PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora
Vol.5, No.6, Oktober 2026

Psychological Well-Being Masyarakat yang Terdampak Banjir di Desa Tambakrejo Kecamatan Kraton ditinjau dari Perbedaan Jenis Kelamin

Siti Umi Nur Khamidah[1], Nanik Kholifah [2]
[1,2] Universitas Yudharta Pasuruan, Indonesia
E-mail: sitiuminurkhamidah@gmail.com [1], nanikkholifah@yudharta.ic.id [2]

Article History:
Received: 14 Agustus 2026
Revised: 23 September 2026
Accepted: 04 Oktober 2026

Keywords: *psychological well-being, banjir, jenis kelamin, masyarakat terdampak bencana*

Abstract: *Banjir merupakan bencana yang tidak hanya menimbulkan kerugian fisik dan ekonomi, tetapi juga berdampak pada kondisi psikologis masyarakat yang terdampak. Salah satu aspek psikologis yang penting untuk dikaji adalah psychological well-being. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan psychological well-being masyarakat yang terdampak banjir ditinjau dari jenis kelamin di Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif dengan subjek penelitian sebanyak 214 masyarakat dewasa yang terdampak banjir. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala Psychological Well-Being berdasarkan teori Ryff. Analisis data dilakukan dengan bantuan SPSS Statistics 26 for Windows menggunakan uji Independent Sample T-Test. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi pada Levene's Test for Equality of Variances sebesar 0,921 (>0,05) yang menunjukkan data homogen. Selanjutnya, nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,533 (>0,05), sehingga tidak terdapat perbedaan psychological well-being yang signifikan antara laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir di Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Temuan ini menunjukkan bahwa jenis kelamin bukan merupakan faktor yang membedakan tingkat psychological well-being masyarakat terdampak banjir, sehingga diperlukan perhatian terhadap faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis masyarakat pascabencana.*

PENDAHULUAN

Banjir merupakan salah satu bencana alam yang sering terjadi di berbagai wilayah Indonesia, khususnya pada daerah dataran rendah dan pesisir. Kejadian banjir tidak hanya dipengaruhi oleh faktor alam, seperti tingginya curah hujan, tetapi juga berkaitan dengan aktivitas manusia, antara lain alih fungsi lahan dan sistem drainase yang kurang optimal (Ridwan & Sarjito, 2024). Banjir yang terjadi secara berulang dapat menimbulkan dampak multidimensional,

mulai dari kerusakan fisik dan kerugian ekonomi hingga gangguan terhadap kondisi psikologis masyarakat. Kondisi tersebut menyebabkan individu harus melakukan penyesuaian secara terus-menerus terhadap situasi lingkungan yang tidak menentu.

Salah satu wilayah yang menghadapi persoalan tersebut adalah Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Kondisi geografis wilayah yang berada di daerah pesisir dan memiliki elevasi tanah yang relatif rendah menyebabkan masyarakat rentan mengalami genangan, terutama ketika musim hujan dan terjadi pasang air laut. Banjir di wilayah tersebut bukan merupakan kejadian yang bersifat insidental, tetapi telah menjadi fenomena yang berulang dan memberikan dampak terhadap kehidupan masyarakat (Azhari et al., 2022). Dampak tersebut antara lain berupa rumah warga yang terendam, terganggunya akses transportasi, terhambatnya aktivitas ekonomi, serta terganggunya aktivitas kehidupan sehari-hari (Putra et al., 2020). Situasi yang berulang dapat menjadi sumber tekanan karena masyarakat harus kembali beradaptasi dengan kondisi yang sama.

Dampak banjir juga dapat dirasakan pada aspek psikologis. Masyarakat yang mengalami bencana secara berulang dapat menghadapi stres, kecemasan, perasaan tidak aman, serta kekhawatiran terhadap kemungkinan terjadinya banjir kembali (Aprillya & Khasan, 2025). Penelitian mengenai masyarakat terdampak banjir di wilayah pesisir juga menunjukkan bahwa bencana dapat berkaitan dengan kondisi *psychological well-being* individu. Salim dan Siswanto (2021) menemukan bahwa sebagian korban banjir memiliki *psychological well-being* yang cenderung rendah, yang ditandai dengan kesulitan menerima kondisi pascabencana, stres, kecemasan, dan perasaan putus asa. Namun, kondisi tersebut tidak selalu ditemukan pada seluruh masyarakat terdampak bencana. Penelitian Asrofi et al. (2017), misalnya, menunjukkan bahwa masyarakat terdampak banjir tetap dapat memiliki *psychological well-being* yang relatif baik melalui kemampuan menerima keadaan, bertahan dalam situasi sulit, dan membangun hubungan sosial yang positif dengan lingkungan.

