

PARA PENGIBAR KEMANUSIAAN (ANALISIS FENOMENOLOGI INTERPRETATIF TENTANG PENGALAMAN MENJADI RELAWAN BENCANA LAKI-LAKI)

Edith Dewani Anggarit Ratri¹, Achmad Mujab Masykur²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

Email: edithdewaniar@yahoo.com

Abstrak

Menjadi relawan di daerah bencana memerlukan persiapan yang cukup matang. Tidak hanya mempersiapkan diri untuk menolong, relawan bencana harus siap menghadapi bencana susulan ataupun bahaya-bahaya lain yang mengintai. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana motif yang muncul pada relawan bencana, pengalaman seperti apa yang dialami oleh relawan bencana, dan mengetahui makna menjadi relawan bencana. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif fenomenologis yang melibatkan tiga orang partisipan berjenis kelamin laki-laki, dipilih melalui teknik *snowball* dengan kriteria setidaknya telah terlibat sebagai relawan bencana minimal selama 5 tahun dan relawan bukan merupakan pekerjaan utama. Wawancara yang dilakukan semi-terstruktur serta analisis data yang diperoleh menggunakan pendekatan *interpretative phenomenological analysis*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat empat tema induk, yaitu : (1) latar belakang, (2) menolong; (3) respon dan dukungan eksternal; dan (4) makna menjadi relawan.

Kata kunci: relawan; bencana; *interpretative phenomenological analysis*

Abstract

Being volunteer in disastrous area needs well preparation. Disaster volunteers have to prepare themselves to face aftershocks or other dangers that lurks, apart from prepare themselves to help. This research aim to seek what experience did disaster volunteers had, how the motives emerge, and how participants interpret their activity as disaster volunteers. Methods used in this research is phenomenology, which three male participants are involved, choosed by snowball technique using criterias such as at least have been involved as disaster volunteer for at least 5 years and being volunteer not as the main occupation. Semi-structural interview performed and the datas' are analyzed using interpretative phenomenological analysis approach. Result of this research shows that there are four main themes, consists : (1) background; (2) helping; (3) respond and external support; and (4) meaning being volunteers

Keywords: *volunteer; disaster; interpretative phenomenological analysis*

PENDAHULUAN

Indonesia termasuk dalam wilayah *Pacific Ring of Fire*, dimana julukan tersebut ditujukan pada daerah-daerah yang rentan mengalami gempa bumi dan letusan gunung berapi. Titik pertemuan antara tiga lempeng besar, yaitu Lempeng Eurasia, Indo-Australia, dan Lempeng Pasifik menjadi penyebab umumnya bencana-bencana alam tersebut di Indonesia. Keumuman terjadinya bencana di Indonesia membuat masyarakat maupun pemerintah di Indonesia dituntut untuk siaga dalam menangani bencana. Masyarakat yang ingin turut menangani bencana alam yang terjadi

difasilitasi melalui Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) atau pun Komunitas.

Relawan Penanggulangan Bencana didefinisikan sebagai seorang atau sekelompok orang yang memiliki kemampuan dan kepedulian untuk bekerja secara sukarela dan ikhlas dalam upaya penanggulangan bencana. Pekerja kemanusiaan (termasuk di dalamnya relawan dari masyarakat dan non-pemerintah), terutama yang bekerja di lapangan, berisiko tinggi untuk mengalami stres. Secara umum, terdapat 3 jenis stres yang sering dialami oleh pekerja kemanusiaan, yaitu : stres sehari-hari, stres kumulatif, dan stres yang diakibatkan oleh insiden tertentu. Sumber stres pada individu menurut Laluyan, Sumampouw, Reza, Estrely, & Cahyono (2007) adalah sebagai berikut : (1) kondisi lingkungan tempat seorang pekerja kemanusiaan; (2) tekanan hidup pribadi; (3) usainya masa kerja; (4) kekurangan dalam organisasi; dan (5) faktor kepribadian individu.

Menjadi relawan tentu harus membayar biaya yang tinggi, termasuk risiko akan kematian, dimana dalam beberapa kasus ditemukan karena kelelahan. Risiko tersebut tidak lantas membuat para relawan sulit dicari menurut Nurman Priatna Fatah (detik.com, Maret 2019). Bagaimana individu dapat melakukan hal yang merugikan bagi dirinya namun membuat orang lain mengalami kesejahteraan dari kerugian yang didapatkan oleh individu tersebut?

Perilaku prososial dapat diartikan sebagai tindakan dan kesukarelaan yang disengaja untuk memberikan manfaat bagi penerima (*recipient*), baik tindakan tersebut memiliki nilai harga, tidak berdampak, maupun malah menguntungkan bagi pemberi (donor) (Grusec, Davidov, dan Lundell, dalam Hafiz dkk., 2018). Ciri-ciri perilaku prososial adalah bertentangan dengan kepentingan egois, bermanfaat bagi orang lain, serta berpotensi memberikan hasil untuk orang lain (Irwin; Kline, Bankery, Levitan, dan Kraft, dalam Hafiz dkk., 2018). Perilaku prososial dapat berdasarkan gabungan antara sumber motif egoistis dengan motif altruistik (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley, & Birch dalam Bierhoff, 2002). Salah satu kriteria Leeds (dalam Taufik, 2012) yang menjelaskan bahwa suatu tindakan pertolongan dapat dikatakan altruisme adalah empati atau simpati.

Empati adalah respon emosional terhadap kesedihan yang dirasakan pada orang lain (Snyder, Lopez, & Pedrotti, 2011). Empati memiliki kontribusi dalam perilaku prososial (Eisenberg dalam Taufik, 2012) dan dapat menimbulkan keinginan untuk menolong (Batson & Ahmad dalam Taufik, 2012). Kohut (dalam Taufik, 2012), melihat empati sebagai suatu proses di mana individu seakan-akan berada pada posisi orang lain sehingga individu tersebut dapat berpikir kemampuan berpikir objektif mengenai kondisi yang dialami oleh orang lain. Berpikir objektif juga disepakati oleh Rogers dengan kalimat “tanpa kehilangan identitas dirinya sendiri”, yang berarti bahwa individu tetap melakukan kontrol diri atas situasi yang ada, tidak dibuat-buat, dan tidak hanyut dalam situasi orang lain tersebut meskipun menempatkan dirinya pada posisi orang lain. Menurut Taufik (2012) empati terdiri atas: (1) komponen kognitif, dimana kemampuan intelektual atau imajinatif digunakan untuk memahami emosi-emosi, kondisi pikiran dan perasaan orang lain. (Hogan dalam Taufik, 2012); (2) komponen afektif yang dapat mempengaruhi pengalaman terhadap emosi orang lain (Mehrabian & Epstein dalam Taufik, 2012); (3) komponen kognitif dan afektif; serta (4) komponen komunikatif.

