

Pemberdayaan Strategi Kosana: Revitalisasi Mitigasi Preparedness Berbasis Psikoedukasi Pada Masyarakat Terdampak Banjir

^{1*}Nuris Kushayati, ¹Ninik Murtiyani, ²Kurnia Indriyanti Purnama Sari

¹Akademi Perawat Dian Husada Mojokerto, Mojokerto, Indonesia

²Prodi Kebidanan, STIKes Diahusada Mojokerto, Mojokerto, Indonesia

*Corresponding Author

E-mail: fa.fun11@yahoo.co.id

Received:
20 Desember 2025

Revised:
03 Febuari 2026

Accepted:
16 Maret 2026

Published:
30 maret 2026

Abstrak

Bencana banjir adalah ancaman tahunan bagi masyarakat pedesaan yang berdampak pada kesehatan fisik dan mental. Kesiapsiagaan komunitas sangat penting untuk mengurangi risiko dan meningkatkan ketangguhan masyarakat. Program pengabdian kepada masyarakat ini untuk merevitalisasi Komunitas Sadar Bencana (KOSANA) melalui pelatihan penguatan destana, keterampilan tanggap darurat dan psikoedukasi kesehatan. PAR (Participatory Action Research) adalah metodologi yang digunakan, yang mencakup tahapan sosialisasi, pelatihan, penerapan teknologi kontekstual, pendampingan, dan evaluasi. Psikoedukasi kesehatan bencana, rencana kontinjensi, Pertolongan Pertama Gawat Darurat (PPGD), dan Bantuan Hidup Dasar merupakan bagian dari pelatihan yang diberikan. Kegiatan ini dilaksanakan pada 15-30 September 2025. Peserta kegiatan adalah anggota satuan tugas Destana sejumlah 25 orang. Hasil kegiatan diketahui adanya peningkatan signifikan dalam pengetahuan dan ketrampilan peserta tentang penyusunan pemetaan jalur resiko bencana banjir, penanganan penyakit akibat bencana banjir melalui tindakan PPGD maupun BHD berbasis psikoedukasi kesehatan serta pemasangan papan rambu darurat bencana. Program ini berhasil mengintegrasikan KOSANA dalam penguatan revitalisasi Destana sebagai wadah berkelanjutan. Kesimpulannya, kegiatan ini tidak hanya meningkatkan mitigasi dan kesiapsiagaan masyarakat tentang bahaya banjir dan meningkatkan kemampuan untuk bertindak cepat. Peningkatan kapasitas ini selaras dengan target pengurangan risiko bencana, penguatan ketangguhan masyarakat, serta mendukung capaian indikator pembangunan berkelanjutan di tingkat desa.

Kata kunci: kosana, mitigasi bencana, pemberdayaan masyarakat

PENDAHULUAN

Bencana banjir merupakan salah satu bencana alam yang paling sering terjadi di Indonesia dan berdampak luas terhadap kehidupan sosial, ekonomi, maupun kesehatan masyarakat. Tingginya curah hujan sebagai dampak dari perubahan iklim tersebut menyebabkan bencana hidrometeorologi. Ketika hujan deras dalam waktu yang lama, sebagian besar air hujan akan mengalir di atas permukaan tanah dengan kecepatan dan volume yang besar dan kemudian terakumulasi menjadi banjir. Upaya pengurangan risiko dan pencegahan pun telah dilakukan oleh pemerintah. Saat ini di Indonesia, program-program berbasis edukasi telah terbukti secara efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku pengetahuan dan perilaku. Kesadaran masyarakat akan bencana muncul melalui pengembangan sikap tanggap dan siap siaga terhadap bencana. Penerapan Pengurangan Resiko Bencana (PRB) dilaksanakan dengan mempromosikan berbagi pengetahuan dan perubahan positif dalam sikap. Mengatasi kesenjangan masalah bencana ini sangat penting untuk memperkuat mitigasi dan preparedness untuk merespon potensi resiko banjir, mengurangi kerentanan dan memperkuat ketahanan masyarakat.