Psychological well-being merupakan konsep yang penting dalam memahami kemampuan individu untuk menjalankan fungsi psikologis secara positif. Ryff (1989) menjelaskan psychological well-being sebagai kondisi keberfungsian psikologis positif yang mencakup enam dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Dengan demikian, psychological well-being tidak hanya menunjukkan terbebasnya individu dari gangguan psikologis, tetapi juga menggambarkan kemampuan individu untuk menerima dirinya, membangun hubungan positif, mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan potensi dirinya.

Dalam situasi bencana yang terjadi berulang, *psychological well-being* menjadi semakin penting karena individu dituntut untuk mampu beradaptasi dengan tekanan dan perubahan lingkungan. Individu yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik cenderung lebih mampu menghadapi tekanan hidup dan menyesuaikan diri dengan perubahan. Sebaliknya, rendahnya *psychological well-being* dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap stres berkepanjangan dan berbagai permasalahan psikologis (Citra, 2024; Wulandari & Khoirunnisa, 2026). Oleh karena itu, memahami psychological well-being masyarakat yang mengalami banjir berulang menjadi bagian penting dalam kajian psikologi kebencanaan.

Salah satu faktor yang diduga berkaitan dengan *psychological well-being* adalah jenis kelamin. Perbedaan laki-laki dan perempuan dalam hal peran sosial, tanggung jawab, cara menghadapi masalah, serta respons terhadap tekanan dapat menjadi faktor yang memungkinkan munculnya perbedaan kesejahteraan psikologis. Dalam situasi bencana, laki-laki dapat menghadapi tuntutan yang berkaitan dengan tanggung jawab ekonomi dan peran sebagai pencari nafkah, sedangkan perempuan dapat menghadapi tuntutan emosional dan tanggung jawab

pengasuhan serta pengelolaan keluarga yang lebih kompleks. Kondisi tersebut secara teoritis dapat memengaruhi cara individu menghadapi tekanan dan mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang belum sepenuhnya konsisten. Penelitian Sihotang (2004) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan *psychological well-being* antara laki-laki dan perempuan dalam menghadapi kondisi bencana, dengan perempuan cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih rendah. Temuan tersebut berkaitan dengan kerentanan perempuan terhadap kelelahan emosional dan tingginya tuntutan peran sosial. Penelitian lain yang dicantumkan dalam skripsi juga menunjukkan bahwa perempuan dapat mengalami tekanan psikologis yang lebih besar karena tuntutan dalam menjalankan berbagai peran dalam keluarga. Namun, penelitian Lie Fyana (2017) menunjukkan hasil berbeda, yaitu tidak terdapat perbedaan kecenderungan *psychological well-being* yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa jenis kelamin belum tentu menjadi faktor yang secara konsisten membedakan *psychological well-being*.

Selain itu, penelitian Albar dan Fauziyah (2022) menunjukkan adanya hubungan positif antara *psychological well-being* dan resiliensi pada masyarakat desa tangguh bencana. Semakin baik psychological well-being, semakin baik pula tingkat resiliensi masyarakat dalam menghadapi bencana. Temuan tersebut memperlihatkan bahwa kondisi psikologis masyarakat terdampak bencana perlu dipahami tidak hanya berdasarkan karakteristik demografis, tetapi juga berdasarkan kemampuan adaptasi dan sumber daya psikososial yang dimiliki.

Permasalahan tersebut juga terlihat pada masyarakat Dusun Bato'an, Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Hasil pra-penelitian dalam skripsi menunjukkan adanya masyarakat yang belum mampu menerima kondisi akibat banjir, mengalami kesulitan karena keterbatasan fasilitas, serta mengalami perasaan putus asa. Wawancara juga menunjukkan munculnya kecemasan, kekhawatiran, dan ketidaktenangan terutama ketika memasuki musim penghujan atau ketika debit air meningkat. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa banjir yang terjadi secara berulang berpotensi menjadi sumber tekanan psikologis yang berlangsung dalam jangka panjang.