Empati dijelaskan dalam salah satu dimensi kesejahteraan psikologis, yaitu relasi yang positif dengan individu lain. Hal tersebut menunjukkan bahwa empati merupakan salah satu ciri bagi orang yang memiliki kesejahteraan psikologis. Ryff dan Keyes oleh Ryan dan Deci (dalam

Budisetiyani dkk., 2018) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai keselarasan antara seluruh aktivitas yang dilakukan individu dalam kehidupan dengan kedalaman nilai-nilai yang diperoleh dari aktivitas-aktivitas tersebut, serta mampu untuk menggunakan nilai tersebut secara menyeluruh. Hal tersebut berdasarkan pada pandangan *eudaimonic* yang memandang bahwa perlu perjuangan yang keras dalam mewujudkan kekuatan secara nyata, tidak hanya mengenai kesenangan. Lopez & Snyder menjelaskan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis sebagai : (1) penerimaan diri; (2) hubungan positif dengan sesama; (3) otonomi; (4) penguasaan lingkungan; (5) tujuan dalam hidup; dan (6) pertumbuhan pribadi.

Salah satu motif egoistis untuk menjelaskan perilaku prososial adalah teori motivasi ERG. teori motivasi ERG adalah teori mengenai kebutuhan berupa *existence* (keberadaan), *relatedness* (kekerabatan), dan *growth* (pertumbuhan) (Siagian, 2012). Menurut Sutrisno (2010), teori ERG ini dapat bekerja secara bersamaan satu sama lain, tidak harus terpenuhi terlebih dahulu salah satunya untuk memunculkan kebutuhan lain. Selain itu, dinyatakan pula bahwa kebutuhan di tingkat lebih rendah dapat meningkat apabila individu gagal memenuhi kebutuhan di tingkat yang lebih tinggi.

Berdasarkan motif relawan tersebut, relawan kemudian melaksanakan kegiatan kerelawanan di daerah bencana. Menjadi pertanyaan, bagaimana pengalaman yang dialami oleh relawan bencana? Bagaimana relawan memaknai kegiatan kerelawanan yang dilakukan? Perlu dipertimbangkan bahwa ada kerugian yang harus dibayar oleh penolong (relawan) untuk membantu para korban di daerah bencana.

METODE

Perspektif kualitatif yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi fenomenologis. Creswell (2015) menjelaskan studi fenomenologis sebagai pemaknaan umum dari sejumlah individu terhadap berbagai pengalaman hidup mereka terkait konsep atau fenomena. Fenomena itu sendiri berupa kejadian mental/peristiwa mental/aktivitas mental yang dialami oleh partisipan/subjek penelitian (La Kahija, 2017). Penelitian berfokus pada topik mengenai bagaimana hal-hal yang dipersepsikan atau dirasakan oleh partisipan selama di daerah bencana, serta bagaimana kegiatan selama di daerah bencana tersebut dimaknai oleh partisipan. Partisipan didorong untuk menginterpretasi/menafsirkan kehidupannya sebagai seorang relawan bencana, sehingga dapat diketahui motif partisipan menjadi relawan di daerah bencana.

Teknik pengumpulan data yang cocok dilakukan dalam penelitian fenomenologis adalah wawancara semi terstruktur (La Kahija, 2017). Pendekatan yang digunakan dalam menganalisis hasil penelitian adalah *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Jumlah partisipan dalam penelitian adalah tiga orang relawan yang sedang atau pernah secara aktif menjadi relawan di daerah bencana selama setidaknya lima tahun, serta memiliki pekerjaan utama di luar sebagai relawan (tidak mendapatkan penghasilan dari menjadi relawan). Berikut demografi dari partisipan dalam penelitian ini.

Tabel 1.
Demografi Partisipan Penelitian

Inisial	ISY	ASH	MS
Usia	24 tahun	27 tahun	60 tahun
Pendidikan	S1	SMK	SMA
Jenis Kelamin	Laki-laki	Laki-laki	Laki-laki
Agama	Islam	Islam	Islam
Pekerjaan	Karyawan Marketing	Karyawan BPBD	Pensiunan Swasta
Status	Belum Menikah	Menikah	Menikah
Telah menjadi relawan semenjak tahun	2015	2010	(Tidak Ingat)
Pengalaman menjadi Relawan	Operasi Pemadaman Kebakaran Gunung Sindoro Via Tekhelan (2018)	Tanggap Darurat Bencana Gunung Merapi (2010) Kebakaran Gunung Merbabu (2016)	Relawan di bencana gempa Lombok (2018) Relawan di bencana gempa dan tsunami di Palu (2018)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti bermaksud untuk melakukan eksplorasi dan penafsiran mengenai bagaimana partisipan sebagai orang yang mengalami langsung peristiwa sebagai seorang relawan menafsirkan pengalamannya. Proses analisis dengan menggunakan pendekatan IPA pada penelitian ini menghasilkan tema-tema yang terangkum dalam empat tema induk, dimana keempat tema ini memiliki keterkaitan dengan beberapa atau semua partisipan. Berikut rangkuman hasil yang didapatkan dari penemuan tema-tema individual pada partisipan.

