



## Pelatihan Mitigasi dan Konseling Pasca Bencana Gempa Bumi Lombok Tahun 2018 di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah

Muhammad Junaedi<sup>1\*</sup>, Khairiyatun Sholihah<sup>1</sup>, Nasrullah<sup>1</sup>, Iqbal Sadjali Jayusman<sup>1</sup>, Darma Karno<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Prodi Administrasi Kesehatan, Institut Teknologi dan Kesehatan Aspirasi, Indonesia

\*Corresponding author: [muhammadjunaedi234@gmail.com](mailto:muhammadjunaedi234@gmail.com)

### Article History:

Received: 02-03-2024; Received in Revised: 02-04-2024; Accepted: 03-05-2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v7i2.2618>

### Abstrak

**Latar Belakang:** Gempa bumi yang terjadi di Lombok Provinsi Nusa Tenggara Barat mempunyai dampak yang besar bagi masyarakat. Banyak korban jiwa, kerusakan berat pada rumah, fasilitas, sarana dan prasarana menunjukkan kerugian yang tak terhitung nilainya. **Tujuan** kegiatan ini adalah memberikan pelatihan mitigasi bencana gempa bumi dan pemberian konseling terhadap siswa/i yang menjadi korban gempa Lombok tahun 2018. **Metode:** Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Madrasah Aliyah Plus Jabal Hikmah dengan 3 metode yaitu penyuluhan, simulasi, dan konseling. **Hasil:** pengabdian ini diantaranya bertambahnya pengetahuan siswa/i terkait mitigasi bencana gempa, upaya yang dilakukan saat terjadinya gempa, simulasi dan siswa/i dapat melakukan konseling psikologi terkait kejadian gempa yang pernah dialami. Sesi konseling yang telah dilakukan memberikan gambaran kondisi psikologi dan kecemasan siswa/i terhadap gempa Lombok tahun 2018 menunjukkan keadaan yang baik atau tidak mengahawatirkan.

Kata Kunci: Gempa Lombok; Mitigasi Bencana; Konseling.

### Abstract

**Background:** The earthquake that occurred in Lombok, West Nusa Tenggara Province had a major impact on society, fatalities, heavy damage to houses, facilities and infrastructure indicate incalculable losses. **The purpose** of this activity is to provide earthquake disaster mitigation training and provide counseling to students who were victims of the 2018 Lombok earthquake. **Method:** This community service is carried out at Madrasah Aliyah Plus Jabal Hikmah with 3 methods, namely counseling, simulation and counseling. **Results:** This service includes increasing students' knowledge regarding earthquake disaster mitigation, efforts made when an earthquake occurs, simulations and students can carry out psychological counseling related to earthquake events they have experienced. The counseling session that has been carried out provides an overview of the psychological condition and anxiety of students regarding the 2018 Lombok earthquake, showing that the condition is good or not worrying.

Key Word: Lombok earthquake; Disaster Mitigation; Counseling

## 1. Pendahuluan

Indonesia dikelilingi dengan sumber gempa yang selalu bergerak dan terkadang menghasilkan gempa yang berkekuatan lemah maupun kuat dan menjadi negara yang frekuensi gempa cukup tinggi (Susanta et al., 2019). Semua lempeng aktif di Indonesia termasuk lempeng Indonesia-Australia yang menghunjam pulau Lombok bergerak dengan kecepatan sekitar 7cm per tahun, lebih lambat dari kecepatan tumbuhnya kuku di jari manusia. Lempeng ini bergerak perlahan dan sering tertahan dengan lempeng lainnya, pada saat itulah lempeng bumi mengumpulkan energi terus menerus sampai menemukan caranya sendiri untuk melepaskannya melalui gempa (Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah, 2017).