Meskipun demikian, belum terdapat data empiris yang secara khusus menggambarkan psychological well-being masyarakat terdampak banjir di Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton berdasarkan jenis kelamin. Kesenjangan tersebut menjadi dasar pentingnya penelitian ini dilakukan. Penelitian ini tidak hanya berupaya mengetahui kondisi *psychological well-being* masyarakat terdampak banjir, tetapi juga menguji apakah terdapat perbedaan tingkat *psychological well-being* antara laki-laki dan perempuan. Fokus tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran empiris mengenai kondisi kesejahteraan psikologis masyarakat pada konteks kebencanaan lokal yang memiliki karakteristik pengalaman banjir berulang.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji perbedaan *psychological well-being* masyarakat yang terdampak banjir ditinjau dari jenis kelamin di Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap kajian psikologi, khususnya psikologi kebencanaan dan *psychological well-being*, sekaligus menjadi tambahan bukti empiris mengenai apakah jenis kelamin merupakan faktor yang membedakan kesejahteraan psikologis masyarakat yang mengalami bencana banjir.

LANDASAN TEORI

Psychological Well-Being

Psychological well-being merupakan kondisi psikologis yang menggambarkan kemampuan individu untuk menjalani kehidupan secara positif dan berfungsi secara optimal. Ryff (1989) menjelaskan bahwa psychological well-being tidak hanya berkaitan dengan terbebasnya individu

dari gangguan psikologis, tetapi juga mencerminkan kemampuan individu dalam menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, mampu mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta mengembangkan potensi dirinya. Dengan demikian, psychological well-being menunjukkan bagaimana individu mampu memaknai kehidupannya dan menjalankan fungsi psikologis secara positif dalam menghadapi berbagai pengalaman kehidupan.

Ryff (1989) mengemukakan enam dimensi psychological well-being, yaitu self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth. Self-acceptance berkaitan dengan kemampuan individu menerima dirinya secara positif, termasuk menerima kelebihan maupun kekurangan serta pengalaman masa lalu. Positive relations with others mengacu pada kemampuan membangun dan mempertahankan hubungan yang positif, hangat, dan saling mendukung dengan orang lain. Autonomy menunjukkan kemampuan individu untuk menentukan keputusan secara mandiri dan tidak mudah dipengaruhi oleh tekanan sosial. Environmental mastery berkaitan dengan kemampuan individu mengelola lingkungan dan menyesuaikan diridengan berbagai tuntutan kehidupan. *Purpose in life* menunjukkan adanya tujuan dan arah hidup yang jelas, sedangkan *personal growth* berkaitan dengan keinginan individu untuk terus berkembang dan merealisasikan potensi dirinya.

Psychological Well-Being pada Masyarakat Terdampak Banjir

Bencana banjir merupakan pengalaman yang dapat memberikan tekanan terhadap kehidupan masyarakat, terutama apabila terjadi secara berulang. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari, beradaptasi dengan lingkungan, serta mempertahankan kondisi psikologis yang positif. Dalam konteks ini, *psychological well-being* menjadi salah satu aspek penting untuk memahami bagaimana masyarakat menghadapi dan memaknai pengalaman akibat bencana.

Masyarakat yang mengalami banjir secara berulang dihadapkan pada berbagai perubahan dan tuntutan, sehingga membutuhkan kemampuan untuk menerima keadaan, mengelola lingkungan, mempertahankan hubungan sosial, serta tetap memiliki tujuan hidup. Berdasarkan konsep Ryff (1989), kemampuan tersebut merupakan bagian dari *psychological well-being*. Ketika individu menghadapi tekanan hidup yang berkepanjangan, seperti bencana banjir yang terjadi secara berulang, kemampuan untuk berfungsi secara optimal dan memaknai pengalaman hidup secara positif dapat mengalami perubahan sehingga berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis individu.

Jenis Kelamin

Jenis kelamin dalam penelitian ini merupakan karakteristik biologis yang membedakan individu menjadi laki-laki dan perempuan. Perbedaan tersebut berkaitan dengan karakteristik biologis, seperti struktur tubuh, sistem reproduksi, hormon, dan kromosom. Jenis kelamin digunakan sebagai karakteristik pengelompokan responden dalam penelitian untuk membandingkan kondisi psychological well-being antara masyarakat laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir.

Dalam penelitian ini, jenis kelamin dibedakan menjadi dua kelompok, yaitu laki-laki dan perempuan. Variabel tersebut tidak diukur menggunakan skala psikologis, tetapi diperoleh berdasarkan identitas responden yang dicantumkan pada lembar pengisian skala Psychological Well-Being.

