

## BAB V PEMBAHASAN

### A. Interpretasi hasil

Literatur review atau telaah jurnal ini berfokus pada hubungan *peritraumatic distress* dan *disociation* dengan keyakinan tentang memori pada remaja setelah bencana. Literatur review ini mengidentifikasi 5 faktor yang berkaitan yaitu : *peritraumatic disstres*, *peritraumatic disociation*, memori, remaja dan bencana. Selanjutnya peneliti akan membahas secara rinci masing – masing factor yang berkaitan dengan tujuan telaah jurnal yang dilakukan peneliti.

#### 1. *Peritraumatic distress*

Hasil literatur review ini mengidentifikasi penyebab peritraumatik distress sebagai tahap seseorang mengalami masalah *post traumatic disorder* (PTSD) kemudian *disstres peritraumatic* merupakan tahap seseorang terhadap peristiwa yang sangat tinggi dan tidak dapat dibendung sehingga memerlukan mekanisme pertahanan yang berfungsi untuk melindungi seseorang terhadap *peritraumatic distress* tersebut yaitu disebut dengan *disociation*. Hal ini di dukung oleh penelitian Brian E. Bunnell, PhD a , Tatiana M. Davidson, PhD b , dan Kenneth J. Ruggiero, PhD (2019) penelitian ini memberikan data lebih lanjut yang mendukung sifat psikometrik dari *peritraumatic distress inventory* (PDI) dengan beragam sampel pasien yang mengalami trauma traumatis dan PDI memprediksi keparahan PTSD serta secara klinis meningkatkan PTSD.

*American Psychiatric Association*, (2013) memaparkan *peritraumatic distress* adalah gangguan peritraumatik yang memiliki nilai prediksi lebih dari *disosiasi peritraumatic*. *Peritraumatic distress* merupakan tahap seseorang terhadap peristiwa yang sangat tinggi dan tidak dapat dibendung sehingga memerlukan mekanisme pertahanan yang berfungsi untuk melindungi seseorang terhadap *peritraumatic distress* tersebut yaitu disebut dengan *disociation peritraumatic*. Stimulasi kecemasan *peritraumatic* meningkatkan memori trauma. Meskipun gangguan dan disosiasi *peritraumatic* memiliki kesamaan sebagai faktor risiko menyebabkan masalah psikologis seperti stres pasca-trauma (PTSD). Kedua ini membawa prediksi berbeda mengenai sifat-sifat hubungan diantara

*distress peritraumatic* dan *disocation peritraumatic*. Korban yang mengalami *peritraumatic distress* akan lebih banyak menyendiri, cepat merasa sedih, merasa dirinya tidak berdaya, merasa bersalah, frustrasi, cepat marah, dan merasa takut akan keselamatan dirinya. Korban juga akan menunjukkan gejala nyata seperti gemeteran, berkeringat, mudah gelisah, dan menjadi lebih waspada terhadap orang lain, sehingga korban akan mudah merasa was-was dan sangat ingin untuk menjaga dan melindungi dirinya (Otis, Marchand, & Courtois, 2012).

Berdasarkan hasil studi literatur, upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dampak distress peritraumatik antara lain *play therapy*, *dance therapy*, dan *trauma healing*. *Play therapy* adalah upaya yang dilakukan dengan memanfaatkan medium permainan. *Dance therapy* adalah bentuk upaya mengurangi dampak distress peritraumatik dengan mengekspresikan emosi dan bimbingan konseling, sedangkan *trauma healing* merupakan sebuah intervensi penanganan trauma psikologis paska bencana dilakukan untuk menindak lanjuti kebutuhan pelayanan kesehatan mental bagi korban.