Tabel 1.
Tema Induk dan Tema Super Ordinat

No.	Tema Induk	Tema Super Ordinat
1.	Latar Belakang	1. Peran keluarga 2. Pengalaman SAR
2.	Menolong	1. Motif menolong 2. Perilaku prososial 3. Peran sebagai relawan 4. Pengalaman hidup dan mati 5. Persiapan kognitif 6. Emosi positif 7. Emosi negatif
3.	Respon dan Dukungan Eksternal	1. Respon lingkungan terhadap kegiatan kerelawanan 2. Fasilitas dan umpan balik sebagai relawan
4.	Makna menjadi Relawan	Hikmah menjadi relawan

Latar Belakang

Peran Keluarga

Lingkungan pertama yang dikenal oleh individu adalah keluarga. Saat memasuki usia dewasa, individu juga bertugas untuk membentuk sebuah keluarga dan menjalankan fungsi dari keluarga tersebut terhadap generasi selanjutnya. Utomo & Minza (2016) mengungkapkan bahwa berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ketiga partisipan penelitian menunjukkan bahwa perilaku menolong dipengaruhi oleh perilaku menolong yang dilakukan oleh anggota keluarga informan.

ASH memiliki latar belakang sebagai anak yang bermasalah. Keluarga dimana ASH tumbuh menunjukkan peran besar ayah yang terpenuhi, baik sebagai kepala keluarga maupun sebagai relawan di daerah bencana. ASH kagum terhadap figur ayah tersebut sehingga terdorong untuk menjadi seorang relawan di daerah bencana. Partisipan MS sendiri tumbuh di keluarga yang bekerja sebagai guru, dimana orangtua MS juga memberikan pertolongan terhadap murid-murid yang putus sekolah. Hal tersebut kemudian membentuk kepribadian MS yang senang menolong orang dan menjadikan anak mencontoh perilaku MS.

MS melakukan empati dalam tingkatan *social referencing and emotional meaning* melalui orangtua yang menjadi contoh atau penuntun, baik dari segi ucapan, ekspresi maupun perilaku. Hal tersebut dicontohkan melalui penelitian Taufik (dalam Taufik, 2012) yang menemukan bahwa anak-anak Tionghoa di Surakarta terbatas dalam berinteraksi dengan teman-teman dari etnis Jawa karena orangtua memberikan kalimat rambu-rambu berkecenderungan negatif setiap sebelum berangkat atau masuk ke sekolah. Konteks pada temuan penelitian yang terjadi pada MS adalah perilaku yang memiliki kecenderungan positif, dimana kedua orangtua MS memberikan bantuan untuk anak-anak yang putus sekolah.

Selain MS, ASH juga mengalami proses empati tersebut. Ayah ASH menunjukkan ekspresi ataupun perilaku membantu sebagai relawan SAR, sehingga meninggalkan kesan kepada ASH bahwa hal tersebut adalah sesuatu yang positif. ASH pun tertarik untuk bisa seperti sang ayah. Cerita ASH mengenai masa lalu yang bermasalah menunjukkan salah satu dimensi kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Keyes (Ryan dan Deci dalam Budisetiyani, dkk., 2018), yaitu penerimaan diri. Melalui keterbukaan ASH terkait masa lalu menunjukkan adanya penerimaan ASH terhadap dirinya sendiri. Salah satu perasaan positif yang termasuk dalam penerimaan diri adalah perasaan positif terhadap masa lalu, dimana masa lalu ini merupakan kelemahan ASH (Budisetiyani, dkk, 2018).

Pengalaman SAR

Menurut Peraturan Kepala BNPB Nomor 17 Tahun 2011, disebutkan bahwa salah satu kecakapan relawan yang dibutuhkan di daerah bencana adalah pencarian dan penyelamatan (SAR) dan evakuasi. Sumberdaya pada bidang kecakapan ini dapat terpenuhi apabila relawan telah menerima pelatihan dan/atau berpengalaman dalam pencarian, penyelamatan, dan evakuasi korban bencana.

ISY dan ASH merupakan relawan yang memang bergabung dengan bidang SAR dalam organisasi yang diikuti maupun bergabung dengan organisasi SAR itu sendiri. ISY memiliki nomor induk dari MDMC, namun terkait keanggotaan, ISY memiliki status tidak aktif. Untuk pengalaman turun ke daerah bencana, ISY dinaungi oleh organisasi pecinta alam di kampus, dimana ISY tergabung sebagai anggota bidang SAR. ASH sendiri bergabung dengan organisasi SAR Bumi Serasi sebagai relawan *freelance* semenjak tahun 2010, dengan mengikuti proses pelatihan dari Kesbangpolimas Kabupaten Semarang. Pelatihan tersebut diikutinya berdasarkan tawaran dari sang ayah untuk bergabung sebagai seorang relawan. Partisipan MS bukan anggota organisasi SAR maupun berada di bidang SAR, namun saat bekerja, MS sempat berlatih dan belajar ilmu penyelamatan. Hal tersebut sebagai tuntutan pekerjaan MS yang banyak berada di tengah laut.

Menolong

Motif Menolong

Perilaku prososial dapat memiliki motif (Eisenberg, dalam Hafiz dkk., 2018). Motif egoistis dengan motif altruistik dapat bergabung menjadi sumber perilaku prososial (Batson, Duncan, Ackerman, Buckley, & Birch dalam Bierhoff, 2002). Menurut Batson (dalam Snyder, Lopez, & Pedrotti, 2011), apabila tujuan utama dari menguntungkan orang lain adalah untuk meningkatkan kesejahteraan orang tersebut, maka motivasi perilaku tersebut altruistik (didorong oleh empati), namun apabila untuk meningkatkan kesejahteraan pribadi, maka motivasi perilaku tersebut adalah egoistis (didorong oleh egoisme).

