

Terapi Spiritual Bagi Kelompok Masyarakat Penyintas Bencana Gempa di Kab. Majene

¹Ahmad Razak, ²Lukman Nadjamuddin, ³Perdana Kusuma

^{1,2,3}Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

Email Ahmad7106@unm.ac.id

Abstrak - Kegiatan ini bertujuan untuk terbangun: 1) kesadaran spiritual yaitu: kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor individu dalam memaknai realitas hidup. 2) resiliensi, yaitu: pengaturan emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian. Peserta adalah kelompok masyarakat penyintas bencana gempa di Kabupaten Majene provinsi Sulawesi Barat sebanyak 35 orang. Terdiri atas 20 laki-laki dan 15 perempuan yang dipilih secara purposive sampling. Hasil kegiatan ini 1) terbangun kesadaran spiritual yaitu: kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor individu dalam memaknai realitas hidup 2) terbangun resiliensi, yaitu: pengaturan emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri, dan pencapaian.

Kata Kunci - Terapi Spiritual, Kelompok Masyarakat Penyintas Bencana Gempa.

Abstract - This activity aims to build: 1) spiritual awareness, namely: cognitive, affective, and psychomotor abilities of individuals in interpreting the reality of life. 2) resilience, namely: emotional regulation, impulse control, optimism, problem analysis ability, empathy, self-efficacy, and achievement. Participants are community groups who have survived the earthquake in Majene Regency, West Sulawesi province as many as 35 people. Consisting of 20 males and 15 females selected by purposive sampling. The results of this activity are 1) developing spiritual awareness, namely: cognitive, affective, and psychomotor abilities of individuals in interpreting the reality of life 2) building resilience, namely: emotional regulation, impulse control, optimism, problem analysis skills, empathy, self-efficacy, and achievement .

Keyword -: *Spiritual Therapy, Community Group for Earthquake Survivors*

I. PENDAHULUAN

Gempa bumi tektonik yang baru-baru ini telah mengguncang provinsi sulbar. Menurut Kepala Balai Besar MKG Wilayah IV Makassar tercatat sebanyak 42 kali terjadi gempa. Pada tanggal 14 dan 15 januari gempa terjadi dengan skala kekuatan M 5.0 hingga M 6.2 (Handoyo 2021). Bencana ini menelan sampai ratusan korban jiwa, luka-luka, kehilangan tempat tinggal dan harta benda lainnya.

Kabupaten Majene adalah salah satu wilayah gempa yang cukup parah dan memerlukan perhatian serius oleh berbagai

kalangan. Sampai saat ini sebahagian masyarakat masih tinggal di kamp-kamp pengungsian walaupun sudah ada pula sebahagian yang mengungsi ke tempat tinggal keluarga. Persoalan psikologis yang dirasakan sampai saat ini masyarakat Kab. Majene akibat dari gempa yang terjadi adalah seperti trauma, perasaan sedih yang sangat dalam karena kehilangan keluarga dan harta benda, perasaan putus asa atau kehilangan harapan serta kurang bergairah (*pessimis*) dalam melakukan aktivitas pekerjaan.

Berbagai instansi pemerintah, kepolisian, dan LSM ikut mengambil bagian

dalam memberikan layanan bantuan kepada masyarakat setempat. Kebutuhan materil yang sifatnya sandang pangan dan papan relative akan dapat teratasi seketika jika telah memperoleh bantuan berupa bahan makanan, kesehatan dan bantuan material lainnya. Namun hal yang bersifat mental/psikologis tidak serta merta dapat pulih dengan seketika tetapi memerlukan penanganan dan pendekatan secara berulang untuk kondisi tersebut. Menurut Thoyibah et.al (2019). Gempa bumi sangat berdampak pada masalah kesehatan mental. Korban gempa pasti akan mengalami gejala kecemasan, neurotik, psikotik, dan Post Traumatic Syndrome Disease. Kecemasan berdampak pula pada pikiran, tubuh dan menyebabkan penyakit fisik dan memengaruhi aktivitas sosialnya.