## 2. *Peritraumatic dissociation*

Hasil literatur review ini menunjukkan disosiasi dan *peritraumatic distress* dari korban bencana alam secara positif dan signifikan menunjukkan bahwa *peritraumatic dissociation* sementara terjadi segera setelah kejadian distress hal ini didasari pada penelitian Ferlis Bullare ., dkk (2016) ada hubungan antara disosiasi dan *gangguan peritraumatic distress* di antara para korban pasca bencana alam karena *peritraumatic dissociation* adalah pengalaman traumatis yang dialami selama atau segera setelah beberapa peristiwa traumatis, pengalaman ini perlu dipelajari pertama sebagai langkah segera untuk mencegah korban terus menderita trauma lebih buruk seperti PTSD atau depresi. Dengan demikian, temuan ini dapat membantu para pihak khusus untuk memberikan intervensi psikologis langsung yang tepat kepada korban bencana saat waktunya tiba.

Otis, Marchand, & Courtois, (2012) menyampaikan *peritraumatic dissociation* adalah mekanisme pertahanan yang berfungsi melindungi seseorang dari tingkat *distress peritraumatic* yang tidak dapat dikontrol atau sangat tinggi, *dissociation peritraumatic* terjadi dalam konteks distress peritraumatik, melibatkan reaksi fisiologis dan emosional

yang intens selama trauma. Hal ini juga disampaikan Craparo et al.,( 2014) disosiasi peritraumatik merupakan suatu hal yang berkaitan dengan risiko *posttraumatic stress disorder* (PTSD) atau peningkatan gejala PTSD di antara korban bencana seperti korban letusan gunung berapi. Pengalaman *disociation peritraumatic* sering dialami oleh korban trauma selama atau segera setelah paparan peristiwa traumatis. *Disociation peritraumatic* dapat dipahami dalam berbagai cara seperti persepsi perubahan zaman, selera sikap netral seseorang, atau rasa lingkungannya tidak realistis atau tidak biasa. *Disociation peritraumatic* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya korban memiliki ingatan atau bayangan yang sulit dilupakan, merasakan peristiwa terjadi lagi sehingga memicu ketakutan dan merasa korban kembali dalam bahaya. Kesulitan mengendalikan perasaan karena tidak mampu mengendalikan ingatan tentang peristiwa traumatis juga menjadi faktor penyebab *disociation peritraumatic* (Otis, Marchand, & Courtois, 2012).

Kondisi *disociation peritraumatic* apabila tidak terdeteksi dan dibiarkan tanpa penanganan, maka dapat mengakibatkan komplikasi medis maupun psikologis yang serius yang bersifat permanen yang akhirnya akan mengganggu kehidupan sosial maupun pekerjaan penderita. Upaya penanganan peritraumatik disosiasi perlu dilakukan untuk mencegah korban terus menderita trauma lebih buruk seperti PTSD atau depresi. Salah satu bentuk upaya penanganan peritraumatik disosiasi yang dapat diimplementasikan oleh perawat untuk mengatasi masalah psikososial atau gangguan mental yaitu *mindfulness* spiritual. Berdasarkan hasil studi *literature*, *mindfulness* mampu mendorong perilaku positif dan dapat menurunkan masalah *peritraumatic*. Sebuah penelitian tentang *mindfulness* menunjukkan bahwa klien yang mendapatkan terapi dengan pendekatan spiritual dapat mengontrol marah dan menenangkan hati klien, serta mampu meningkatkan kemandirian dalam menjalankan fungsi kehidupannya (Dwidiyanti, 2017).

### 3. Memori

Hasil literatur review ini mengidentifikasi kepercayaan tentang pikiran dan ingatan mempengaruhi *peritraumatic distress* dan *disociation peritraumatic* yang merupakan perkembangan gejala *posttraumatic stress disorder* (PTSD). Hal ini didukung oleh penelitian Kannis-Dymand L, Carter JD, Lane BR, Innes P. (2018)

penelitian ini menguji hubungan kepercayaan tentang memori dengan pengalaman peritraumatik dalam pengembangan gejala PTSD setelah terjadi bencana alam. Hal yang sama juga di sampaikan pada penelitian Philip Hyland, PhD [a](#) , Mark Shevlin, PhD, Claire Fyvie, PhD [c](#), Marylène Cloitre, PhD [d](#) , e, dan Thanos Karatzias, PhD [c, f](#) (2020) salah satu dari tiga kluster gejala inti PTSD adalah mengalami kembali di sini dan sekarang' dan dua gejala pokoknya mimpi buruk dari peristiwa traumatis dan kilas balik ke peristiwa traumatis di mana rasanya seolah-olah peristiwa itu terulang kembali di saat sekarang.

