

KEBERMAKNAAN HIDUP PADA RELAWAN SAR

Aldhi Rozaq Nurdiansyah¹ Mhd Bagus Sudinadji²

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Abstrak

Indonesia merupakan negara dengan tingkat bencana yang cukup tinggi. Dalam penanganan dampak negatif yang muncul, pemerintah seringkali berkoordinasi dengan banyak sekali elemen, salah satu diantaranya relawan SAR. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan bagaimana kebermaknaan hidup dari relawan SAR. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode naratif deskriptif, pengumpulan data menggunakan wawancara semi terstruktur, pemilihan partisipan menggunakan teknik *purposive sampling*, dan analisis data menggunakan teknik tematik. Kriteria dari penelitian ini adalah seseorang relawan SAR yang sudah aktif selama minimal 2 tahun. Hasil dari penelitian ini sesuai dengan aspek kebermaknaan hidup menurut Bastaman (2007) adalah dalam aspek pemahaman diri relawan memiliki motivasi ingin menolong orang lain yang membutuhkan bantuannya. Dalam aspek kegiatan terarah relawan meningkatkan kemampuan serta menjalin relasi sebagai penunjang untuk mempermudah kegiatannya dilapangan. Lalu dalam aspek keikatan diri, relawan tetap gigih dan bertahan walau banyak kesulitan yang dialami. Kemudian dalam aspek perubahan sikap, relawan SAR mengalami perubahan sikap menjadi lebih positif dari sebelum bergabung hingga saat ini mereka tergabung sebagai relawan SAR. Dalam aspek dukungan social, relawan mendapatkan dukungan dari orang terdekatnya. Lalu dalam aspek makna hidup, relawan ingin bisa bermanfaat untuk orang lain.

Kata kunci: SAR, relawan, kebermaknaan hidup

Abstract

Indonesia is a country with a fairly high level of disaster. In handling the negative impacts that arise, the government often coordinates with various elements, one of which is SAR volunteers. This study aims to understand and describe how meaningful the lives of SAR volunteers are. This research is a qualitative research using descriptive narrative method, collecting data using semi-structured interviews, selecting participants using a purposive sampling technique, and analyzing data using thematic techniques. The criteria for this study were SAR volunteers who had been active for at least 2 years. The results of this study are in accordance with the meaningfulness of life according to Bastaman (2007) in the self-understanding aspect of volunteers having the motivation to want to help others who need their help. In the aspect of directed activity, volunteers improve their abilities and establish relationships as a support to facilitate their activities in the field. Then in the aspect of self-attachment, volunteers remain persistent and persevere even though they experience many difficulties. Then in the aspect of changing attitudes, SAR volunteers experienced a change in attitude to be more positive than before joining until now they are joined as SAR volunteers. In the aspect of social support, volunteers get support from those closest to them. Then in the aspect of the meaning of life, volunteers want to be useful for others.

Keywords: SAR, volunteers, the meaning of life

1. PENDAHULUAN

Indonesia adalah satu dari sekian banyak negara yang sangat rawan terjadi bencana alam. Terletak diantara pertemuan tiga lempeng tektonik yang saling bertumbukan yaitu Lempeng Indo-Australia, Lempeng Eurasia, dan Lempeng Pasifik membuat wilayah Indonesia rawan terjadi bencana alam. Apabila satu saja dari lempeng tersebut bergerak, bisa dipastikan apa yang akan terjadi seperti Tsunami, Gempa bumi, Gunung meletus dan lain-lain (BMKG.GO.ID, 2020). Selain itu, Indonesia juga terletak di jalur gempa bumi dan gunung berapi yang dinilai paling dahsyat oleh United States Geological Surveys (Utomo & Minza, 2018). Dilansir dari (bpbd.bogorkab.go.id, 2022) berdasarkan data yang dimiliki oleh Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menyebutkan bahwa selama tahun 2021 BNPB mencatat 5.402 kejadian bencana, Jumlah kejadian tersebut didominasi antara lain bencana banjir yang terjadi 1.794 kejadian, 1.577 cuaca ekstrem, 1.321 tanah longsor, 579 kebakaran hutan dan lahan, 91 gelombang pasang dan abrasi, 24 gempa bumi, 15 kekeringan dan 1 erupsi gunung api. Mantan Kepala pusat data informasi dan humas BNPB, Sutopo Purwo Nugroho mengatakan, kejadian bencana di Indonesia semakin meningkat dari tahun ketahun (nasional.kompas.com, 2019).

Terjadinya bencana tentunya akan menimbulkan kerugian di kehidupan, seperti adanya korban jiwa, harta benda yang hilang, lingkungan yang rusak, serta terganggunya psikis dari korban yang terkena bencana (Utomo & Minza, 2018). Dilansir dari (BNPB.GO.ID, 2022) Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menyebutkan dampak dari bencana di Indonesia sepanjang tahun 2021 tercatat 728 orang meninggal dunia, 87 orang hilang, 14.915 luka-luka, 7.630.692 menderita dan mengungsi, 158.658 rumah rusak, 4.445 fasilitas umum rusak, 664 kantor rusak dan 505 jembatan rusak. Penanganan pada dampak negatif yang muncul harus dilakukan sesegera mungkin. Semakin cepat penanganan dilaksanakan maka akan cepat pula kerugian tersebut berkurang yang akan mempercepat pemulihan fungsi psikologis pada korban bencana alam (Khairul Rahmat & Budiarto, 2021). Menangani dampak negatif yang timbul setelah bencana alam terjadi bukan merupakan sebuah hal yang mudah. Banyak halhal yang harus dikuasai, diperhatikan, dan tentunya hal ini tidak dapat dilakukan sendirian. Dibutuhkan kerjasama dan keterlibatan banyak individu dalam melakukan proses tersebut (Utomo & Minza, 2018).

