

DAMPAK BANJIR DIBANTARAN SUNGAI CILIWUNG TERHADAP PSIKOLOGIS TERHADAP PSIKOLOGIS MASYARAKAT SEKITAR BANTARAN SUNGAI

Fajar Aditiya Prasetyo¹, Aulia Razanah², Chintia Devi Johan³, Nurmalita Sari⁴, Mic Finanto Ario Bangun⁵

202310505230@mhs.ubharajaya.ac.id¹, 202310515048@mhs.ubharajaya.ac.id²,
202310515182@mha.ubharajaya.ac.id³, 202310515018@mha.ubharajaya.ac.id⁴,
mic.finanto@dsn.ubharajaya.ac.id⁵

Universitas Bhayangkara

ABSTRAK

Indonesia, sebagai negara kepulauan yang terletak di zona tropis, sering menghadapi ancaman banjir setiap tahunnya. Salah satu wilayah yang rentan adalah kawasan perkotaan, termasuk Jakarta, ibu kota negara. Di tengah pusat kota yang padat tersebut mengalir Sungai Ciliwung, yang menjadi salah satu penyumbang utama banjir di Jakarta. Banjir yang melanda bantaran Sungai Ciliwung tidak hanya menjadi peristiwa alam biasa, tetapi telah menjadi permasalahan kronis yang merugikan. Sejak beberapa dekade terakhir, intensitas dan frekuensi banjir semakin meningkat akibat faktor-faktor seperti urbanisasi yang cepat, kurangnya infrastruktur pengendalian banjir, dan perubahan iklim global. Selain menyebabkan kerusakan fisik yang signifikan seperti rusaknya rumah, jalan, dan infrastruktur umum, banjir juga meninggalkan dampak yang dalam pada psikologis masyarakat yang tinggal di sekitar bantaran sungai. Ketakutan akan kehilangan nyawa, properti, dan mata pencaharian, serta ketidakpastian tentang masa depan, semuanya memberikan beban psikologis yang berat bagi penduduk lokal. Dalam konteks ini, memahami dampak psikologis banjir di bantaran Sungai Ciliwung menjadi penting untuk mengidentifikasi upaya-upaya pemulihan yang diperlukan dan merancang strategi pencegahan yang lebih efektif di masa depan. Dengan demikian, latar belakang ini memberikan dasar yang kuat untuk mengeksplorasi topik ini lebih lanjut dalam artikel ini.

Kata Kunci : Indonesia, Negara kepulauan, Zona tropis.

PENDAHULUAN

Setiap tahun, Indonesia dilanda oleh ratusan hingga ribuan kejadian banjir yang tersebar di berbagai daerah. Berdasarkan data dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), pada tahun 2023 saja diperkirakan terjadi sebanyak 1.255 kejadian banjir di Indonesia. Jumlah kasus ini mencapai 1.531, mengalami penurunan sebesar 18,03% dari tahun sebelumnya. Trend tersebut menunjukkan bahwa kejadian banjir di negara-negara berbagai negara telah mengalami peningkatan selama dekade terakhir. Pada tahun 2020, jumlah kejadian banjir di Indonesia mencatat kenaikan tertinggi sepanjang tahun, meningkat sebesar 93,62% menjadi 1.518 kasus.