Berikut ini keadaan masyarakat Kabupaten Majene yang masih dalam keadaan trauma.



Gambar 1. Keadaan masyarakat Kab. Majene nampak masih mengalami trauma.

Salah satu wilayah di Kabupaten Majene yang perlu mendapatkan penanganan Spiritual adalah masyarakat yang tinggal di pesisir pantai. Berdasarkan penuturan masyarakat, kesehariannya sangat diliputi perasaan takut dan kecemasan sewaktu-waktu munculnya bencana alam seperti tsunami karena dekatnya dengan laut. Sehingga perasaan tersebut sangat memengaruhi pencarian nafkah.

Berdasarkan kondisi tersebut dapat menjadi dasar pertimbangan untuk memberikan intervensi dengan pendekatan terapi spiritual, yaitu suatu bentuk terapi yang dilakukan bersama-sama dengan penyintas gempa untuk mendekatkan diri secara

ruhaniah kepada Allah Swt dengan berbagai rangkaian kegiatan terapi spiritual agar tercipta kesadaran spiritual dan resiliensi terhadap kondisi yang dihadapi.

II. METODE YANG DIGUNAKAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat yang dilakukan pada kelompok masyarakat penyintas gempa di Kabupaten Majene provinsi Sulawesi Barat tepatnya di lokasi pesisir pantai Majene, terdiri atas:

- a) Sosialisasi dan pendaftaran peserta. Berdasarkan surat izin pelaksanaan kegiatan dari LP2M UNM, sosialisasi Kegiatan PKM terapi spiritual bagi penyintas gempa disosialisasikan kepada masyarakat setempat dengan melaporkan terlebih dahulu kepada pemerintah setempat. Dalam kegiatan sosialisasi tersebut ditetapkan lokasi pelaksanaan kegiatan pada wilayah pesisir pantai Kabupaten Majene yang memang belum memperoleh intervensi dalam penanganan trauma akibat bencana. Selanjutnya mendata peserta yang bersyarat dan bersedia mengikuti kegiatan.
- b) Mendesain intervensi terapi spiritual. Terapi spiritual ini dijalankan dengan melalui beberapa tahapan yang terdiri atas: 1) pembacaan ayat suci al-Qur'an; 2) tausiyah; 3) dzikir bersama; 4) muhasabah dipandu oleh terapis; 5) doa bersama dipandu oleh terapis; dan 6) konseling kelompok yang dibagi menjadi empat kelompok.
- c) Menyediakan sarana dan prasarana. Agar intervensi terapi spiritual dapat terlaksana dengan baik maka dipersiapkan perlengkapan sarana prasarana seperti: teks dzikir, materi tausiyah, materi muhasabah untuk dibagikan kepada peserta. Adapun tempat pelaksanaannya dilakukan dalam Masjid agar dapat berlangsung secara khusus.
- d) Pembagian tugas dalam kegiatan intervensi terapi spiritual. Tim melakukan pembagian

tugas dalam kegiatan terapi spiritual yang terdiri dari: pembaca ayat suci al-Qur'an (qari'), pemberi tausiyah (da'i), pemandu dzikir, muhasabah dan do'a serta bimbingan konseling kelompok. Ini dilakukan oleh kalangan profesional. Sebelum dilaksanakan tim melakukan persiapan dan pemantapan lebih awal dalam hubungannya dengan tugas yang akan dilaksanakan masing-masing tim selama intervensi berlangsung.

