JURNAL LINTAS KARSA
Vol. 03 No. 01 November 2026, hlmn. 1-14
https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/lintaskarsa
e-ISSN: 3123-3996 (online)



Peningkatan Resiliensi Masyarakat Desa Pule Kecamatan Jatikalen Kabupaten Nganjuk dalam Menghadapi Ujian dan Musibah Melalui Pendekatan Spiritual dan Psikososial

Deddi Fasmadhy Satiadharmanto[1*], Maslachah[2]

[1] UIN Syekh Wasil Kediri, Kediri, Indonesia
[2, 3] UIN Syekh Wasil Kediri, Kediri, Indonesia
*Corresponding author: hanyaujianini@gmail.com

Diterima: 18-09-2026	*Disetujui:* 23-10-2026	*Dipublikasi:* 30-11-2026

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan ketangguhan mental dan spiritual warga Desa Pule, Kecamatan Jatikalen, Kabupaten Nganjuk dalam menghadapi ujian dan musibah. Desa Pule merupakan wilayah rawan bencana banjir yang membutuhkan penguatan kapasitas psikososial masyarakat. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan Asset Based Community Development (ABCD) dengan tahapan discovery (menemukan aset lokal), dream (merumuskan impian bersama), design (merancang strategi), define (menetapkan tujuan), dan destiny (aksi mandiri). Peserta berjumlah 35 orang terdiri dari ibu-ibu PKK, tokoh agama, dan karang taruna. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang resiliensi dari 45% menjadi 85% serta terbentuknya Kelompok Siaga Bencana Desa Pule yang mengoptimalkan aset lokal berupa kearifan lokal gotong royong, keterampilan warga, dan potensi sumber daya alam. Kegiatan ini penting untuk membangun kemandirian masyarakat tangguh bencana yang tidak hanya siap secara fisik tetapi juga kuat secara mental-spiritual berbasis kekuatan sendiri.

Kata kunci: resiliensi masyarakat, pendekatan ABCD, ujian hidup, musibah, desa tangguh bencana

ABSTRACT

This community service activity aims to improve the mental and spiritual resilience of the residents of Pule Village, Jatikalen District, Nganjuk Regency in facing trials and disasters. Pule Village is a flood-prone area that requires strengthening the community's psychosocial capacity. The implementation method uses the Asset Based Community Development (ABCD) approach with stages of discovery (identifying local assets), dream (formulating shared dreams), design (designing strategies), define (setting goals), and destiny (independent action). Participants totaled 35 people consisting of PKK women, religious leaders, and youth organizations. The results showed an increase in participants' understanding of resilience from 45% to 85% and the formation of the Pule Village Disaster Preparedness Group which optimizes local assets in the form of local wisdom of mutual cooperation, community skills, and natural resource potential. This activity is important for building independent disaster-resilient communities that are not only physically prepared but also mentally-spiritually strong based on their own strengths.

Keywords: *Community Resilience; ABCD Approach; Life Trials; Disaster; Disaster Resilient Village.*

THIS WORK IS LICENSED UNDER A CREATIVE COMMONS ATTRIBUTION 4.0 INTERNATIONAL LICENSE

PENDAHULUAN

Desa Pule, yang terletak di Kecamatan Jatikalen, Kabupaten Nganjuk, adalah potret nyata dari wilayah yang bergulat dengan ancaman banjir setiap musim penghujan. Topografi yang tidak bersahabat dan sistem drainase yang belum memadai telah menjadikan banjir sebagai langganan tahunan. Mahbubah et al. (2021) dalam kajian mereka mengingatkan bahwa Kabupaten Nganjuk termasuk wilayah dengan potensi ancaman bencana yang signifikan. Di sinilah program pengurangan risiko bencana berbasis komunitas bukan lagi sekadar wacana, melainkan kebutuhan mendesak untuk membangun masyarakat yang tidak hanya tangguh, tetapi juga mandiri.

Di balik ancaman fisik itu, terdapat kekayaan sosial yang patut dicatat. Masyarakat Desa Pule memiliki tradisi gotong royong yang mengakar dan kehidupan beragama yang aktif. Namun, ketika banjir datang, kekayaan sosial ini seolah redup oleh tekanan psikologis yang melanda warga. Kecemasan, trauma, dan rasa tidak berdaya menjadi tamat yang tak kalah mengganggu. Hendriati et al. (2024) menegaskan bahwa dukungan kesehatan mental dan psikososial adalah kebutuhan mendasar bagi para penyintas bencana. Ia membantu mereka untuk tetap terhubung, memelihara harapan, merasa aman, dan menemukan ketenangan melalui rutinitas harian serta dukungan sosial yang tulus.

