



## Research article

# Decreasing The Level of Depression for Earthquake Victims Through Counseling With a Motivational Interviewing Approach

Baiq Nurainun Apriani Idris<sup>1</sup>, Istianah<sup>2</sup>, Irwan Hadi<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup> Department of Medical Nursing, STIKES YARSI Mataram

<sup>3</sup> Department of Basic Nursing, STIKES YARSI Mataram

### Article Info

#### Article History:

Accepted 11 February 2020

#### Keywords:

Counseling; Motivational Interviewing; Depression; Post-Earthquake

### Abstract

The earthquake that occurred in Lombok cause a post-earthquake depression that affects mental and psychological changes. Motivational interviewing is a non-pharmacological action with counseling therapy to increase the motivation and change ambivalence to avoid or reduce depression of post-earthquake sufferers. This research aims to find out the effectiveness of motivational interviewing on the reduction of depression in post-earthquake in the North Lombok Regency. This research using a quasi-experimental methodology with pre-post test design, where research is carried out in North Lombok using a purposive sampling technique. The study shows the effectiveness of Motivational Interviewing on the reduction of depression in victims of the post-earthquake intervention group. Natural disasters that occur such as earthquakes with the resulting impact can cause vulnerability to victims that influence physically and psychologically. Non-pharmacological interventions Motivational Interviewing (MI) in respondents with moderate and severe depression can reduce the level of depression in post-earthquake victims.

## PENDAHULUAN

Kerusakan akibat gempa bumi tidak hanya mengakibatkan permasalahan fisik, namun juga permasalahan emosional, ekonomi, sosial dan hubungan interpersonal (WHO, 2014). Sebuah Hasil systematic review tentang permasalahan kesehatan mental setelah gempa bumi di Jepang pada tahun 2011 menemukan bahwa kondisi PTSD sekitar 10-53,5% dialami oleh korban gempa, sementara kondisi depresi dialami oleh sekitar 3-43,7% korban gempa (Ando et al., 2017). Permasalahan mental berupa trauma psikologis dan depresi pasca

bencana alam semakin memperburuk kondisi dan trauma yang telah terjadi sebelum bencana. Distres yang berkaitan dengan bencana akan berlangsung lama setelah insiden terjadi (Sherchan et al., 2018).

Gangguan kejiwaan pasca gempa dibagi menjadi 3 kelompok besar yaitu penderita dengan gangguan kejiwaan ringan (*mild psychological distress*) dengan prevalensi 20%-40% dari semua populasi yang terkena bencana, penderita dengan gangguan kejiwaan sedang atau berat (*moderate or severe psychological distress*) dengan prevalensi 30%-50% dari seluruh

Corresponding author:

Baiq Nurainun Apriani Idris  
[baiqnurainun87@gmail.com](mailto:baiqnurainun87@gmail.com)

Media Keperawatan Indonesia, Vol 3 No 1, Februari 2020

e-ISSN: 2615-1669

DOI: <https://doi.org/10.26714/mki.3.1.2020.17-23>

populasi yang terkena dan kelompok orang dengan gangguan jiwa (*mental disorders*), dimana 10% diantara mereka yang menderita gangguan kejiwaan ringan (*mild psychological distress*) 2-3% akan masuk dalam kelompok orang yang menderita gangguan kejiwaan sedang (*moderate psychological distress*), sedangkan 20% mereka yang menderita gangguan kejiwaan sedang 30% akan menjadi gangguan kejiwaan berat/*severe psychological distress*. Sebuah survey menunjukkan bahwa, setelah peristiwa bencana, sebagian besar populasi korban bencana tetap memiliki reaksi psikologis yang normal, sekitar 15-20% akan mengalami gangguan mental ringan atau sedang yang merujuk pada kondisi PTSD, sementara 3-4% akan mengalami gangguan berat seperti psikosis, depresi berat dan kecemasan yang tinggi (WHO, 2013).

Para korban yang mengalami, PTSD cenderung mengalami resiko yang tinggi untuk menderita gangguan psikologis tertentu. Sehingga pada keluarga yang memiliki gejala traumatis akan mempengaruhi kondisi kejiwaan pada anaknya. Anak akan melihat ekspresi ketakutan dan trauma pada orang tua dan akan berdampak kehilangan orang yang kuat untuk mereka bergantung.