Data Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) menunjukkan bahwa sepanjang tahun 2023 terjadi 1.232 kejadian banjir di berbagai wilayah Indonesia, dengan total korban terdampak

mencapai lebih dari 5,3 juta jiwa (BNPB, 2023). Di Jawa Timur sendiri telah terjadi 223 kejadian bencana sejak Januari hingga Agustus 2025 yang salah satunya terdapat 4 kejadian banjir dan tanah longsor, 113 kejadian bencana banjir (BNPB, 2024). Jumlah Desa/Kelurahan yang mengalami bencana alam di Kabupaten Mojokerto terjadi hampir di seluruh wilayah, kejadian yang paling sering adalah banjir yaitu sejumlah 29 kejadian diikuti oleh kejadian bencana tanah longsor 7 kejadian dan 1 kejadian gempa bumi. Kabupaten Mojokerto termasuk daerah rawan banjir tahunan akibat meluapnya Sungai Brantas dan anak sungainya, sehingga masyarakat di Desa Ngingasrembyong menghadapi ancaman genangan air, kerusakan lingkungan, serta meningkatnya risiko penyakit menular pasca-banjir. Kondisi ini menunjukkan perlunya upaya penanggulangan yang tidak hanya bersifat responsif tetapi juga preventif.

Permasalahan utama yang dihadapi masyarakat Desa Ngingasrembyong adalah rendahnya kapasitas kesiapsiagaan menghadapi bencana banjir, baik dalam aspek fisik, kesehatan, maupun psikososial. Minimnya pengetahuan tentang langkah mitigasi, keterbatasan akses informasi dini, serta kurangnya kemampuan pertolongan pertama gawat darurat (PPGD) menyebabkan masyarakat rentan mengalami kerugian besar saat banjir terjadi. Selain itu, dampak psikologis berupa stres, kecemasan, hingga trauma pascabencana seringkali diabaikan, padahal kondisi ini berpengaruh terhadap kualitas hidup masyarakat (Anitasari, 2024).

Sebagai salah satu solusi, diperlukan pendekatan pemberdayaan masyarakat yang menekankan pada penguatan kapasitas berbasis kearifan lokal dan psikoedukasi kesehatan. Pemberdayaan masyarakat berperan penting untuk meningkatkan kemampuan kolektif warga dalam mengenali risiko, melakukan tindakan pencegahan, serta membangun sistem kesiapsiagaan berbasis komunitas (Triatmanto et al., 2024). Dengan strategi ini, masyarakat tidak hanya menjadi objek penerima bantuan, tetapi juga subjek yang berperan aktif dalam perencanaan, pelaksanaan, hingga evaluasi program penanggulangan bencana.

Pemerintah Kabupaten Mojokerto telah membentuk Desa Tangguh Bencana (Destana) pada 10 Februari 2025. DESTANA merupakan desa/kelurahan yang memiliki kemampuan mandiri untuk beradaptasi dan menghadapi ancaman bencana, serta memulihkan diri dengan segera dari dampak bencana yang merugikan, jika terkena bencana. Destana memiliki kemampuan untuk mengenali ancaman di wilayahnya dan mampu mengorganisir sumber daya masyarakat untuk mengurangi kerentanan dan sekaligus meningkatkan kapasitas demi mengurangi risiko bencana. Namun, karena masih tergolong baru, kegiatan Destana di desa tersebut masih sangat minim dan belum optimal dalam menjalankan fungsi mitigasi dan kesiapsiagaan bencana, terutama dalam aspek pemberdayaan masyarakat dan psikoedukasi kesehatan.