Masyarakat seringkali melibatkan kegiatan tolong menolong dalam konteks penanganan bencana, dengan personil yang tidak sedikit. Serta terdapat pula beberapa individu yang terlibat langsung di lapangan dalam proses penanganan bencana di setiap tahapannya (Anam, 2018). Sekumpulan individu dengan minat yang sama dalam menolong akan tergabung dalam komunitas atau kelompok penanggulangan bencana alam yang umum disebut sebagai relawan (Utomo & Minza, 2018). Keberadaan relawan sangat dibutuhkan di area bencana (Musta'in, 2021). Dilansir dari (bpbd.jogjaprov.go.id, 2019) Badan Penanggulangan Bencana Daerah Yogyakarta tentang pedoman

relawan penanggulangan bencana, relawan penanggulangan bencana yang selanjutnya disebut relawan adalah seorang atau sekelompok orang yang memiliki kemampuan dan kepedulian untuk bekerja secara sukarela dan ikhlas dalam upaya penanggulangan bencana.. Dalam Peraturan Kepala (Badan Nasional Penanggulangan bencana, 2011) nomor 17 tahun 2011 tentang Pedoman Relawan Penanggulangan Bencana, peran relawan pada saat tanggap darurat yaitu mendukung kegiatan pada tanggap darurat seperti ransum dan evaluasi, kesehatan, pendidikan darurat, logistik dan lainlain serta peran relawan pada saat pasca bencana seperti perbaikan darurat dan pemulihan psikososial dan dilaksanakan secara cepat, tepat, terpadu, efektif, efisien, transparan dan bertanggung jawab. Penanganan korban bencana memerlukan tindakan komprehensif, tidak hanya pada saat respon cepat tanggap darurat (Setianingsih, 2021) Namun masalah pengungsi juga menjadi tantangan tersendiri bagi pemerintah dan relawan pada saat menangani permasalahan dampak negatif bencana (Holwitt et al., 2017). Dikutip dari bnpb.go.id disampaikan oleh (Asmadi, 2018), Relawan/Personil SAR juga berisiko dalam menjalankan tugasnya, maka perlu adanya manajemen risiko dan kecenderungan terkena penyakit pada relawan. Masalah keselamatan dan kesehatan relawan/personil SAR merupakan issue kritis yang harus diperhatikan pada pengelolaan relawan/personil SAR dalam pertolongan bencana. Sebab, area bencana merupakan area yang bahaya yang tak terpisahkan dan relawan/personil SAR dapat terpapar bahaya tersebut.

Berdasarkan penelitian preliminari pada relawan SAR di Mako Rescue 79 Untung Suropati Gonilan sebanyak 6 orang didapatkan gambaran kondisi yang dialami dan latar belakang responden sebagai relawan diketahui bahwa keseluruhan subjek memiliki motivasi dan tujuannya masing masing diantaranya memupuk jiwa sosial dengan tolong menolong sesama , diniatkan untuk beribadah dan mendapatkan pahala, serta menyalurkan hobi dan kegemarannya dalam hal orienteering. Selain itu keseluruhan subjek dalam menjalani kegiatannya juga melalui pengalaman yang menyenangkan seperti menambah pengalaman dalam bidang SAR. Banyaknya komunitas yang turut dalam kegiatan yang dijalani juga menambahkan kesan yang menyenangkan dengan merasa bertambahnya keluarga dan teman. Namun subjek juga mengalami beberapa hal yang kurang menyenangkan, diantaranya harus meninggalkan keluarga karena jauhnya lokasi kegiatan SAR. Tuntutan untuk embagi waktu antara pekerjaan pribadi dan kegiatan SAR juga menimbulkan efek kelelahan baik secara fisik maupun psikis. Kegiatan sukarela yang dilakukan keseluruhan subjek pun juga membuat mereka bekerja secara ikhlas tanpa adanya upah yang diterima.

Kegiatan SAR yang berkaitan erat dengan pencarian dan penyelamatan di medan bencana juga memiliki kesulitan tertentu, di antaranya tingginya resiko bahaya yang mengancam keselamatan nyawa relawan dikarenakan medan yang sulit. Sehubungan dengan dengan kegiatan SAR yang dilakukan secara ,mandiri juga menimbulkan kesulitan dalam hal operasional, seperti akomodasi, transportasi dan sebagainya. Namun dibalik adanya kesulitan tersebut keseluruhan subjek juga

memiliki cara-cara tertentu untuk menghadapi kesulitan tersebut. Relawan selalu melakukan pemantuan medan dan cuaca secara berkala untuk meminimalisir tingginya resiko bahaya yang mengancam mereka. Selain itu relawan juga selalu melakukan kontroling peralatan penunjang keselamatan sebagai kelengkapan kegiatan mereka.

Para relawan tetap melakukan kegiatannya meski harus berhadapan dengan berbagai resiko dan tekanan. Perilaku sukarela juga sering disebut dengan perilaku altruistis yang ditujukan untuk keuntungan orang lain dan tidak didorong oleh pengharapan keuntungan pribadi (Rahmat et al., 2021). Bentuk ekstrim dari altruisme adalah mengorbankan jiwanya demi menyelamatkan orang lain (Pratikno et al., 2020) Para sukarelawan ini akan merasa lebih kuat atau sehat dengan menolong yang membutuhkan.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yose Fratama, (2017) menunjukkan bahwa makna yang diberikan oleh *rescuer* SAR sendiri sebagai *rescuer* yaitu sebagai pekerja kemanusiaan, penolong dalam hal apapun, serta makna kemanusiaan bagi seorang *rescuer* SAR dalam pekerjaannya sebagai *rescuer* adalah membantu sesama, sebagai dasar kerja, dan tugas setiap orang manusia.

