

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN RESILIENSI DENGAN PEMULIHAN PSIKOLOGIS MASYARAKAT PASCA BENCANA BANJIR DI DESA PERKEBUNAN PULAU TIGA, ACEH TAMIANG

Kiky Fadilla^{*1}, Mahruri Saputra², Eridha Putra³

Universitas Bina Bangsa Getsempena, Banda Aceh, Indonesia

e-mail: kikyfadillah10@gmail.com

Abstract: Background: Recurring floods in Aceh Tamiang Regency can have long-term psychological effects on affected communities, including anxiety, mild depression, and trauma. Psychological recovery is influenced by external factors, such as social support, as well as internal factors, including individual resilience. **Objective:** this study aimed to analyze the relationship between social support and resilience and the psychological recovery of communities following a flood disaster in perkebunan pulau tiga village, aceh tamiang regency. **Methods:** this study used a quantitative approach with a correlational analytic design and a cross-sectional approach. The study population consisted of heads of households affected by the flood, with a sample of 70 respondents selected using total sampling. Data were collected using a structured questionnaire and analyzed univariately and bivariately using the pearson chi-square test with $\alpha = 0.05$. **Results:** the results showed that most respondents had high social support (51.4%), high resilience (52.9%), and high psychological recovery (52.9%). There was a significant relationship between social support and psychological recovery ($p = 0.000$; $\chi^2 = 98.679$), as well as between resilience and psychological recovery ($p = 0.000$; $\chi^2 = 98.078$). **Conclusion:** social support and resilience have a significant relationship with the psychological recovery of communities following a flood disaster. The higher an individual's social support and resilience, the better their psychological recovery.

Keyword: social support, individual resilience, correlational analysis, cross-sectional

Abstrak: latar belakang: bencana banjir yang terjadi berulang di kabupaten aceh tamiang dapat memberikan dampak psikologis jangka panjang berupa kecemasan, depresi ringan, dan trauma pada masyarakat terdampak. Pemulihan psikologis dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti dukungan sosial, serta faktor internal berupa resiliensi individu. Tujuan: penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan resiliensi dengan pemulihan psikologis masyarakat pasca bencana banjir di desa perkebunan pulau tiga, kabupaten aceh tamiang. Metode: penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analitik korelasional dan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian adalah kepala keluarga (kk) yang terdampak banjir dengan jumlah sampel sebanyak 70 responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur dan dianalisis secara univariat serta bivariat menggunakan uji pearson chi-square dengan $\alpha = 0,05$. Hasil: hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan sosial tinggi (51,4%), resiliensi tinggi (52,9%), dan pemulihan psikologis tinggi (52,9%). Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan pemulihan psikologis ($p = 0,000$; $\chi^2 = 98,679$) serta antara resiliensi dengan pemulihan psikologis ($p = 0,000$; $\chi^2 = 98,078$). Kesimpulan: dukungan sosial dan resiliensi memiliki hubungan yang signifikan dengan pemulihan psikologis masyarakat pasca bencana banjir. Semakin tinggi dukungan sosial dan resiliensi yang dimiliki individu, semakin baik pula pemulihan psikologis yang dicapai

Kata kunci: dukungan sosial, resiliensi individu, analitik korelasional, cross-sectional

PENDAHULUAN

Bencana merupakan peristiwa yang dapat mengancam kehidupan masyarakat dan menimbulkan dampak fisik, sosial, ekonomi, maupun psikologis (UU RI No. 24 Tahun 2007). Salah satu bencana yang paling sering terjadi di Indonesia adalah banjir. Hingga pertengahan September 2025, BNPB mencatat 1.242 kejadian banjir dari 2.402 kejadian bencana di Indonesia (BNPB, 2025). Di Aceh, BPBA juga mencatat 31 kejadian banjir dari 138 kejadian bencana pada periode Januari–Mei 2025 (BPBA, 2025).

Kabupaten Aceh Tamiang merupakan salah satu wilayah yang mengalami banjir secara berulang. Banjir besar pada akhir 2025 hingga awal 2026 berdampak pada seluruh 12 kecamatan, mencakup 209 desa dan menyebabkan lebih dari 238.500 penduduk mengungsi (Data Indonesia.id, 2026). Kondisi tersebut tidak hanya menimbulkan kerugian material, tetapi juga dapat berdampak pada kesehatan psikologis masyarakat. Korban bencana dapat mengalami kecemasan, gangguan tidur, rasa takut, depresi, hingga gangguan stres pascatrauma (Hickie et al., 2024).

Pemulihan psikologis pascabencana dipengaruhi oleh berbagai faktor, di antaranya dukungan sosial dan resiliensi. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan komunitas dapat membantu mengurangi tekanan psikologis dan meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi kondisi pascabencana (Fatima et al., 2024). Sementara itu, resiliensi berperan dalam membantu individu beradaptasi secara positif terhadap tekanan dan trauma akibat bencana (Norris et al., 2022).