Kualitas hidup masyarakat yang menderita depresi mayor dan PTSD lebih rendah dibandingkan orang yang sehat dan gangguan kejiwaan lainnya. Pada perempuan semua golongan umur, masalah ekonomi, trauma fisik, aktifitas sosial yang kurang, depresi mayor dan PTSD mempunyai kualitas hidup yang sangat buruk (Yuan et al., 2013). Bencana gempa bumi berhubungan dengan kualitas hidup masyarakat yang selamat pasca gempa bumi mempunyai hubungan yang signifikan terhadap gangguan kejiwaan terutama depresi (Cheng, Wang, Wen, & Shi, 2014). hal ini sejalan dengan kejadian gempa bumi lombok yang secara tidak langsung mengubah kualitas hidup masyarakatnya. Adanya gangguan

kejiwaan dan perilaku akan mempengaruhi kualitas kejiwaan hidup dari seseorang yang mengalami bencana dan gangguan kejiwaan. Kejadian bencana alam ini meningkatkan kesadaran akan terganggunya kualitas seseorang yang mengalami depresi pasca gempa

Gempa lombok nusa tenggara barat terjadi pada hari minggu 29 juli 2018 pukul 05.47 waktu indonesia tengah dengan kekuatan 6,4 Scala richter, gempa susulan berkekuatan 7 scala richter kemudian gempa dengan kekuatan 6,2 SR dan 6,5SR dengan kedalaman 12 Km, data korban didapatkan 560 meninggal dunia, 2821 luka berat/rawat inap, 39.779 luka ringan dan 396.329 mengungsi. Kelompok rentan terdiri dari 59.603 ibu hamil, 72.582 bayi, 213.724 balita dan 31.724 lansia.

Pengendalian emosi terhadap penerimaan suatu bencana perlu menggunakan pendekatan terbaru yang efektif. Pendekatan ini membantu korban atau penderita dalam meningkatkan kualitas hidupnya salah satu pendekatan yang perlu dilakukan adalah dengan konseling dengan pendekatan *Motivational Interviewing* (MI) sebagai intervensi non-farmakologi yang berpusat pada pasien merupakan strategi perubahan perilaku dalam meningkatkan persepsi pasien tentang pentingnya perubahan perilaku. Penelitian-penelitian terdahulu telah membuktikan bahwa *Motivational Interviewing* efektif menurunkan depresi dengan meningkatkan kualitas hidup penderita.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Efektivitas Konseling Dengan Pendekatan *Motivational Interviewing* (MI) Terhadap Penurunan Depresi pada Pasien trauma pasca gempa di Kabupaten Lombok Utara.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *Quassy Experimental* dengan rancangan *Pre-Post Test Control Group Design* Karena penelitian ingin mengetahui

efektivitas konseling dengan pendekatan *Motivational Interviewing* terhadap depresi pasca gempa sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Populasi pada penelitian ini adalah Penderita Gempa kabupaten Lombok Utara. Sampel yang digunakan sebanyak 50 responden dengan pengumpulan sampel *purposive sampling technique*. Kelompok intervensi maupun kelompok kontrol terdiri dari 25 responden dimana kelompok intervensi diberi intervensi berupa konseling dengan pendekatan *motivational interviewing* dan kelompok kontrol diberi penyuluhan dan pemberian *leaflet*.

Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuessioner *Hamilton Depression Rating Scale* (HAM-D), kuessioner ini terdiri dari 17 pertanyaan dengan skoring 10-13 depresi ringan, 14-17 depresi sedang, > 17 depresi berat. Lama penelitian ini adalah 2 bulan, peneliti menghitung waktu yang dibutuhkan untuk melakukan intervensi dengan jumlah responden.