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang ditawarkan tim berfokus pada revitalisasi Komunitas Sadar Bencana (KOSANA) di Desa Ngingasrembyong melalui pendekatan psikoedukasi dan capacity building. Kegiatan meliputi sosialisasi, pelatihan penyusunan rencana kontinjensi, peningkatan literasi kesehatan fisik dan mental, hingga penguatan Desa Tangguh Bencana (Destana). Diharapkan program ini dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, serta ketangguhan masyarakat dalam menghadapi banjir, sekaligus memberikan model intervensi berbasis komunitas yang dapat direplikasi di wilayah rawan bencana lainnya.

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk merevitalisasi upaya mitigasi dan kesiapsiagaan bencana banjir melalui KOSANA (Komunitas Sadar Bencana) berbasis pemberian psikoedukasi kesehatan kepada masyarakat Desa Ngingasrembyong, sebagai bentuk penguatan kapasitas masyarakat dalam menghadapi dan meminimalkan dampak bencana. Psikoedukasi akan mencakup aspek kesehatan fisik, kesehatan lingkungan, serta kesehatan mental masyarakat terdampak bencana banjir.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pemberdayaan strategis memanfaatkan Komunitas Sadar Bencana (KOSANA), yang berpusat pada psikoedukasi kesehatan, masyarakat Desa Ngingasrembyong diberikan upaya pemberdayaan strategis untuk merevitalisasi upaya mitigasi dan kesiapsiagaan bencana banjir.

Kegiatan disusun secara sistematis menggunakan pendekatan *Participatory Action Research* (PAR). Metode ini menekankan prinsip dari, oleh, dan untuk masyarakat, sehingga peran masyarakat penting dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Kegiatan PAR tidak hanya berfokus pada transfer pengetahuan; tetapi juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat, mengubah perilaku, dan meningkatkan kapasitas kelembagaan secara berkelanjutan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Desa Ngingasrembyong, kec Sooko, Kab Mojokerto. Sasaran kegiatan adalah semua anggota yang terdaftar dalam satuan tugas Destana Desa Ngingasrembyong sejumlah 25 orang. Tahapan kegiatan meliputi:

1. Sosialisasi
Tahap sosialisasi difokuskan pada peningkatan kesadaran masyarakat melalui forum FGD (Focus Group Discussion). Target capaian pada tahap ini adalah keterlibatan aktif satgas Destana Satgas Destana, pejabat desa, BPBD, tenaga kesehatan, serta perwakilan masyarakat dari empat dusun, dengan tolak ukur peningkatan pemahaman dasar dan kesadaran mengenai risiko bencana dan pentingnya kesiapsiagaan berbasis komunitas.
2. Pelatihan
Pelatihan dilaksanakan melalui kegiatan pelatihan PPGD (Pertolongan Pertama Gawat Darurat) dan psikoedukasi kesehatan serta Workshop penguatan Destana dan simulasi bencana untuk memperkuat kesiapan mental dan sosial warga. Keberhasilan tahap ini diukur dengan keterlibatan 25 peserta selama kegiatan pelatihan.
3. Penerapan Teknologi Kontekstual
Tahapan ini diarahkan untuk mendukung kesiapsiagaan masyarakat melalui sarana yang sederhana namun efektif. Implementasinya meliputi pemberian teknologi inovasi pada masyarakat mitra antara lain buku panduan kesiapsiagaan banjir, poster edukasi tips selamat banjir, leaflet banjir, papan informasi penanda desa tangguh bencana, serta rambu bencana.
4. Pendampingan dan Evaluasi
Pasca pelatihan, pendampingan dilakukan secara terstruktur melalui observasi lapangan dan konsultasi teknis terkait praktik pengurangan risiko bencana. Pendekatan formatif, proses, dan sumatif digunakan untuk menilai program. Evaluasi formatif dilakukan saat persiapan program dengan menilai kesesuaian rencana dengan kebutuhan masyarakat; evaluasi proses dilakukan selama pelaksanaan kegiatan untuk memastikan partisipasi aktif peserta dan pencapaian target jumlah peserta; dan evaluasi sumatif dilakukan di akhir kegiatan untuk menilai efektivitas program, yang diukur dari data capaian.
5. Keberlanjutan Program
Untuk menjamin keberlanjutan program, Destana menjadi wadah sosial kemasyarakatan yang bertugas menjalankan kegiatan rutin, seperti simulasi banjir tahunan, sosialisasi kesehatan berbasis psikoedukasi, serta koordinasi lintas lembaga dengan pihak desa maupun BPBD.