Survei awal terhadap delapan masyarakat Desa Perkebunan Pulau Tiga menunjukkan adanya kecemasan yang kembali muncul ketika hujan turun, gangguan tidur, rasa takut, serta gejala depresi ringan dan sikap apatis. Kondisi

tersebut menunjukkan bahwa pemulihan psikologis masyarakat pascabanjir masih menghadapi berbagai kendala.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan resiliensi dengan pemulihan psikologis masyarakat pascabanjir di Desa Perkebunan Pulau Tiga, Aceh Tamiang.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan desain korelasi analitik dan pendekatan cross-sectional. Dilaksanakan di Desa Perkebunan Pulau Tiga, Kabupaten Aceh Tamiang, pada 20 Juli–7 Agustus 2026. Populasi adalah 70 kepala keluarga terdampak banjir; sampel diambil dengan total sampling. Variabel independen: dukungan sosial dan resiliensi; variabel dependen: pemulihan psikologis. Instrumen berupa kuesioner terstruktur 30 item (10 item per variabel) dengan Skala Likert 5 poin. Validitas isi melalui expert judgment; validitas konstruk dengan Corrected Item-Total Correlation (r hitung 0,797–0,890 > r tabel 0,361); reliabilitas Cronbach's Alpha 0,971 (dukungan sosial), 0,967 (resiliensi), 0,964 (pemulihan psikologis). Analisis bivariat menggunakan uji Pearson Chi-Square dengan $\alpha=0,05$. Etika penelitian diterapkan (informed consent, beneficence, non-maleficence, autonomy, justice).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan dukungan sosial dan resiliensi dengan pemulihan psikologis masyarakat pascabanjir di Desa Perkebunan Pulau Tiga, Aceh Tamiang. Penelitian melibatkan 70 responden.

Tabel 1 Hubungan dukungan sosial dengan pemulihan psikologis

Dukungan Sosial	Pemulihan Psikologis			Total n (%)	p-value
	Rendah	Sedang	Tinggi		

	n (%)	n (%)	n (%)		
Rendah	16 (84,2)	3 (15,8)	0 (0,0)	19 (100)	0,001
Sedang	2 (13,3)	12 (80,0)	1 (6,7)	15 (100)	
Tinggi	0 (0,0)	0 (0,0)	36 (100,0)	36 (100)	
Total	18 (25,7)	15 (21,4)	37 (52,9)	70 (100)	

Hasil uji Pearson Chi-Square menunjukkan $\chi^2 = 98,679$ dengan p-value = 0,000 ($p < 0,05$). H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat hubungan signifikan antara dukungan sosial dengan pemulihan psikologis.

Seluruh responden dengan dukungan sosial tinggi memiliki pemulihan psikologis tinggi; sebaliknya, sebagian besar responden dengan dukungan sosial rendah memiliki

pemulihan psikologis rendah. Temuan ini sesuai teori Lazarus dan Folkman (1984) bahwa dukungan sosial merupakan sumber daya eksternal yang membantu individu mengurangi stres melalui secondary appraisal. Hasil ini sejalan dengan Hasibuan (2025), Pradana (2024), dan Rahmadani (2025) yang menemukan hubungan positif signifikan antara dukungan sosial dengan pemulihan psikologis.

Tabel 2 Hubungan dukungan sosial dengan pemulihan psikologis

Resiliensi	Pemulihan Psikologis			Total n (%)	p-value
	Rendah n (%)	Sedang n (%)	Tinggi n (%)		
Rendah	15 (83,3)	3 (16,7)	0 (0,0)	18 (100)	0,001
Sedang	3 (20,0)	12 (80,0)	0 (0,0)	15 (100)	
Tinggi	0 (0,0)	0 (0,0)	37 (100,0)	37 (100)	
Total	18 (25,7)	15 (21,4)	37 (52,9)	70 (100)	

Hasil uji Pearson Chi-Square menunjukkan $\chi^2 = 98,078$ dengan p-value = 0,000 ($p < 0,05$). H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat hubungan signifikan antara resiliensi dengan pemulihan psikologis. Seluruh responden dengan resiliensi tinggi memiliki pemulihan psikologis tinggi; sebaliknya, responden dengan resiliensi rendah sebagian besar memiliki pemulihan psikologis rendah. Temuan ini mendukung teori Lazarus dan Folkman bahwa individu dengan resiliensi tinggi lebih mampu menilai situasi secara positif, memilih strategi koping efektif, dan mengendalikan emosi. Hasil ini konsisten dengan Pradana (2024) dan Rahmadani (2025).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian

mengenai hubungan dukungan sosial dan resiliensi dengan pemulihan psikologis pada masyarakat terdampak banjir di Desa Perkebunan Pulau Tiga, Kabupaten Aceh Tamiang, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan pemulihan psikologis ($p = 0,000$; $\chi^2 = 98,679$) dan antara resiliensi dengan pemulihan psikologis ($p = 0,000$; $\chi^2 = 98,078$). Semakin tinggi dukungan sosial dan resiliensi yang dimiliki individu, semakin baik pula pemulihan psikologis yang dicapai. Sebagian besar responden memiliki dukungan sosial tinggi (51,4%), resiliensi tinggi (52,9%), dan pemulihan psikologis tinggi (52,9%).

Masyarakat diharapkan mempertahankan dukungan sosial dan meningkatkan resiliensi melalui saling membantu, komunikasi yang baik, serta memanfaatkan layanan kesehatan. Pemerintah desa dan tenaga kesehatan

disarankan memperkuat program psikososial, kelompok dukungan sebaya, dan edukasi manajemen stres.

Untuk peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan desain longitudinal, sampel lebih besar, serta menambah variabel lain seperti strategi koping dan spiritualitas.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2025). Data bencana harian per 18 September 2025. Jakarta: BNPB.
Badan Penanggulangan Bencana Aceh. (2025). Data dan infografis bencana Aceh. Banda Aceh: BPBA.
Data Indonesia.id. (2026). Banjir di Aceh

Tamiang. Retrieved from <https://dataindonesia.id>

Fatima, S., et al. (2024). Social support and mental health outcomes following natural disasters: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 245, 112–125.

Hickie, I., et al. (2024). Mental health impacts of extreme weather events: A comprehensive review. *The Lancet Psychiatry*, 11(3), 210–225.

Norris, F. H., et al. (2022). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. *American Journal of Community Psychology*, 41(1–2), 127–150.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana. (2007).