Langkah-langkah dalam pengumpulan data adalah membagi responden menjadi 2 kelompok, kemudian melakukan *screening* depresi menggunakan HAM-D kuessioner. Setelah menentukan sampel, melakukan intervensi pada kelompok intervensi berupa konseling dengan pendekatan *Motivational Interviewing* selama 3 hari dengan lama waktu kunjungan minimal 30 menit, dan melakukan *posttest* pada hari ke-7. Pada kelompok kontrol akan diberikan penyuluhan dan pemberian *leaflet* terkait pencegahan terjadinya depresi pasca gempa pada hari pertama dan melakukan *posttest* pada hari ke-7.

Data yang diperoleh kemudian diolah baik uni variat, bivariat dan multivariat. Pada uji bivariat menggunakan *t-test*. Sebelum uji *t-test* dilakukan uji normalitas dan homogenitas kemudian dilakukan Uji regresi untuk mengetahui sejauh mana efektivitas suatu intervensi atau perlakuan yang diberikan.

Penelitian ini dilakukan setelah mendapatkan Ethical Clearance dari Komisi etik Penelitian STIKES YARSI Mataram. Peneliti memilih responden yang sudah ditentukan sesuai dengan criteria inklusi dan menandatangani lembar persetujuan menjadi responden (informed cosent) . peneliti melakukan penjelasan prosedur penelitian yang akan dilakukan terlebih dahulu.

## HASIL

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden dengan pendidikan tertinggi adalah SMA/SMK. Sebanyak 23 orang (46%), karekteristik responden berdasarkan usia adalah paling banyak rentang adalah pada usia 51-60 tahun dengan jumlah responden 21 orang (42%), Karekteristik responden berdasarkan jenis kelamin tertinggi adalah jenis kelamin perempuan sebanyak 27 orang (54%) Karekteristik responden berdasarkan adalah Karyawan Swasta sebanyak 28 responden (56% ).

Hasil pengukuran depresi pasien trauma pasca gempa sebelum dilakukan intervensi diketahui bahwa pasien yang mengalami depresi berat pada kelompok Intervensi sebanyak 4 orang (16%) dan depresi sedang sebanyak 21 orang (74%) sedangkan depresi berat pada kelompok control sebanyak 2 orang (8%), depresi sedang sebanyak 14 orang (56%) dan depresi ringan sebanyak 9 orang (36%).

Hasil pengukuran depresi pasien trauma pasca gempa setelah dilakukan intervensi diketahui bahwa pasien yang mengalami depresi berat pada kelompok Intervensi sebanyak 4 orang (16%), depresi sedang sebanyak 9 orang (36%) dan depresi ringan sebanyak 12 orang (48%), Sedangkan depresi berat pada kelompok kontrol sebanyak 2 orang (8%), depresi sedang sebanyak 17 orang (68%) dan depresi ringan sebanyak 6 orang (24%). Hasil lebih ringkas seperti disajikan pada tabel 1.

Tabel 1  
Tingkat Depresi Pada Penderita Depresi pada  
Pasien trauma pasca gempa

Indikator	Kelompok	
	Intervensi	Kontrol
Tingkat Depresi Sebelum Intervensi		
1. Ringan	0	10
2. Sedang	21	13
3. Berat	4	2
Tingkat Depresi Setelah Intervensi		
1. Ringan	12	6
2. Sedang	9	17
3. Berat	4	2

Data Primer : Hasil Penelitian 2019

Hasil analisis pengaruh dengan menggunakan uji regresi didapatkan bahwa bahwa nilai  $p$  value = 0.000, yang berarti bahwa terdapat hubungan motivational interviewing terhadap penurunan depresi pasca gempa, dengan nilai tngkat hubungan yang sangat kuat. Nilai  $R=0.786$  menjelaskan bahwa penurunan depresi pasien trauma pasca gempa 78,6% dipengaruhi oleh intervensi dan 21,4% dipengaruhi oleh variable lain.