Selain itu juga Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ratri & Masykur (2020), didapatkan bahwa relawan memiliki motivasi untuk menolong sesama. peran dari keluarga berupa dukungan pada relawan juga memberikan pengaruh untuk membentuk motivasi menolong. Dari kegiatan menolong kemudian menghasilkan pengalaman hidup . apresiasi dari lingkungan terhadap kegiatan kerelawanan baik dari warga korban bencana, keluarga, maupun teman-teman serta fasilitas yang didapatkan dari pemerintah turut mempengaruhi relawan untuk lebih semangat dalam kegiatannya sebagai relawan SAR.. 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.

Lebih lanjut, (Hutapea & Dewi, 2012) menyatakan bahwa sejauh ini memang sangat kurang perhatian yang ditunjukkan terhadap dampak nyata menjadi sukarelawan pada kesejahteraan psikologis atau kryepuasan hidup. Padahal, kepuasan hidup sangat berdampak terhadap pekerjaan dan kehidupan pribadi. Misalnya terkait dengan unjuk kerja, relasi yang baik, keunggulan mental dan fisik, serta kesehatan dan umur panjang. Salah satu faktor personal yang berkaitan dengan kepuasan hidup adalah kebermaknaan hidup yang menurut Frankl (Hutapea & Dewi, 2012) adalah setiap orang memiliki makna hidup tersendiri.

Makna hidup adalah adanya tujuan dan niat untuk melakukan sesuatu (Ariyanti & Valentina, 2016) . Ketika seseorang sudah menemukan makna hidup, hidup akan dijalani dengan lebih semangat, tetapi proses menemukan makna hidup tidaklah semudah membalikkan telapak tangan. Diperlukan proses yang panjang untuk menemukan makna hidup tersebut (Dewi & Tobing, 2014).

Menurut (Bastaman, 2007), setiap manusia selalu mendambakan kehidupan yang bermakna, sehingga manusia akan selalu mencari dan berusaha untuk menemukannya. Apabila seseorang berhasil menemukan serta memenuhi makna hidupnya maka hal itu akan menyebabkan kehidupannya berarti dan kalau ia bisa mengembangkan makna hidup tersebut maka ia akan menemukan suatu kebahagiaan. Oleh sebab itu semua orang pasti ingin dirinya menjadi berguna dan berharga bagi lingkungan sekitarnya.

(Bastaman, 2007) menyatakan bahwa kebermaknaan hidup mempunyai makna penghayatan individu kepada hal yang ia anggap bernilai, berharga, penting dan ia yakini keberadaannya kemudian ia jadikan sebagai tujuan hidupnya. (Ryff & Singer, 2008) mengatakan bahwa kebermaknaan hidup bisa mendorong seseorang menjadi lebih optimis dalam kehidupan dan hal ini juga dapat memfasilitasi fungsi fisiologisnya dengan mengurangi persepsi terhadap ancaman.

Menurut (Bastaman, 2007) terdapat enam aspek didalam Kebermaknaan hidup, yaitu: •) Pemahaman diri atau *self insight*, Individu sadar akan kondisi dirinya yang semakin buruk kemudian dengan kesadarannya tersebut ia bangkit menjadi lebih baik. Masing masing individu punya kapasitas untuk menentukan sikap yang benar dan tepat terhadap peristiwa peristiwa yang terjadi di hidupnya baik itu tragis atau yang terbaik. •) Makna hidup atau *the meaning of life*. Suatu nilai yang sangat penting dan juga berarti bagi individu yang digunakan menjadi tujuan hidup sebagai penngarah setiap tindakan tindakan yang dilakukan di setiap kegiatan. •) Pengubahan sikap atau *changing attitude*, Perubahan sikap dari sikap negatif menuju ke sikap positif sehingga menjadi lebih tepat saat menghadapi masalah, musibah serta kondisi hidupnya yang tidak bisa ia elak. Bukanlah suatu kejadian yang membuat seseorang merasa terluka ataupun sedih, namun sikap negatifnya lah dari suatu kejadian yang membuat seseorang merasa sedih atau terluka. •) Keikatan diri atau *self Commitment*, Bagaimana harusnya individu berkomitmen antara pemaknaan hidupnya dengan tujuan hidupnya . komitmen yang kuat disini akan menimbulkan perasaan bahagia dan berharga yang lebih mendalam. •) Kegiatan terarah atau *directed activities*, Usaha yang dilakukan individu secara sadar untuk meningkatkan kemampuan dan potensi yang ada pada dirinya serta membangun relasi yang baik dengan orang lain yang bisa menunjang terciptanya tujuan hidup dan hidup yang bermakna. •) Dukungan sosial atau *social support*, Dukungan dari orang orang terdekat maupun orang yang ada disekitar untuk membantu pada saat membutuhkan.

Terdapat berbagai unsur dalam pengembangan makna hidup oleh (Bastaman, 2007) yaitu hidup yang bermakna (hidup bermakna) yang dapat dikembangkan dengan adanya niatan untuk mengubahnya serta dapat menetapkan tujuan secara jelas mengenai keinginan yang ingin dicapai dan berusaha untuk mengaktualisasikan potensi diri yang ada serta memahami asas-asas kesuksesan, kemudian dapat melakukannya dengan menggunakan metode yang efektif serta tepat sasaran. Proses

tersebut akan lebih baik apabila adanya dukungan dari lingkungan sosial khususnya kerjasama dengan orang terdekat, berdoa dan beribadah kepada Tuhan.