Sayangnya, observasi awal kami bersama perangkat desa dan tokoh masyarakat mengungkap sebuah realitas yang memprihatinkan. Selama ini, penanganan bencana masih berkutat pada bantuan fisik pascabencana. Aspek penguatan mental-spiritual—bagaimana masyarakat memaknai ujian dan musibah nyaris tak tersentuh. Padahal, Surwandono (2023) dengan tegas menyatakan bahwa ketahanan komunitas di daerah rawan bencana harus dibangun dengan menggali dan mengimplementasikan kearifan lokal dalam kerangka desa tangguh bencana. Kearifan itu ada, ia hanya menunggu untuk dihidupkan kembali.

Dari analisis situasi di atas, setidaknya ada tiga persoalan prioritas yang kami identifikasi bersama masyarakat. Pertama, rendahnya kapasitas psikososial. Masyarakat belum memiliki bekal yang memadai untuk mengelola stres, kecemasan, dan trauma pascabencana. Mereka tahu bagaimana menyelamatkan barang, tapi tidak tahu bagaimana menyelamatkan jiwa dari keputusasaan. Sugianto et al. (2022) telah membuktikan bahwa kegiatan *trauma healing* mampu meredam kecemasan dan memulihkan kondisi emosional masyarakat terdampak bencana. Ini bukan sekadar terapi, ini adalah kebutuhan darurat.

Kedua, aset lokal yang belum tergali optimal. Modal sosial, kearifan lokal, dan sumber daya manusia yang ada belum dimanfaatkan secara maksimal untuk membangun ketahanan menghadapi bencana. Dimana Surwanti et al. (2023) menunjukkan bahwa pendekatan berbasis aset yang melibatkan seluruh elemen masyarakat—termasuk kelompok rentan—justru melahirkan inovasi dan prosedur evakuasi yang lebih baik. Kekuatan sejati sebuah desa bukan terletak pada apa yang datang dari luar, tetapi pada apa yang selama ini terpendam di dalam.

Ketiga, tidak adanya wadah kelembagaan. Belum ada kelompok siaga bencana yang secara khusus mengintegrasikan pendekatan spiritual dengan upaya mitigasi berbasis

komunitas. Zakiyah et al. (2025) menemukan bahwa pembentukan Desa Tangguh Bencana (Destana) terbukti ampuh meningkatkan kesiapsiagaan dan ketahanan kelembagaan. Tanpa wadah, semangat gotong royong hanya akan menguap bersama air banjir yang surut.

Berhadapan dengan tiga persoalan itu, kami menawarkan sebuah program yang tidak muluk-muluk, tetapi menyentuh akar: penguatan kapasitas masyarakat dalam menghadapi ujian dan musibah melalui pendekatan spiritual dan psikososial yang berpijak pada aset lokal.

Iptek yang kami tawarkan mencakup tiga hal. Pertama, modul pelatihan resiliensi berbasis spiritualitas. Modul ini memadukan nilai-nilai klasik yang sudah lama dikenal—kesabaran, keikhlasan, doa dengan teknik manajemen stres pascabencana yang lebih modern. Soemardjo et al. (2023) mengingatkan bahwa program pemulihan semangat dan penyembuhan trauma sangat efektif meringankan beban psikologis penyintas. **Kedua**, pendampingan pembentukan Kelompok Siaga Bencana Desa. Kelompok ini akan mengoptimalkan aset lokal: tokoh agama sebagai penjaga nilai, ibu-ibu PKK sebagai pilar ketahanan keluarga, dan karang taruna sebagai agen perubahan. Chotib et al. (2024) menegaskan bahwa pelatihan kesiapsiagaan berbasis komunitas secara efektif memberdayakan penduduk dan membangun kohesi sosial. **Ketiga**, pengembangan sistem peringatan dini berbasis kearifan lokal, serta jalur evakuasi yang ramah terhadap kelompok rentan.

Prosedur kerja kami berpijak pada pendekatan *Asset Based Community Development* (ABCD). Lima tahap kami lalui bersama masyarakat: *discovery*—memetakan aset lokal yang selama ini tersembunyi; *dream*—merumuskan mimpi bersama tentang desa tangguh; *design*—merancang program yang sesuai dengan kebutuhan; *define*—menetapkan peran masing-masing; dan *destiny*—melangkah bersama menuju kemandirian. Rosdiyani (2020) menekankan bahwa peningkatan pengetahuan dan pengendalian diri dari ketakutan terhadap bencana hanya mungkin tercapai jika masyarakat terlibat aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan.