Sejarah menunjukkan bahwa wilayah Lombok pernah mengalami gempa bumi dengan kekuatan yang kuat yaitu pada tahun 2018. Sumber gempa tersebut diketahui berpusat pada Lombok bagian utara dengan melepaskan energi secara perlahan dan bertahap yang dipicu dengan gempa pada tanggal 29 Juli 2018 dan gempa pada tanggal 5 Agustus 2018 dan terus mengalami susulan (Gemeliarini & Helmi, 2018; Ratuluhain, 2021). Bencana gempa bumi Lombok pada tahun 2018 telah mengakibatkan 564 jiwa meninggal dunia dan 1.584 orang luka-luka dan 396.032 warga mengungsi akibat kerusakan sarana dan prasarana seperti rumah penduduk, gedung kantor, transportasi darat, sumber daya air, fasilitas layanan kesehatan pendidikan, tempat ibadah, hotel, toko dan berbagai fasilitas umum. pendidikan, tempat ibadah, hotel, toko dan berbagai fasilitas umum 188.139 unit mengalami kerusakan berat (Rofi & Zarodi, 2020). Tingginya angka korban jiwa dan kerugian harta benda akibat bencana salah satunya disebabkan lemahnya kesiapsiagaan terhadap suatu bencana. karakter siapsiaga bencana tentunya tidak terbentuk secara instan, namun melewati proses yang panjang (Mustofa, 2020; Fadlillah et al, 2022).

Gempa bumi Lombok 2018 telah memberikan berbagai dampak. Di tingkat rumah tangga terutama yang terkait dengan sumber penghidupan, gempa bumi Lombok dan Sumbawa memberi dampak kehilangan aset rumah tangga dan aset produktif terutama aset-aset bangunan (Kusumawardani et al., 2020). Dampak bervariasi antar kabupaten/kota, dampak terbesar dialami di Lombok Utara dan Barat. Selain berdampak terkait dengan aset produktif dan non-produktif rumah tangga, gempa bumi juga telah memberikan dampak bagi 74,3% sumber penghidupan korban dan diketahui Desa Jenggala di Kabupaten Lombok Utara merupakan desa yang mengalami dampak terbesar mengalami perubahan ekonomi karena banyak penduduknya mengalami perubahan mata pencaharian akibat gempa (Dewi, 2020).

Mengingat besarnya besarnya dampak yang ditimbulkan akibat kejadian gempa Lombok pada tahun 2018 baik kerugian finansial dan psikologi lebih-lebih bagi peserta didik Syang saat ini Siswa/i sedang menempuh pendidikan di

Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah yang menjadi saksi dan korban langsung pada saat bencana tersebut, sehingga menjadi penting untuk dilakukan pembinaan terkait mitigasi bencana gempa dan perbaikan kondisi psikologis mereka sehingga mereka lebih siap dan dapat mengurangi dampak psikologis jika suatu saat gempa terjadi lagi.

Institut Teknologi dan Kesehatan Aspirasi (ITKA) sebagai salah satu kampus di Nusa Tenggara Barat khususnya di Lombok Timur Prodi Administrasi Kesehatan yang kurikulumnya terdapat perkuliahan Mitigasi Bencana. Tujuan pelatihan kepada Siswa/i untuk memberikan pengetahuan bagaimana mengenal bencana gempa bumi, mitigasi bencana, dan upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk menyelamatkan diri pada saat terjadi gempa, serta memberikan sesi konseling kepada Siswa/i Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah pasca gempa di Lombok pada tahun 2018.

## 2. Metode

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah, Sakra, Kabupaten Lombok Timur menggunakan 30 siswa/i. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini terbagi menjadi beberapa tahapan:

### 1. Metode Kegiatan



Gambar 1. Tahapan Kegiatan Pelatihan di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah

#### 1.1 Perencanaan

Melakukan konfirmasi, survei awal, dan meminta persetujuan dari Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah untuk pelaksanaan kegiatan Pelatihan.

#### 1.2 Pelaksanaan

Pelatihan Mitigasi Bencana dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut:

- a) Demonstrasi mitigasi bencana terjadinya gempa bumi
- b) Demonstrasi Penolongan Pertama Korban bencana gempa bumi
- c) Sesi konseling

### 1.3 Pasca Kegiatan

Penyusunan laporan dan output luaran berupa artikel pengabdian. Tindak lanjut hasil Pengabdian Kepada Masyarakat ini bagi siswa/i di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah adalah keterampilan mengenal kejadian gempa dan mitigasi bencana gempa output luaran PKM berupa artikel publikasi ilmiah diberikan ke pihak sekolah agar memperoleh gambaran pengetahuan peserta didik setelah pelatihan dilakukan.