Psychological Well-Being Ditinjau dari Jenis Kelamin

Jenis kelamin menjadi salah satu karakteristik yang dapat dikaji dalam kaitannya dengan psychological well-being. Ryff dan Keyes (1995) menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan

dapat memiliki karakteristik psikologis, peran sosial, serta cara menghadapi tekanan yang berbeda sehingga memungkinkan adanya perbedaan tingkat psychological well-being. Perbedaan tersebut dapat berkaitan dengan pengalaman hidup, tuntutan sosial, serta tanggung jawab yang dijalankan oleh individu.

Dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan, laki-laki dan perempuan dapat memiliki pengalaman dan tuntutan yang berbeda. Perempuan, misalnya, dapat menghadapi tuntutan peran ganda dalam keluarga, seperti mengelola rumah tangga, mengasuh anak, mendampingi pasangan, serta merawat anggota keluarga. Dalam kondisi bencana banjir, berbagai tanggung jawab tersebut dapat menjadi beban tambahan yang berpotensi memengaruhi kondisi psikologis. Sebaliknya, laki-laki juga dapat menghadapi tuntutan yang berkaitan dengan tanggung jawab dan peran dalam keluarga maupun kehidupan sosial. Oleh karena itu, perbedaan jenis kelamin menjadi salah satu karakteristik yang relevan untuk diuji dalam kaitannya dengan *psychological well-being*.

Penelitian terdahulu yang dicantumkan dalam skripsi Ami menunjukkan hasil yang belum konsisten mengenai perbedaan *psychological well-being* berdasarkan jenis kelamin. Salah satu penelitian menunjukkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih rendah dibandingkan laki-laki, terutama dalam kondisi yang penuh tekanan. Namun, penelitian lain yang digunakan dalam skripsi menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak selalu menghasilkan perbedaan *psychological well-being* yang signifikan. Perbedaan hasil penelitian tersebut menjadi dasar penting untuk menguji kembali apakah terdapat perbedaan *psychological well-being* antara laki-laki dan perempuan pada masyarakat yang terdampak banjir di Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton.

Berdasarkan landasan teori tersebut, penelitian ini memandang bahwa psychological well-being merupakan kondisi keberfungsian psikologis positif yang terdiri atas enam dimensi, sedangkan jenis kelamin digunakan sebagai karakteristik untuk membedakan kelompok responden. Penelitian selanjutnya menguji apakah masyarakat laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir memiliki tingkat psychological well-being yang berbeda.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain komparatif yang bertujuan untuk mengetahui perbedaan *psychological well-being* masyarakat yang terdampak banjir ditinjau dari jenis kelamin. Penelitian dilakukan pada masyarakat dewasa yang terdampak banjir di Dusun Bato'an, Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Variabel yang diteliti terdiri atas *psychological well-being* sebagai variabel yang dibandingkan dan jenis kelamin sebagai dasar pengelompokan responden.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 458 masyarakat. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% sehingga diperoleh 214 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *convenience sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kemudahan akses dan ketersediaan responden untuk berpartisipasi dalam penelitian. Sampel penelitian terdiri atas 107 responden laki-laki dan 107 responden perempuan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologi model Likert. Instrumen yang digunakan adalah skala *Psychological Well-Being* yang disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Ryff (1989), yaitu *self-acceptance*, *positive relations with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*. Skala awal terdiri atas 30 aitem yang mencakup pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skala menggunakan empat pilihan jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS), dengan penskoran berbeda untuk aitem *favorable* dan *unfavorable*.

Variabel jenis kelamin tidak diukur menggunakan skala khusus, tetapi diperoleh melalui

identitas responden yang dicantumkan pada lembar pengisian skala, dengan kategori laki-laki dan perempuan. Sebelum digunakan dalam penelitian, skala *Psychological Well-Being* diuji cobakan kepada 60 masyarakat yang memiliki karakteristik sesuai dengan populasi penelitian. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*, sedangkan reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*.

Analisis data dilakukan menggunakan bantuan program SPSS. Analisis statistik deskriptif digunakan untuk memperoleh gambaran data penelitian melalui jumlah subjek, *mean*, dan standar deviasi serta untuk menentukan kategorisasi tingkat *psychological well-being*. Selanjutnya dilakukan uji prasyarat berupa uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas digunakan untuk mengetahui distribusi data, sedangkan uji homogenitas digunakan untuk mengetahui kesamaan varians antara kelompok laki-laki dan perempuan. Data dinyatakan homogen apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05.