Jhon W. Santrock, (2010) tanpa memori, anda tidak akan bisa menghubungkan apa yang terjadi pada anda kemarin dengan apa yang terjadi dalam hidup anda hari ini. Sekarang, para psikolog pendidikan menekankan bahwa penting untuk tidak memandang memori dalam hal bagaimana anak-anak menambahkan sesuatu kedalamnya, tetapi lebih untuk menegaskan bagaimana anak-anak secara aktif menyusun memori mereka. Setelah remaja mengodekan informasi, mereka harus menyimpan informasi tersebut. Penyimpanan memori melibatkan tiga jenis memori dengan kerangka waktu yang berbeda: memori sensori (*memory sensory*), memori jangka pendek (*short-term memory* atau *working memory*), memori jangka panjang (*long-term memory*). Jhon W. Santrock, (2010) juga menjelaskan pengodean terdiri atas sejumlah proses, pengulangan, pemerosesan yang mendalam, pembentukan gambaran, organisasi, dan pertolongan.

Seseorang bisa kuat atau lemah pada memorinya dipengaruhi oleh banyak factor, salah satunya adalah kondisi fisik. Di antara kondisi fisik yang sangat berpengaruh dalam mengingat adalah kekurangan tidur dan sakit. Seseorang yang dalam kondisi lelah, kurang tidur, dan sakit akan mengalami kesulitan untuk mengingat sesuatu. Faktor lain juga mempengaruhi ingatan adalah usia. Ingatan yang paling kuat terjadi pada anak-anak, yaitu pada usia 10-14 tahun, sedangkan orang yang lanjut usia akan mengalami kesulitan jika diminta untuk mengingat apa yang sudah dipelajarinya ataupun dialaminya. Seseorang akan mengingat sesuatu lebih baik apabila peristiwa-peristiwa itu menyentuh perasaan, sedangkan kejadian yang tidak menyentuh emosi seringkali diabaikan. Minat dan motivasi juga berpengaruh dalam ingatan seseorang. Seseorang yang mengingat segala sesuatu tentang hal yang disukainya jauh lebih baik

dari pada hal yang tidak disukainya. Jelaslah minat sangat meningkatkan motivasi dan pada gilirannya akan meningkatkan daya ingat. (Anderson, J.R. 2010).

#### 4. Remaja

Hasil literatur review mengidentifikasi tentang remaja sebagai usia rentan apabila terjadi bencana hal ini dikarenakan oleh beberapa faktor yaitu keberadaan remaja masih dibawah resiko dan ancaman yang membahayakan kelangsungan hidupnya, tingkat ketergantungan hidup yang masih tinggi terhadap orang dewasa, belum memiliki banyak pengalaman hidup, kemampuan untuk melindungi diri masih terbatas, mereka tidak dalam posisi yang dapat mengambil keputusan atas dirinya sendiri hal ini didukung oleh penelitian Brian E. Bunnell, PhD a , Tatiana M. Davidson, PhD b, dan Kenneth J. Ruggiero, PhD (2019) penelitian ini memberikan data lebih lanjut yang mendukung sifat psikometrik dari *peritraumatic distress inventory* (PDI) dengan beragam sampel pasien yang mengalami trauma traumatis dan PDI memprediksi keparahan PTSD serta secara klinis meningkatkan PTSD.