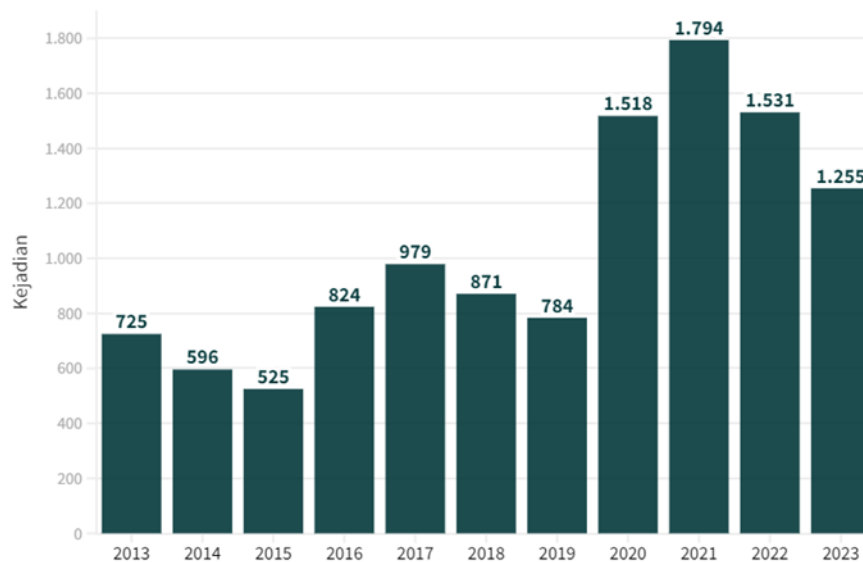
Dilihat dari segi wilayah, provinsi yang paling terdampak oleh banjir tahun lalu adalah Sumatera Utara dengan mencatat 112 kejadian banjir, diikuti oleh Jawa Barat dengan 107 kejadian banjir. Pada tahun 2023, Aceh mencatat 97 kejadian banjir. Sementara itu, Jawa Tengah dan Riau masing-masing mengalami 95 dan 79 kejadian banjir. Banjir seringkali mengakibatkan korban jiwa di Indonesia, dengan BNPB mencatat 92 orang tewas, 4.788 orang luka-luka, dan 3,87 juta orang mengalami penderitaan dan pengungsian.

Kerusakan yang diakibatkan oleh banjir juga meliputi kerusakan pada rumah. Dari data tersebut, tercatat 1.196 rumah mengalami kerusakan berat, 932 rumah mengalami kerusakan sedang, 16.116 rumah mengalami kerusakan ringan, dan 753.788 rumah

terendam banjir. Selain itu, dari tanggal 1 Januari hingga 15 Maret 2024, Indonesia mengalami sebanyak 314 kejadian banjir. Wilayah yang paling banyak terdampak adalah Jawa Tengah dengan mencatat 36 kali kejadian banjir.

Fenomena ini menegaskan bahwa Indonesia memang menjadi negara yang rawan terhadap bencana banjir, seperti yang diilustrasikan dalam Gambar 1 yang menggambarkan data kejadian bencana banjir dari tahun 2013 hingga 2023.

Jumlah Kejadian Banjir di Indonesia
(2013-2023)



Sumber: Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB)

Ketika bencana banjir terjadi, kerusakan material yang signifikan sering kali terjadi, termasuk kerusakan pada rumah, bangunan pemerintah, infrastruktur jalan, dan berbagai fasilitas lainnya. Setelah bencana banjir berlalu, masyarakat ditinggalkan dengan dampak yang merugikan, termasuk meningkatnya jumlah pengungsi yang mengalami kerugian baik secara emosional maupun material. Bahkan, dampaknya dapat mencakup gangguan pada kesehatan mental mereka.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Syahria Nur Jannah dan Rohmatun (2018) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang signifikan dalam memengaruhi tingkat resiliensi pada penyintas banjir rob Tambak Lorok. Semakin besar dukungan sosial yang diterima oleh para penyintas banjir, semakin tinggi juga tingkat resiliensi mereka. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial cenderung berkorelasi dengan tingkat resiliensi yang rendah. Meskipun dukungan sosial memiliki kontribusi yang cukup besar, masih ada faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, yang kemungkinan juga berperan dalam membentuk tingkat resiliensi individu terhadap bencana banjir.

Penelitian yang dilakukan oleh Dion Tulalessy, et al. menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami tingkat depresi sedang setelah terjadi banjir bandang yang menyebabkan penurunan ekonomi. Hal ini menunjukkan bahwa dampak banjir tidak hanya secara fisik memengaruhi kehidupan masyarakat, tetapi juga berdampak negatif terhadap kesehatan mental mereka. Terlebih lagi, jika tindakan pencegahan dan penanggulangan yang tepat tidak dilakukan, kemungkinan besar masyarakat yang terkena dampak banjir akan mengalami gangguan depresi yang berat. Oleh karena itu, perlunya perhatian serius dari pemerintah dalam menangani dampak psikologis yang diakibatkan oleh bencana banjir, serta implementasi tindakan yang dapat membantu mengurangi risiko

gangguan mental pada korban banjir.