HASIL

Kegiatan sosialisasi melalui forum FGD dilaksanakan tanggal 15-18 September 2024, dihadiri oleh kepala desa Ngingasrembyong, ketua destana, perwakilan kecamatan Sooko yaitu bagian ketertiban masyarakat, Babinsa, 4 orang perwakilan dari masing-masing dusun Pendowo, Dusun Sidonganti, Dusun Ngingasrembyong, dan Dusun Sanggrahan.



Gambar 1. Pelaksanaan FGD

Tahap ini berfungsi mengenalkan tujuan program, rencana kegiatan, serta peran masing-masing pihak agar terbentuk komitmen bersama. Hasil FGD telah disepakati yaitu kebutuhan untuk penguatan destana berupa penyusunan rencana aksi mengenai tugas-tugas destana pada masing-masing bidang serta kebutuhan literasi di bidang kesehatan terutama penanganan korban akibat bencana banjir.

Pada tahap pelatihan dilaksanakan pada tanggal 24-25 September 2025 di Pendopo Balai Desa Ngingasrembyong. Materi yang disampaikan mengenai penguatan destana yaitu penyusunan rencana aksi dan pemetaan jalur resiko bencana banjir di Desa Ngingasrembyong, pelatihan diberikan oleh BPBD Kabupaten Mojokerto. Metode yang diterapkan dalam kegiatan workshop penguatan destana adalah brainstorming peserta yang di bagi menjadi kelompok sesuai bidang. Materi psikoedukasi adalah tentang cara menurunkan stress akibat banjir tahunan. Materi PPGD dan BHD diberikan tentang penanganan cedera dan penanganan luka dan penyakit akibat banjir serta yang disampaikan oleh Tim PKM. Pelaksanaannya dilakukan dengan cara demonstrasi langsung oleh pemateri dengan mencontohkan pemasangan balut bidai, perawatan luka, dan tindakan resusitasi jantung paru untuk orang awam.



Gambar 2. Kegiatan PKM bersama mitra

Hasil pengukuran tingkat pengetahuan peserta destana tentang penguatan destana, PPGD dan BHD, serta kesehatan mental dan psikoedukasi dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Hasil tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pengukuran

No	Materi	Sebelum	Sesudah
1	Penguatan destana	33,4 %	89,7 %
2	Penanganan penyakit akibat bencana banjir melalui tindakan PPGD maupun BHD	40,9 %	93 %
3	Penanganan stress akibat banjir melalui Psikoedukasi	40,5 %	93 %

Hasil evaluasi tentang penguatan destana, pengetahuan peserta sebelum diberikan materi sebesar 33.4% dan setelah diberikan materi sebesar 89.7% tahu. Pengukuran pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta sebelum diberikan materi sebesar 40.9% peserta tahu dan semakin meningkat setelah diberikan materi menjadi 93% tahu tentang penanganan penyakit akibat bencana banjir melalui tindakan PPGD maupun BHD berbasis psikoedukasi kesehatan. Pengukuran tentang penanganan stress akibat banjir melalui psikoedukasi terdapat 40.5% peserta tahu sebelum diberikan materi dan meningkat menjadi 93% tahu setelah diberikan materi. Hasil diskusi pemetaan jalur resiko bencana banjir di Desa Ngingasrembyong dapat dilihat pada gambar dibawah ini.