## 2. Waktu Kegiatan

Hari, tanggal : 04 Desember 2023  
Pukul : 09.30 WITA-Selesai  
Tempat : Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah,  
Sakra

## 3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Pelatihan Mitigasi dan Konseling Pasca Bencana Gempa Bumi Lombok Tahun 2018 di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah ini dilaksanakan satu hari. Namun pada proses tahapan sebelumnya telah dilakukan koordinasi persiapan antara tim pelaksana dengan pihak sekolah.

Pada tahapan perencanaan pengabdian di Sekolah dilakukan koordinasi sebagai bentuk perisapan tim dalam melakukan pelatihan. Pemilihan tempat pengabdian berdasarkan pertimbangan pada kesiapan Siswa/i Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah dalam menerima kunjungan tim dan antusias pihak sekolah dalam menyambut pelatihan yang akan diberikan. Selain itu Siswa/i sebagai sasaran pelatihan merupakan korban atau pernah merasakn gempa Lombok pada tahun 2018.



Gambar 2. Koordinasi Pelaksanaan Pengabdian dengan Pihak Sekolah

Gambar 2 pada tahap pelaksanaan pengabdian dilakukan pelatihan terkait mitigasi bencana gempa bumi dengan memberikan pelatihan terkait mitigasi

bencana gempa bumi dimana mitigasi didefinisikan sebagai upaya yang ditujukan untuk mengurangi dampak dari bencana baik bencana alam, bencana ulah manusia maupun gabungan dari keduanya dalam suatu negara atau masyarakat (Ketenagakerjaan et al., 2016). Mitigasi bencana yang disampaikan diantaranya mitigasi sebelum, saat dan setelah terjadinya gempa bumi. Dimana Siswa/i diberikan gambaran dan pelatihan apa yang harus di lakukan pada sebelum, saat dan sesudah terjadinya gempa.

Pentingnya memiliki pengetahuan dan keterampilan sebelum bencana terjadi, saat harus melaksanakan evakuasi mandiri dan setelah kejadian bencana. Dalam pelatihan ini disampaikan tiga bagian mitigasi bencana gempa bumi yaitu sebelum bencana terjadi, saat bencana terjadi dan sesudah bencana terjadi: Siswa/i diberikan pengetahuan dan dilatih mengenal struktur dan letak bangunan melalui slide Power point, menyimpan bahan mudah terbakar agar terhindar dari kebakaran dan pencegahan lainnya.

Pelatihan saat bencana terjadi siswa/i diberikan pengetahuan terkait tindakan menyelamatkan diri pada saat terjadinya gempa seperti melindungi badan dan kepala dari reruntuhan bangunan dengan bersembunyi dibawah meja, lemari serta menghindari gedung, pohon, tiang listrik yang berpotensi roboh dengan memperhatikan tempat berpijak serta waspada apabila ada retakan tanah. Siswa/i juga diajarkan pengetahuan tentang apa yang dilakukan sesudah bencana terjadi yang meliputi keluar dari bangunan dengan tertib, memilih tangga biasa bukan lift atau eskalator, memeriksa diri dan orang sekitar apakah ada yang terluka, memeriksa lingkungan sekitar pengecekan kebakaran, kebocoran gas dan lain-lain menggunakan APD (Alat Pelindung diri) agar terhindar dari potensi gempa susulan dan retakan, mendengarkan informasi terkait kondisi terbaru gempa.



Gambar 3 dan 4. Penyampaian Materi dan Pelatihan Mitigasi Bencana Gempa Bumi

Selanjutnya adalah demonstrasi penolongan pertama korban bencana gempa bumi, demonstrasi ini dilakukan oleh mahasiswa KSR PMI Unit ITKA yang telah dilatih terlebih dahulu oleh tim pelaksana pegabdian. Pada demonstrasi ini memberikan pelatihan dan praktik langsung terkait 1) Pengecekan kondisi korban

saat tergeletak di lokasi bencana terdiri dari pengecekan fisik atau anggota badan, 2) Pengecekan kesadaran korban dengan memanggil atau mencubitnya, 3) Pengecekan detak jantung dan nadi, 4) Pemberian CPR (Cardiopulmonary resuscitation) dilakukan untuk rang yang mengalami henti napas atau henti jantung akibat suatu hal, misalnya tenggelam maupun serangan jantung. Dengan mengembalikan fungsi napas dan jantung, 5) Teknik menggotong korban dengan atau tanpa tandu.