- e) Pelaksanaan Intervensi terapi spiritual. Atas izin pemerintah setempat kegiatan PKM terapi spiritual bagi kelompok masyarakat penyintas gempa dilaksanakan. Adapun salah satu dokumentasi kegiatannya dapat terlihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Suasana intervensi terapi spiritual bagi kelompok masyarakat penyintas gempa

Subjek dalam kegiatan ini adalah sebanyak 35 terdiri atas 20 laki-laki dan 15 perempuan yang telah dipilih secara *purposive sampling*. Artinya sampel dalam penelitian ini telah ditentukan kriterianya dan dipilih secara random, yaitu kelompok masyarakat terdampak gempa dan beragama Islam.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Terapi spiritual bagi kelompok masyarakat penyintas bencana gempa adalah usaha untuk memulihkan kesehatan psikologis yang sedang mengalami ketakutan, kecemasan, trauma karena akibat gempa dengan melalui pendekatan spiritual agama Islam.

Hasil kegiatan ini diperoleh melalui evaluasi yang terdiri atas: evaluasi proses kegiatan dan evaluasi hasil kegiatan.

1. Evaluasi proses kegiatan

Berdasarkan lembar evaluasi proses kegiatan yang telah diisi, umumnya peserta memberikan respon positif pada kegiatan tersebut. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Tanggapan peserta terhadap Terapi Spiritual

Kegiatan Terapi Spiritual	Penilaian			
	K	C	B	SB
Pelaksanaan terapi spiritual sesuai tujuan/sasaran.	-	-	3	32
Waktu pelaksanaan terapi spiritual	-	-	35	
Tahapan pelaksanaan terapi spiritual.	-	-	-	35
Ketepatan waktu pelaksanaan terapi spiritual.	-		35	-
Kesan pelaksanaan terapi spiritual.	-	-	1	34

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa intervensi terapi spiritual memperoleh respon yang positif dari sebanyak 35 peserta. Sebanyak 32 peserta (91%) menyatakan tujuan pelatihan tercapai dengan sangat baik dan 2 peserta (9%) menyatakan tujuan tercapai dengan baik. Adapun waktu pelaksanaan kegiatan sebanyak 35 (100%) peserta menilai baik. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan 35 (100%) peserta menilai sangat baik. Sedangkan ketepatan waktu dalam pelaksanaan kegiatan 35 (100%) peserta menyatakan baik. Kesan-kesan peserta kegiatan terapi spiritual, sebanyak 34 (97%) peserta menilai sangat baik dan 1 (3%) peserta menilai baik.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa intervensi terapi spiritual bagi kelompok penyintas bencana gempa

secara umum peserta memberikan respon positif.

2. Evaluasi hasil kegiatan

Berdasarkan hasil kuesioner dari peserta mengenai kesadaran spiritual dan gambaran umum resiliensi peserta pasca terapi spiritual dapat diketahui pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Gambaran umum kesadaran spiritual dan resiliensi peserta setelah intervensi terapi spiritual

Kesadaran spiritual dan resiliensi	Penilaian			
	K	C	S	SS
Pemahaman materi spiritual Islam yang disajikan	-	-	7	28
sikap spiritual semakin baik setelah terapi. Seperti: semakin mendekati diri pada Allah SWT, berserah diri kepada Allah SWT, semakin yakin akan kekuasaan Allah SWT	-	-	25	10
semkin rajin beribadah dan berdoa kepada Allah SWT. Tetap mengamalkan dzikir yang telah dipraktekkan selama terapi	-	-	2	33
Lebih optimis menghadapi masa depan, semakin gairah untuk bekerja	-	5	10	20
Lebih mudah mengontrol emosi	-	2	8	25

dan perasaan-perasaan yang selama ini mengganggu ketenangan jiwanya.
 Lebih optimis, dapat menyelesaikan problem-problem psikologisnya sendiri.