Untuk mengidentifikasi apakah seseorang mengalami gangguan kesehatan mental, penting untuk memahami prinsip-prinsip kesehatan mental yang relevan bagi mereka. Studi ini bertujuan untuk menganalisis gambaran manifestasi kesehatan mental korban bencana banjir. Sebagai korban bencana banjir bukanlah hal yang mudah, dan situasi pasca banjir memiliki potensi untuk mengganggu kesejahteraan psikologis seseorang. Para korban bencana banjir dihadapkan pada berbagai tekanan psikologis, termasuk kehilangan anggota keluarga, harta benda, dan mata pencaharian. Di samping itu, mereka juga harus beradaptasi dengan kondisi hidup yang terbatas, seperti tempat tinggal yang sempit, ruang gerak yang terbatas, dan dukungan materi yang minim. Kondisi-kondisi tersebut dapat memperburuk kesejahteraan psikologis para korban.

KAJIAN TEORI

Dalam menganalisis konsep bahasa universal, kita dapat menggunakan beberapa teori dan pendekatan yang relevan. Salah satunya adalah Teori Komunikasi Manusia, yang menekankan pentingnya proses komunikasi dalam interaksi manusia. Dalam konteks bahasa universal, teori ini membantu kita memahami bagaimana bahasa digunakan sebagai alat untuk menghasilkan pemahaman dan memfasilitasi kerjasama lintas budaya.

Selanjutnya, Teori Sociolinguistik dapat memberikan wawasan tentang hubungan antara bahasa dan masyarakat. Teori ini mempertimbangkan bagaimana faktor-faktor sosial, budaya, dan politik memengaruhi penggunaan bahasa dalam konteks tertentu. Dalam analisis bahasa universal, teori ini membantu kita memahami bagaimana dinamika sosial dan politik dapat mempengaruhi adopsi dan penerimaan bahasa universal oleh masyarakat.

Pendekatan Antropologi Linguistik juga relevan dalam memahami peran bahasa dalam budaya dan identitas manusia. Pendekatan ini menyoroti bagaimana bahasa tercermin dalam sistem kepercayaan, nilai, dan praktik budaya suatu masyarakat. Dalam konteks bahasa universal, pendekatan ini membantu kita memahami bagaimana bahasa universal dapat dipengaruhi dan dipengaruhi oleh budaya dan identitas masyarakat yang berbeda.

Selain itu, Teori Globalisasi memberikan perspektif yang penting tentang bagaimana bahasa berperan dalam konteks globalisasi yang semakin terintegrasi. Teori ini menyoroti bagaimana pertukaran informasi, perdagangan, dan interaksi lintas batas memengaruhi penggunaan dan evolusi bahasa. Dalam analisis bahasa universal, teori ini membantu kita memahami bagaimana bahasa dapat menjadi alat penting dalam memfasilitasi konektivitas global dan interaksi lintas budaya di era modern.

TEORI PENDUKUNG

Dalam mendukung analisis konsep bahasa universal, terdapat beberapa teori yang dapat digunakan sebagai landasan. Berikut adalah beberapa teori yang relevan:

1. Teori Universalitas Bahasa: Teori ini mengemukakan bahwa ada aspek-aspek tertentu dari bahasa yang universal di antara semua bahasa di dunia. Misalnya, teori ini mencatat bahwa semua bahasa memiliki kemampuan untuk mengungkapkan konsep waktu, angka, dan hubungan antarobjek. Dengan menggunakan teori ini, kita dapat mendukung gagasan bahwa bahasa universal memang mungkin ada, karena ada elemen-elemen tertentu dalam bahasa yang bersifat universal.
2. Teori Konstruktivisme Sosial: Teori ini menekankan bahwa bahasa tidak hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai alat untuk membangun realitas sosial. Dalam konteks bahasa universal, teori ini mendukung gagasan bahwa bahasa dapat

digunakan untuk menciptakan pemahaman dan solidaritas lintas budaya. Dengan membangun narasi yang inklusif dan mempromosikan pemahaman lintas budaya, bahasa universal dapat menjadi sarana untuk membangun hubungan sosial yang lebih kuat di antara masyarakat global.