Seseorang yang memiliki kehidupan bermakna akan menjalani hidupnya sesuai proses meskipun tidak semua orang dapat mencapai kehidupan yang bermakna. Hal tersebut merupakan gambaran seseorang untuk menuju kebahagiaan. (Bastaman, 2007) mengatakan bahwa ada beberapa ciri hidup bermakna, yaitu: a.) Seseorang yang memiliki selera humor baik sehingga memiliki kehidupan yang menyenangkan. b.) Memiliki gairah dan semangat dalam menjalankan kehidupannya. c.) Terhindar dari rasa hampa dan cemas. d.) Memiliki hubungan antar pribadi yang saling menyayangi serta menghormati. e.) Dapat menghasilkan karya yang bermanfaat bagi dirinya dan orang banyak. f.) Mampu mengatasi kendala serta menjadikan kendala tersebut sebagai tantangan dan peluang. g.) Memiliki tujuan hidup yang jelas sebagai pedoman. h.) Mampu meningkatkan dan mengembangkan cara berpikir serta bertindak secara positif serta dapat mengembangkan potensi yang ada pada diri.

Kemudian (Frankl, 2008) mengatakan bahwa individu yang merasa hidupnya bermakna akan memiliki sikap menjalani kehidupannya dengan perasaan bahagia bergairah dan jauh dari perasaan hidup yang hampa, mempunyai tujuan hidup untuk jangka pendek maupun jangka panjang sehingga hidupnya menjadi lebih terarah dalam merasakan progres yang dialami, pekerjaan yang dilakukan sehari-hari adalah hal yang menyenangkan baginya sehingga ia akan melakukan dengan penuh semangat dan tanggung jawab, bisa beradaptasi yang memiliki arti bahwa orang tersebut menyadari adanya batas-batas yang ada di lingkungan tetapi tetap melakukan apa yang baik menurutnya dalam batasan tersebut, sadar bahwasanya makna hidup dapat ditemukan dimana saja dalam keadaan apa saja bahkan dalam kondisi yang buruk sekalipun serta mampu menemukan hikmah yang ada dibalik situasi yang buruk tersebut, dan memiliki perasaan ingin mencintai dan dicintai karena sadar bahwa perasaan cinta dan kasih sayang akan membuat hidup lebih bahagia dan bermakna. Dengan adanya hal tersebut muncul rumusan masalah Bagaimana kebermaknaan hidup pada relawan bencana alam SAR. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan bagaimana kebermaknaan hidup pada relawan bencana alam SAR.

2. METODE

Penelitian dengan judul “Kebermaknaan Hidup Relawan SAR” ini merupakan penelitian kualitatif dengan metode fenomenologis berupa narasi deskriptif yang dikumpulkan dari cerita individu yang mengalami suatu fenomena yang diteliti. Pertanyaan yang diajukan bisa beragam. Peneliti menanyakan tentang apa yang dialami dan bagaimana fenomena tersebut bisa dialami

Subjek dalam penelitian ini adalah para Relawan SAR yang berjumlah 5 orang dengan kriteria 1) Informan merupakan Relawan yang aktif di berbagai kegiatan kebencanaan. 2) sudah aktif menjadi

relawan minimal 2 tahun. Penentuan subjek penelitian dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan menentukan pertimbangan kriteria yang sesuai dengan tujuan penelitian.

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Inisial	Usia (Tahun)	Lama Menjadi Anggota Relawan	Jenis Kelamin
1.	S	41	-+ 14 tahun	Laki-laki
2.	AS	50	-+ 25 tahun	Laki-laki
3.	B	40	-+ 13 tahun	Laki-laki
4.	A	29	-+ 12 tahun	Laki-laki
5.	AN	26	-+ 7 tahun	Perempuan

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Analisis tematik. Analisis tematik adalah bagian utama dari proses analisis data pada penelitian dengan metodologi kualitatif, tujuannya adalah agar data kualitatif yang terdiri dari banyak sekali kata-kata mampu di ekstrak maknanya oleh peneliti sehingga dapat menjawab pertanyaan penelitian. (Creswell, 2013) mengatakan bahwa adanya beberapa langkah untuk proses analisis data yaitu: 1.) Mengelola serta menginterpretasikan data yang kemudian dianalisis. Perlunya adanya transkrip wawancara, memahami mengenai data dari lapangan, memilahnya lagi (*menscaning*) dan selanjutnya penyusunan data pada jenis yang berbeda-beda sesuai sumber informasinya. 2.) Membaca data secara menyeluruh yaitu dengan membuat gagasan umum atau catatan khusus mengenai data yang telah diperoleh. 3.) Menganalisis dengan melakukan pengkodean data. Mengkode data merupakan proses pengolahan materi menjadi sebuah tulisan sebelum memaknainya. 4.) Menggunakan proses koding yang kemudian mendeskripsikan mengenai orang-orang, *setting*, tema dan kategori yang akan dianalisis. 5.) Menunjukkan mengenai tema dan deskripsi akan disajikan kembali dalam laporan atau narasi kualitatif. 6.) Menginterpretasi data.

