapan bahwa lingkungan sosial hanya sedikit memberikan dukungan kepadanya (Fathan dkk., 2024). Sumber *I have* memiliki beberapa kualitas yang dapat menjadi penentu bagi pembentukan resiliensi, yaitu:

- a. Hubungan yang dilandasi dengan kepercayaan (*trust*).
- b. Struktur dan peraturan yang ada dalam keluarga atau lingkungan rumah.
- c. Model-model peran.
- d. Dorongan seseorang untuk mandiri (otonomi).
- e. Akses terhadap fasilitas seperti layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, dan kesejahteraan.

2. Kekuatan Pribadi (*I am*)

I am adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi dalam diri individu. Sumber ini mencakup perasaan, sikap dan keyakinan pribadi (Muslimin, 2021). Beberapa kualitas pribadi yang memengaruhi *I am* dalam membentuk resiliensi adalah:

- a. Penilaian personal bahwa diri memperoleh kasih sayang dan disukai oleh banyak orang.
- b. Memiliki empati, kepedulian dan cinta terhadap orang lain.
- c. Mampu merasa bangga dengan diri sendiri.
- d. Memiliki tanggung jawab terhadap diri sendiri dan dapat menerima konsekuensi atas segala tindakannya.
- e. Optimis, percaya diri dan memiliki harapan akan masa depan.

3. Kemampuan bertindak dan menyelesaikan masalah (*I can*)

I can adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan usaha yang dilakukan oleh seseorang dalam memecahkan masalah menuju keberhasilan dengan kekuatan diri sendiri. *I can* berisi penilaian atas kemampuan diri yang mencakup kemampuan menyelesaikan persoalan, keterampilan sosial dan interpersonal (Permana, 2018). Sumber resiliensi ini terdiri dari:

- a. Kemampuan dalam berkomunikasi.
- b. *Problem solving* atau pemecahan masalah.
- c. Kemampuan mengelola perasaan, emosi dan impuls-impuls.
- d. Kemampuan mengukur temperamen sendiri dan orang lain.
- e. Kemampuan menjalin hubungan yang penuh kepercayaan.

Dukungan Sosial

Dalam pengertian resiliensi menurut Grotberg (1999) mengatakan bahwa terdapat tiga sumber resiliensi individu yang menentukan bagaimana mereka menghadapi tantangan, salah satunya yaitu dukungan dari lingkungan sosial (*I have*). Dukungan sosial dapat merupakan bantuan yang diberikan oleh keluarga, teman, masyarakat sekitar didasarkan pada perhatian dan tanggung jawab personal kepada orang yang membutuhkan bantuan (Alawiyah & Anggraeni Alwi, 2022). Dukungan sosial dari keluarga bermanfaat bagi kesehatan dan kesejahteraan lansia serta dapat melindungi lansia dari situasi yang membahayakan serta kejadian kehidupan yang penuh dengan stress (Anastasia Maratning dkk., 2024). Selain dapat mencegah stress, dukungan sosial juga dapat meningkatkan kemampuan menyelesaikan masalah dan meningkatkan kesejahteraan, serta berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mental anggota keluarga (Ibda, 2023).

Jenis dukungan sosial yaitu dukungan informasi, emosional, penghargaan, integrasi sosial dan instrumental (Nurrohmi, 2020). Dukungan informasi dapat berupa nasihat, saran atau umpan balik tentang keadaan atau apa yang dikerjakan oleh individu, ditujukan pada bimbingan dan saran yang diterima dari orang lain yang membantu keluarga dalam memahami dan mengelola situasi yang penuh dengan stress (Prayoga Pangestu & Amin Tohari, 2024). Dukungan emosional ditujukan pada perilaku dari orang lain yang meningkatkan perasaan nyaman, mudah, dan aman sehingga seseorang dapat mencapai kebahagiaan (Candra dkk., 2024). Dukungan penghargaan membantu seseorang dalam meningkatkan harga dirinya, karena mereka mendapatkan penghargaan atau pengakuan dari orang lain (Supriyati, 2023). Dukungan intergrasi sosial memungkinkan seseorang untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok dimana mereka saling membagi perasaannya, minat, perhatian dan melakukan kegiatan kreatif (Ayu Sestiani dkk., 2021). Sedangkan dukungan instrumental meliputi bantuan langsung seperti pakaian, uang, makanan, obat-obatan atau barang-barang yang secara langsung membantu individu (Ekasari dkk., 2019).