## PEMBAHASAN

Bencana gempa yang terjadi merata diseluruh Lombok utara yang merusak tatanan fasilitas pemerintahan seperti bangunan sekolah, masjid, kantor-kantor adminstrasi sipil dan perumahan warga membuat beberapa responden mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis. Perubahan psikologis dan fisik yang terjadi pada respoden dapat mempengaruhi kemampuan masyarakat yang dipengaruhi oleh beberapa hal antara lain usia, jenis kelamin dan tingkat pendidikan. Usia responden yang mempunyai rata-rata usia produktif akan berbeda penerimaan dampak bencana dibandingkan dengan usia diatas 50 tahun, penerimaan bencana dianggap sebagai ujian dari Tuhan dan tidak bisa mengelak dari ujian yang diberikan. Beda halnya dengan responden dengan usia produktif, bencana dianggap suatu kemarahan Tuhan karena kelakuan manusia, dikaitkan dengan perilaku negatif dan kejadian mistis. Begitu juga tingkat

pendidikan yang berbeda akan membuat penerimaan kejadian juga akan berbeda terlebih lagi jenis kelamin yang mayoritas perempuan sehingga mempunyai penerimaan dan pola pikir yang berbeda terhadap bencana yang dihadapi, mulai dari kehilangan keluarga, kehilangan pekerjaan atau mata pencaharian, kehilangan motivasi dan kesepian, pemikiran akan masa depan seperti kemiskinan, konflik, kurangnya kesadaran diri/apatis dan kurang percaya diri (Dwidiyanti, Hadi, Wiguna, & Ningsih, 2018).

Hal inilah yang nantinya memicu terjadinya gangguan mental ditunjang juga dengan hasil penelitian Hendri Irawan (2013) yang menyatakan bahwa prevalensi depresi bagi lanjut usia dengan jenis kelamin perempuan lebih besar daripada laki-laki dengan nilai 1,4% sedangkan laki-laki hanya 0,4%. Terdapat Seiring bertambahnya usia, penuaan tidak dapat dihindarkan dan terjadi perubahan keadaan fisik, selain itu para lansia mulai kehilangan pekerjaan, kehilangan tujuan hidup, kehilangan teman, resiko terkena penyakit, terisolasi dari lingkungan dan kesepian. Dengan kejadian bencana ini mengurangi kegiatan yang biasa dilakukan dan hal inilah yang memicu terjadinya gangguan mental (Thoyibah, Dwidiyanti, Mulianingsih, Nurmayani, & Wiguna, 2019).

Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang kerap hadir pada usia lanjut akibat proses penuaan. Depresi menurut *world health organization* (WHO) merupakan suatu gangguan mental yang ditandai dengan mood tertekan, kehilangan kesenangan atau minat, perasaan bersalah atau harga diri rendah, gangguan makan atau tidur, kurang energi dan konsentrasi yang rendah. Masalah ini dapat akut dan kronik serta menyebabkan gangguan kemampuan individu untuk beraktivitas sehari-hari (Rahmadian, LN, Rusmana, & Downs, 2016). Oleh karena itu lansia perlu mendapat perhatian dan dukungan dari

lingkungan dan keluarga agar dapat mengatasi perubahan yang terjadi, selain perubahan keadaan fisik dan keadaan mental yang makin rentan. Pengetahuan gejala dan deteksi gangguan perlu diketahui oleh keluarga, masyarakat, praktisi kesehatan dan penderita. Prevalensi depresi bagi lanjut usia dengan jenis kelamin perempuan lebih besar dari pada laki-laki dengan nilai 1,4% sedangkan laki-laki hanya 0,4% (Irawan, 2013). Beberapa kondisi lingkungan juga berkaitan dengan tingkat depresi lebih besar, orang yang tinggal di kota dua kali lebih depresi dibanding di desa, namun kenyataannya adalah dampak gempa yang merata dari desa dan kota membuat peningkatan depresi pada seluruh lapisan usia produktif (Rollnick, S., Miller, W.R., & Butler, 2012).