Tujuan akhir dari semua ini sederhana namun ambisius: meningkatkan resiliensi masyarakat Desa Pule. Bukan sekadar ketahanan fisik, tetapi ketahanan yang berakar pada mental-spiritual yang kokoh dan kelembagaan siaga bencana yang lahir dari kesadaran kolektif. Rumambi et al. (2025) telah mengkonfirmasi bahwa ketahanan bencana yang berkelanjutan mensyaratkan keterlibatan masyarakat, pengetahuan tradisional, dan kerja sama multi-sektor. Inilah yang kami coba bangun, perlahan tapi pasti, di Desa Pule.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan Asset Based Community Development (ABCD), yaitu metode pemberdayaan yang menekankan pada pemanfaatan aset dan potensi lokal sebagai dasar pengembangan komunitas, bukan berfokus pada masalah atau kekurangan (Harrison et al., 2019). Pelaksanaan kegiatan mengacu pada

tahapan ABCD yang terdiri dari 5D, meliputi: discovery (pemetaan aset masyarakat Desa Pule melalui observasi, wawancara dengan tokoh kunci, dan survei partisipatif), dream (perumusan impian bersama tentang penguatan spiritual dan psikososial dalam menghadapi ujian dan musibah melalui forum group discussion), design (perancangan program pelatihan resiliensi berbasis spiritual dan pembentukan Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual), define (penetapan tujuan dan pembagian peran masing-masing elemen masyarakat), dan destiny (implementasi program berupa penyuluhan peningkatan pemahaman resiliensi berbasis spiritual, pelatihan keterampilan psikososial dan trauma healing dengan pendekatan religi, serta pendampingan pembentukan kelembagaan pendampingan spiritual). Tahapan ini sejalan dengan penerapan ABCD dalam berbagai program pemberdayaan masyarakat yang menekankan partisipasi aktif dan penguatan kapasitas komunitas (Ma, et al., 2024; Adinugraha et al., 2024).

Partisipasi mitra diwujudkan melalui keterlibatan aktif 35 peserta yang terdiri dari ibu-ibu PKK, tokoh agama, karang taruna, dan perangkat desa dalam seluruh tahapan kegiatan, mulai dari identifikasi aset spiritual dan sosial, perencanaan program penguatan mental-spiritual, hingga pelaksanaan aksi mandiri berupa pendampingan psikososial berbasis nilai-nilai keagamaan. Keterlibatan aktif masyarakat ini merupakan prinsip kunci dalam pendekatan ABCD, di mana masyarakat diposisikan sebagai subjek pembangunan yang memiliki kapasitas untuk mengidentifikasi dan memobilisasi aset yang mereka miliki (Harrison et al., 2019; Qusairi et al., 2025). Keberhasilan kegiatan diukur melalui peningkatan pemahaman peserta tentang resiliensi berbasis spiritual (minimal 80% peserta mengalami peningkatan skor) dan terbentuknya Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual yang memiliki struktur organisasi serta program kerja yang jelas dalam memberikan dukungan mental dan spiritual bagi warga yang menghadapi ujian dan musibah. Pengukuran keberhasilan melalui pre-test dan post-test ini merupakan metode evaluasi yang umum digunakan dalam program pengabdian masyarakat untuk mengukur efektivitas intervensi peningkatan kapasitas (Heriyanto et al., 2025; Dariyo et al., 2024).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Peningkatan Pemahaman Resiliensi Berbasis Spiritual dan Psikososial

Kegiatan pengabdian masyarakat ini berhasil menjangkau 35 peserta yang terdiri dari ibu-ibu PKK, tokoh agama, karang taruna, dan perangkat Desa Pule. Untuk mengukur tingkat keberhasilan program dalam meningkatkan kapasitas spiritual dan psikososial masyarakat, dilakukan evaluasi melalui pre-test dan post-test yang mengukur pemahaman peserta tentang konsep resiliensi berbasis spiritual, sikap bijak menghadapi ujian dan musibah menurut perspektif agama, serta keterampilan manajemen stres dan trauma healing. Instrumen evaluasi berupa 15 soal pilihan ganda yang mencakup materi penyuluhan dan pelatihan yang telah diberikan. Penggunaan pre-test dan post-test ini sejalan dengan metode evaluasi program pengabdian masyarakat yang efektif untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta (Heriyanto et al., 2025; Dariyo et al., 2024). Pendekatan ini juga direkomendasikan dalam evaluasi program peningkatan kapasitas komunitas berbasis spiritual (Harrison et al., 2019).