Dukungan sosial terbukti berperan penting dalam membangun resiliensi dan kualitas hidup lansia, terutama dalam konteks keterlantaran atau bencana (Dewi dkk., 2022). Di Posyandu Wiguna Karya Surabaya, ditemukan korelasi signifikan antara tingkat dukungan sosial dengan kualitas hidup lansia (Cahya dkk., 2019). Hal ini sejalan dengan temuan (Rusdiyanti dkk., 2023), bahwa lansia yang menerima dukungan emosional, informasional, dan instrumental dari lingkungan sekitar cenderung memiliki tingkat kualitas hidup yang lebih tinggi dan lebih mampu menghadapi tekanan hidup.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk memperoleh pemahaman secara mendalam terhadap fenomena sosial melalui data non-numerik. Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi secara komprehensif pengalaman lansia dalam membangun resiliensi dan menerima berbagai bentuk dukungan sosial di wilayah rawan banjir Karame, Kota Manado. Kegiatan penelitian dilaksanakan pada tanggal 6 Mei 2025, dengan lokasi utama berada di kawasan permukiman warga yang secara berkala mengalami banjir. Peneliti berperan sebagai *human instrument* dalam proses pengumpulan dan analisis data di tempat penelitian. Peran ini mencakup tanggung jawab untuk menetapkan informan, melakukan wawancara, mencatat hasil observasi, melakukan analisis serta interpretasi data, dan menarik kesimpulan berdasarkan hasil temuan. Instrumen yang digunakan meliputi panduan wawancara dan perangkat telepon seluler untuk keperluan perekaman data. Teknik pengumpulan data meliputi observasi tempat, wawancara, dan dokumentasi. Pemilihan informan dilakukan secara purposif dengan mempertimbangkan kriteria tertentu, yakni individu yang berusia 60 tahun ke atas, berdomisili di wilayah Karame, serta memiliki pengalaman mengalami banjir setidaknya dua kali dalam dua tahun terakhir.

Sumber data primer berasal dari hasil wawancara langsung dengan para informan, sementara data sekunder diperoleh melalui studi literatur dan dokumentasi resmi dari instansi pemerintah daerah setempat. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis tematik, yang terdiri dari tiga tahap utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil

Hasil penelitian diperoleh dari wawancara mendalam dengan tiga orang lansia yang tinggal di wilayah rawan banjir Karame, Kota Manado. Data dianalisis secara tematik menggunakan teori resiliensi Grotberg (1999) yang terdiri dari tiga aspek utama: *I Have* (dukungan sosial), *I Am* (kekuatan pribadi), dan *I Can* (kemampuan bertindak). Temuan analisis tematik disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil Analisis Tematik Resiliensi Lansia Berdasarkan Teori Grotberg

Informan	<i>I Have</i> (dukungan sosial)	<i>I Am</i> (kekuatan pribadi)	<i>I Can</i> (kemampuan bertindak)

Opa W (66 tahun)	Menerima bantuan dari masyarakat saat banjir, perhatian dari warga sekitar	Tenang dan tidak panik menghadapi banjir, harapan adanya perhatian lebih dari pemerintah	Mengevakuasi diri ke tempat aman; memindahkan barang ke lantai dua
Opa J (60 tahun)	Mendapat bantuan logistik dari masyarakat dan uang tunai dari pemerintah	Sabar dan Ikhlas; melihat bencana sebagai bagian dari rencana Tuhan	Tetap bertahan tinggal di Karame; menerima kenyataan dengan pasrah
Oma H (73 tahun)	Dibantu oleh anak-anak muda dan tetangga; menerima bantuan sembako	Merasa kuat karena memiliki iman; bersandar pada kekuatan doa dan Tuhan	Tidak panik saat banjir; mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang sering terdampak bencana.

Uraian Hasil Analisis

1. Dimensi I Have (Dukungan Sosial):

Ketiga informan menyatakan menerima berbagai bentuk dukungan sosial saat bencana terjadi. Opa W menyebut adanya perhatian warga sekitar, terutama saat evakuasi. Ia mengatakan, “*semua barang berharga dipindahkan di lantai dua rumah, karena rawan banjir*”. Opa J secara spesifik menyebut bantuan berupa uang tunai dari pemerintah dan bantuan logistik dari masyarakat. Sementara Oma H menekankan pentingnya dukungan dari anak-anak muda di sekitar rumahnya serta bantuan berupa sembako. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dari masyarakat dan pemerintah menjadi komponen penting dalam membantu proses pemulihan lansia pascabanjir.