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Independent Sample t-Test untuk mengetahui perbedaan psychological well-being antara masyarakat laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir. Pengambilan keputusan dilakukan berdasarkan nilai signifikansi pada taraf 5% ($\alpha = 0,05$). Penggunaan Independent Sample t-Test sesuai dengan tujuan penelitian yang membandingkan tingkat psychological well-being pada dua kelompok responden berdasarkan jenis kelamin. Hasil pengujian hipotesis kemudian digunakan untuk menentukan ada atau tidaknya perbedaan psychological well-being antara kelompok laki-laki dan perempuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Penelitian ini melibatkan **214 masyarakat dewasa yang terdampak banjir di Dusun Bato'an, Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton.** Subjek penelitian terdiri atas 107 laki-laki dan 107 perempuan. Jumlah subjek yang seimbang pada kedua kelompok memungkinkan perbandingan tingkat *psychological well-being* berdasarkan jenis kelamin dilakukan secara proporsional. Data penelitian selanjutnya dianalisis melalui statistik deskriptif, uji asumsi, dan *Independent Sample t-Test*.

2. Analisis Statistik Deskriptif dan Kategorisasi

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa kelompok laki-laki memiliki skor *psychological well-being* dengan nilai rata-rata sebesar **55,87** dan standar deviasi **10,757,** sedangkan kelompok perempuan memiliki nilai rata-rata sebesar **56,79** dengan standar deviasi **10,916**. Dengan demikian, terdapat selisih rata-rata sebesar **0,92 poin**, dengan rata-rata kelompok perempuan sedikit lebih tinggi dibandingkan kelompok laki-laki. Meskipun demikian, perbedaan tersebut masih perlu dibuktikan secara statistik melalui pengujian hipotesis.

Berdasarkan hasil kategorisasi skor psychological well-being, sebagian besar subjek berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 84 orang (39,3%). Selanjutnya, 72 orang (33,6%) berada pada kategori tinggi, 24 orang (11,2%) berada pada kategori rendah, 24 orang (11,2%) berada pada kategori sangat rendah, dan 10 orang (4,7%) berada pada kategori sangat tinggi.

Tabel 1. Kategorisasi Psychological Well-Being

Kategori	Rentang Skor	N	Presentase
Sangat Rendah	**X < 52,36**	**24**	**11,2%**
Rendah	**52,36 < X < 59,91**	**24**	**11,2%**
Sedang	**59,91 < X < 67,46**	**84**	**39,3%**
Tinggi	**67,46 < X < 75,01**	**72**	**33,6%**
Sangat Tinggi	**75,01< X**	**10**	**4,7%**

Total		**214**	**100%**

Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum psychological well-being subjek berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Kondisi tersebut terlihat dari akumulasi subjek pada kategori sedang dan tinggi yang mencapai 72,9% dari keseluruhan responden.

3. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Uji validitas terhadap skala psychological well-being dilakukan terhadap 30 aitem. Hasil pengujian menunjukkan bahwa 22 aitem dinyatakan valid, sedangkan 8 aitem dinyatakan gugur. Koefisien validitas aitem yang dinyatakan valid berada pada rentang 0,306–0,671, sedangkan aitem yang gugur memiliki koefisien korelasi antara 0,162–0,283.

Setelah dilakukan uji validitas, reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien Alpha Cronbach. Hasil pengujian memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,849, yang menunjukkan bahwa skala psychological well-being memiliki reliabilitas sangat tinggi sehingga layak digunakan sebagai instrumen penelitian.

4. Uji Asumsi

Uji normalitas dilakukan menggunakan One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Hasil pengujian menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200, lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, data penelitian memenuhi asumsi normalitas.

Selanjutnya, uji homogenitas menggunakan Levene's Test memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,921, yang juga lebih besar dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa varians psychological well-being pada kelompok laki-laki dan perempuan bersifat homogen.

5. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan Independent Sample t-Test untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan psychological well-being antara laki-laki dan perempuan.

Tabel 2. Hasil Independent Sample t-Test

Kelompok	N	Mean	SD
Laki-laki	**107**	**55,87**	**10,757**
Perempuan	**107**	**56,79**	**10,916**

. Hasil Independent Sample t-Test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,533, yang lebih besar dari 0,05. Dengan demikian, tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam psychological well-being antara masyarakat dewasa laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir.