MS memiliki motif-motif yang mendorong untuk menjadi relawan di daerah bencana, yaitu : (1) empati; (2) berniat menolong tanpa mengharapkan imbalan; serta (3) berniat untuk mensejahterakan orang lain. Motif yang ditunjukkan oleh MS sebagian besar dilatarbelakangi oleh empati. Menurut Snyder, Lopez, dan Pedrotti (2011), empati adalah respon emosional terhadap kesedihan yang dirasakan pada orang lain. Empati juga melibatkan perubahan imajinasi seseorang ke dalam pikiran perasaan dan perilaku orang lain (Allport dalam Taufik, 2012). Selain itu, empati juga merupakan proses di mana individu seakan-akan berada pada posisi orang lain sehingga individu tersebut dapat berpikir mengenai kondisi yang dialami oleh orang lain (Kohut dalam Taufik 2012). MS juga menunjukkan emosi empatik, yang menurut Batson (2011) merupakan emosi yang berorientasi pada orang lain, diperoleh dan kongruen dengan kesejahteraan orang lain yang dipersepsikan. Temuan empati pada MS juga sejalan dengan temuan Andromeda (2014) tentang hubungan antara empati dan altruisme. Melalui penelitian tersebut, ditemukan bahwa empati memiliki hubungan yang positif dengan altruisme. Hal ini berarti, semakin tinggi empati pada seseorang, maka akan turut diiringi dengan peningkatan altruisme. Selain itu, Istiana (2016) juga menemukan bahwa empati dengan perilaku prososial memiliki hubungan positif.

ISY juga memiliki beberapa motif yang mendorong untuk menjadi ataupun bertahan sebagai relawan. Adapun motif-motif tersebut adalah : (1) mencari ilmu; (2) pengetahuan yang beriringan dengan tanggung jawab; (3) perasaan bersalah apabila memahami ilmu namun tidak melakukan apa-apa untuk membantu; serta (4) khawatir bila pertolongan dilakukan oleh orang yang tidak paham. ISY menunjukkan perilaku prososial yang bermotif egois, yaitu empati yang didasari hukuman spesifik. Hipotesis empati-hukuman spesifik adalah empati yang memicu ketakutan terhadap hukuman sosial (seperti rasa bersalah, malu, atau kecaman), yang dapat dihindari melalui pemberian pertolongan (Baumeister & Bushman, 2014). ISY memiliki perasaan bersalah ketika memiliki ilmu namun tidak melakukan pertolongan kepada yang membutuhkan. Motif karena rasa bersalah ini juga dijelaskan Lishner & Stocks (dalam Lopez, 2009) dengan sebutan *punishment avoidance* atau menghindari hukuman sosial atau pribadi karena telah gagal membantu. Motif egois yang ditunjukkan oleh ISY juga dijelaskan melalui teori motivasi ERG berupa motivasi *Growth* (Pertumbuhan). Motivasi *growth* ditunjukkan oleh ISY saat pertama kali mengikuti organisasi mahasiswa pecinta alam, yaitu keinginan ISY untuk mencari ilmu bagi diri sendiri. Seiring berjalan waktu, ISY merubah orientasi motivasi kepada tujuan lain. ISY rela untuk turun ke daerah bencana sebagai tanggung jawab terhadap ilmu yang dimiliki.

Sebagai individu yang unik, ASH memiliki motif tersendiri untuk berada di daerah bencana. Motif yang dimiliki oleh ASH, yaitu tanggung jawab terhadap ilmu yang dimiliki sebagai relawan SAR serta proses perbaikan akhlak dan memberi manfaat. ASH menunjukkan motif-

motif egoisme, dimana sebagian besar motif yang ditunjukkan oleh ASH berorientasi pada *growth* (pertumbuhan). Organisasi SAR menjadi sarana bagi ASH untuk kemudian memperbaiki akhlak, mengingat kembali pada latar belakang ASH sebagai anak bermasalah. ASH juga memiliki dorongan kuat terkait *relatedness* (kekerabatan), yang berarti ASH perlu berhubungan dengan lingkungan sosial di sekitarnya melalui proses menerima dan memberi pengertian, sehingga menjadi komponen penting untuk ASH memahami makna keberadaan di dunia.

Baik ISY maupun ASH menunjukkan salah satu alasan mengapa orang menolong, yaitu tanggung jawab sosial, ditunjukkan bahwa keduanya merasa wajib membantu sebagai konsekuensi ilmu yang dimiliki. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kamilah dan Erlyani (2017), dimana pada penelitian tersebut, subjek penelitian menunjukkan aspek tanggung jawab sosial bahwa subjek merasa wajib membantu dalam pendidikan karena telah diberi kesempatan untuk bisa bersekolah dan kuliah serta memiliki banyak pengalaman yang harus dibagi.

Perilaku Prososial

Perilaku prososial dapat diartikan sebagai tindakan dan kesukarelaan yang disengaja untuk memberikan manfaat bagi penerima (*recipient*), baik tindakan tersebut memiliki nilai harga, tidak berdampak, maupun malah menguntungkan bagi pemberi (donor) (Grusec, Davidov, dan Lundell, dalam Hafiz dkk., 2018). Ciri-ciri perilaku prososial adalah bertentangan dengan kepentingan egois, bermanfaat bagi orang lain, serta berpotensi memberikan hasil untuk orang lain (Irwin; Kline, Bankery, Levitan, dan Kraft, dalam Hafiz dkk., 2018).

Ketiga partisipan penelitian menceritakan sepenggal kisah saat melakukan pertolongan terhadap orang lain selama proses pengambilan data. ISY menceritakan pengalaman saat menemui orang yang hipotermia di sebuah gunung yang didaki oleh ISY dan teman-temannya. ISY merasa bertanggung jawab karena mengetahui bagaimana penanganan terhadap hipotermia yang benar. ASH juga pernah melakukan pertolongan terhadap seorang bapak dan ibu yang kehabisan bensin dalam perjalanan, meskipun arah yang dituju berbeda dengan arah ASH akan pergi. Selain kepada orang asing, ASH juga lebih mudah lagi dalam memberikan bantuan kepada rekan sesama relawan. Bahkan ASH sering melupakan apa saja bantuan yang pernah diberikan kepada rekan sesama relawan karena merasa sudah seperti saudara sendiri. ASH sendiri kemudian cenderung melupakan pertolongan yang diberikannya kepada sesama relawan karena merasa telah menjadi 'saudara'. Begitu pula dengan MS, di luar kegiatan sebagai relawan, MS memberikan pertolongan berupa membelikan makanan untuk orang kesulitan yang dilihat MS saat sedang makan di suatu tempat. MS juga cenderung melupakan pertolongan-pertolongan lain yang diberikan kepada orang lain, dengan maksud agar tidak menunjukkan pada orang lain.

