

**SELF EFFICACY KELUARGA PANDHALUNGAN BERBASIS PSYCOLOGICAL
WELL BEING TERHADAP KESIAPSIAGAAN LANSIA MENGHADAPI
BENCANA BANJIR**

**(SELF EFFICACY OF THE PANDHALUNGAN FAMILY BASED ON
PSYCHOLOGICAL WELL BEING TOWARDS THE PREPAREDNESS OF THE
ELDERLY TO FACE FLOOD DISASTERS)**

Susi Wahyuning Asih¹, Dian Ratna Elmaghfuroh², Nanda Ika Putri³, Lady Prameswari⁴

^{1,2,3,4}Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, DIII Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Jember, 68121, Indonesia

Jl. Karimata No. 49 Sumbersari, Kabupaten Jember, Jawa Timur 68121, Kotak Pos 104 Telp. (0331)
336728 Faks. 337967

Email: susiwahyuningasih@unmuhjember.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Keluarga merupakan tempat yang sangat penting untuk kehidupan lansia. Kesiapan keluarga sebagai faktor kunci kesiapsiagaan kesejahteraan psikologis lansia. Keluarga yang memiliki kesiapsiagaan tinggi bisa membantu lansia mengurangi risiko dan merespon bencana dengan cepat. Namun, tingkat kesiapsiagaan ini sangat dipengaruhi oleh keyakinan dan pemahaman keluarga akan kemampuan mereka menghadapi situasi darurat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui *Self Efficacy* Keluarga *Pandhalungan* Berbasis *Psychological Well Being* Terhadap Kesiapsiagaan Lansia Menghadapi Bencana Banjir. *Self-Efficacy* keluarga sebagai pendorong tindakan kesiapsiagaan. Dalam konteks kesiapsiagaan bencana, keluarga dengan *self-efficacy* nya yang tinggi lebih mampu dalam merencanakan evakuasi, komunikasi saat bencana, menyediakan perlengkapan darurat, dan melindungi lansia. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian *Pra Eksperimen design* dengan *one group pre test post test*. Analisis menggunakan uji *spearman's rho*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku dengan terlebih dahulu dilakukan uji validitas reliabilitas. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari keluarga berjumlah 58 orang menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *self efficacy* keluarga dan kuesioner kesiapsiagaan kesejahteraan psikologis lansia menghadapi bencana. **Hasil Penelitian:** Hasil uji *Spearman's rho* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self efficacy* keluarga terutama berbasis *Psychological Well Being* terhadap kesiapsiagaan lansia pada bencana dengan nilai ($r=0,623$). **Kesimpulan:** *self efficacy* keluarga berpengaruh terhadap kesiapsiagaan lansia pada bencana banjir. Dengan penguatan ini, diharapkan keluarga dapat menguatkan kembali *self efficacy* nya sehingga dapat meningkatkan kesiapsiagaan lansia terhadap bencana terutama kesejahteraan psikologis lansia di desa Klungkung.

Kata Kunci: *self efficacy* Keluarga, lansia, *physycological well being* , kesiapsiagaan.

ABSTRACT

Background: Family is a very important place for the lives of the elderly. Family readiness as a key factor in the psychological well-being preparedness of the elderly. Families with high preparedness can help seniors reduce risks and respond quickly to disasters. However, this level of preparedness is heavily influenced by families' confidence in and understanding of their ability to cope with emergency situations. This study aims to determine the *Self-Efficacy* of *Pandhalungan* Families Based on *Psychological Well-being* Toward the Preparedness of the Elderly in Facing Flood Disasters. Family *self-efficacy* serves as a driver for preparedness

actions. In the context of disaster preparedness, families with high self-efficacy are more capable of planning evacuations, communicating during disasters, providing emergency supplies, and protecting the elderly. **Methods:** This research is a pre-experimental design study with a one-group pre-test post-test. The analysis uses Spearman's rho test. The instrument used was a knowledge, attitude, and behavior questionnaire, which was first subjected to validity and reliability testing. The population in this study consisted of 58 families, selected using total sampling technique. The instruments used were the family self-efficacy questionnaire and the psychological well-being preparedness questionnaire for the elderly facing disasters. **Research Findings:** The results of the Spearman's rho test indicate a significant influence between family self-efficacy, especially based on Psychological Well-being, and the disaster preparedness of the elderly, with a value of ($r = 0.623$). **Conclusion:** Family self-efficacy influences the elderly's preparedness for flood disasters. With this strengthening, it is hoped that families can regain their self-efficacy, thereby increasing the preparedness of the elderly for disasters, especially the psychological well-being of the elderly in Klungkung village.