Hasil analisis menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan pada seluruh peserta. Nilai rata-rata pre-test peserta adalah 45,2%, sementara nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 85,6%. Dengan demikian, terjadi peningkatan pemahaman sebesar 40,4% setelah mengikuti rangkaian kegiatan pengabdian. Peningkatan ini melampaui indikator keberhasilan yang ditargetkan, yaitu minimal 80% peserta mengalami peningkatan skor. Temuan ini sejalan dengan penelitian Heriyanto et al. (2025) yang membuktikan bahwa pelatihan dan evaluasi dengan pre-test dan post-test efektif sebagai sarana peningkatan literasi dan pemahaman peserta. Demikian pula, Dariyo et al. (2024) menemukan bahwa kegiatan pelatihan memberikan pengaruh secara kognitif terhadap peningkatan pemahaman peserta, yang ditunjukkan dengan adanya perbedaan nilai rerata antara pre-test dan post-test.

Tabel 1. Peningkatan Pemahaman Spiritual dan Psikososial Peserta

Indikator Pemahaman	Rata-rata Pre-test	Rata-rata Post-test	Peningkatan
Konsep ujian dan musibah dalam perspektif spiritual	42%	86%	44%
Sikap sabar, ikhlas, dan tawakal menghadapi cobaan	48%	90%	42%
Teknik manajemen stres berbasis dzikir dan doa	40%	84%	44%
Keterampilan trauma healing dan pertolongan pertama psikologis	38%	82%	44%
Kemampuan pendampingan spiritual bagi sesama	58%	86%	28%
Rata-rata Keseluruhan	**45,2%**	**85,6%**	**40,4%**

Peningkatan tertinggi terjadi pada indikator pemahaman tentang konsep ujian dalam perspektif spiritual, teknik manajemen stres berbasis dzikir dan doa, serta keterampilan trauma healing yang masing-masing meningkat sebesar 44%. Hal ini menunjukkan bahwa materi pelatihan yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual dengan pendekatan psikososial modern lebih mudah diserap dan dipahami oleh masyarakat. Temuan ini diperkuat oleh penelitian Hendriati et al. (2024) yang membuktikan bahwa program dukungan kesehatan

mental dan psikososial yang mengintegrasikan nilai-nilai lokal dan spiritual efektif membantu penyintas bencana untuk terhubung, mendapatkan harapan, merasa lebih aman, dan lebih tenang melalui kegiatan rutin harian dan dukungan spiritual. Sejalan dengan itu, Soemardjo et al. (2023) dalam program pemulihan semangat dan trauma healing bagi anak terdampak gempa Cianjur menegaskan bahwa pendekatan spiritual yang dipadukan dengan teknik penyembuhan trauma modern memberikan hasil signifikan dalam meringankan beban psikologis penyintas. Demikian pula, program dukungan kesehatan jiwa dan psikososial pascabencana di Aceh Tengah (Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia, 2025) membuktikan bahwa pendampingan dengan pendekatan sederhana, aplikatif, dan mudah diterapkan oleh masyarakat terbukti efektif membekali warga dengan keterampilan manajemen stres melalui teknik thought stopping, hipnotis lima jari, serta latihan relaksasi napas dalam yang diintegrasikan dengan nilai-nilai spiritual.

2. Penguatan Kapasitas Spiritual Masyarakat

Salah satu luaran utama dari kegiatan pengabdian ini adalah terbentuknya pemahaman yang mendalam di kalangan masyarakat tentang hakikat ujian dan musibah dalam perspektif spiritual. Melalui serangkaian penyuluhan dan pendampingan, peserta diajak untuk merefleksikan bahwa setiap ujian dan musibah yang datang merupakan bagian dari ketentuan Ilahi yang mengandung hikmah dan bertujuan meningkatkan derajat kemanusiaan. Temuan ini sejalan dengan penelitian Surwandono (2023) yang menegaskan bahwa ketahanan komunitas di daerah rawan bencana perlu dibangun dengan mengeksplorasi dan mengimplementasikan kearifan lokal, termasuk nilai-nilai spiritual dan religius, dalam kerangka penguatan masyarakat. Penguatan pemahaman spiritual dalam menghadapi musibah juga merupakan bagian penting dari dukungan psikososial berbasis komunitas, sebagaimana ditemukan Yudanagara et al. (2025) bahwa integrasi antara pengurangan risiko bencana dan dukungan psikososial perlu mempertimbangkan perspektif komunitas dan sumber-sumber dukungan spiritual yang tersedia di masyarakat lokal.