2. Dimensi I Am (Kekuatan Pribadi):

Ketiga informan menunjukkan karakteristik kekuatan personal yang mendukung ketahanan psikologis mereka. Opa W bersikap tenang dan menyatakan bahwa banjir adalah bagian

dari hidup sehari-hari di Karame. Opa J menunjukkan sikap sabar dan menyerahkan situasi pada kehendak Tuhan. Oma H secara khusus mengungkapkan bahwa kekuatan spiritual dan iman kepada Tuhan merupakan sumber utama kekuatan dalam menghadapi bencana, “*aku tetap kuat karena aku punya Tuhan*”. Hal ini menunjukkan bahwa nilai-nilai religius dan makna hidup sangat memengaruhi pembentukan resiliensi pribadi pada lansia.

3. Dimensi I Can (Kemampuan Bertindak):

Dalam menghadapi bencana, para lansia menunjukkan kemampuan adaptif. Opa W secara aktif melakukan evakuasi mandiri dan memindahkan barang ke tempat lebih aman. Opa J memilih tetap bertahan di Karame meskipun trauma, menunjukkan bentuk penerimaan aktif terhadap risiko, “*saya sudah terbiasa dengan banjir... tidak ada keinginan untuk tinggal di luar Karame*”. Sementara Oma H merasa terbiasa dengan kondisi banjir dan mampu menyesuaikan diri tanpa panik. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan *problem solving* dan adaptasi sosial menjadi bagian dari strategi bertahan mereka.

Diskusi

Temuan ini sejalan dengan teori resiliensi Grotberg (1999) yang membagi resiliensi ke dalam tiga sumber utama: *I Have*, *I Am*, dan *I Can*. Ketiga informan menunjukkan keberfungsian dari ketiganya dalam konteks kehidupan pascabencana.

1. *I Have* (dukungan sosial): Ketiganya menyebutkan adanya dukungan sosial dari masyarakat sekitar, baik dalam bentuk bantuan fisik (sembako, evakuasi), emosional (kebersamaan, perhatian), hingga bantuan dari pemerintah. Opa J bahkan menyebut bantuan uang tunai dari pemerintah pascabanjir. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial sebagai sumber resiliensi eksternal benar-benar dimaknai dan berpengaruh dalam proses pemulihan para lansia.
2. *I Am* (kekuatan pribadi): Ketiga lansia menampilkan sikap positif dalam menerima kenyataan dan menunjukkan ketangguhan secara emosional. Opa W bersikap tenang, Opa J memilih untuk sabar, dan Oma H menekankan kekuatan religius sebagai fondasi batin yang mendalam. Sikap ini mencerminkan adanya penilaian diri yang positif dan kemampuan untuk melihat musibah secara spiritual atau filosofis sebagai bentuk penerimaan.
3. *I Can* (kemampuan bertindak): Para informan menunjukkan kapasitas untuk mengambil tindakan mandiri dalam menghadapi banjir, seperti menyelamatkan barang ke lantai atas, melakukan evakuasi ke tempat aman, serta menjalani kehidupan dengan

adaptasi baru setelah bencana. Tindakan ini menunjukkan adanya keterampilan *problem solving* dan manajemen emosi yang baik, yang penting dalam model resiliensi.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menjawab tujuan utama penelitian, yakni mengeksplorasi resiliensi lansia dan peran dukungan sosial dalam menghadapi bencana banjir. Ketiga responden sesuai dan sejalan dengan teori Grotberg, dimana aspek *I Have, I Am, dan I Can* dapat ditemukan pada ketiga informan. Adanya dukungan sosial yang menjadi sumber resiliensi eksternal terbesar, kekuatan pribadi yang muncul karena adaptasi, dan kemampuan bertindak untuk mengambil keputusan sesuai dengan keadaan lingkungan dan emosional, membuktikan adanya resiliensi pada para lansia terutama ketiga responden. Ketiganya memperlihatkan bahwa lansia di Karame mampu membangun ketahanan psikologis yang didasarkan pada pengalaman, spiritualitas, dan komunitas sosial yang suportif.