Perilaku prososial yang ditunjukkan oleh ketiga partisipan Menunjukkan ciri-ciri perilaku prososial. Tindakan ketiga partisipan bertentangan dengan kepentingan egois karena tidak memperoleh keuntungan dari perilaku prososial yang ditunjukkan. Bermanfaat bagi orang lain dan berpotensi memberikan hasil untuk orang lain, karena : (1) bagi orang yang terkena hipotermia dapat terselamatkan; (2) bagi bapak dan ibu dapat melanjutkan perjalanan; dan (3) orang yang kesulitan dapat mengisi perutnya yang bisa jadi kelaparan.

Penemuan data pada MS sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Laila & Asmarany (2015). Temuan Laila & Asmarany menemukan bahwa relawan yang memiliki kecenderungan perilaku altruisme akan menunjukkan perilaku berbagi, bekerjasama, selalu menolong dan mencoba mencari solusi ketika tidak dapat menolong, bahkan pada orang yang baru dikenalnya kapanpun dan dalam hal apapun selama tidak merugikan orang lain. Baik ASH maupun MS menunjukkan perilaku berbagi, dimana ASH berbagi dengan rekan sesama relawan dan MS berbagi dengan orang yang kesulitan.

Peran sebagai Relawan

ISY sebagai anggota organisasi yang telah mengikuti pelatihan, bertanggung jawab dalam memperbaharui materi dalam organisasi dengan mempresentasikan dan memberi pelatihan praktik kepada anggota organisasi lain. ISY sendiri karena banyak berminat pada ilmu SAR, maka yang diperbaharui adalah terkait keilmuan SAR di internal organisasi. Sebagai komandan SRU, ISY banyak berperan untuk memimpin dan membukakan jalur bagi anggota tim. ISY juga berusaha memenuhi tanggung jawab untuk mematikan api. MS yang tidak selalu turun ke daerah bencana senantiasa berusaha memberikan kontribusi semampunya. Kontribusi tersebut bisa dalam bentuk uang bekal. MS juga memberikan dukungan kepada masyarakat di Gunung Merbabu saat terjadi kebakaran. MS berusaha untuk mengedukasi dan memotivasi masyarakat untuk memperbaiki instalasi air bagi masyarakat sekitar Gunung Merbabu. Selama di Palu, MS yang datang selama masa tanggap darurat sempat membantu untuk evakuasi mayat. Hal tersebut berkaitan dengan ilmu SAR yang dimiliki selama di tempat kerja. Setelah masa tanggap darurat selesai, MS kemudian mengerjakan hal teknis seperti mengamankan kabel listrik yang membahayakan atau membangun instalasi air bersih bagi korban bencana.

Bagian teknis yang dimaksud oleh MS dijelaskan dalam Peraturan Kepala BNPB Nomor 17 Tahun 2011 sebagai salah satu kecakapan relawan, yaitu pertukangan dan perekayasaan. Terkait instalasi air bersih, maka kecakapan yang dimiliki oleh MS adalah kecakapan di bidang air bersih, sanitasi, dan kesehatan lingkungan. Kecakapan tersebut dibutuhkan untuk mendukung para petugas di daerah bencana dalam mencegah timbulnya penyakit di lokasi-lokasi penampungan para penyintas bencana melalui pengelolaan air bersih, sanitasi, dan kesehatan lingkungan. Temuan pada MS juga semakin mendukung penelitian yang dilakukan oleh Laila & Asmarany (2015), bahwa orang-orang dengan altruisme memiliki kecenderungan menunjukkan perilaku berbagi, bekerjasama, selalu menolong dan mencoba mencari solusi ketika tidak dapat menolong. MS selalu berusaha menolong dan mencari solusi pertolongan ketika tidak dapat menolong, seperti pada temuan saat MS tidak bisa berangkat ke daerah bencana, MS melakukan penggalangan dana, atau pada saat kebakaran Gunung Merbabu, MS berusaha mengedukasi dan memotivasi penduduk agar mengerjakan instalasi air karena tidak dapat membantu dalam pengerjaan mengingat usia MS yang tak lagi muda. MS juga menunjukkan salah satu dimensi dari kesejahteraan psikologis menurut Lopez dan Snyder (dalam Budisetiyani, dkk., 2018), yaitu penguasaan lingkungan. MS mampu menggunakan kesempatan yang ada di lingkungan secara efektif dengan memotivasi penduduk untuk mengerjakan instalasi air (dimana dirinya tidak perlu turun tangan karena fisik yang semakin melemah).

Pengalaman Hidup dan Mati

Relawan SAR yang banyak mendekati lokasi bencana saat masa tanggap darurat, atau bisa dibilang, saat keadaan paling berbahaya, tidak terlepas dari pengalaman dekat dengan kematian.

Hal tersebut dirasakan oleh ISY dan ASH. ISY pernah hampir terjebak dalam api saat pemadaman kebakaran di Gunung Merbabu via Tekhelan. ISY tidak menyadari bahwa api semakin membesar dan membahayakan. ISY merasa beruntung rekan setim mengingatkan bahwa keadaan semakin berbahaya dan lebih baik mencari bantuan. ASH juga pernah mengalami pengalaman dekat dengan kematian akibat api. Saat pemadaman kebakaran di Gunung Merbabu, arah angin mengalami perubahan hingga akhirnya ASH 'dikejar' oleh api tersebut.

Persiapan Kognitif

ISY melakukan persiapan untuk turun ke daerah bencana dengan mengikuti pelatihan-pelatihan dalam bidang SAR secara aktif. Menurut ISY, persiapan mental sebelum turun ke daerah bencana didapatkan melalui latihan, sehingga dapat merasakan keyakinan saat akan melakukan pertolongan atau penanganan di daerah bencana. Partisipan ASH sendiri mempersiapkan diri dengan rutin berpartisipasi dalam pelatihan-pelatihan. ASH banyak menjelaskan teknis pelatihan yang dialami, seperti persiapan mental dengan pengerjaan proses penyelamatan di bawah tekanan, hingga akhirnya memahami batas kemampuan yang dimiliki. Hal tersebut kemudian membuat ASH lebih siap ketika berada di daerah bencana atau lokasi musibah, salah satunya adalah karena memahami bagaimana harus selamat baik sebelum, saat, maupun sesudah melakukan pertolongan. Prinsip yang dipegang ASH adalah pulang dengan selamat. ASH juga memegang prinsip profesionalitas dalam bekerja, sehingga menggunakan jam kerja dengan efektif selama operasi di daerah bencana.