Tokoh agama Nyai Maslachah menyampaikan bahwa pendekatan spiritual ini sangat relevan dengan kondisi masyarakat yang mayoritas beragama Islam. "Selama ini masyarakat tahu bahwa sabar dan ikhlas itu penting, tapi belum paham bagaimana mengimplementasikannya secara konkret saat musibah datang. Setelah mengikuti kegiatan ini, mereka memiliki panduan praktis, seperti amalan-amalan doa khusus saat menghadapi bencana dan cara menenangkan hati dengan dzikir," ungkapnya dalam sesi evaluasi. Pernyataan ini memperkuat temuan Hendriati et al. (2024) bahwa program dukungan kesehatan mental dan psikososial yang mengintegrasikan nilai-nilai spiritual efektif membantu penyintas bencana untuk terhubung, mendapatkan harapan, merasa lebih aman, dan lebih tenang melalui aktivitas spiritual seperti doa dan dzikir bersama.

Kegiatan ini juga menghasilkan Modul Pendampingan Spiritual "Hikmah di Balik Musibah" yang disusun bersama oleh tim pengabdian dan para tokoh agama setempat. Modul ini memuat: (1) konsepsi ujian dalam Al-Qur'an dan Hadits; (2) amalan-amalan doa dan dzikir untuk ketenangan hati; (3) teknik muhasabah dan introspeksi diri pascabencana; (4) panduan takziah dan pendampingan spiritual bagi keluarga terdampak; serta (5) kumpulan kisah inspiratif tentang kesabaran para nabi dan orang saleh dalam menghadapi cobaan.

Modul ini menjadi pegangan bagi kader-kader spiritual desa yang akan melakukan pendampingan kepada warga saat terjadi musibah. Pendekatan berbasis aset lokal ini sejalan dengan temuan Surwandono (2023) bahwa ketahanan komunitas di daerah rawan bencana perlu dibangun dengan mengeksplorasi dan mengimplementasikan kearifan lokal, termasuk nilai-nilai spiritual dan religius, dalam kerangka desa tangguh bencana.

3. Pembentukan Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual (P2S)

Berbasis pada aset lokal yang dimiliki Desa Pule, kegiatan pengabdian ini berhasil membentuk Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual (P2S) "Pule Berkah". Tim ini beranggotakan 20 orang yang terdiri dari tokoh agama (5 orang), mubalighah dan guru ngaji (5 orang), kader PKK yang terlatih kesehatan jiwa (5 orang), serta pemuda karang taruna yang memiliki kepedulian sosial (5 orang). Struktur organisasi P2S meliputi koordinator umum, sekretaris, serta dua divisi utama: (1) Divisi Pendampingan Spiritual yang bertugas memberikan dukungan religius, memimpin doa bersama, takziah, dan pengajian khusus bagi penyintas bencana; (2) Divisi Dukungan Psikososial yang bertugas melakukan trauma healing, konseling sebaya (peer counseling), dan aktivitas pemulihan emosional bagi kelompok rentan (anak-anak, lansia, ibu hamil).

Pembentukan P2S ini mengoptimalkan aset spiritual dan sosial yang telah diidentifikasi pada tahap discovery, antara lain: (1) aset individu: kedalaman ilmu agama para kyai dan ustadzah, pengalaman para kader dalam mendampingi warga yang tertimpa musibah, semangat gotong royong pemuda; (2) aset sosial: forum silaturahmi pengajian rutin, majelis taklim ibu-ibu, kelompok yasinan; (3) aset kelembagaan: dukungan dari Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Jatikalen dan Puskesmas; serta (4) aset spiritual: tradisi tahlilan, istighosah, dan doa bersama yang sudah mengakar di masyarakat.

Pendekatan berbasis aset ini sejalan dengan prinsip Asset Based Community Development (ABCD) yang menekankan bahwa setiap komunitas memiliki kapasitas dan sumber daya yang dapat dimobilisasi untuk memecahkan masalah mereka sendiri (Harrison et al, 2019). Ma et al. (2024) menegaskan bahwa model ABCD yang berfokus pada kolaborasi dan pembangunan aset secara efektif meningkatkan program layanan masyarakat dengan mempromosikan keberlanjutan dan dampak yang bertahan lama. Penguatan kelembagaan berbasis aset lokal seperti P2S ini juga merupakan strategi efektif dalam membangun ketahanan komunitas menghadapi bencana, sebagaimana ditemukan Surwandono (2023) bahwa eksplorasi dan implementasi kearifan lokal, termasuk nilai-nilai spiritual dan religius, merupakan fondasi penting dalam membangun desa tangguh bencana. Lebih lanjut, keterlibatan tokoh agama dan kelompok keagamaan dalam dukungan psikososial terbukti efektif membantu pemulihan trauma komunitas pascabencana (Hendriati et al., 2024; Soemardjo et al., 2023).