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini peserta tampak antusias dan aktif memberikan umpan balik, baik melalui pertanyaan maupun berbagi pengalaman terkait kesiapsiagaan bencana. Suasana kelas berjalan interaktif, ditandai dengan diskusi kelompok kecil yang menghasilkan berbagai masukan praktis tentang pemetaan risiko banjir, mekanisme peringatan dini, serta koordinasi antarwarga. Pelatihan, workshop dan simulasi pada penguatan destana berbasis psikoedukasi kesehatan, PPGD dan BHD memberikan kontribusi yang signifikan pada peningkatan kapasitas masyarakat untuk menghadapi resiko bencana banjir tahunan. Adanya peningkatan kapasitas ini dapat diketahui dari hasil evaluasi melalui pretes dan postes dimana terdapat kenaikan pengetahuan dan ketrampilan peserta dalam memahami penguatan destana, kebencanaan, strategi mitigasi dan penanganan kondisi gawat darurat. Seperti yang disampaikan oleh (Koem et al., 2019) menyatakan program peningkatan kapasitas masyarakat dapat memberikan stimulus kepada pemerintah daerah dan masyarakat tentang pentingnya antisipasi bencana. Penguatan strategi mitigasi bencana berbasis komunitas serta perbaikan kebijakan kesiapsiagaan daerah dapat menjadi dasar pengambilan keputusan bagi pemerintah setempat dalam meningkatkan kapasitas masyarakat (Maharani & Mujahidin, 2025).

Kelembagaan masyarakat dalam satuan tugas destana dapat ditingkatkan kapasitasnya melalui kegiatan workshop penguatan destana. Dalam konteks ini KOSANA (Komunitas Sadar Bencana) dapat terintegrasi dalam destana yang kegiatannya dilakukan revitalisasi melalui pendekatan peningkatan *capacity building* yang menekankan pada penguatan pengetahuan, sikap dan ketrampilan masyarakat untuk mencapai ketangguhan dalam menghadapi bencana. Hal ini penting karena dengan kelembagaan formal akan memudahkan koordinasi lintas sector, memperkuat jaringan antar pemangku kepentingan, serta memfasilitasi transfer pengetahuan secara berkelanjutan (BPBD Jawa Timur, 2021). Selain itu, simulasi psikoedukasi kesehatan meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya kesehatan mental dalam situasi bencana. Pengalaman bencana seringkali menyebabkan trauma, kecemasan, dan tekanan psikologis, yang dapat memperburuk kondisi korban jika tidak ditangani. Psikoedukasi mengajarkan masyarakat tentang tanda-tanda gangguan psikologis dan strategi untuk mengelola stres dan mendapatkan dukungan sosial yang berbasis komunitas (World Health Organization, 2022). Hal ini meningkatkan elemen pencegahan dalam mengurangi kemungkinan trauma psikologis.

Pelatihan Pertolongan Pertama Gawat Darurat (PPGD) dan Bantuan Hidup Dasar (BHD) adalah komponen penting dari upaya untuk meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat di daerah rawan bencana. Hasil pelatihan menunjukkan peningkatan besar dalam keterampilan praktis masyarakat dalam tindakan penyelamatan awal seperti resusitasi jantung paru (RJP), penanganan luka, dan mencegah komplikasi

cedera. Peningkatan kemampuan ini sejalan dengan konsep *community-based disaster risk reduction* yang menekankan pentingnya membekali masyarakat dengan pengetahuan dan keterampilan dasar agar mampu menjadi penolong pertama sebelum tenaga kesehatan profesional tiba di lokasi (Sphere Association, 2018). Dengan demikian, masyarakat tidak hanya berperan sebagai penerima bantuan, tetapi juga sebagai garda terdepan dalam penyelamatan korban bencana.