Dengan demikian, hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan psychological well-being ditinjau dari jenis kelamin tidak didukung oleh data penelitian.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan psychological well-being pada masyarakat dewasa yang terdampak banjir ditinjau dari jenis kelamin. Berdasarkan hasil Independent Sample t-Test, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,533 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam psychological well-being antara masyarakat dewasa laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir di Dusun Bato'an, Desa Tambakrejo, Kecamatan Kraton. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan adanya perbedaan psychological well-being berdasarkan jenis kelamin tidak memperoleh dukungan empiris dalam penelitian ini.

Secara deskriptif, rata-rata psychological well-being kelompok laki-laki adalah 55,87, sedangkan kelompok perempuan sebesar 56,79. Selisih rata-rata kedua kelompok hanya sebesar

0,92 poin, sehingga secara umum kondisi kesejahteraan psikologis laki-laki dan perempuan relatif serupa. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun perempuan memperoleh skor rata-rata sedikit lebih tinggi, perbedaan tersebut tidak cukup besar untuk menunjukkan perbedaan yang bermakna secara statistik.

Hasil tersebut dapat dipahami melalui konsep *psychological well-being* yang dikembangkan oleh Ryff. *Psychological well-being* tidak hanya menggambarkan kondisi perasaan positif atau kebahagiaan, tetapi merupakan bentuk keberfungsian psikologis yang mencakup **penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi** (Ryff, 1989; Ryff, 2013). Oleh karena itu, tingkat *psychological well-being* seseorang tidak semata-mata ditentukan oleh karakteristik demografis seperti jenis kelamin, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana individu memahami pengalaman hidup, mengelola lingkungan, mempertahankan hubungan sosial, serta menemukan tujuan dan makna dalam kehidupannya.

. Dalam konteks masyarakat yang terdampak banjir, kondisi tersebut menjadi penting karena bencana merupakan pengalaman yang dapat mengganggu kehidupan individu dan komunitas. Bencana alam dapat memberikan tekanan terhadap berbagai aspek kehidupan, tetapi individu dan komunitas juga dapat mengembangkan proses adaptasi dan resiliensi untuk mempertahankan atau memulihkan kesejahteraan psikologis setelah mengalami adversitas. Literatur mengenai resiliensi pascabencana menjelaskan bahwa pemulihan *psychological well-being* merupakan proses dinamis yang dipengaruhi oleh kemampuan individu maupun lingkungan dalam menghadapi dan menyesuaikan diri terhadap kondisi penuh tekanan.

Tidak ditemukannya perbedaan berdasarkan jenis kelamin dalam penelitian ini dapat berkaitan dengan adanya **pengalaman bencana yang relatif sama** pada masyarakat laki-laki dan perempuan. Berdasarkan konteks penelitian Ami, masyarakat Dusun Bato'an merupakan masyarakat yang mengalami banjir secara berulang. Kondisi tersebut memungkinkan terbentuknya pengalaman, pengetahuan, serta pola penyesuaian yang relatif serupa pada kedua kelompok. Dengan kata lain, pengalaman menghadapi kondisi lingkungan yang sama dapat menjadi faktor yang lebih kuat dalam membentuk *psychological well-being* dibandingkan perbedaan jenis kelamin.

Temuan tersebut memperoleh dukungan dari penelitian mengenai korban banjir yang dilakukan oleh **Salleh dan Mustaffa (2016).** Penelitian tersebut secara khusus menguji perbedaan gender pada *psychological well-being* korban banjir dan menemukan bahwa **tidak terdapat perbedaan gender yang signifikan pada aspek-aspek** *psychological well-being*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan yang mengalami bencana banjir dapat memiliki persepsi kesejahteraan psikologis yang relatif serupa dalam konteks pemulihan pascabencana.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Lie Fyana (2017) yang tercantum dalam skripsi Ami. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecenderungan psychological well-being berdasarkan jenis kelamin. Kesamaan hasil tersebut memperkuat dugaan bahwa jenis kelamin tidak selalu menjadi faktor pembeda utama dalam psychological well-being, terutama ketika individu berada dalam pengalaman atau konteks kehidupan yang relatif sama.