Langkah-langkah tersebut yang akan peneliti terapkan. Data yang didapatkan sebelumnya akan ditulis dalam verbatim wawancara yang kemudian dikoding, selanjutnya dipilih beberapa tema sebagai hasil temuan dan akan dilakukannya interpretasi data. Pertanyaan penelitian yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah 1) apa saja motivasi yang mendorong seseorang bergabung menjadi relawan SAR dengan berbagai kesulitan yang ada; 2) usaha apa yang dilakukan relawan SAR untuk dapat menghadapi berbagai kendala tersebut; 3) apa alasan yang membuat relawan SAR tetap gigih dan bertahan; dan 4) apa yang ingin seorang relawan capai dalam kehidupannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dan mendeskripsikan bagaimana kebermaknaan hidup pada relawan SAR. Hasil dari penelitian yang dilakukan adalah seorang relawan SAR memiliki motivasi dan dorongan yang kuat untuk membantu orang lain yang membutuhkan bantuan. Diantara

kesibukan sehari harinya, relawan SAR harus menyesuaikan diri dan membagi waktunya antara kegiatan sehari harinya dengan kegiatan operasinya di lapangan. Dalam kegiatannya sebagai relawan SAR, mereka merasa bahwa pengetahuan atau keahlian mereka yang berhubungan dengan kegiatan penyelamatan harus terus di asah dan ditingkatkan sebagai penunjang keamanan dan keselamatan mereka sendiri ketika sedang bertugas dilapangan dengan ancaman resiko yang cukup tinggi. Selain itu untuk memudahkan mereka mendapatkan informasi, jalinan relasi antar relawan maupun komunitas sangatlah penting. Dalam kegiatannya dilapangan, tidak jarang seorang relawan SAR akan menemukan berbagai macam kesulitan dan harus mencari jalan keluar dari kesulitan tersebut.



Gambar 1. Kebermaknaan Hidup Pada Relawan SAR

Pemahaman diri atau *self insight*, merupakan kesadaran dari seseorang untuk menentukan sikap atas kondisi dirinya terhadap suatu peristiwa yang terjadi pada dirinya, baik itu peristiwa yang tragis maupun peristiwa yang terbaik. (Wijaya & Fauzie, 2020) menyatakan bahwa pemahaman diri merupakan kesadaran diri atas buruknya kondisi saat ini dan adanya keinginan kuat untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Kelima responden mampu menemukan pemahaman akan keadaan dirinya dan sekitarnya. Dari sebelum responden bergabung dengan relawan SAR, kehidupan subjek

hanyalah untuk memenuhi kebutuhan dan kepentingan dirinya sendiri. Lalu setelah mulai bergabung, responden dengan kesadarannya kelima responden memantapkan hatinya bahwa motivasi atau dorongan untuk bergabung menjadi relawan SAR yang utama adalah untuk menolong orang lain yang membutuhkan bantuan yang dilakukan dengan niat Ikhlas tanpa mengharapkan imbalan apapun. selain itu juga untuk menyalurkan hobi dan kesenangannya. Seperti yang diungkapkan responden dalam wawancara :

...saya masuk ke komunitas kemanusiaan untuk menyalurkan apa yang menjadi niat hatiku, memang dari dulu saya punya prinsip Khoirunnas Anfauhum Linnas, sebaik baik manusia dialah yang bermanfaat untuk sesama...(W.B/88-93)

...menyalurkan Hasrat jiwanya untuk Bahagia pengen kumpul pengen bergerombol gayeng gayeng gitu kan, nah kalau saya arahnya ke dunia relawan...(W.S/82-85)

...saya menjadi relawan SAR ya mungkin karena senang dengan kegiatannya mas karena sebelumnya kan emang itu mainan saya ketika di mapala kan, bisa jalan jalan gratis juga seperti itu mas...(W.AN/)

Ungkapan dari responden tersebut sesuai dengan pernyataan Amin,(2019) bahwa Pemahaman diri yang objektif akan membuat individu mengerti akan dirinya, termasuk kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Allah SWT juga berfirman dalam QS. At-Tariq Ayat 5

فَلْيَنْظُرِ الْإِنْسَانُ مِمَّ خُلِقَ

Yang artinya “Maka hendaklah manusia memperhatikan dari apa dia diciptakan” memiliki makna bahwasanya kita sebagai seorang hamba yang beriman dan bertaqwa harus senantiasa ingat kepada Alloh SWT, selalu introspeksi atas diri dan perbuatan kita. Dengan kita selalu introspeksi terhadap diri, maka kita akan bisa memahami diri kita sendiri serta akan tahu apa yang terbaik untuk diri kita.

Kegiatan terarah atau *directed activities*, merupakan usaha yang dilakukan seseorang secara sadar untuk meningkatkan potensi dan kemampuan serta untuk menjalin relasi dengan orang lain sebagai penunjang untuk memudahkannya mencapai tujuan yang diinginkan. (Wijaya & Fauzie, 2020) menyatakan bahwa kegiatan terarah sebagai upaya yang dilakukan individu secara sengaja dan sadar berupa pengembangan potensi potensi (bakat, kemampuan dan ketrampilan) positif serta pemanfaatan relasi antar pribadi untuk menunjang tercapainya pemaknaan tujuan hidup. Kelima responden secara sadar meningkatkan kemampuan dan potensi yang ada pada dirinya serta membangun relasi yang baik dengan orang lain yang bisa menunjang kegiatannya sebagai relawan SAR. Kelima responden telah melakukan peningkatan kemampuan sebagai penunjang kegiatannya sebagai relawan SAR dengan cara mengikuti pelatihan yang diadakan organisasinya maupun secara mandiri serta membangun relasi yang baik sesama relawan dari komunitas lain. Seperti yang diungkapkan responden dalam wawancara :

...kemudian dari organisasi juga , mensupport saya di ikutkan pelatihan vertical rescue lah dan sebagainya...(W.A/154-156)

...kadang ketika sedang scroll instagram atau tiktok gitu nemu tips atau hack tentang SRT misalnya, lalu kemudian dipraktekkan dicoba pada saat latihan rutin...(W.AN/111-113)

Ya sangat penting mas, soalnya Ketika dilapangan itu yang jelas kita bekerja secara tim, mulai dari posko, kemudian ada tim dapur umum, dan ada juga tim eksekutor di lapangan itu kan nggak bisa bekerja sendiri Ketika operasi, apalagi dalam kehidupan sehari hari juga sangat penting, banyak temen juga banyak rejeki mas, banyak informasi dan ilmu yang masuk juga(W.A/180-189)