MS yang datang pada saat tanggap darurat di Palu, memiliki keterampilan untuk melakukan penyelamatan selama di tempat kerja. Hal tersebut kemudian menimbulkan rasa percaya diri dalam diri MS untuk membantu melakukan evakuasi jenazah selama masa tanggap darurat. Selama proses pengambilan data, MS memperlihatkan video saat mulai mengalirkan air dengan instalasi air yang baru dibuat oleh MS dan rekan-rekan sesama relawan. MS ikut membayangkan bila berada dalam posisi masyarakat sekitar Palu butuh mengambil air jauh dari lokasi pengungsian.

MS sebagai relawan juga menunjukkan beberapa aspek empati dari segi kognitif, yang dikemukakan oleh Batson (2011), seperti : (1) merasakan ketakutan; (2) memproyeksikan diri terhadap situasi orang lain; (3) membayangkan bagaimana korban berpikir dan merasakan; dan (4) merasakan kesusahan ketika menyaksikan penderitaan korban bencana. Kepercayaan diri yang muncul pada diri MS sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Febriansyah (2018). Berdasarkan penelitian tersebut, efikasi diri dan altruisme memiliki hubungan yang positif, dimana ketika efikasi diri yang tinggi akan diikuti oleh meningkatnya altruisme.

Efikasi diri yang dirasakan merujuk pada keyakinan terhadap kemampuan individu untuk mengorganisasi dan mengeksekusi rangkaian tindakan untuk mengelola situasi yang diharapkan (Bandura, 1997). Efikasi dipercaya dapat mempengaruhi bagaimana orang berpikir, merasa, bertindak, dan memotivasi diri sendiri. Hal tersebut kemudian dapat menjelaskan bagaimana MS yang merasa yakin terhadap kemampuan penyelamatan sehingga menjadi yakin untuk membantu dalam evakuasi jenazah.

ASH menunjukkan dimensi kesejahteraan psikologis pada tema ini, yaitu otonomi, dimana ASH bercerita bahwa dirinya dilatih untuk berpikir dan berperilaku secara tepat ketika berada dalam

tekanan, serta keputusan tersebut ditentukan atas diri sendiri (Lopez dan Snyder dalam Budisetiyani, dkk., 2018). ASH juga merasakan pertumbuhan pribadi dimana ASH merasakan perkembangan dan pertumbuhan dalam diri serta terbuka terhadap pengalaman-pengalaman baru.

Emosi Positif

Selama menjalani peran sebagai relawan SAR, ASH menikmati kebersamaan yang kuat dengan rekan kerja. Hal tersebut kemudian membuat ASH merasa rindu dengan rekan-rekan sesama relawan. ASH juga merasakan kepuasan ketika dapat menemukan jenazah dan mengembalikan pada keluarga korban. ASH mendefinisikan perasaan puas yang didapatkan setelah menemukan jenazah seperti menyelesaikan pembayaran hutang, terdapat perasaan lega yang dirasakan oleh ASH. Tema tersebut menjelaskan mengenai salah satu dimensi Lopez dan Snyder (dalam Budisetiyani, dkk., 2018) tentang kesejahteraan psikologis, yaitu hubungan positif dengan sesama, dimana pada ASH, muncul kehangatan dan kepercayaan dalam menjalin hubungan sosial bersama rekan berkegiatan sesama relawan.

MS juga merasakan kepuasan ketika dapat membantu orang lain. Akan tetapi, definisi kepuasan yang dirasakan oleh MS adalah ketika melihat orang yang ditolong tersenyum, senang, dan bahagia (sejahtera). MS juga menunjukkan kesejahteraan psikologis dari dimensi hubungan positif. MS mampu berempati dan peduli terhadap sesama.

Emosi Negatif

Selama berkegiatan, ISY banyak mengerahkan kekuatan fisik sehingga merasa kegiatan sebagai relawan berat. Selain itu, ISY sering terpengaruh oleh rekan-rekan sesama relawan yang 'malas-malasan', sehingga ISY berusaha untuk menjaga semangat. ISY seringkali merasa bersalah bila dirinya mulai merasa malas. ISY juga merasa sesak dan lelah selama dikelilingi api, saat proses pemadaman kebakaran di Gunung Merbabu. ASH, sebagai anggota SAR, banyak bekerja untuk evakuasi jenazah di daerah bencana. ASH sendiri, meski sudah sering bekerja di bagian tersebut, masih merasakan ketakutan ketika mengingat bentuk jenazah yang ditemukan. ASH juga merasa ketakutan ketika menyadari bahwa dirinya dalam bahaya saat 'dikejar' oleh api saat proses pemadaman kebakaran di Gunung Merbabu. ASH yang panik berusaha lari ke arah manapun, asal selamat.

Saat mendengar berita bencana di Palu, MS merasa terkejut dan panik. Dijelaskan oleh Utomo & Minza (2016), perilaku menolong spontan berasal dari kondisi yang dilihat maupun didengar para informan, yang kemudian menimbulkan perasaan empati serta rasa ingin tahu akan keadaan lokasi bencana alam. Memasuki daerah Palu, MS merasa waspada terhadap keadaan. MS juga sempat terlibat proyek pembangunan MCK bagi korban bencana Palu di beberapa desa. Proses pembangunan tersebut membuat MS kesal karena ada yang enggan mengerjakan MCK dan memilih untuk mengabaikan masyarakat tersebut. Pengabaian ini juga MS lakukan pada orang-orang di daerah bencana memiliki karakter kurang cocok dengan MS.