Keterampilan PPGD dan BHD juga sangat relevan dalam konteks *golden period*, yaitu waktu emas pascabencana di mana intervensi cepat sangat menentukan peluang keselamatan korban. Menurut Kushayati et al., (2020), tindakan RJP yang dilakukan segera setelah henti jantung dapat meningkatkan kemungkinan bertahan hidup korban. Hal ini menunjukkan bahwa pelatihan BHD bukan hanya menambah pengetahuan, tetapi juga menciptakan kapasitas nyata yang dapat menyelamatkan nyawa. Dengan adanya pelatihan ini, komunitas menjadi lebih tangguh karena memiliki kemampuan respon cepat yang terintegrasi dengan sistem penanggulangan bencana di tingkat desa. Keberhasilan ini memperkuat argumen bahwa intervensi berbasis pelatihan praktis memiliki dampak langsung terhadap peningkatan resiliensi masyarakat.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa target luaran yang direncanakan untuk penggunaan teknologi inovasi telah dicapai melalui pelatihan psikoedukasi kesehatan, Pelatihan Pertolongan Pertama Gawat Darurat (PPGD), Bantuan Hidup Dasar (BHD), dan workshop penguatan Destana yang berfokus pada pembuatan rencana aksi dan peta risiko bencana desa. Hasilnya menunjukkan bahwa masyarakat lebih memahami aspek kesehatan dalam konteks bencana, lebih memahami cara menangani kedaruratan secara praktis, dan adanya peningkatan keberdayaan dengan menguasai metode mitigasi. Rencana aksi dan peta risiko bencana yang dibuat dapat digunakan sebagai pedoman operasional untuk Satgas Destana dalam menangani ancaman banjir dan bencana lain yang mungkin terjadi di wilayah desa. Selain itu, kegiatan ini meningkatkan optimisme dan kesiapsiagaan di kalangan masyarakat dan satgas, yang ditunjukkan dengan peningkatan komitmen untuk berpartisipasi aktif di setiap fase program. Dengan demikian, seluruh rangkaian kegiatan tidak hanya berhasil meningkatkan kapasitas teknis, tetapi juga memperkuat fondasi sosial dan kelembagaan masyarakat desa dalam upaya mewujudkan mitigasi dan preparedness bencana yang berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anitasari, B. (2024). *Trauma Healing Pascabencana Banjir Bandang di Pengungsian*. Penerbit NEM.
- BNPB. (2023). Buku Data Bencana Indonesia 2023. *Buku Data Bencana Indonesia*, 3, 3–11.
- BNPB. (2024). *Data Informasi Bencana Indonesia*. Jumlah Kejadian Bencana Alam Menurut Kabupaten_Kota Di Provinsi Jawa Timur, 2023. <https://dibi.bnpb.go.id/d>
- BPBD Jawa Timur. (2021). *Panduan Destana dengan Pendekatan Kolaborasi*. https://siapsiaga.or.id/wp-content/uploads/2024/07/Panduan-Destana-kolaborasi-berbasis-kawasan_Jawa-Timur.pdf
- Koem, S., Akase, N., & Muis, I. (2019). Peningkatan kapasitas masyarakat dalam mengurangi risiko bencana di Desa Bandung Rejo Kabupaten Gorontalo. *Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 176–184.
- Kushayati, N., Murtiyani, N., & Suidah, H. (2020). Transfer Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Dalam Pertolongan Kegawatdaruratan Pada Tatahan Keluarga. *Journal of Community Engagement and Employment*, 2(2), 151–156. <http://ojs.iik.ac.id/index.php/JCEE>
- Maharani, S. P., & Mujahidin, S. (2025). *Kesiapsiagaan Masyarakat Dalam Menghadapi Bencana Megathrust Di Kota Bandar Lampung Provinsi Lampung*. IPDN.
- Sphere Association. (2018). *Humanitarian charter and minimum standards in humanitarian response*.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies.

Triatmanto, B., Apriyanto, G., & Hidayatullah, S. (2024). *Model Pemberdayaan Masyarakat Holistik: Berorientasi Potensi Lokal*. Uwais Inspirasi Indonesia.

World Health Organization. (2022). *WHO guidelines on mental health at work*. World Health Organization.