Temuan ini memperkuat hasil studi sebelumnya bahwa resiliensi bukan hanya produk dari kekuatan internal individu, melainkan dibentuk melalui interaksi sosial dan sistem dukungan kolektif. Di Uteun Kot, Lhokseumawe, peningkatan resiliensi dilakukan melalui pembentukan kelompok siaga bencana dan pelatihan *Basic Life Support*, yang meningkatkan kesiapan masyarakat dalam menghadapi bencana dan mengurangi risiko kematian (Rizka dkk., 2023). Sementara itu, studi di Teluk Gong juga menunjukkan bahwa adaptasi fisik seperti peninggian rumah, pengosongan lantai dasar, dan penggunaan penahan air adalah bentuk nyata dari resiliensi masyarakat dalam menghadapi bencana banjir (Agustina Bela dkk., 2023). Hal ini selaras dengan temuan di Karame, di mana lansia melakukan tindakan adaptif seperti memindahkan barang ke lantai dua dan evakuasi mandiri (Eem Munawaroh dkk., 2018).

Selain dukungan struktural dari keluarga, komunitas juga berperan besar dalam resiliensi lansia (Sudrajat dkk., 2022). Sebagai contoh, di Kabupaten Cianjur, pengabdian masyarakat melalui teknik *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) memberikan dampak positif pada kesejahteraan psikososial lansia yang terdampak bencana gempa bumi (Hanafi Rochman dkk., 2023). Intervensi ini membuktikan bahwa keterlibatan komunitas dan pendekatan psikososial secara langsung dapat memperkuat daya lenting lansia terhadap trauma (Subiyanto & Damayanti, 2023). Dukungan dari pemerintah daerah juga menjadi elemen penting dalam strategi mitigasi dan respons terhadap bencana banjir (Permana dkk., 2023). Pemerintah memiliki tanggung jawab untuk menyediakan perlindungan, mengelola risiko bencana, mengembangkan sistem peringatan dini, serta mengalokasikan dana tanggap darurat guna melindungi kelompok rentan seperti lansia (Rahim dkk., 2023). Dalam konteks ini, masukan dari penelitian di Karame sejalan dengan peraturan daerah yang berlaku di Indramayu, di mana

lansia seharusnya menjadi salah satu prioritas dalam perencanaan dan pelaksanaan program penanggulangan bencana secara komprehensif.

Namun, terdapat indikasi bahwa aspek dukungan formal seperti perhatian khusus dari pemerintah terhadap kelompok lansia belum optimal. Seperti yang diungkapkan oleh Opa W, perhatian pemerintah terhadap kebutuhan spesifik lansia saat bencana masih perlu ditingkatkan.

Dengan demikian, hasil ini tidak hanya menguatkan teori yang digunakan tetapi juga membuka ruang refleksi terhadap kebijakan intervensi kebencanaan yang lebih inklusif bagi lansia. Rekomendasi intervensi komunitas dan dukungan terstruktur menjadi hal yang mendesak, mengingat lansia adalah kelompok dengan kerentanan tinggi yang tidak selalu memiliki kemampuan fisik maupun akses mandiri terhadap bantuan.

Kesimpulan Dan Saran

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa lansia di wilayah rawan banjir Karame, Kota Manado, menunjukkan kapasitas resiliensi yang kuat meskipun berada dalam kondisi kerentanan tinggi. Resiliensi tersebut dibangun melalui kombinasi tiga sumber utama sebagaimana dikemukakan oleh Grotberg (1999), yakni *I Have* (dukungan sosial), *I Am* (kekuatan pribadi), dan *I Can* (kemampuan bertindak).

Dukungan sosial dari lingkungan sekitar baik dalam bentuk bantuan fisik, emosional, maupun moral, memegang peranan penting dalam proses pemulihan lansia pascabencana. Selain itu, kekuatan spiritual dan sikap menerima keadaan menunjukkan bahwa kekuatan personal dan nilai keagamaan turut membentuk ketahanan psikologis. Di sisi lain, kemampuan lansia untuk mengambil tindakan konkret seperti evakuasi mandiri dan penyesuaian perilaku terhadap risiko banjir menunjukkan adanya keterampilan adaptif yang mendukung keberlangsungan hidup.