Gambar 5. Demonstrasi Pengecekan Kelengkapan Fisik Korban



Gambar 6. Demosntrasi Mengecek kesadaran korban



Gambar 7. Demonstrasi Teknik Menggotong Korban



Gambar 8. Demonstrasi Mengevakuasi korban

Konseling Pasca Gempa di Lombok pada Tahun 2018 setelah terjadinya bencana, banyak masalah-masalah esehatan mental yang muncul. Tingkat masalah sangat beragam, tergantung bentuk dan jenis bencana yang terjadi, berikut beberapa masalah kesehatan Pelayanan Konseling Kesehatan Mental Pasca Bencana, Penelitian oleh Fitri dan Icu tahun 2020 menyebutkan mayoritas responden mengalami Gangguan Stress Pasca-trauma (GSPT) di tinjau dari pengalaman terulang (60,0%), di tinjau dari penghindaran (62,2%), di tinjau dari perubahan negatif dalam pemikiran dan suasana hati (mood) tidak mengalami (77,8%), di tinjau dari perubahan rangsangan atau kreatifitas sebanyak (75,6%) (Erlin & Sari, 2020), oleh karenanya dibutuhkan konselor untuk mengurangi masalah mental akibat bencana.

Konselor dapat berpartisipasi dalam pengentasan masalah- masalah kesehatan mental setelah bencana. Peran dan ketrampilan konselor dalam menangani masalah kesehatan mental pasca bencana di Indonesia perlu ditingkatkan agar dapat menyelenggarakan pelayanan (Ifdil, 2016). Konseling pada PKM ini dilakukan secara individual dengan menggali dan mendengarkan pengalaman siswa/i dengan mengajukan pertanyaan pada saat gempa pada tahun 2018 tanpa bermaksud mengulang kembali rasa tidak nyaman pada peserta konseling.



Gambar 9. Sesi Konseling Bersama Pak Iqbal



Gambar 10. Sesi Konseling Bersama Pak Jun



Gambar 11. Sesi Konseling Bersama Pak Nas



Gambar 12. Sesi Konseling Bersama Bu Sholihah



Gambar 13. Sesi Konseling Bersama Pak Darma

Pada sesi konseling yang melibatkan 30 Siswa/i tim memberikan pertanyaan terkait kondisi psikologi siswa/i saat ini sebagai bentuk observasi tim dalam mengetahui tingkat kecemasan terhadap gempa yang pernah dialami oleh mereka. Berdasarkan kuesioner yang disebar diketahui kondisi psikologi siswa/i pasca gempa Lombok tahun 2018 telah pulih, dimana dari setiap pertanyaan yang diberikan menggambarkan kondisi psikologi, kecemasan mengarah kepada positif thinking. Selain hasil skoring dari catatan hasil wawancara pada saat konseling menunjukkan jawaban yang tegas dan tidak terlalu cemas terhadap gempa, karena saat ini sudah terbiasa mendengar informasi gempa dan pernah mengalami pada tahun 2018.

**Tabel 1. Persentase jawaban kuesioner Siswa/i pada saat konseling (n=30) (%)**

Pertanyaan	SS	S	TS	STS	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	53,5	43,3	33,	0	16	3,3	13,3	73,3	10
2	0	20	60	20	17	3,3	6,7	66,7	23,3
3	3,3	56,7	30	10	18	0	10	80	10
4	6,7	66,7	26,7	0	19	3,3	30	60	6,7
5	3,3	66,7	26,7	0	20	0	13,3	70	16,7
6	0	33,3	56,7	40	21	0	3,3	80	16,7
7	3,3	30	46,7	20	22	6,7	10	70	13,3
8	20	43,3	33,3	3,3	23	6,7	16,7	56,7	20
9	16,7	36,7	33,3	13,3	24	3,3	30	66,7	0
10	3,3	30	50	16,7	25	3,3	40	56,7	0
11	3,3	33,3	50	16,7	26	0	23,3	56,7	20
12	0	30	50	20	27	0	26,7	50	23,3
13	0	13,3	66,7	20	28	3,3	33,3	63,3	0
14	0	23,2	66,7	10	29	0	40	60	0
15	0	23,2	66,7	10	30	10	53,3	30	60,7