Namun demikian, temuan mengenai hubungan antara jenis kelamin dan psychological well-being sebenarnya tidak selalu konsisten. Matud et al. (2019), misalnya, menemukan adanya perbedaan pada beberapa dimensi psychological well-being, dengan laki-laki memperoleh skor lebih tinggi pada self-acceptance dan autonomy, sementara perempuan memperoleh skor lebih tinggi pada personal growth dan positive relations with others. Akan tetapi, besarnya perbedaan

tersebut relatif kecil dan tidak muncul secara konsisten pada seluruh kelompok usia. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pengaruh jenis kelamin terhadap psychological well-being dapat bersifat kontekstual dan tidak dapat digeneralisasikan secara sederhana bahwa salah satu jenis kelamin selalu memiliki kesejahteraan psikologis lebih tinggi.

. Perbedaan hasil antarp penelitian tersebut justru memperlihatkan bahwa psychological well-being merupakan konstruk multidimensional yang dipengaruhi oleh konteks kehidupan individu. Penelitian pada masyarakat terdampak banjir memiliki karakteristik yang berbeda dengan penelitian pada populasi umum, mahasiswa, pekerja, maupun kelompok klinis. Pada populasi korban bencana, pengalaman menghadapi kehilangan, kerusakan lingkungan, ketidakpastian, serta proses pemulihan dapat menjadi faktor yang lebih relevan dibandingkan karakteristik jenis kelamin semata.

Hasil kategorisasi dalam penelitian ini semakin memperkuat gambaran tersebut. Sebagian besar responden berada pada kategori sedang (39,3%) dan tinggi (33,6%), sedangkan kategori sangat tinggi hanya sebesar 4,7%. Di sisi lain, 11,2% responden berada pada kategori rendah dan 11,2% pada kategori sangat rendah. Artinya, meskipun masyarakat mengalami dampak banjir, sebagian besar responden masih mampu mempertahankan tingkat kesejahteraan psikologis pada kategori sedang hingga tinggi.

Dominannya kategori sedang dan tinggi dapat mengindikasikan adanya kemampuan masyarakat untuk melakukan penyesuaian terhadap kondisi yang dihadapi. Dalam kerangka Ryff, keberfungsian psikologis yang positif tercermin dari kemampuan individu menerima dirinya, membangun hubungan yang positif, mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan dirinya. Dengan demikian, pengalaman menghadapi banjir tidak secara otomatis menyebabkan rendahnya psychological well-being pada seluruh masyarakat. Individu dapat tetap memiliki keberfungsian psikologis yang cukup baik meskipun menghadapi pengalaman yang penuh tekanan.

Hal tersebut juga sejalan dengan kajian mengenai resiliensi setelah bencana yang menempatkan resiliensi sebagai proses dinamis dalam mempertahankan maupun memulihkan kesejahteraan psikologis setelah mengalami adversitas. Dalam konteks masyarakat yang telah berulang kali menghadapi banjir, pengalaman sebelumnya dapat memberikan kesempatan bagi individu dan komunitas untuk mengembangkan pola adaptasi, mengenali sumber daya yang tersedia, serta membangun strategi menghadapi kondisi serupa.

Selain pengalaman individu, konteks sosial juga perlu diperhatikan. Kehidupan masyarakat di wilayah terdampak bencana tidak berlangsung secara individual, tetapi berada dalam jaringan keluarga dan komunitas. Dukungan sosial dan resiliensi diketahui berkaitan dengan indikator kesejahteraan psikologis pada penyintas bencana. Oleh sebab itu, kesamaan kondisi sosial dan pengalaman komunitas yang dimiliki laki-laki maupun perempuan dapat menjadi salah satu alasan mengapa skor *psychological well-being* kedua kelompok dalam penelitian ini relatif tidak berbeda.

Hasil uji asumsi juga menunjukkan bahwa data penelitian memenuhi persyaratan analisis. Uji normalitas menghasilkan nilai signifikansi **0,200 > 0,05,** sedangkan uji homogenitas menghasilkan nilai signifikansi **0,921 > 0,05.** Kondisi tersebut menunjukkan bahwa data memenuhi asumsi normalitas dan homogenitas sehingga analisis *Independent Sample t-Test* dapat digunakan untuk menguji perbedaan kedua kelompok.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa **jenis kelamin tidak menjadi faktor pembeda yang signifikan terhadap *psychological well-being* masyarakat dewasa yang terdampak banjir.** Meskipun terdapat perbedaan rata-rata sebesar 0,92 poin, perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik. Temuan ini memberikan implikasi bahwa upaya peningkatan

psychological well-being pada masyarakat terdampak banjir sebaiknya tidak hanya berfokus pada perbedaan laki-laki dan perempuan, tetapi juga mempertimbangkan faktor lain seperti **resiliensi, pengalaman menghadapi bencana, dukungan sosial, kondisi lingkungan, sumber daya ekonomi, serta strategi coping.**