Temuan ini menegaskan bahwa resiliensi pada lansia bukanlah kondisi statis atau bawaan, melainkan hasil dari proses panjang yang melibatkan pengalaman hidup, kekuatan batin, serta dukungan komunitas. Selain itu, hasil ini mengonfirmasi bahwa teori resiliensi Grotberg relevan untuk menjelaskan dinamika psikososial lansia dalam konteks bencana. Meskipun demikian, keterbatasan dalam dukungan formal dari pihak pemerintah masih menjadi catatan penting yang perlu diperhatikan secara serius.

Saran

1. Bagi Pemerintah dan Lembaga Penanggulangan Bencana:

Diperlukan kebijakan khusus yang bersifat inklusif dan berorientasi pada kebutuhan lansia dalam setiap tahapan penanggulangan bencana. Ini mencakup penyediaan tempat evakuasi yang ramah lansia, bantuan logistik yang disesuaikan dengan kondisi fisik mereka, serta layanan informasi yang mudah diakses dan dipahami oleh kelompok usia lanjut.

2. Bagi Masyarakat dan Komunitas Lokal:

Peran masyarakat sebagai sumber dukungan sosial harus terus diperkuat melalui program gotong royong, pelatihan kesiapsiagaan bencana berbasis RT/RW, dan penguatan nilai kerukunan antarwarga. Lansia perlu dilibatkan secara aktif dalam forum musyawarah lingkungan sebagai bentuk pemberdayaan dan pengakuan atas pengalaman mereka.

3. Bagi Peneliti dan Akademisi:

Penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan informan, mempertimbangkan variabel lain seperti kondisi kesehatan, status sosial ekonomi, dan gender, serta mengembangkan model intervensi psikososial berbasis resiliensi yang teruji secara empiris dan kontekstual sesuai dengan wilayah risiko bencana. Selain itu, peneliti juga dapat menjajaki pendekatan berbasis budaya dan spiritualitas dalam memperkuat resiliensi komunitas, sebagaimana diimplementasikan dalam pendekatan desain tanggap bencana di Filipina yang mengintegrasikan nilai-nilai lokal dalam penyediaan fasilitas pascabencana (Susanto dkk., 2022).

4. Bagi Keluarga dan Pengasuh Lansia:

Diperlukan peningkatan kesadaran keluarga untuk mengenali kebutuhan lansia saat bencana dan membangun komunikasi serta relasi yang suportif. Pelatihan ringan untuk anggota keluarga terkait evakuasi, pertolongan pertama, dan perawatan lansia dalam situasi darurat juga menjadi bagian penting dari kesiapan bencana.

Daftar Pustaka

- Agustina Bela, P., Gede Oka Sindhu Pribadi, I., & Tu Tjung, L. (2023). Hubungan Resiliensi Dengan Adaptasi Masyarakat Terhadap Bencana Banjir di Teluk Gong Kecamatan Penjaringan Jakarta Utara. *Jurnal STUPA*, 5(2), 1827–1836. <https://doi.org/10.24912/stupa.v5i2.xxxxx>
- Akbar, M., & Prayoga, P. N. D. (2022). Menakar Arah Kebijakan Kesejahteraan Sosial Melalui Program Asistensi Rehabilitasi Sosial (Atensi) Bidang Lanjut Usia. *Ilmu Kesehatan Sosial*, 23(1), 59–68.
- Alawiyah, D., & Anggraeni Alwi, C. (2022). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir. *MIMBAR Jurnal Media*