Hal ini sejalan dengan pendekatan ABCD yang menekankan pemanfaatan aset dan potensi lokal sebagai dasar pengembangan komunitas. Harrison, Blickem, Lamb, Kirk, dan Vassilev (2019) menegaskan bahwa pendekatan ABCD paling efektif dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ketika didukung oleh hubungan yang saling percaya dan model yang berkelanjutan secara sosial. Senada dengan itu, Ma et al. (2024) menemukan bahwa model ABCD yang berfokus pada kolaborasi, pembangunan aset, dan pemecahan masalah

secara efektif meningkatkan program layanan masyarakat dengan mempromosikan keberlanjutan dan dampak yang bertahan lama.

4. Pelatihan dan Praktik Trauma Healing Berbasis Spiritual

Untuk membekali anggota P2S dengan keterampilan yang memadai, dilaksanakan pelatihan intensif selama tiga hari dengan materi yang mengintegrasikan pendekatan spiritual dan psikososial. Pelatihan ini meliputi:

a. Teknik Relaksasi Berbasis Dzikir dan Doa
Peserta dilatih untuk mempraktikkan teknik relaksasi napas dalam yang dikombinasikan dengan dzikir (mengingat Allah). Teknik ini meliputi: tarik napas panjang sambil membaca "Ya Hayyu Ya Qayyum", tahan napas sambil membaca "La ilaha illa anta", dan hembuskan napas perlahan sambil membaca "Subhanallah". Teknik ini terbukti efektif menurunkan tingkat kecemasan dan menciptakan ketenangan batin.

b. Terapi Dzikir Kolektif untuk Pemulihan Trauma Komunal
Peserta mempelajari metode pelaksanaan dzikir dan doa bersama (istighosah) sebagai intervensi psikososial tingkat komunitas. Pendekatan ini memanfaatkan kekuatan kolektif dan dukungan sosial yang dibingkai dalam ritual keagamaan. Sebagaimana ditemukan Hendriati, Yulianto, dan Prasetyo (2024), program dukungan kesehatan mental dan psikososial bagi penyintas bencana efektif membantu mereka untuk terhubung, mendapatkan harapan, merasa lebih aman, dan lebih tenang melalui kegiatan rutin harian dan dukungan spiritual.

c. Konseling Sebaya (Peer Counseling) Berbasis Nilai-Nilai Islami
Anggota P2S dilatih menjadi konselor sebaya yang mampu memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada warga yang mengalami tekanan psikologis. Materi meliputi keterampilan mendengar aktif, empati, dan penguatan spiritual dengan merujuk pada ayat-ayat Al-Qur'an dan hadits tentang kesabaran dan harapan.

d. Trauma Healing untuk Anak melalui Permainan dan Cerita Religi
Peserta dibekali keterampilan melakukan trauma healing pada anak-anak melalui permainan edukatif, mewarnai, mendongeng dengan kisah-kisah nabi, serta aktivitas seni yang mengekspresikan emosi. Tim Konseling Trauma Universitas Negeri Padang (2025) membuktikan bahwa aktivitas trauma healing, art therapy, dan play therapy dirancang untuk membantu mengekspresikan emosi, mengurangi kecemasan, serta memulihkan rasa aman pascabencana.

e. Penguatan Sistem Dukungan Spiritual dan Psikososial Berbasis Komunitas

1) Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual (P2S) "Pule Berkah" bersama tim pengabdian berhasil menyusun **Protokol Dukungan Spiritual dan Psikososial Komunitas** yang memuat: (1) mekanisme deteksi dini gangguan psikologis pascabencana; (2) prosedur pendampingan spiritual bagi penyintas dan keluarga terdampak; (3) panduan pelaksanaan terapi dzikir kolektif; (4) sistem rujukan kasus berat ke Puskesmas atau tenaga profesional; (5) jadwal pengajian rutin dan kajian tematik tentang ketangguhan menghadapi ujian; serta (6) mekanisme aktivasi posko dukungan psikospiritual saat terjadi musibah.
2) Protokol ini menekankan bahwa dukungan psikososial tidak dapat dipisahkan dari kebutuhan spiritual masyarakat. Pendekatan ini sejalan dengan temuan Yudanagara et al. (2025) bahwa integrasi antara pengurangan risiko bencana dan dukungan psikososial perlu mempertimbangkan perspektif komunitas dan sumber-sumber dukungan yang tersedia di masyarakat lokal. Penelitian mereka terhadap 20 Desa Tangguh Bencana (Destana) di Jawa Timur menemukan bahwa program Destana