Dengan kata lain, **kesamaan pengalaman menghadapi bencana dan proses adaptasi masyarakat kemungkinan memiliki peran yang lebih besar dalam menjelaskan tingkat** *psychological well-being* **dibandingkan jenis kelamin.** Oleh karena itu, intervensi psikologis pascabencana dapat dirancang secara inklusif bagi masyarakat laki-laki maupun perempuan, dengan memperhatikan kebutuhan psikologis dan sumber daya yang dimiliki masing-masing individu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada psychological well-being antara masyarakat laki-laki dan perempuan yang terdampak banjir, dengan nilai signifikansi 0,533 ($p > 0,05$). Rata-rata psychological well-being laki-laki sebesar 55,87 dan perempuan sebesar 56,79. Mayoritas responden berada pada kategori psychological well-being sedang dan tinggi, sehingga menunjukkan bahwa sebagian besar masyarakat masih mampu mempertahankan kesejahteraan psikologis meskipun terdampak banjir.

DAFTAR REFERENSI

Bonanno, G. A., Galea, S., Bucciarelli, A., & Vlahov, D. (2007). What predicts psychological resilience after disaster? The role of demographics, resources, and life stress. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 75(5), 671–682. https://doi.org/10.1037/0022-006X.75.5.671

Cannon, C. E. B., Ferreira, R., & Buttell, F. (2023). A disaster's disparate impacts: Analysing perceived stress and personal resilience across gender and race. Disasters, 47(3), 563–583. https://doi.org/10.1111/disa.12558

Cherry, K. E., De Vito, A. N., Calamia, M. R., Elliott, E. M., Yu, S., Sampson, L., Galea, S., Mansoor, M., McKneely, K. J., & Nguyen, Q. P. (2021). Disaster stressors and psychological well-being in older adults after a flood. Psychology and Aging, 36(5), 660–666. https://doi.org/10.1037/pag0000602

Diener, E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 125(2), 276–302. https://doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276

Karaś, D., & Cieciuch, J. (2017). Polish adaptation of Carol Ryff's psychological well-being scales. Annals of Psychology, 20(4), 815–835. https://doi.org/10.18290/rpsych.2017.20.4-4en

Matud, M. P., López-Curbelo, M., & Fortes, D. (2019). Gender and psychological well-being. International Journal of Environmental Research and Public Health, 16(19), 3531. https://doi.org/10.3390/ijerph16193531

McKinzie, A. E., & Clay-Warner, J. (2021). The gendered effect of disasters on mental health: A systematic review. Journal of Mental Health, 30(2), 1–11. https://doi.org/10.1177/028072702103900202

Norris, F. H., Stevens, S. P., Pfefferbaum, B., Wyche, K. F., & Pfefferbaum, R. L. (2008). Community resilience as a metaphor, theory, set of capacities, and strategy for disaster readiness. American Journal of Community Psychology, 41(1–2), 127–150. https://doi.org/10.1007/s10464-007-9156-6

Olivia, W., & Mustikasari. (2021). Psychological well-being increases the earthquake disaster

preparedness of female nursing students at Universitas Indonesia in 2019. Enfermería Clínica, 31, S386–S390. https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2020.09.031

Pinquart, M., & Sörensen, S. (2001). Gender differences in self-concept and psychological well-being in old age: A meta-analysis. The Journals of Gerontology: Series B, 56(4), P195–P213.

Revelia, M. (2019). Uji validitas konstruk pada instrumen Ryff's psychological well-being scale dengan metode confirmatory factor analysis (CFA). JP3I (Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia, 7(1), 8–14. https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i1.12103

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57(6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. Psychotherapy and Psychosomatics, 83(1), 10–28. https://doi.org/10.1159/000353263

Wulandari, R., & Khoirunnisa, R. N. (2026). Psychological well-being dan penyesuaian diri dalam menghadapi masa transisi mahasiswa tahun pertama. Warta Dharmawangsa, 20(1), 354–363.