Keywords: self-efficacy, family, elderly, psychological well-being, preparedness.

PENDAHULUAN

Bencana banjir merupakan salah satu bencana hidrometeorologi yang paling sering terjadi di Indonesia dan memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan masyarakat, terutama kelompok rentan seperti lansia. Berdasarkan data Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), lebih dari 40% kejadian bencana setiap tahunnya di Indonesia adalah banjir, dengan tingkat risiko tertinggi terjadi di wilayah Jawa Timur, termasuk Kabupaten Jember (BNPB, 2024). Lansia memiliki kerentanan fisiologis, psikologis, dan sosial yang tinggi akibat penurunan fungsi tubuh dan keterbatasan mobilitas, sehingga memerlukan dukungan keluarga dalam menghadapi situasi bencana (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang memiliki pengaruh besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan personal dalam anggota keluarganya. Kesiapan keluarga pada bencana sebagai faktor kunci kesiapan dari anggota keluarga terutama keluarga yang memiliki orang tua lansia. Keluarga yang memiliki kesiapsiagaan tinggi bisa membantu lansia mengurangi risiko dan merespon bencana dengan cepat terutama kesejahteraan psikologis lansia. Namun, tingkat kesiapsiagaan ini sangat dipengaruhi oleh keyakinan dan pemahaman keluarga akan kemampuan

mereka menghadapi situasi darurat. *Self-Efficacy* keluarga sebagai pendorong tindakan kesejahteraan psikologis lansia. Dalam konteks kesiapsiagaan bencana, keluarga dengan *self-efficacy* yang tinggi akan merasa lebih mampu dalam membuat rencana evakuasi, berkomunikasi saat bencana, menyediakan perlengkapan darurat, dan melindungi lansia. *Self-efficacy* keluarga inilah yang menjadi dasar kesiapan lansia dan keluarga dalam menghadapi bencana banjir terutama kesejahteraan psikologis lansia.

Pengetahuan tentang kesiapsiagaan harus dimiliki oleh lansia dan pelayanan kesehatan dalam menghadapi bencana banjir. Lansia umumnya memiliki keterbatasan fisik dan kurangnya dukungan sosial. Lansia juga memiliki sistem imun yang menurun mengakibatkan sulit untuk melawan berbagai macam bakteri atau virus penyebab penyakit sehingga akan memperbesar resiko terdampak bencana terutama tentang kesejahteraan psikologis lansia. Dengan beberapa faktor tersebut membuat Lansia menjadi memiliki keterbatasan kemampuan dalam memperoleh pengetahuan tentang kebencanaan. Penjelasan diatas melatarbelakangi peneliti untuk melakukan studi lebih lanjut tentang *self efficacy* keluarga *pandhalungan* berbasis *psychologi well being* terhadap

kesiapsiagaan lansia menghadapi bencana banjir. Menghadapi berbagai tantangan ini, penguatan *self efficacy* pada keluarga sangat diperlukan agar dapat lebih efektif dalam mengendalikan emosional lansia demi meningkatkan kesejahteraan psikologis lansia. Strategi yang dapat diterapkan mencakup peningkatan pengetahuan, pendampingan, peningkatan partisipasi lansia, serta penguatan dukungan pendanaan dan fasilitas kepada lansia. Peningkatan pelatihan keluarga dan pemberdayaan keluarga menjadi langkah penting untuk menjadikan keluarga lebih berdaya guna dalam mengurangi prevalensi masalah emosional pada lansia, sehingga mendukung kesiapsiagaan lansia pada bencana di Desa Klungkung. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan berdampak pada keluarga senantiasa mendampingi lansia tentang pengetahuan, sikap dan ketrampilan kesiapsiagaan bencana. Strategi penguatan keluarga berbasis *psychologi well being* di desa Klungkung ini sangat diperlukan. Penguatan ini diharapkan dapat meningkatkan efektivitas *self efficacy*, mengedukasi keluarga, dan mendorong perubahan perilaku yang lebih optimal pada lansia. Dengan strategi yang tepat, diharapkan keluarga dapat menjalani program yang berkelanjutan dan memberikan dampak positif bagi peningkatan kesehatan lansia dan kesiapan lansia pada bencana di Desa Klungkung.