selama ini lebih berfokus pada manajemen bencana berbasis fisik dan ekonomi, sementara aspek kesehatan mental dan psikospiritual belum mendapatkan perhatian memadai. Kegiatan di Desa Pule hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengintegrasikan dukungan spiritual dan psikososial ke dalam kerangka ketahanan komunitas.

5. Faktor Pendorong dan Penghambat Pelaksanaan Program

a. Faktor Pendorong

Keberhasilan program penguatan spiritual dan psikososial ini tidak lepas dari beberapa faktor pendukung, yaitu:

Pertama, dukungan penuh dari para tokoh agama dan tokoh masyarakat Desa Pule yang menjadi garda terdepan dalam menggerakkan partisipasi warga. Keterlibatan aktor lokal seperti kyai, ustadz, dan pemimpin pengajian terbukti menjadi penggerak utama keberhasilan pemberdayaan berbasis spiritual, sebagaimana ditemukan Rahmatullah et al. (2025) dalam penelitiannya di Desa Ciheulang.

Kedua, antusiasme dan partisipasi aktif masyarakat, terutama ibu-ibu majelis taklim dan jamaah pengajian, dalam setiap tahapan kegiatan. Tingkat kehadiran peserta selama tiga bulan pendampingan mencapai rata-rata 92%. Partisipasi aktif ini sejalan dengan prinsip ABCD yang menekankan bahwa masyarakat adalah subjek pembangunan, bukan objek (Harrison et al., 2019).

Ketiga, kearifan lokal berupa tradisi keagamaan yang kuat, seperti istighosah, tahlilan, dan yasinan, menjadi modal spiritual yang mempercepat proses internalisasi nilai-nilai resiliensi di kalangan masyarakat. Pengalaman serupa ditemukan dalam program The Hub di Australia (Australian Disaster Resilience Knowledge Hub, 2024), di mana pengembangan program berbasis konsultasi dengan masyarakat memaksimalkan pengalaman, pengetahuan, dan kapasitas mereka untuk memperkuat dan mendukung jaringan serta sumber daya yang ada.

b. Faktor Penghambat

Beberapa tantangan yang dihadapi selama pelaksanaan kegiatan antara lain:

Pertama, masih adanya anggapan di sebagian kecil masyarakat (sekitar 15%) bahwa ujian dan musibah adalah "takdir" yang harus diterima tanpa perlu upaya psikologis untuk pemulihan. Pandangan fatalistik ini perlu diluruskan melalui pendekatan yang lebih mendalam bahwa sabar dan ikhlas bukan berarti pasif, tetapi justru membutuhkan kekuatan mental dan spiritual untuk bangkit kembali. Soemardjo et al (2023) dalam program pemulihan semangat dan trauma healing bagi anak terdampak gempa Cianjur menegaskan bahwa pendekatan spiritual perlu diimbangi dengan pemahaman bahwa ikhtiar lahiriah tetap diperlukan.

Kedua, keterbatasan tenaga pendamping yang memiliki kompetensi ganda (spiritual dan psikososial) secara simultan. Untuk mengatasi hal ini, tim pengabdian melakukan pelatihan berjenjang dan supervisi berkala kepada anggota P2S, serta memfasilitasi kemitraan dengan Puskesmas dan KUA untuk pendampingan kasus-kasus berat.

Ketiga, kesulitan dalam menjangkau warga yang tinggal di pelosok dan jarang mengikuti kegiatan keagamaan rutin di masjid atau mushola. Solusi yang diterapkan adalah melakukan pendekatan door to door oleh anggota P2S, memanfaatkan momen silaturahmi keluarga, serta mengintegrasikan pesan-pesan resiliensi dalam kegiatan pengajian keliling (majelis ta'lim kelliling) yang sudah berjalan.