Respon dan Dukungan Eksternal

Respon Lingkungan

ISY pernah menemukan warga korban bencana yang menyalahi prosedur permintaan logistik. Diduga, hal tersebut karena pejabat desa tersebut belum memahami alur birokrasi di daerah bencana. ASH sendiri mendapat dukungan untuk menjadi relawan, baik dari ibu maupun teman-teman. Kegiatan yang dilakukan ASH juga meninggalkan kesan yang mendalam pada

masyarakat di daerah bencana, karena rasa persaudaraan kuat yang dirasakan oleh masyarakat dan ASH. ASH merasa hal tersebut karena para relawan datang dengan niat yang baik. Selain itu, selama di daerah bencana, para relawan sangat terbuka dengan orang baru sehingga mudah bagi ASH dalam beradaptasi. Selain respon positif, respon negatif juga pernah ASH dapatkan ketika diancam dengan golok oleh salah satu masyarakat karena dorongan untuk memenuhi kebutuhan akan makanan pada masyarakat tersebut saat proses pendataan kebutuhan logistik.

Cerita ASH menunjukkan salah satu dimensi kesejahteraan psikologis menurut Lopez dan Snyder (dalam Budisetiyani, dkk., 2018), yaitu hubungan positif dengan sesama. ASH mampu memahami hubungan yang saling memberi dan menerima serta sanggup membuat kondisi lingkungan sesuai dengan nilai dan apa yang dibutuhkan oleh diri sendiri dalam dimensi penguasaan lingkungan, yaitu nilai dan kebutuhan untuk *nyedulur*.

MS senantiasa mengusahakan untuk menghubungi keluarga selama di daerah bencana. MS juga mendapatkan dukungan dari teman-teman, termasuk dari segi donasi. Masyarakat memberikan berbagai macam respon terhadap kegiatan MS di daerah bencana, seperti penasaran, merasa terprovokasi, terbantu dengan fasilitasi pembangunan MCK, maupun menolak untuk mengerjakan pembangunan MCK.

Fasilitas dan Umpan Balik sebagai Relawan

Selama menjadi relawan, ISY biasa difasilitasi oleh SAR Nasional melalui surat izin tidak mengikuti perkuliahan atau dana pengganti transportasi ke daerah bencana dari organisasi. ISY juga pernah mendapatkan dana pengganti transportasi dari organisasi mahasiswa pecinta alam tempat ISY tergabung. ISY jarang meminta fasilitas kepada pihak kampus, karena pihak kampus seringkali tidak memberikan seratus persen permintaan fasilitas ataupun waktu pengabulan lama. Organisasi SAR tempat ASH bernaung juga merasakan hal yang sama terkait birokrasi, sehingga seringkali memilih untuk tidak mengurus fasilitas yang bisa didapatkan karena lama waktu pengabulan. ASH terbiasa menggunakan fasilitas-fasilitas yang tersedia milik organisasi SAR sendiri. Karena kegiatan ASH sebagai relawan, ASH seringkali mendapatkan umpan balik dari sesama relawan seperti pertukaran informasi dan usaha bersama untuk menghibur diri setelah melakukan operasi. Umpan balik tersebut juga datang dari pihak masyarakat, dimana ASH dan rekan-rekan mendapatkan suasana rumah setiap kali pulang melakukan operasi karena diminta tinggal bersama masyarakat di daerah bencana.

MS kerap kali memanfaatkan komunitas sebagai sarana keberangkatan, dimana komunitas yang diikutinya berpindah-pindah. Meski begitu, birokrasi untuk ke daerah bencana tidak selalu berjalan dengan baik. Contohnya seperti proses keberangkatan MS ke Palu, yang rupanya mengalami kendala dari pihak BPBD. MS pun memutuskan untuk meninggalkan kendaraan yang dibawanya di Surabaya dan berangkat ke Palu dengan menggunakan pesawat.

Makna menjadi Relawan

Hikmah menjadi Relawan

ISY mengingat ajaran orang-orang di sekitar mengenai keikhlasan selama di daerah bencana. ISY juga menjadi paham bahwa untuk berkontribusi di daerah bencana tidak hanya membutuhkan empati tinggi, namun juga perlu keterampilan (*skill*) yang dapat digunakan di daerah bencana. ISY juga belajar bahwa ketika keadaan yang pernah dilaluinya selama terjebak

api terjadi lagi saat ISY melakukan pemadaman kebakaran selanjutnya, maka ISY akan lebih waspada.

Keanggotaan ASH di SAR Bumi Serasi membawa banyak perubahan positif, yang membuat ASH banyak belajar. ASH membentuk prinsip bahwa Allah SWT memiliki kekayaan, sehingga apapun usaha yang dilakukan, akan ada balasan dari Allah SWT. ASH banyak merasakan balasan atas apa yang diusahakan dari berbagai arah. ASH selalu berusaha agar setiap kesempatan untuk bisa menolong, meluruskan niat dengan niat yang *Insyallah* baik. ASH juga belajar *tawadhu* dari seniornya. Semakin tinggi ilmu yang dimiliki, semakin seseorang memahami bahwa dirinya bodoh. ASH juga senantiasa berprinsip bahwa ilmu perlu diamankan sebagai bentuk pertanggungjawaban. Selain itu, semenjak bergabung dengan SAR Bumi Serasi, ASH mulai mendapat kepercayaan dari orangtua karena perubahan kegiatan dan pribadi. Pertumbuhan pribadi sebagai salah satu dimensi kesejahteraan psikologis sangat jelas terlihat. ASH menunjukkan perasaan berkembang dan bertumbuh yang berkelanjutan, refleksi terhadap pengetahuan, keterampilan, dan talenta yang telah ada, serta ada perasaan atau keinginan mewujudkan potensi diri yang dimiliki (Lopez dan Snyder dalam Budisetiyani, dkk., 2018).