Efektifitas *Motivational Interviewing* terhadap Penurunan Depresi Pasca Gempa. Dari uraian tabel hasil screening tingkat depresi didapatkan hasil berdasarkan HAM-D kuesioner paling banyak adalah depresi sedang 21 responden (84%) dan depresi berat 4 responden (16%) pada kelompok intervensi. Hasil studi lain menunjukkan bahwa masalah utama pasien saat terjadi gempa di Lombok yang utama adalah masalah dampak gempa, berulangnya gempa dengan jangka waktu yang berdekatan serta diikuti rasa cemas, khawatir, panik, gelisah, refleks saat mendengar suara atau saat malam tiba sehingga sulit untuk melupakan kejadian gempa. Beberapa kali dalam akhir bulan Juli-Agustus Lombok diguncang gempa bumi dengan skala 4-7 Scala Richter, yang diikuti gempa hampir ditiap harinya walau dengan skala kecil. Hal ini menyebabkan terulang kembali ketakutan korban gempa akan gempa sebelumnya yang dampaknya merubuhkan bangunan dan fasilitas umum di daerah Kabupaten Lombok Utara (Akbar & Afiatin, 2009).

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja puskesmas tanjung, wilayah kerja puskesmas tanjung dipilih

berdasarkan hasil temuan korban depresi yang lebih merata disetiap wilayah tanjung dibandingkan wilayah yang lainnya, di wilayah tanjung ditemukan kasus *Post Trauma Syndrome Depression* (PTSD) lebih banyak dibanding wilayah lain, hal ini dikarenakan beberapa alasan terkait dengan ekonomi warga yang belum bisa bangkit dari dampak gempa, pemerataan penerimaan rekening pembuatan bangunan rumah sementara yang terlambat dibagikan oleh aparat desa dan kondisi permasalahan keluarga (Apriani, Hadi, Warongan, & Supriyatna, 2018).

Penelitian mengenai isu mental yang dialami pada korban gempa bumi lebih banyak ditemukan pada responden perempuan dibanding responden laki-laki. Depresi pada perempuan beresiko 2 kali lipat dari pada laki-laki. Depresi pada perempuan terjadi lebih awal, lebih lama dan memungkinkan untuk kambuh dibandingkan dengan laki-laki. Cheng, 2014 menyatakan bahwa perempuan memiliki resiko yang lebih tinggi untuk mengalami ansietas akibat trauma, walaupun dalam beberapa penelitian menyebutkan bahwa perempuan bukanlah faktor resiko untuk peningkatan gangguan jiwa akibat trauma. Perempuan lebih banyak memikirkan tentang dampak bencana dan memiliki ikatan batin serta emosi yang dalam terhadap keluarga dibanding dengan laki-laki (Naeem et al., 2011). Rata-rata responden berpendidikan rendah dengan kondisi tidak bekerja pasca gempa menjadi faktor resiko stress, gangguan kesehatan jiwa akibat rendahnya pengetahuan mengenai manajemen pasca gempa, trauma healing dan lemahnya kondisi ekonomi korban (Dwidiyanti et al., 2018).

Dari kesimpulan penelitian sebelumnya, bencana alam gempa bumi yang dialami oleh masyarakat wilayah Lombok, Nusa Tenggara Barat tidak hanya berdampak pada kondisi fisik dan lingkungan namun berdampak pada kondisi psikologis korban gempa seperti adanya gejala neurosis,

gejala psikotik dan PTSD (Mutianingsih, 2019). Banyak individu yang mengalami trauma dalam kehidupannya, apalagi bagi masyarakat Indonesia yang rawan tertimpa bencana. Peristiwa yang menimbulkan trauma bagi individu di tingginya resiko mengalami *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Banyaknya individu yang beresiko tinggi mengalami PTSD setelah peristiwa trauma mengindikasikan mereka sangat membutuhkan layanan konseling trauma. Oleh sebab itu, kepada konselor disarankan untuk memberikan layanan konseling trauma melalui penciptaan rasa aman, dan konseling perorangan dengan penggunaan teknik desensitisasi sistematis yang didahului dengan tekni rileksasi (Nirwana, 2016).

## SIMPULAN

Bencana alam yang terjadi di Lombok menyebabkan terjadinya depresi pasca gempa yang berdampak kepada kondisi lingkungan dan fisik terganggu. Intervensi Motivational Interviewing (MI) pada responden kelompok intervensi dengan depresi sedang dan berat dapat menurunkan tingkat depresi penderita pasca gempa dan mempunyai hubungan yang kuat. Penelitian selanjutnya dapat mengukur factor yang berhubungan dengan depresi pasca gempa dari segi factor pemicu, factor penunjang dan factor pendorong terjadinya depresi pasca gempa.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Tim peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar besarnya kepada Kemenristekdikti, STIKES YARSI Mataram, Dikes Lombok utara, para asisten peneliti terutama dari Puskesmas Tanjung yang telah membantu sampai penyelesaian penelitian ini.