3. **Teori Difusi Budaya:** Teori ini mengajukan bahwa ide, gagasan, dan praktik budaya dapat menyebar melalui interaksi antarindividu dan kelompok. Dalam konteks bahasa universal, teori ini mendukung gagasan bahwa adopsi bahasa universal dapat terjadi melalui proses difusi budaya, di mana penggunaan bahasa tersebut menyebar dari satu masyarakat ke masyarakat lainnya. Dengan demikian, teori ini memberikan pemahaman tentang bagaimana bahasa universal dapat diterima dan digunakan secara luas oleh berbagai kelompok masyarakat di seluruh dunia.

METODE PENELITIAN

1. **Studi Literatur:** Penelitian ini akan dimulai dengan analisis terperinci terhadap literatur yang ada mengenai dampak banjir terhadap kesejahteraan psikologis masyarakat. Sumber-sumber literatur yang akan digunakan mencakup jurnal ilmiah, buku, laporan pemerintah, dan artikel berita yang relevan. Analisis literatur ini akan membantu memahami berbagai aspek yang terkait dengan topik penelitian, serta memperoleh wawasan yang mendalam tentang studi-studi terdahulu yang telah dilakukan.
2. **Wawancara dan Fokus Grup:** Penelitian ini akan melibatkan wawancara mendalam dengan sejumlah warga yang tinggal di sekitar bantaran Sungai Ciliwung yang pernah mengalami banjir. Wawancara ini akan bertujuan untuk mendapatkan pemahaman langsung tentang pengalaman mereka selama dan setelah banjir, serta dampak psikologis yang dirasakan. Selain itu, akan diadakan sesi fokus grup untuk memfasilitasi diskusi antarindividu dan memperoleh sudut pandang yang lebih luas tentang isu ini.
3. **Kuesioner Survei:** Untuk mendapatkan data yang lebih luas dan representatif, akan dilakukan survei dengan kuesioner yang disebar kepada sejumlah responden yang berasal dari berbagai lapisan masyarakat di sekitar bantaran Sungai Ciliwung. Kuesioner ini akan dirancang untuk mengukur tingkat stres, kecemasan, dan dampak psikologis lainnya yang mungkin dirasakan oleh masyarakat setelah mengalami banjir.
4. **Analisis Data:** Data yang diperoleh dari studi literatur, wawancara, fokus grup, dan survei akan dianalisis secara kualitatif dan/atau kuantitatif, tergantung pada jenis data yang diperoleh. Analisis ini akan mencakup identifikasi pola-pola, temuan utama, dan hubungan antarvariabel yang relevan dalam konteks dampak psikologis banjir di bantaran Sungai Ciliwung.
5. **Interpretasi Hasil:** Hasil analisis akan diinterpretasikan untuk mengeksplorasi implikasi dan kesimpulan dari penelitian ini. Temuan akan digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis masyarakat setelah banjir, serta untuk merancang rekomendasi dan langkah-langkah pemulihan yang sesuai.
6. **Validasi dan Peer Review:** Sebelum publikasi, hasil penelitian akan divalidasi melalui proses peer review oleh pakar-pakar terkait dalam bidang psikologi, bencana alam, dan studi masyarakat. Masukan dari para reviewer akan digunakan untuk memperbaiki dan memperkuat kualitas keseluruhan penelitian ini sebelum dipublikasikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Banjir di bantaran Sungai Ciliwung memengaruhi kesejahteraan psikologis masyarakat sekitarnya.

Banjir di bantaran Sungai Ciliwung bukan hanya menyebabkan kerusakan fisik yang

nyata, tetapi juga menimbulkan dampak psikologis yang mendalam pada masyarakat yang tinggal di sekitarnya. Dalam konteks ini, penting untuk memahami bagaimana banjir tidak hanya merusak infrastruktur fisik tetapi juga merusak kesejahteraan mental dan emosional individu dan komunitas.

Pertama-tama, banjir menciptakan rasa ketakutan yang mendalam dan kecemasan akan keselamatan diri dan orang yang mereka cintai. Kondisi darurat yang terjadi secara tiba-tiba dan potensi ancaman terhadap nyawa dan properti menghasilkan tingkat stres yang tinggi. Ketidakpastian tentang apa yang akan terjadi selanjutnya, termasuk kekhawatiran akan kehilangan harta benda, rumah, atau sumber mata pencaharian, menambah beban psikologis yang dirasakan oleh individu.