- Anastasia Maratning, Maria Frani Ayu Andari Dias, & Mentari Mentari. (2024). Dukungan Keluarga pada Lansia di Panti Perlindungan dan Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia (PPRSLU) Budi Sejahtera Banjarbaru Tahun 2023. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(1), 201–217. <https://doi.org/10.59680/medika.v2i1.919>
- Ari Wibowo, N. (2022). Studi Deskriptif Tingkat Resiliensi Penyintas Lansia Erupsi Gunung Sumeru di Desa Sumbermujur, Lumajang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(3).
- Ayu Sestiani, R., Muhid, A., & Sunan Ampel Surabaya, U. (2021). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review. Dalam *Jurnal Tematik* (Vol. 3, Nomor 2). <https://journals.usm.ac.id/index.php/tematik>
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNBP). (2024). *Data Bencana Indonesia Tahun 2023 - 2024*. BNPB . https://dibi.bnbp.go.id/statistik_menurut_wilayah
- Balahanti, R., Mononimbar, W., Pierre, I., & Gosal, H. (2023). Analisis Tingkat Kerentanan Banjir di Kecamatan Singkil Kota Manado. *Jurnal spasial*, 11.
- BPBD Kota Manado. (2020). *Peta Rawan Bencana dan Laporan Tahunan BPBD Manado*. Dinas BPBD Kota Manado.
- Cahya, E., Harnida, H., & Indrianita, V. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kualitas Hidup Lansia di Posyandu Lansia Wiguna Karya Kebonsari Surabaya. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 33–47.
- Candra, I., Okfrima, R., & Gusriwandi, Y. (2024). Hubungan Antara Dukungan Emosional dengan Psychological Well-Being pada Siswa SMK X. *Psyche 165 Journal*, 384–389. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v17i4.486>
- Chbeir, S., & Carrión, V. (2023). Resilience by design: How nature, nurture, environment, and microbiome mitigate stress and allostatic load. *World Journal of Psychiatry*, 13(5), 144–159. <https://doi.org/10.5498/wjp.v13.i5.144>
- Dewi, F. iriana roesmala, Budiarto, Y., Wardani, A. kusuma, Diningrum, A. S., Lilianie, C., & Lau, A. (2022). Peran Dukungan Sosial Dan Resiliensi Terhadap Kualitas Kehidupan Orang Tua Empty Nest. *Jurnal Pendidikan, Sains Sosial, dan Agama*, 8(1), 223–232. <https://doi.org/10.53565/pssa.v8i1.458>
- Dr. Wiwin Hendriani, M. S. (2022). *Resiliensi Psikologi Sebuah Pengantar*. Prenada Media. <https://books.google.co.id/books?id=ulVqEAAAQBAJ>
- Eem Munawaroh, M. P., Esya Anesty Mashudi, M. P., & Ibda, H. (2018). *Resiliensi; Kemampuan Bertahan dalam Tekanan, dan Bangkit dari Keterpurukan*. CV. Pilar Nusantara. <https://books.google.co.id/books?id=vYImEAAAQBAJ>
- Ekasari, M. F., Riasmini, N. M., & Hartini, T. (2019). *Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia Konsep dan Berbagai Intervensi*. WINEKA MEDIA. <https://books.google.co.id/books?id=IWCIDwAAQBAJ>
- Fathan, A. A. ad, Inayah, N. N., Zahirah, A. Q., Yusuf, N. U. R. P., Amsil, A. E., & Harum, A. (2024). Pappaseng Tellu Riala Sappo: Resiliensi Remaja Penyintas Bunuh Diri Di Kota Daeng Dalam Perspektif Teori Grotberg. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 108–114.