Ungkapan dari responden tersebut sesuai dengan sabda Rasulullah SAW dalam sebuah hadist yang diriwayatkan Imam Thabrani:

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ إِذَا عَمِلَ أَحَدُكُمْ الْعَمَلَ أَنْ يُتَقَنَهُ (رواه الطبران)

Sesungguhnya Allah sangat mencintai orang yang jika melakukan sesuatu pekerjaan, dilakukan secara Itqan (tepat, terarah, jelas dan tuntas) (Marhum Sayyid, 2001: 34)

Pengubahan sikap atau *changing attitude*, merupakan perubahan sikap dari negative ke arah yang positif sehingga ketika menemukan masalah sikapnya akan lebih tepat. (Annajih & Sa'idah, 2019) menyatakan bahwa dalam pengubahan sikap dan tingkah laku, pola pikir dianggap mampu mengontrol dan mengarahkan sikap, perasaan, dan perilaku yang kemudian diarahkan kepada Allah dan hakikat dirinya. Kelima responden juga melakukan pengubahan sikap atas masalah yang ia hadapi serta merasakan perubahan yang positif dari masalah yang ia hadapi. Seperti yang diungkapkan responden dalam wawancara :

...untuk kegiatan yang saya ikuti sudah merubah pola hidup saya, daripada saya hidup nggelandang dijalan mending saya nggelandang di pengungsian bisa bantu...(W.S/336-340)

...Banyak banget mas, mungkin sbeleum saya masuk ke SAR, itu focus bidang saya Cuma kerja keluarga kerja keluarga itu saja ya mungkin refreshing naik gunung itu biasa, tapi setelah masuk ke dunia SAR atau relawan, itu pandangan saya berubah 180 derajat ternyata hablumminallah dan hablumminannas...(W.B/281-288)

...kalau perubahan sikap sudah pasti iya ya mas ...kalau dulu mungkin kegiatannya cuma kuliah, nongkrong, main aja, setelah ikut pertama kali ya jadi tau dan sadar mas kalau ada yang sedang butuh bantuan, kemudian ada mengajak saya ke lapangan masa saya tolak, ada yang mengajak saya berbuat baik kalau saya tolak kan rugi mas...(W.AN/220-234)

Allah SWT berfirman Surat Ar Rad : 11

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِن وَّالٍ

Yang artinya “Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”. Memiliki makna bahwasanya perubahan harus didasari atas kesadaran diri sendiri dan seharusnya manusia melakukan perubahan dari keadaan yang buruk menjadi lebih baik.

Keikatan diri atau *self Commitment*, adalah komitmen antara pemaknaan hidupnya dengan tujuan hidupnya, dari komitmen tersebut seseorang akan menemukan kebahagiaan.. (Ma'rufi 2019) menyatakan bahwa Komitmen adalah sesuatu yang membuat seseorang membulatkan hati, bertekad berjerih payah, berkorban dan bertanggung jawab demi mencapai tujuan dirinya. Dalam kegiatannya sebagai relawan SAR, responden mengalami kesulitan serta hal-hal yang membuatnya sedih, namun responden dengan kegigihan dan pengorbanannya tetap bertahan menjadi relawan SAR. Seperti yang diungkapkan responden dalam wawancara :

Tidak ada sama sekali. Bahkan tidak terlintas di pikiran saya, saya menyesali keputusan saya menjadi relawan(W.AS/313-315)

...nggak mas nggak pernah ada penyesalan ya udah relawan itu tidak bisa di ucapkan dengan kata kata relawan itu di jiwa...(W.B/380-383)

Tidak pernah, malah saya bersyukur mas diberikan kesempatan buat membantu orang lain yang membutuhkan, karena ya tadi mas, tidak semua orang diberikan kesempatan seperti saya(W.AN/258-261)

Allah SWT berfirman Surat Shad [38] ayat 26,:

يٰۤاٰدٰمُ اِنَّا جَعَلٰنٰكَ خَلِيْفَةً فِى الْاَرْضِ فَاٰخُذْ بِبَيْنِ النَّاسِ بِالْحَقِّ وَلَا تَتَّبِعِ الْهَوٰى فَيُضِلَّكَ عَنْ سَبِيْلِ

اَللّٰهِ ۗ اِنَّ الَّذِيْنَ يَضِلُّوْنَ عَنْ سَبِيْلِ اَللّٰهِ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيْدٌۢ بِمَا نَسُوْاۤ اَلْحِسَابِ

Artinya, “(Allah berfirman), “Wahai Dawud! Sesungguhnya engkau Kami jadikan khalifah (penguasa) di bumi, maka berilah keputusan (perkara) di antara manusia dengan adil dan janganlah engkau mengikuti hawa nafsu, karena akan menyesatkan engkau dari jalan Allah. Sungguh, orang-orang yang sesat dari jalan Allah akan mendapat azab yang berat, karena mereka melupakan hari perhitungan.” Memiliki makna bahwasanya sebagai seorang manusia yang beriman kita harus bersikap adil, yaitu dengan adil atas sikap kita terhadap sesama manusia, tidak pilih kasih untuk menolong dan berbuat baik .