## REFERENSI

Akbar, Z., & Afiatin, T. (2009). Pelatihan Manajemen Emosi Sebagai Program Pemulihan Depresi

Baiq Nurainun Apriani Idris / Decreasing The Level of Depression for Earthquake Victims Through Counseling With a Motivational Interviewing Approach

Pada Remaja Korban Gempa Bumi. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 1(1).

Ando, S., Kuwabara, H., Araki, T., Kanehara, A., Tanaka, S., Morishima, R., ... Kasai, K. (2017). Mental health problems in a community after the Great East Japan Earthquake in 2011: a systematic review. *Harvard review of psychiatry*, 25(1), 15–28.

Apriani, B. N., Hadi, I., Warongan, A. W., & Supriyatna, N. (2018). Efektivitas Konseling dengan Pendekatan Motivational Interviewing Terhadap Penurunan Depresi pada Pasien Post Stroke Depression. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 55–67.

Cheng, Y., Wang, F., Wen, J., & Shi, Y. (2014). Risk factors of post-traumatic stress disorder (PTSD) after Wenchuan earthquake: a case control study. *PLoS One*, 9(5).

Dwidiyanti, M., Hadi, I., Wiguna, R. I., & Ningsih, H. E. W. (2018). Gambaran Risiko Gangguan Jiwa pada Korban Bencana Alam Gempa di Lombok Nusa Tenggara Barat. *Holistic Nursing and Health Science*, 1(2), 82–91.

Irawan, H. (2013). Depression among Elderly. *CDK-20*, 40(11), 815–819. Diambil dari <https://www.researchgate.net/publication/318277419>

Mutianingsih, M. (2019). Dampak Psikologis Gempa Bumi terhadap Kelompok Rentan: Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 15(1), 18–23.

Naeem, F., Ayub, M., Masood, K., Gul, H., Khalid, M., Farrukh, A., ... Chaudhry, H. R. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors of PTSD: 18 months after Kashmir earthquake in Pakistan. *Journal of affective disorders*, 130(1–2), 268–274.

Nirwana, H. (2016). Konseling Trauma Pasca Bencana. *Ta'dib*, 15(2). <https://doi.org/10.31958/jt.v15i2.224>

Rahmadian, A. A., LN, S. Y., Rusmana, N., & Downs, L. L. (2016). Prevalensi PTSD dan Karakteristik Gejala Stres Pascatrauma Pada Anak dan Remaja Korban Bencana Alam. *Edusentris*, 3(1), 1–17.

Rollnick, S., Miller, W.R., & Butler, C. . (2012). *Motivational interviewing in health care: Helping Patients Change Behavior*. New York, London : The Guilford Press.

Sherchan, S., Samuel, R., Marahatta, K., Anwar, N.,

Van Ommeren, M. H., & Ofrin, R. (2018). Post-disaster mental health and psychosocial support: experience from the 2015 Nepal earthquake. *WHO South-East Asia journal of public health*, 6(1), 22–29.

Thoyibah, Z., Dwidiyanti, M., Mulianingsih, M., Nurmayani, W., & Wiguna, R. I. (2019). Gambaran Dampak Kecemasan dan Gejala Psikologis pada Anak Korban Bencana Gempa Bumi di Lombok. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(1), 31–38.

WHO. (2013). *Building back better: sustainable mental health care after emergencies*. World Health Organization.

WHO, W. H. O. (2014). Global status report on noncommunicable disease.

Yuan, K. C., Ruo Yao, Z., Zhen Yu, S., Xu Dong, Z., Jian Zhong, Y., Edwards, J. G., & Edwards, G. D. (2013). Prevalence and predictors of stress disorders following two earthquakes. *International Journal of Social Psychiatry*, 59(6), 525–530.