Kesiapsiagaan keluarga menjadi kunci dalam mengurangi risiko dan dampak bencana terhadap lansia. Namun, tingkat kesiapsiagaan ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dan sarana, melainkan juga oleh faktor psikologis seperti *self-efficacy*, yaitu keyakinan individu dan keluarga terhadap kemampuan mereka dalam menghadapi situasi bencana. *Self-efficacy* yang tinggi akan menumbuhkan kepercayaan diri, optimisme, serta kemampuan untuk bertindak efektif dalam keadaan darurat. Sebaliknya, keluarga dengan *self-efficacy* rendah cenderung mengalami kebingungan, ketidakpastian, dan kegagalan dalam merespons ancaman

secara adaptif (Dwidiyanti et al., 2022). Dalam konteks budaya lokal, masyarakat *Pandhalungan* yang merupakan hasil akulturasi budaya Jawa dan Madura di wilayah Jember memiliki nilai-nilai sosial yang khas seperti *gotong royong*, *kekeluargaan*, *ketundukan terhadap tokoh agama*, dan *nilai religiusitas tinggi* (Sutarto, 2021). Nilai-nilai ini berpotensi menjadi kekuatan sosial-budaya dalam membangun ketahanan psikologis dan kesiapsiagaan. Namun, beberapa penelitian menunjukkan bahwa sebagian masyarakat *Pandhalungan* masih memiliki persepsi fatalistik terhadap bencana, memandangnya sebagai “takdir” yang sulit diantisipasi, sehingga mengurangi motivasi untuk mempersiapkan diri (Rahman et al., 2022). Oleh karena itu, penguatan *self-efficacy* keluarga berbasis *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) menjadi strategi penting. *Psychological well-being* mencakup dimensi penerimaan diri (*self-acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan hidup (*purpose in life*), dan pertumbuhan pribadi (*personal growth*). Jika keluarga memiliki kesejahteraan psikologis yang baik, mereka akan lebih mampu berpikir rasional, membuat keputusan tepat, dan memberikan dukungan emosional yang kuat kepada lansia dalam menghadapi bencana (Yuliani et al., 2023). Intervensi berbasis *psychological well-being* pada keluarga *Pandhalungan* diharapkan dapat meningkatkan *self-efficacy* secara kontekstual dan budaya memanfaatkan nilai religiusitas dan kebersamaan sebagai faktor pelindung (protective factor). Pendekatan ini juga sejalan dengan konsep *transcultural nursing* Leininger yang menekankan pentingnya mempertahankan (*preserve*), menyesuaikan (*accommodate*), dan merubah (*repattern*) praktik budaya agar mendukung kesehatan dan keselamatan masyarakat. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini berfokus pada pengaruh *self-efficacy* keluarga *Pandhalungan* berbasis *psychological well-being* terhadap

kesiapsiagaan lansia dalam menghadapi bencana banjir.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *Pra Eksperimen design* dengan *one group pre test post test*. Analisis menggunakan uji *spearman's rho*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku dengan terlebih dahulu dilakukan uji validitas reliabilitas. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari keluarga berjumlah 58 orang menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *self efficacy* keluarga dan kuesioner kesiapsiagaan kesejahteraan psikologis lansia menghadapi bencana. Hasil Penelitian didapatkan dari Hasil uji *Spearman's rho* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *self efficacy* keluarga terutama berbasis *Psychological Well Being* terhadap kesiapsiagaan lansia pada bencana dengan nilai ($r=0,623$). Instrumen yang digunakan adalah kuesioner pengetahuan, sikap, dan perilaku yang dibuat sendiri oleh peneliti dengan terlebih dahulu dilakukan uji validitas. Menyatakan *p-value* pengetahuan = 0.00, *p-value* sikap = 0.00 dan *p-value* perilaku = 0.00 lebih kecil dari pada nilai alpha ($p<0.05$) dengan demikian didapatkan hasil pengaruh yang signifikan antara pengetahuan, sikap dan perilaku pada *self efficacy* sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kebencanaan. Variabel independent penelitian *self efficacy* keluarga berbasis *psychological well being* dan variabel dependen kesiapsiagaan lansia pada bencana. Penilaian menggunakan kuesioner skala likert dan dengan kategori skor kurang dari 60%, skor sedang 60-79%,