Dukungan sosial atau *social support*, merupakan dukungan dari orang-orang terdekat maupun orang yang ada disekitar untuk membantu pada saat membutuhkan. Dukungan sosial ditandai dengan

rasa akrab, keterbukaan, saling menghargai sehingga kedua belah pihak merasa aman untuk berbagi rasa. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan dari (Mony 2021) bahwa Manusia sebagai makhluk sosial tentunya memerlukan adanya dukungan dari orang lain. Dukungan akan dirasakan sangat berharga ketika seseorang berada dalam kondisi yang tidak menyenangkan. Kelima responden mendapatkan dukungan positif dari keluarga maupun orang terdekatnya yang berguna sebagai penyemangat dalam menjalani kehidupannya sebagai relawan SAR. Seperti yang diungkapkan responden dalam wawancara :

semua kegiatan positif saya didukung, nggak masalah sampe rumah saya dijadikan basecamp pecinta alam, sekarang jadi mako nya bareta(W.B/445-448)

...karena sudah saya jelaskan kegiatannya seperti apa, ya orang tua mengijinkan, paling pas pamit mau berangkat ditanyain dulu mau balik kapan gitu...(W.AN.294-297)

Kalau istri saya ya tidak masalah...(W.AS/362-363)

Hal tersebut sesuai dengan firman Allah dalam surat Al-Balad ayat 17

ثُمَّ كَانَ مِنَ الَّذِينَ آمَنُوا وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ وَتَوَاصَوْا بِالْمَرْحَمَةِ

Yang artinya “Kemudian dia termasuk orang-orang yang beriman dan saling berpesan untuk bersabar dan saling berpesan untuk berkasih sayang”. Memiliki makna bahwasanya sebagai orang yang beriman kita harus senantiasa memberikan pesan serta dukungan yang baik untuk orang disekitar kita.

Makna hidup atau *the meaning of life*. digunakan menjadi tujuan hidup sebagai penngarah setiap tindakan yang dilakukan di setiap kegiatan. Sesuai dengan pernyataan (Hamim, 2020) bahwa makna hidup merupakan suatu motivasi, harapan serta memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak dijadikan tujuan dalam kehidupan. Kelima responden menemukan apa tujuan dari mereka bergabung menjadi relawan SAR yaitu untuk membantu sesama yang membutuhkan bantuan. Seperti yang diungkapkan responden dalam wawancara :

hanya sederhana saya seperti yang saya bilang dari awal, saya pengen sesuatu yang ada pada diri saya tidak hanya untuk saya, karena konsekuensi atas apa yang sudah diberikan tuhan kepada saya adalah juga tidak untuk saya tetapi juga untuk orang lain dalam arti skill kemampuan atau apapun yang saya punya sebenarnya jadi tugas buat saya untuk berguna bagi orang lain (W.AS/413-421)

saya cuma ingin bisa berguna buat orang lain mas, saya senang bisa membantu orang lain yang membutuhkan bantuan, saya senang bisa melihat senyum bahagia masyarakat (W.AN/333-337)

Harapan saya tetap menjadi manusia yang bermanfaat bagi sesama itu saja ndak ada yang aneh aneh kok pengen pengen naik haji, pengen punya rumah besar, pengen punya mobil, kemaren sudah menabung dan kebeli mobil, tapi saya jadikan ambulan mas dan

saya titipkan di posko bareta, tidak saya pakai untuk pribadi, murni untuk amal jariyah saya ,siapapun yang membutuhkan silahkan pakai hehe. Yang penting kalau saya ya sebaik baik manusia yang bermanfaat untuk sesame Cuma itu (W.S/503-514)

Hal tersebut sesuai dengan Hadits riwayat dari Ahmad, ath-Thabrani, ad-Daruqutni.

خَيْرُ النَّاسِ أَنْفَعُهُمْ لِلنَّاسِ

Yang artinya “Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia” memiliki makna bahwa sebaik baiknya seorang manusia adalah yang bisa memberikan manfaat, memberikan kebaikan bagi sesame dengan tolong menolong.

4. PENUTUP

Kesimpulan dari penelitian ini adalah dengan dimilikinya motivasi bergabung mejadi relawan SAR untuk membantu sesama dan menyalurkan hobi. Relawan SAR juga menyadari pentingnya penyesuaian diri antara pekerjaan dan kegiatan SAR dengan cara mengatur skala prioritas dan meningkatkan keahliannya. Selain itu relawan SAR juga mengikuti pelatihan baik secara formal dan mandiri, serta selalu menjalin relasi dengan relawan SAR lain atau komunitas lain untuk menunjang koordinasi. Hal tersebut mampu mengarahkan relawan SAR dalam pengambilan sikap menuju perubahan yang lebih baik untuk mengatasi berbagai kesulitan yang dialami.

Selain itu, didapatkannya pengalaman menyenangkan dan menyedihkan membuat relawan SAR memiliki komitmen dan kegigihan, sehingga memperkuat alasan untuk tetap bertahan terhadap berbagai kesulitan yang dialami. Dukungan dari orang terdekat atau keluarga dan apresiasi dari berbagai pihak juga berpengaruh positif terhadap keikutsertaan relawan SAR. Hal tersebut mampu mengarahkan pencapaian kebermaknaan hidup bagi relawan SAR, seperti tetap menjadi manusia yang bermanfaat dan berguna bagi orang lain serta lebih bersyukur dan Ikhlas dalam menjalani kehidupannya.

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pelengkap dan referensi yang berbeda atau pandangan baru untuk penelitian dengan tema sejenis. Saran untuk penelitian ini adalah perlu dilakukannya uji validitas untuk menunjukkan keakuratan dalam penyajian data dan untuk penelitian selanjutnya hendaknya dilakukan penelitian dengan metode kuantitatif agar lebih banyak data dari relawan SAR yang muncul sehingga akan lebih beragam. Kemudian saran penelitian ini kepada responden agar selalu gigih dalam menjalani kehidupannya sebagai seorang relawan SAR walaupun banyak kesulitan yang dialami dan tetap dalam tujuan yang mulia untuk menolong sesama manusia yang membutuhkan bantuan dirinya serta tetap menjadikan kebaikan dan menolong orang lain tanpa pamrih dan mengharap imbalan dalam bentuk apapun sebagai pedoman dalam menjalani kehidupannya..