T. Wahyuni (2016) menyampikan ada beberapa masalah yang dialami remaja dalam memenuhi tugas-tugas perkembangan remaja, yaitu: masalah pribadi, yaitu masalah-masalah yang berhubungan dengan situasi dan kondisi, sekolah, kondisi fisik, penampilan, emosi, penyesuaian sosial, tugas dan nilai-nilai. Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja yang disertai oleh berkembangnya kapasitas intelektual, stres dan harapan-harapan baru yang dialami remaja membuat mereka mudah mengalami gangguan baik berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku. Stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri remaja membuat mereka mengambil resiko dengan melakukan kenakalan. Faktor-faktor yang mempengaruhi lancarnya pelaksanaan tugas-tugas perkembangan menurut Khodijah, Nyayu, ( 2014 ) sukses atau gagalnya pelaksanaan tugas perkembangan remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu: pertumbuhan fisik remaja, perkembangan psikis remaja, posisi remaja dalam keluarga, kesempatan remaja untuk mempelajari tugas-tugas perkembangan, motivasi diri, lancarnya pelaksanaan tugas-tugas perkembangan pada masa sebelumnya. Kelancaran pelaksanaan tugas-tugas

perkembangan remaja selama masa kanak-kanak atau masa puber akan berpengaruh terhadap kelancaran pelaksanaan tugas-tugas perkembangan pada masa berikutnya.

## 5. Bencana

Hasil literatur review mengidentifikasi dampak bencana terhadap *peritraumatic* yaitu timbulnya rasa traumatik pada individu yang mengalaminya. Dampak bencana pada individu juga tergantung oleh berbagai faktor antara lain tingkat kerentanan, tahap tumbuh kembang dan tugas perkembangan. Wanita, lansia, anak – anak dan remaja merupakan salah satu yang mengalami kerentanan dalam bencana hal ini di dukung oleh penelitian Kannis-Dymand L, Carter JD, Lane BR, Innes P. (2018) yang menguji hubungan kepercayaan tentang memori dengan pengalaman *peritraumatic* dalam pengembangan gejala PTSD setelah terjadi gempa bumi Canterbury dan banjir Queensland.

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 tahun 2007 menyatakan bahwa bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/atau non alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis. Teori yang disampaikan oleh BPNB (2010) juga mendukung dengan hasil literature review. Dampak fisik yang diakibatkan oleh bencana meliputi kerusakan – kerusakan baik material maupun ekonomi yang ada pada masyarakat. Sedangkan dampak psikologis yaitu timbulnya rasa traumatik pada individu yang mengalaminya. Dampak bencana pada individu juga tergantung oleh berbagai faktor antara lain tingkat kerentanan, tahap tumbuh kembang dan tugas perkembangan. Wanita, lansia, anak – anak dan remaja merupakan salah satu yang mengalami kerentanan dalam bencana.

Hasil pembahasan dari jurnal terpilih menunjukkan hubungan *peritraumatic distress dan disociation* dengan keyakinan tentang memori pada remaja setelah bencana. *Peritraumatic distress dan disociation* yang tinggi menjadi penyebab meningkatnya gejala PTSD hal ini di dukung dengan keyakinan tentang memori karena tanpa memori, kita tidak akan bisa menghubungkan apa yang terjadi pada kita kemarin dengan apa yang terjadi pada kita hari ini.

## **B. Keterbatasan penelitian**

Peneliti sudah melakukan skrining jurnal untuk memilih jurnal yang dilakukan *literature review* dan peneliti sudah mengkonsulkan hasil penilaian dan ringkasan jurnal yang didapatkan kepada pembimbing. Peneliti masih memiliki keterbatasan dan kekurangan diantaranya adalah : keterbatasan dalam pencarian sumber – sumber yang berkaitan terhadap *peritraumatic distress* dan *disociation* dengan keyakinan tentang memori pada remaja setelah bencana ini masih tergolong minim. Peneliti memiliki keterbatasan selanjutnya dalam pencarian data karena mengakses data yang tidak berbayar dan keterbatasan penelitian ini pada jurnal yang dipilih belum berfokus pada usia remaja dan gunung berapi karena populasi dan sampel dari jurnal yang didapatkan bersifat umum.