- Grotberg, E. H. (1999). *Tapping your inner strength : how to find the resilience to deal with anything*. New Harbinger ; Publishers Group West [distributor].
- Hakim, L., Setiawati, B., & Hawing, H. (2023). Resiliensi Masyarakat dan Penyuluhan Pasca Banjir di Kecamatan Masamba Kabupaten Luwu Utara. *Jurnal Penyuluhan*, 19(02), 25–36. <https://doi.org/10.25015/19202346001>
- Hanafi Rochman, U., Subarkah, A., & Mildawati, M. (2023). Dukungan Psikososial Lansia Melalui PMR: Pengalaman Pengabdian Masyarakat Saat Bencana di Kabupaten Cianjur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita*, 04 Nomor 02.
- Ibda, F. (2023). Dukungan Sosial: Sebagai Bantuan Menghadapi Stres dalam Kalangan Remaja Yatim di Panti Asuhan Fatimah Ibda. *Journal of Education Sciences and Teacher Training*, 12(02), 153–172.
- Muslimin, Z. I. (2021). Berpikir positif dan resiliensi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. *Jurnal Psikologi Integratif*, 9(1), 115–131.
- Nabil, T., & Artha Abhipraya, F. (2021). *Membangun Ketahanan Lansia dalam Kesiapsiagaan Bencana (Studi Kasus: Kabupaten Bantul)*.
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). *Psikologi Resiliensi*.
- Nurrohmi. (2020). Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Lansia. *REHSOS: Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial*, 2(1).
- Permana, D. (2018). Peran Spiritualitas Dalam Meningkatkan Resiliensi Pada Residen Narkoba. *Syifa al-Qulub*, 2(2), 21–32. <https://doi.org/10.15575/maq.v2i2.2972>
- Permana, D., Jenderal, U., & Yani, A. (2023). Peran Pemerintah Daerah dalam Menanggulangi Risiko Bencana Banjir di Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmu Sosial*, 21(2), 156–165. <http://jurnaldialektika.com/>
- Prayoga Pangestu, & Amin Tohari. (2024). Strategi Mengatasi Stres Dan Mempertahankan Kesejahteraan Keluarga Pada Orang Tua Tunggal: Studi Kasus Pamulang Barat. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 2(2), 21–32. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i2.63>
- Priyono, K. D., Amin, C., Anggani, N. L., & Hakim, R. (2023). *Manajemen Bencana Wilayah Tropis: Memperkuat Resiliensi*. Muhammadiyah University Press. https://books.google.co.id/books?id=Ww_zEAAAQBAJ
- Putri, A. N., & Widyastuty, A. A. S. A. (2023). Elemen Penyebab Sebaran Kawasan Rawan Banjir di Kelurahan Keputih Surabaya. *Plano Buana*, 3(2), 60–67.
- Rahim, A., Rifai, A., Soleha, A., Jihan Fauziah, H., & Syain, M. (2023). Peran Pemerintah Daerah dalam Penanggulangan Bencana Banjir Menurut Peraturan Daerah Kabupaten Indramayu No. 3 Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(4). <http://Jiip.stkipyapisdmpu.ac.id>
- Rizka, A., Sofia, R., Utariningsih, W., Sintia, A., & Enggola, R. (2023). Peningkatan Resiliensi Masyarakat Terhadap Bencana Banjir di Desa Uteun Kot, Muara Dua, Lhokseumawe. *Jurnal Vokasi*, 7(1).
- Rusdiyanti, N., Praktiko, H., & Aristawati, A. (2023). Quality of life pada lansia : Bagaimana peran dukungan sosial? *Universitas*, 5(01), 116–124.

- Safitri, F. A., & Nurlaili, E. I. (2024). Pengaruh Dukungan Sosial dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Ekonomi Kelas X SMA. *Edunomic: Jurnal Ilmiah Pendidikan Ekonomi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan*, 12(2), 138–150. <https://doi.org/10.33603/ejpe.v12i2.9009>
- Sari, D. P., Kusumaningrum, P. R., Pramono, C., & Izzudin, A. (2025). Hubungan Dukungan Keluarga terhadap Kesiapsiagaan Lansia dan Ibu Hamil dalam Menghadapi Bencana Erupsi Gunung Berapi. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 20(1). <http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/JIKSHT/article/view/408://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>
- Sholichin. (2021). *Modul Keperawatan Gawat Darurat Dan Manajemen Bencana Alam Lanjutan*.
- Subiyanto, A., & Damayanti, N. (2023). *Pengantar Psikologi Bencana*. https://www.researchgate.net/publication/375961380_PENGANTAR_PSIKOLOGI_BENCANA
- Sudrajat, A., Fedryansyah, M., & Darwis, R. S. (2022). Faktor Resiliensi Pada Janda Lansia. *Social Work Journal*, 13(1), 111–125. <https://doi.org/10.45814/share.v13i1.41651>
- Supriyati. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial dan Harga Diri Terhadap Resiliensi Mahasiswa Perantau. *Psikologi Malahayati*, 5(1), 16–21.
- Susanto, A., Pawenang, R., Kurniawati, ; Ike, Adhitya, J., Darmansyah, R., Widiyani, W., Studi, P., Arsitektur, M., Arsitektur, S., & Kebijakan, P. (2022). A Flood and Typhoon Resilient Solution for Naga City by Using a Cultural Approach. *Tesa Arsitektur*, 20(2).
- Wardana, W., & Adiputra, A. (2023). Resiliensi Masyarakat terhadap Bencana Banjir di Kecamatan Pebayuran, Bekasi Jawa Barat. *Jurnal Sosiologi Agama Indonesia (JSAI)*, 4(3), 354–370. <https://doi.org/10.22373/jsai.v4i3.3363>
- Wibisono, P., Nuha, Moch. S., & Laela, F. N. (2025). The Essential Role of Social Support to Strengthening Resilience of Neglected Elderly in Environment of Social Residence. *KOMUNITA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(2), 244–357. <https://doi.org/10.60004/komunita.v4i2.156>