#### 4. Kesimpulan

Pelatihan Mitigasi dan Konseling Pasca Bencana Gempa Bumi Lombok Tahun 2018 di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah menambah pengetahuan siswa/i terkait dengan mitigasi bencana gempa bumi di Lombok serta upaya-upaya yang dapat dilakukan untuk menyelamatkan diri pada saat terjadi gempa. Sesi konseling memberikan gambaran kondisi psikologi dan kecemasan terhadap gempa lombok tahun 2018 menggambarkan keadaan yang baik atau tidak mengahawatirkan. Pengabdian selanjutnya bias dilakukan pada masyarakat yang lebih luas khususnya menjangkau masyarakat pedesaan sehingga dapat memberikan pengetahuan tentang mitigasi bencana jika sewaktu-waktu terjadi gempa.

#### 5.Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Kepala Sekolah Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Jabal Hikmah.

#### 6.Daftar Pustaka

- Dewi, B. V. T. (2020). Pemetaan Perubahan Kondisi Sosial Ekonomi Masyarakat Pasca Gempa Bumi di Kecamatan Tanjung, Kabupaten Lombok Utara. *Tata Kota Dan Daerah*, 12(2), 83–93. <https://doi.org/10.21776/ub.takoda.2020.012.02.5>
- Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah. (2017). Buku Pedoman Latihan

- Kesiapsiagaan Menghadapi Bencana Gempa Bumi Dan Kebakaran Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah. *Buku Pedoman Latihan Kesiapsiagaan Bencana Gempa Bumi Dan Kebakaran Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah*, 1–22.
- Erlin, F., & Sari, I. Y. (2020). Gejala PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) Akibat Bencana Banjir Pada Masyarakat Kelurahan Meranti Rumbai Pesisir Pekanbaru. *Dinamika Lingkungan Indonesia*, 7(1), 17. <https://doi.org/10.31258/dli.7.1.p.17-21>
- Fadlilah, S., Rahil, N. H., Baili, A. U. L., & Amestiasih, T. (2022). Upaya Meningkatkan Kesiapsiagaan Karwayan Menghadapi Gempa Bumi Sebagai Salah Satu Program Kampus Siaga Bencana. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 272-280.
- Gemeliarini, I., & Helmi, M. (2018). *Strategi Mitigasi Berdasarkan Model Geospasial Risiko Bencana Gempa Bumi Di Kabupaten Lombok Utara Nusa Tenggara Barat* (Doctoral dissertation, School of Postgraduate).
- Ifdil. (2016). Pelayanan Konseling Kesehatan Mental Pasca Bencana Di Indonesia. *Dialog Penanggulangan Bencana*, 5(2007), 41–46.
- Ketenagakerjaan, M., Pengawasan, P. B. U., & Lembaran, T. (2016). *Kemnaker No. 33 Tahun 2016*.
- Kusumawardani, B. N., Didik, L. A., & Bahtiar, B. (2020). Analisis PGA (Peak Ground Acceleration) Pulau Lombok Menggunakan Metode Pendekatan Empiris. *Jurnal Fisika Dan Aplikasinya*, 16(3), 122. <https://doi.org/10.12962/j24604682.v16i3.6372>
- Mustofa, M. (2020). Pendidikan Kebencanaan Berbasis Kearifan Lokal Dalam Penguatan Karakter Siapsiaga Bencana. *Geodika: Jurnal Kajian Ilmu Dan Pendidikan Geografi*, 4(2), 200–209. <https://doi.org/10.29408/geodika.v4i2.2776>
- Ratuluhain, E. S. (2021). Analisis Potensi Tsunami di Lombok Utara. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kelautan Tropis*, 13(1), 113–126. <https://doi.org/10.29244/jitkt.v13i1.29336>
- Rofi, A., & Zarodi, H. (2020). Abdur rofi.pdf. *Majalah Geografi Indonesia*, 34(2), 95–100.
- Susanta, F. F., Pratama, C., Aditya, T., Khomaini, A. F., & Abdillah, H. W. K. (2019). Geovisual Analytics of Spatio-Temporal Earthquake Data in Indonesia. *JGISE: Journal of Geospatial Information Science and Engineering*, 2(2), 185–194. <https://doi.org/10.22146/jgise.51131>