Tabel di atas menunjukkan bahwa Pemahaman materi spiritual Islam yang disajikan dapat meningkat dengan baik, yaitu 28 (80%) peserta menilai sangat setuju dan 2 (20%) peserta menilai setuju. Adapun sikap spiritualnya juga semakin baik hail ini dapat diketahui bahwa 25 (71%) peserta menilai setuju dan 10 (29%) peserta menilai sangat setuju. Sedangkan kerajinan beribadah, berdoa dan tetap menjalankan kegiatan dzikir sebanyak 2 (6%) peserta menilai setuju dan 33 (94%) peserta menilai sangat setuju. Optimime dalam menghadapi masa depan dan semakin bergairah dalam bekerja sebanyak 5 (14,3%) peserta menilai cukup, 10 (28,6%) menilai baik, dan 20 (57,1%) menilai sangat baik. Peserta lebih Lebih mudah mengontrol emosi dan perasaan-perasaan yang selama ini mengganggu ketenangan jiwanya. Ada 2 (5,7%) pserta menilai cukup, 8 (22,9%) peserta menilai sesuai dan 25 (71,4%) menilai sangat sesuai. Lebih optimis, dapat menyelesaikan problem-problem psikologisnya sendiri. Ada 6 (17,1%) peserta menilai cukup, 27 (77,1%) peserta menilai sesuai dan 2 (5,7%) peserta menilai sangat sesuai.

Berdasarkan data evaluasi kegiatan tersebut menunjukkan bahwa peserta mengalami perubahan pengetahuan sikap dan keterampilan khususnya peningkatan kesadaran spiritual Islam dan kemampuan

resiliensi setelah mengikuti intervensi terapi spiritual.

b. Pembahasan kegiatan

Animo masyarakat dengan adanya program penguatan mental dalam bentuk Terapi Spiritual ini sangat direspon dengan positif karena dapat memberikan penguatan mental dan keimanan untuk selalu merasa dekat dengan Sang Maha Pencipta Allah Swt. Hal yang paling disenangi pula adalah karena dengan adanya keterampilan dan metode dzikir praktis yang dibekalkan kepadanya untuk dapat diamalkan dan dipraktikkan setiap waktu. Salah seorang peserta mengakui adanya perubahan psiko-spiritual di dalam dirinya selama mengikuti terapi dan itu memberikan harapan optimis serta semangat dalam menjalani kehidupannya sehari-hari.

Hal senada juga diungkapkan Kepala LPMP Sulbar Sinar Alam SPs MPd bahwa kegiatan PKM yang dilakukan di daerahnya adalah merupakan rahmat dan karunia yang patut disyukuri. Sehingga berharap kegiatan seperti ini dapat dikerjakan samakan setiap saat. Walau bagaimanapun terapi spiritual yang dilaksanakan dapat memberikan perubahan positif terhadap masyarakat penyintas di daerah bencana.

Kegiatan intervensi terapi spiritual telah banyak dilakukan oleh pengabdian baik pada siswa dalam lingkungan sekolah, di lapas maupun tempat rehabilitasi narkoba menunjukkan kegiatan intervensi terapi spiritual dapat memberikan efek perubahan kepada subjek (peserta).

Fisher (2011) menjelaskan bahwa harus diakui bahwa kini Makin banyaknya bukti yang menunjukkan hubungan spiritualitas dengan kesejahteraan fisik, mental, emosional, sosial, dan kesejahteraan. Menurutnya bahwa kesehatan spiritual merupakan keadaan yang dinamis, yang tercermin dalam kualitas hubungan yang dimiliki setiap individu dalam hingga empat domain kesejahteraan spiritual, yaitu: Domain

personal di mana individu berhubungan dengan diri sendiri; Domain komunal dengan hubungan antar pribadi yang mendalam; Domain lingkungan yang terhubung dengan alam; dan Domain transendental, berkaitan dengan sesuatu atau seseorang di luar tingkat manusia (Sang Maha Pencipta).