DAFTAR PUSTAKA

- Administrasi, J., Universitas, P., & Surabaya, N. (n.d.). *Bencana Alam Di Daerah Muhammad Farid Ma' ruf* *. 47–54.
- Anam, A. K. (2018). Peran Relawan Dalam Penanggulangan Bencana Erupsi Gunung Kelud Di Kabupaten Blitar. *Journal of Borneo Holistic Health*, 1(2).
<https://doi.org/10.35334/borticalth.v1i2.493>
- Annajih, M. Z. H., & Sa'idah, I. (2019). Identifikasi teknik pengubahan tingkah laku perpektif Abah Anom untuk penyembuhan korban Napza. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 154. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i2.5202>
- Asmadi. (2014). Perilaku proteksi diri relawan sar terhadap. *Jurnal Dialog Penanggulangan Bencan*, 5(1), 47–56.
- Badan Nasional Penanggulangan bencana. (2011). *Pedoman Relawan Penanggulangan Bencana*.
- Bastaman, H. (2007). *Logoterapi*. PT. Raja Grafindo Persada.
- BMKG.GO.ID. (2020). *Pengetahuan Gempa Bumi*. <https://balai3.denpasar.bmkg.go.id/tentang-gempa>
- BNPB.GO.ID. (2022). *BNPB Verifikasi 5.402 Kejadian Bencana Sepanjang Tahun 2021*. 17 Feb 2022. <https://bnpb.go.id/berita/bnpb-verifikasi-5-402-kejadian-bencana-sepanjang-tahun-2021>
- bpbd.bogorkab.go.id. (2022). *BNPB Catat 1.902 Bencana Melanda Indonesia hingga Agustus 2022*. <https://bpbd.bogorkab.go.id/bnpb-catat-1-902-bencana-melanda-indonesia-hingga-juni-2022/>
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five approaches*. SAGE Publications.
- Creswell, J. W. (2013). *Research design qualitative, quantitative, and mixed method approaches*. SAGE Publications.
- Dewi, A. A. S. S., & Tobing, D. H. (2014). Kebermaknaan Hidup pada Anak Pidana di Bali. *Jurnal Psikologi Udayana*, 1(2), 322–334. <https://doi.org/10.24843/jpu.2014.v01.i02.p11>
- Holwitt, P., Strohschneider, S., Zinke, R., Kaiser, S., Kranert, I., Linke, A., & Mähler, M. (2017). a Study of Motivational Aspects Initiating Volunteerism in Disaster Management in Germany. *International Journal of Safety and Security Engineering*, 7(3), 294–302.
<https://doi.org/10.2495/SAFE-V7-N3-294-302>
- <http://bpbd.jogjaprov.go.id/>. (2019). *Relawan Penanggulangan Bencana*. 16, April 2019.
<http://bpbd.jogjaprov.go.id/relawan-penanggulangan-bencana>
- Hutapea, Bonar; Dewi, F. I. R. (2012). Peran Kebermaknaan Hidup dan Kepemimpinan Melayani Terhadap Kepuasan Hidup Sukarelawan Lembaga Swadaya Masyarakat. *INSAN*, 14, 159–170.
- Khairul Rahmat, H., & Budiarto, A. (2021). Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Alam Menggunakan Metode Bibliografi Sebagai Sebuah Penanganan Trauma Healing. *Journal of Contemporary Islamic Counselling*, 1(1), 25–38.
- Mony, W., Kardo, R., & Adison, J. (2021). *Hubungan Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Penyandang Tuna Netra di Panti Sosial Bina Netra " Tuah Sakato " Padang*. 5(1), 320–326.

- Musta'in, Weri Veranita, Setianingsih, D. P. A. (2021). Motivasi Relawan dalam Membantu Korban Bencana Pada Masa Pandemi Covid 19 di Mamuju Sulawesi Barat. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 213–226.
- nasional.kompas.com. (2019). Sepanjang 2019, BNPB Mencatat 2.175 Kejadian Bencana di Indonesia. 05/12/2019, 1.
<https://nasional.kompas.com/read/2017/12/05/17200331/sepanjang-2019-bnpb-mencatat-2175-kejadian-bencana-di-indonesia>
- Pratikno, H., Rahmat, H. K., & Sumantri, S. H. (2020). Implementasi Cultural Resource Management Dalam Mitigasi Bencana Pada Cagar Budaya Di Indonesia. *NUSANTARA : Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 7(2), 427–436. <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/nusantara/article/view/1752>
- Rahmat, H. K., Pernanda, S., Casmini, C., Budiarto, A., Pratiwi, S., & Anwar, M. K. (2021). Urgensi Altruisme Dan Hardiness Pada Relawan Penanggulangan Bencana Alam: Sebuah Studi Kepustakaan. *Acta Islamica Counsenesia: Counselling Research and Applications*, 1(1), 45–58. <http://alisyraq.pabki.org/index.php/aiccra/article/view/87/59>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sandelowski, M. (1991). Telling stories: narrative approaches in qualitative research. *The Journal of Nursing Scholarship*, 23(3), 161–166. <https://doi.org/10.1111/j.1547-5069.1991.tb00662.x>
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Alfabeta: Bandung.
- Utomo, M. H., & Minza, W. M. (2018). Perilaku Menolong Relawan Spontan Bencana Alam. *Gajah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 2(1), 48. <https://doi.org/10.22146/gamajop.31871>
- Wijaya, A. B., & Fauzie, A. (2020). Pemaknaan Hidup Nelayan (Analisis Makro dan Mikro pada Kemiskinan Nelayan). *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 96–108. <https://doi.org/10.29080/ipr.v2i2.259>