Selanjutnya, banjir juga dapat meningkatkan tingkat depresi dan rasa putus asa di kalangan masyarakat yang terkena dampaknya. Kehilangan tempat tinggal yang nyaman, barang-barang berharga, dan sumber mata pencaharian dapat menyebabkan perasaan putus asa dan kehilangan identitas. Selain itu, perasaan terisolasi dan kesulitan mendapatkan dukungan sosial dapat memperburuk kesejahteraan psikologis mereka, meninggalkan individu merasa sendirian dan terabaikan dalam menghadapi kesulitan.

Dampak psikologis ini tidak hanya bersifat sementara, tetapi dapat berlanjut dalam jangka waktu yang panjang. Individu dan komunitas yang terkena dampak banjir mungkin mengalami gangguan mental yang serius, seperti PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder), depresi, dan kecemasan kronis, yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari mereka dan mempengaruhi hubungan sosial serta kualitas hidup secara keseluruhan.

Oleh karena itu, memperkuat resiliensi mental dan emosional masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung terhadap dampak banjir menjadi suatu keharusan. Hal ini mencakup pengembangan program-program pemulihan pasca-bencana yang holistik, penyediaan layanan kesehatan mental yang mudah diakses, serta promosi kesadaran dan edukasi tentang kesehatan mental. Dengan demikian, diharapkan dapat memberikan dukungan yang dibutuhkan bagi individu dan komunitas untuk pulih secara menyeluruh dari dampak psikologis banjir yang mereka alami.

Selain dampak langsung, banjir juga dapat memicu masalah kesehatan mental jangka panjang, seperti gangguan kecemasan, PTSD (Post-Traumatic

Stress Disorder), dan depresi kronis. Semua ini menciptakan beban tambahan pada masyarakat yang sudah rentan secara psikologis, terutama mereka yang tidak memiliki akses atau dukungan untuk mencari bantuan mental.

Dengan demikian, banjir di bantaran Sungai Ciliwung tidak hanya merusak infrastruktur fisik, tetapi juga merusak kesejahteraan psikologis masyarakat sekitarnya, meningkatkan risiko masalah mental yang serius dan mengganggu kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

B. Faktor-faktor yang mempengaruhi dampak psikologis individu yang tinggal di area banjir Sungai Ciliwung.

Beberapa faktor yang mempengaruhi dampak psikologis individu yang tinggal di area banjir Sungai Ciliwung meliputi:

1. **Tingkat Keterpaparan:** Individu yang tinggal di area yang sering terkena banjir mungkin mengalami dampak psikologis yang lebih besar dibandingkan dengan mereka yang jarang terkena banjir. Tingkat keterpaparan langsung terhadap banjir, seperti kehilangan properti atau evakuasi yang mendadak, dapat meningkatkan tingkat stres dan kecemasan.
2. **Dukungan Sosial:** Ketersediaan dukungan sosial dari keluarga, teman, dan tetangga dapat memainkan peran penting dalam mengurangi dampak psikologis banjir. Individu yang memiliki jaringan sosial yang kuat cenderung lebih mampu mengatasi stres dan

trauma yang terkait dengan banjir.

3. Kondisi Ekonomi: Kondisi ekonomi juga dapat mempengaruhi dampak psikologis individu. Mereka yang memiliki sumber daya finansial yang terbatas mungkin mengalami stres tambahan karena kesulitan dalam memulihkan diri setelah banjir, seperti memperbaiki atau mengganti barang yang rusak.
4. Pengalaman dan Penanganan Terdahulu: Pengalaman dan cara individu menangani banjir sebelumnya juga dapat memengaruhi dampak psikologis mereka. Mereka yang telah mengalami banjir sebelumnya dan memiliki strategi yang efektif untuk menghadapinya mungkin lebih mampu mengatasi dampak psikologisnya.
5. Faktor Kepribadian dan Kesehatan Mental: Faktor-faktor seperti kepribadian, riwayat trauma masa lalu, dan kondisi kesehatan mental sebelumnya dapat mempengaruhi seberapa rentan seseorang terhadap dampak psikologis banjir. Individu dengan gangguan kesehatan mental sebelumnya mungkin lebih rentan mengalami gejala yang lebih parah setelah banjir.
6. Akses Terhadap Layanan Dukungan: Ketersediaan layanan dukungan psikologis dan kesehatan mental juga merupakan faktor penting. Individu yang memiliki akses terbatas atau tidak memiliki akses sama sekali terhadap layanan tersebut mungkin kesulitan untuk mengatasi dampak psikologis banjir dengan efektif.