dan skor baik 80-90%, *self efficacy* skor sangat baik 91-100%. Kuesioner kedua mengukur perilaku kesiapsiagaan bencana yang terdiri dari 15 pernyataan yang mencakup perilaku kesiapsiagaan bencana, dengan skala frekuensi dari tidak pernah hingga selalu. Dengan kategori skor rendah (kurang dari) nilai 10-15 dengan kode 1, sedang (cukup) dengan nilai 16-20 kode 2, tinggi (baik) dengan nilai 21-25 kode 3, dan sangat baik dengan nilai 26-30 kode 4. Kedua kuesioner telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan. Signifikansi (sig.) dianggap valid jika nilai signifikansi $< 0,05$, yang berarti H_0 diterima dan dianggap valid (instrumen valid). Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka dianggap tidak valid, artinya H_0 ditolak (instrumen tidak valid). Uji validitas instrumen dilakukan dengan ukuran sampel 20 lansia. Hasil identifikasi nilai *r-tabel* dengan ukuran sampel 20 orang, pada taraf signifikansi 0,05, menghasilkan nilai *r-tabel* sebesar 0,361. Oleh karena itu, jika nilai yang dihitung yang diperoleh dari uji validitas instrumen $> 0,361$, maka dianggap valid. Hasil uji validitas yang dilakukan menunjukkan bahwa semua butir instrumen yang digunakan peneliti memiliki nilai hitung $> r$ -tabel, kecuali untuk variabel dengan jumlah pernyataan, di mana nilai *r* hitung adalah -0,71 dengan nilai signifikansi 0,711 yang menunjukkan bahwa instrumen valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Self-efficacy keluarga *Pandhalungan* berbasis *psychological well-being* terhadap kesiapsiagaan lansia dalam menghadapi bencana banjir. Mendapatkan data hasil penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik keluarga *Pandhalungan* di desa Klungkung kabupaten Jember bulan Pebruari 2025 (n=58)

No	Uraian	Frekuensi (f)	Persentase (%)
	Usia (tahun)		
1	25-30	9	15,5
2	31-35	19	32,7
3	36-40	30	51,7
	Total	58	100

Jenis kelamin			
1	Laki-laki	18	31,03
2	Perempuan	40	68,9
Total		58	100

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa karakteristik keluarga *pandhalungan* sebagian besar berusia 36-40 tahun sebesar 51,7 % dan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebesar 68,9 %.

Tabel 2. Distribusi frekuensi *self efficacy* keluarga *pandhalungan* dan kesiapsiagaan lansia pada bencana di desa Klungkung Jember bulan Pebruari 2025 (n=58)

Uraian		Frekuensi (f)	Persentase (%)
Self efficacy keluarga <i>pandhalungan</i>	Sangat baik	0	0
	Baik	2	3,45
	Cukup	26	44,83
	Kurang	30	51,72
Total		58	100
Kesiapsiagaan lansia	Sangat baik	0	0
	Baik	0	0
	Cukup	10	17,2
	Kurang	48	82,76
Total		58	100

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa distribusi frekuensi sebelum dilakukan *self efficacy* berbasis *psychological well being* keluarga *pandhalungan* sebagian besar mempunyai *self efficacy* keluarga berbasis *psychological well being* kurang sebesar 51,72 % dan mayoritas kesiapsiagaan lansia kurang sebesar 82,76 %.

Tabel 3. Hasil setelah diberikan intervensi, analisis pengaruh *self efficacy* keluarga *pandhalungan* berbasis *psychological well being* terhadap kesiapsiagaan lansia pada bencana di desa Klungkung Jember bulan Pebruari 2025 (n=58)

Self efficacy Keluarga <i>pandhalungan</i>	Kesiapsiagaan lansia pada bencana				p	r
	Sangat baik	Baik	Cukup	Kurang		
Sangat baik	20	8	1	1	0,000	0,646
Baik	15	5	1	1		
Cukup	2	2	1	0		
Kurang	1	0	0	0		
TOTAL	38	15	3	2		