Hidayat (2018) menjelaskan bahwa kesadaran spiritual signifikan dalam menentukan sikap dan perilaku kerja pada sebuah organisasi yang heterogen baik budaya, suku atau agama. Kesadaran spiritual tidak terpisahkan dengan penerapan nilai-nilai keagamaan yang dimiliki individu akan dapat meningkatkan output layanan, integritas, profesionalisme, inovasi, tanggung jawab, dan keteladanan

Menurut Thoyibah et.al (2019). Salah satu intervensi keperawatan yang dapat diberikan untuk mengatasi kecemasan diantaranya adalah konseling spiritual, yang diberikan agar korban bencana menerima kondisinya, tidak menjadikan bencana sebagai beban dan mengurangi kecemasan. Hasilnya menunjukkan bahwa Skor kecemasan sebelum konseling spiritual adalah $19,60 \pm 3,26$, sedangkan skor kecemasan setelah konseling spiritual adalah $10,04 \pm 4,13$. Uji statistik menunjukkan perbedaan yang signifikan antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah konseling spiritual pada korban gempa di Lombok ($p < 0,05$). Kesimpulan: Korban gempa untuk meningkatkan kualitas spiritualnya dengan mengikuti kegiatan keagamaan secara rutin untuk menenangkan pikiran dan mengurangi kecemasan atau trauma yang disebabkan oleh gempa bumi.

Goncalves et.al (2015) mengemukakan bahwa Religiusitas and Spiritual Intervention (RSI) secara signifikan dapat menurunkan stres, alkoholisme, dan depresi.

IV. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh tim pengabdian dapat telaksana

dengan baik berkat dukungan optimal dari rektor, dekan Fakultas Psikologi dan ketua LP2M Universitas Negeri Makassar serta pemerintah setempat.

Kegiatan Intervensi Terapi Spiritual bagi Penyintas Gempa di Kabupaten Majene memberikan dampak perubahan terutama pada peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan peningkatan kesadaran spiritual dan resiliens. Hal tersebut menjadi modal psiko-sosio dan spiritual dalam mengontrol diri untuk beradaptasi dengan realitas dan kondisi yang terjadi.

DAFTAR PUSTAKA

- Fisher, John. (2011). The Four Domains Model: Connecting Spirituality, Health and Well-Being. *Religions*. Vol. No. 2, p. 17-28.
- Gonçalves; Lucchetti2. G; P. R. Menezes. R. P; and Vallada. H. (2015). .Religious and spiritual interventions in mental health care: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled clinical trials. *Psychological Medicine* No. 45, p, 2937–2949
- Handoyo. (2021). *BMKG: Gempa bumi tektonik yang mengguncang Majene merupakan jenis gempa kerak dangkal*.
<https://regional.kontan.co.id/news/bmkg-gempa-bumi-tektonik-yang-mengguncang-majene-merupakan-jenis-gempa-kerak-dangkal>. Diakses tanggal 16 Maret 2021.
- Hawari, D. (1998). *Al Qur'an, Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: PT. Dana Bhakti Prima Yasa.
- Hidayat, Samsul. (2018). Mutual Understanding of Spiritual Awareness Model Peningkatan Kinerja Berbasis Nilai Budaya Kerja Lintas Agama. *Religious: Jurnal Studi Agama-agama dan Lintas Budaya*. Vol. 3, (1), h. 80-98.
- Al-Jawzi. (2010). *Al-Thib al-Ruhani*. Diterjemahkan oleh: A. Khosla Asy'ari Khatib. Jakarta: Zaman.
- Maksum, A. (2003). *Tasawuf Sebagai Pembebasan Manusia Moderen*. Surabaya: Pustaka Pelajar.
- Mujib, A. (1999). *Fitrah dan Kepribadian Islam*. Jakarta: Darul Falah.
- Razak, A., Mokhtar, M.K., Sulaiman, W.S.W. (2014). Terapi Spiritual Islami: Suatu Model Penanggulangan Gangguan Depresi. *Intuisi Jurnal Ilmiah Psikologi*. Vol 6 (2), h. 68-73.
- Thoyibah, Z; Purqoti, S.N.D; Oktaviana, E. (2019). Spiritual counseling on anxiety level in (Lombok) Indonesian earthquake victims. *Malahayati International Journal of Nursing and Health Science*, Volume 02, (2), p. 92-99.
- The American Heritage. (2009). *World™ Medical Dictionary*, 3rd Edition. <http://www.medicinenet.com>. Diakses tanggal 2 Maret 2010.