C. Langkah-langkah yang dapat diambil untuk meningkatkan ketahanan mental masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung terhadap dampak banjir.

Untuk meningkatkan ketahanan mental masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung terhadap dampak banjir, beberapa langkah yang dapat diambil meliputi:

1. Pendidikan dan Kesadaran: Memberikan pendidikan dan meningkatkan kesadaran tentang dampak psikologis banjir serta strategi untuk mengatasi stres dan trauma yang terkait dengannya. Ini dapat dilakukan melalui program-program penyuluhan, seminar, dan kampanye informasi di tingkat masyarakat.
2. Pembangunan Infrastruktur dan Perencanaan Kota yang Berkelanjutan: Melakukan investasi dalam pembangunan infrastruktur pengendalian banjir yang lebih baik dan perencanaan kota yang berkelanjutan untuk mengurangi risiko banjir di masa depan. Dengan mengurangi frekuensi dan intensitas banjir, masyarakat akan lebih dapat merasa aman dan terlindungi, yang dapat mengurangi kecemasan dan stres.
3. Program Kesiapsiagaan dan Evakuasi: Mengembangkan dan mengimplementasikan program-program kesiapsiagaan dan evakuasi yang efektif untuk mempersiapkan masyarakat menghadapi banjir. Ini termasuk penyediaan rencana evakuasi yang jelas, pelatihan penggunaan peralatan penyelamatan, dan pembentukan tim tanggap bencana lokal yang terlatih.
4. Penguatan Dukungan Sosial: Mendorong pembentukan komunitas yang kuat dan saling mendukung di tingkat lokal untuk memberikan dukungan sosial bagi individu dan keluarga yang terkena dampak banjir. Program-program sosial dan kegiatan komunitas dapat membantu memperkuat ikatan sosial dan memperluas jaringan dukungan.
5. Akses Terhadap Layanan Kesehatan Mental: Meningkatkan akses masyarakat ke layanan kesehatan mental yang terjangkau dan berkualitas. Ini dapat dilakukan melalui penyediaan klinik kesehatan mental di tingkat lokal, pelatihan tenaga kesehatan dalam mengenali dan menangani masalah kesehatan mental, serta mengurangi stigma terhadap pencarian bantuan mental.
6. Program Pemulihan Pasca-Bencana: Menyediakan program-program pemulihan pasca-bencana yang holistik untuk membantu individu dan komunitas pulih secara fisik, emosional, dan psikologis setelah banjir. Program ini dapat mencakup layanan

konseling, terapi trauma, dukungan pemulihan keluarga, dan pembangunan kembali infrastruktur sosial dan ekonomi yang terdampak.

D. Upaya-upaya pencegahan dan pemulihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung.

Upaya-upaya pencegahan dan pemulihan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung meliputi:

1. Pencegahan Banjir:
 - Pembangunan infrastruktur pengendalian banjir yang efektif, seperti tanggul, saluran pembuangan air, dan sistem drainase yang baik.
 - Perencanaan tata ruang yang berkelanjutan untuk mengurangi risiko banjir, termasuk larangan pembangunan di daerah rawan banjir dan restorasi ekosistem sungai.
 - Penegakan regulasi yang ketat terhadap pembangunan ilegal di bantaran sungai dan daerah aliran sungai.
2. Kesiapsiagaan dan Evakuasi:
 - Pengembangan rencana kesiapsiagaan dan evakuasi yang terstruktur dan mudah diakses oleh masyarakat.
 - Pelatihan reguler bagi masyarakat dalam menghadapi situasi darurat, termasuk teknik evakuasi, pertolongan pertama, dan penggunaan peralatan penyelamatan.
 - Pembentukan tim tanggap bencana lokal yang terlatih dan siap sedia untuk memberikan bantuan dalam situasi darurat.
3. Peningkatan Kesadaran dan Edukasi:
 - Kampanye penyuluhan tentang risiko banjir, gejala stres, dan strategi mengatasi trauma yang terkait dengan banjir.
 - Sosialisasi mengenai pentingnya dukungan sosial dan pencarian bantuan mental bagi individu dan keluarga yang terdampak banjir.
 - Program edukasi tentang pentingnya menjaga kesehatan mental dan cara-cara untuk memperkuat ketahanan mental dalam menghadapi bencana alam.
4. Layanan Kesehatan Mental dan Dukungan Sosial:
 - Penyediaan layanan kesehatan mental yang terjangkau dan mudah diakses bagi masyarakat yang membutuhkan.
 - Pembentukan grup dukungan masyarakat untuk memberikan dukungan emosional dan praktis kepada individu dan keluarga yang terdampak banjir.
 - Kolaborasi dengan lembaga-lembaga kesehatan mental dan organisasi sosial untuk menyediakan layanan konseling, terapi trauma, dan dukungan pemulihan pasca-bencana.
5. Program Pemulihan Pasca-Bencana:
 - Program pemulihan psikososial yang holistik untuk membantu individu dan komunitas pulih dari dampak psikologis banjir, termasuk konseling, terapi kelompok, dan kegiatan pemulihan emosional.
 - Rekonstruksi infrastruktur sosial dan ekonomi yang terdampak banjir untuk mendukung pemulihan komunitas secara menyeluruh.
 - Evaluasi terus-menerus terhadap kebutuhan dan respons masyarakat setelah banjir untuk memastikan bahwa program pemulihan berjalan secara efektif dan memberikan dampak positif bagi kesejahteraan psikologis mereka.

KESIMPULAN

Banjir di bantaran Sungai Ciliwung tidak hanya menyebabkan kerusakan fisik yang

signifikan tetapi juga memiliki dampak yang dalam pada kesejahteraan psikologis masyarakat sekitarnya. Dalam menghadapi banjir, individu dan komunitas mengalami berbagai gejala stres, kecemasan, dan trauma yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Faktor-faktor seperti tingkat keterpaparan, dukungan sosial, kondisi ekonomi, dan kesehatan mental memainkan peran penting dalam menentukan seberapa besar dampak psikologis yang dirasakan oleh individu. Namun, dengan langkah-langkah pencegahan yang tepat, seperti pembangunan infrastruktur pengendalian banjir yang lebih baik, program-program kesiapsiagaan dan evakuasi, serta peningkatan kesadaran dan edukasi, risiko dampak psikologis banjir dapat dikurangi.

Selain itu, pentingnya layanan kesehatan mental yang mudah diakses dan program pemulihan pasca-bencana tidak boleh diabaikan. Dengan menyediakan dukungan emosional, konseling, dan terapi trauma yang tepat, serta membangun kembali infrastruktur sosial dan ekonomi yang terdampak, masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung dapat pulih secara menyeluruh dari dampak psikologis banjir.

Dengan demikian, upaya-upaya untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis masyarakat di bantaran Sungai Ciliwung tidak hanya penting untuk mengatasi dampak akut banjir, tetapi juga untuk membangun ketahanan mental yang kuat dalam menghadapi tantangan bencana alam di masa depan.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, P., & Listiyandini, R. A. (2015). Peran resiliensi dalam memprediksi kualitas hidup ibu yang tinggal di bantaran sungai ciliwung. *Prosiding Pesat*, 6.
- Kusuma, A. T., & Santoni, S. (2020). PENATAAN RUANG TERBUKA REKREATIF DAN ACCESSIBLE BAGI MASYARAKAT SEKITAR BANTARAN SUNGAI. *Architecture Innovation*, 4(1), 15-35.
- NURHAQI, R. (2015). HUBUNGAN ETIKA LINGKUNGAN DENGAN PERILAKU PELESTARIAN SUNGAI PADA IBU RUMAH TANGGA SEKITAR BANTARAN SUNGAI CILIWUNG DI KELURAHAN MANGGARAI (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Himawan, L., & Santoni, S. (2019). PENATAAN RUANG KOMERSIL WARGA PADA PERMUKIMAN DI BANTARAN SUNGAI CILIWUNG. *Architecture Innovation*, 3(2), 46-72.