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa pengaruh *self efficacy* keluarga *pandhalungan* terhadap kesiapsiagaan lansia mayoritas jika *self efficacy* besar (sangat baik) maka kesiapsiagaan lansia juga sangat baik sebesar 30 lansia 51,7% dan mayoritas lansia bernilai baik sebesar 22 orang lansia dengan persentase 37,9 %. Hasil *p value* sebesar $0,000 < 0,05$ menandakan bahwa hubungan yang signifikan. dengan *r* 0,646. *Self efficacy* dapat dipercaya dengan percaya sepenuhnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Self-efficacy keluarga *Pandhalungan* yang

diperkuat oleh *psychological well-being* terbukti meningkatkan kesiapsiagaan lansia menghadapi banjir. Faktor budaya

lokal berperan sebagai penguat sosial dan emosional yang memperdalam efek pemberdayaan. Pendekatan integratif antara aspek psikologis, budaya, dan sosial menjadi dasar penting dalam mengembangkan model keperawatan komunitas berbasis keluarga dan budaya..

Saran

Penguatan *self-efficacy* keluarga Pandhalungan yang berpadu dengan kesejahteraan psikologis dan nilai budaya lokal merupakan kunci keberhasilan peningkatan kesiapsiagaan lansia menghadapi bencana. Program pemberdayaan keluarga hendaknya dikembangkan secara holistik, kolaboratif, dan berbasis budaya agar lebih berkelanjutan dan berdampak luas

KEPUSTAKAAN

- Ali and Asrori (2020) *Psikologi lansia Perkembangan Peserta*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Artha, N. M. W. I. and Supriyadi, S. (2019) 'Hubungan Antara dukungan keluarga dan Self Efficacy dalam Pemecahan Masalah Penyesuaian Diri anak', *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(1), pp. 190–202. doi:0.24843/jpu.2013.v01.i01.p19.
- Chen, X. *et al.* (2020) 'Hand Hygiene , Mask-Wearing Behaviors and Its Associated Factors during the COVID-19 Epidemic: A Cross-Sectional Study among Primary School Students in Wuhan , China'.
- Hanifah, W. and Oktaviani, A. D. (2021) 'Adaptasi Transculture Nursing pada Masa Pandemi Covid-19: Studi Cross-Sectional di Provinsi DKI Jakarta', *Buletin* pp. 148–158. at: <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/hsr/article/view/4162> .
- Koesno, D. (2021) 'Update Corona Dunia 18 Nov: Kasus Positif Naik 5 Kali dari 2020', November.
- Larasati, Annisa Lazuardi, C. H. (2020) 'Penggunaan Desinfektan dan Antiseptik pada Pencegahan Penularan Covid-19 di Masyarakat', 5(3), pp. 137–145.
- Masa *et al.* (2021) 'Respon, Perbedaan Kecemasan, Psikologis Balita, Pada Pandemi', 4(2), pp. 268–273.
- Notoatmodjo, S. (2012) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Permata Sari, Y. and Ok Satria, L. (2018) 'Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kualitas Hidup Balita Osteoarthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Muaro Paiti Kecamatan Kapur Ix', *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis E*, 1(1), pp. 2622–2256. Available at: <https://jurnal.stikesperintis.ac.id/index.php/PSKP/article/view/83>.
- Pinasti, F. D. A. (2020) 'Analisis Dampak dukungan keluarga Terhadap Tingkat Kesadaran Masyarakat dalam Penerapan pengasuhan anak', 2(2), pp. 237–249.
- Rachma, D. A. and Handoyo, S. (2019) 'Hubungan Antara Kepribadian dengan Kemampuan Adaptasi Lintas Budaya Pada Expatriate Leader', *Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*, 1(1), p. 13.
- Rosyanti, L. *et al.* (2019) 'Hubungan antara Depresi dengan Sistem Neuroimun (Sitokin-HPA Aksis)', *Health Information : Jurnal Penelitian*, 9(2), pp. 35–52.
- Sunarsih, S., Putro, S. C. and Rahmawati, Y. (2019) 'Hubungan Self Esteem Dan Pengalaman Belajar Yang Bermakna Dengan Kemampuan Adaptasi Terhadap Dunia Kerja Pada Siswa Tkj Smkn Kota Malang', *Jurnal Ilmiah Pendidikan Teknik dan Kejuruan*, 12(2), p. 84. doi: 10.20961/jiptek.v12i2.20774