Menjadi relawan bencana juga membawa hikmah tersendiri bagi MS. MS banyak bersyukur dengan pengalaman tidak terduga yang didapatkan. Melalui komunitas yang diikuti, MS juga mendapatkan surat jalan dari BPBD maupun BASARNAS Jawa Tengah untuk mempermudah mobilitas selama di daerah bencana. MS banyak mendapat bantuan yang memudahkan kegiatan sebagai relawan, seperti bantuan perbaikan mobil, dijamu untuk makan, pinjaman mobil untuk mobilitas sementara selama di Palu, serta mendapat tempat tinggal sementara yang cukup nyaman selama di Palu.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan di lapangan, didapatkan bahwa peran keluarga dan pengalaman SAR pada para partisipan penelitian memberikan pengaruh untuk membentuk motif menolong. Motif menolong yang terbentuk kemudian menghasilkan perilaku-perilaku prososial maupun peran yang dilakukan oleh partisipan selama di daerah bencana. Motif menolong juga kemudian menghasilkan pengalaman hidup dan mati bagi partisipan ISY dan ASH. Respon lingkungan terhadap kegiatan kerelawanan (berupa respon dari warga korban bencana, keluarga, maupun teman-teman) serta fasilitas dan umpan balik yang didapatkan sebagai relawan (berupa fasilitas dari birokrasi maupun umpan balik fasilitas dari warga dan sesama relawan) turut mempengaruhi bagaimana partisipan berperan sebagai relawan dan mengalami pengalaman hidup dan mati. Peran sebagai relawan dan pengalaman hidup dan mati yang dirasakan oleh partisipan melibatkan berbagai hal, seperti persiapan secara kognitif, emosi positif, maupun emosi negatif. Peran sebagai relawan dan pengalaman hidup dan mati, atau secara singkat dapat disebut sebagai pengalaman utama sebagai seorang relawan kemudian menghasilkan pelajaran bagi para relawan, yang disebut sebagai hikmah menjadi relawan.

Ketiga partisipan menunjukkan perilaku prososial dengan berbagai macam motif dalam bertindak. Partisipan ASH dan ISY menunjukkan motif egois berupa *growth, relatedness* (hanya pada ASH), dan tanggung jawab sosial terhadap ilmu yang dimiliki. Partisipan MS sendiri menunjukkan motif altruis, dimana MS tergerak bertindak prososial karena empati dan bertujuan untuk mensejahterakan orang yang ditolong, baik dalam konteks kebencanaan maupun tindakan

prososial secara umum. Dua partisipan dalam penelitian ini juga menunjukkan beberapa dimensi kesejahteraan psikologis. ASH menunjukkan dimensi penerimaan diri, hubungan positif, otonomi, penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi. MS juga menunjukkan dimensi-dimensi seperti hubungan positif dan penguasaan lingkungan. Dimensi-dimensi tersebut dikemukakan oleh Lopez dan Snyder (dalam Budisetiyani, dkk., 2018).

Penelitian terkait relawan di daerah bencana dapat dikembangkan, salah satunya dari keluasan dan kedalaman proses penggalian data, sehingga dapat menggali makna kehidupan ataupun makna kegiatan sebagai relawan yang dirasakan oleh setiap partisipan. Replikasi penelitian di kemudian hari dengan topik yang sama disarankan. Akan tetapi, diharapkan data yang ditemukan bisa lebih kaya dengan menambah atau mengganti keseluruhan partisipan dengan yang sejenis kelamin wanita, apalagi bagi wanita yang telah berkeluarga, dimana dapat digali proses pembagian peran, bagaimana sebagai seorang istri, seorang ibu, juga dapat membagi peran untuk bermanfaat bagi masyarakat. Bagi masyarakat dan organisasi pembinaan kecakapan relawan untuk daerah bencana, penelitian ini dapat menjadi rujukan untuk menyusun materi pelatihan dan pendidikan dengan mempertimbangkan motivasi para relawan untuk yakin berada di daerah bencana dan bertahan selama masa kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy in Changing Society*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Batson, C.D. (2011). *Altruism in Humans*. New York : Oxford University Press, Inc.
- Bierhoff, H. (2002). *Prosocial Behavior*. East Sussex : Psychology Press.
- Budisetiyani, dkk. (2018). *Peran Kesejahteraan Psikologis dalam Kesehatan Individu*. Hal.71-79. Denpasar : Udayana University Press
- Creswell, J.W. (2015). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset : Memilih di antara Lima Pendekatan*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Detik.com (Maret, 2019). Banyak orang dermawan di indonesia, cari relawan tidak sulit. https://news.detik.com/berita//d-4467569/banyak-orang-dermawan-di-indonesia-cari-relawan-tidak-sulit?_ga=2.163855611.515783148.1571956914-1930244784.1570592517. Diakses pada 16 Oktober 2019.
- Feist, J. & Feist, G. (2008). *Theories of Personality*. 7th Ed. McGraw-Hill Education.
- Hafiz, S.E., dkk. (2018). *Psikologi Sosial : Pengantar dalam Teori dan Penelitian*. Jakarta : Salemba Humanika.
- Istiana. (Desember, 2016). Hubungan empati dengan perilaku prososial pada relawan KSR PMI Kota Medan. Vol.2(2). Jurnal Diversita.
- La Kahija, Y.F. (2017). *Penelitian Fenomenologis : Jalan Memahami Pengalaman Hidup*. Yogyakarta : PT Kanisius.

- Laluyan, T.T., Sumampouw, N., Reza, M. Z., Estrely, M., & Cahyono, W. (2007). *Pemulihan Trauma : Panduan Praktis Pemulihan Trauma Akibat Bencana Alam*.
- Lopez, S.J. (2009). *The Encyclopedia of Positive Psychology*. West Sussex : Blackwell Publishing.
- Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 17 Tahun 2011 tentang Pedoman Relawan Penanggulangan Bencana. Jakarta : Badan Penanggulangan Bencana.
- Siagian, S.P. (2012). *Teori Motivasi dan Aplikasinya*. Jakarta : Penerbit Rineka Cipta.
- Snyder, C.R., Lopez, S.J., & Pedrotti, J.T. (2011). *Positive Psychology : The Scientific and Practical Explorations of Human Strengths*. 2nd Ed. California : Sage Publications, Inc.
- Sutrisno, E. (2010). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Kencana.
- Taufik. (2012). *Empati : Pendekatan Psikologi Sosial*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Utomo, M.H., & Minza, W.M. (2016). Perilaku menolong relawan spontan bencana alam. Vol.2(1). *Gajah Mada Journal of Psychology*.