6. Dampak Spiritual dan Psikososial Program

Kegiatan pengabdian ini memberikan dampak yang mendalam bagi kehidupan spiritual dan psikososial masyarakat Desa Pule. Berdasarkan evaluasi akhir, wawancara mendalam, dan observasi partisipatif, ditemukan beberapa dampak positif:

a. **Peningkatan Kualitas Spiritual (Spiritual Well-being)**
Peserta mengalami peningkatan kualitas spiritual yang ditandai dengan: (a) meningkatnya intensitas ibadah dan dzikir; (b) tumbuhnya kesadaran bahwa musibah adalah sarana introspeksi diri (muhasabah); (c) berkurangnya rasa putus asa dan keluhan saat menghadapi kesulitan. Seorang peserta, Ibu Siti Aminah (45 tahun), mengungkapkan: "Sekarang saya paham, banjir yang datang bukan akhir segalanya. Justru saya jadi rajin istighfar dan muhasabah, mungkin ada dosa yang perlu diampuni. Hati jadi lebih tenang."

b. **Pemulihan Trauma dan Kecemasan (Psychological Recovery)**
Warga yang sebelumnya mengalami kecemasan berlebih setiap kali hujan deras turun, setelah mengikuti pelatihan trauma healing dan terapi dzikir kolektif menunjukkan penurunan tingkat kecemasan yang signifikan. Mereka memiliki strategi coping yang lebih adaptif, seperti melakukan relaksasi napas dengan dzikir, mengajak keluarga mengaji bersama, atau sekadar berkumpul dengan tetangga untuk saling menguatkan. Hal ini sejalan dengan program penyembuhan trauma (trauma healing) yang efektif mengurangi kecemasan dan memulihkan kondisi emosional pada masyarakat terdampak bencana (Sugianto et al., 2022).

c. **Penguatan Kohesi Sosial Berbasis Spiritual (Spiritual Social Cohesion)**
Terjalinnya ikatan kebersamaan yang lebih erat antarwarga dalam aktivitas keagamaan dan dukungan sosial. Tradisi gotong royong yang sudah ada semakin diperkuat dengan dimensi spiritual, di mana membantu sesama yang tertimpa musibah dipahami sebagai ibadah dan bentuk keimanan. Chotib et al. (2024) menegaskan bahwa pelatihan kesiapsiagaan bencana berbasis komunitas secara efektif memberdayakan penduduk dan membangun ketahanan serta kohesi sosial.

d. **Keberlanjutan Program Berbasis Komunitas (Community Sustainability)**
Terbentuknya Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual (P2S) "Pule Berkah" yang memiliki legitimasi dari masyarakat dan dukungan penuh dari pemerintah desa serta KUA menjadi jaminan keberlanjutan program. P2S telah menyusun program kerja mandiri yang meliputi: pengajian rutin dengan tema ketangguhan menghadapi ujian, pendampingan takziah dan keluarga berduka, pelatihan trauma healing berjenjang bagi kader baru, serta kerja sama dengan Puskesmas untuk deteksi dini gangguan mental.

e. Untuk memastikan keberlanjutan program, telah disepakati beberapa langkah lanjutan: (1) pengukuhan P2S melalui Peraturan Desa tentang Layanan Dukungan Psikospiritual; (2) alokasi Dana Desa untuk operasional P2S dan kegiatan keagamaan; (3) kemitraan dengan KUA Kecamatan Jatikalen untuk pelatihan lanjutan bagi pendamping spiritual; (4) pembuatan modul dan media dakwah tentang resiliensi berbasis spiritual; serta (5)

pendampingan berkala oleh tim pengabdian setiap tiga bulan sekali selama satu tahun ke depan.

f. Hal ini sejalan dengan rekomendasi Ma et al. (2024) yang menekankan perlunya program pengabdian masyarakat yang terstruktur, berkelanjutan, dan disesuaikan dengan kebutuhan, dengan penekanan pada kesinambungan perencanaan, stabilitas program, dan dampak jangka panjang untuk manfaat komunitas yang langgeng. Demikian pula, studi dari Leeds City Council (2025) membuktikan bahwa pendekatan ABCD memberikan social return on investment (SROI) yang signifikan, di mana investasi dalam penguatan modal sosial dan spiritual komunitas memberikan dampak berlipat bagi kesejahteraan masyarakat secara holistik.



Gambar 1. Istighosah dan Doa Bersama yang Dipimpin Nyai Maslachah sebagai Penguatan Spiritual Komunitas

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan pendekatan *Asset Based Community Development* (ABCD) di Desa Pule, Kecamatan Jatikalen, Kabupaten Nganjuk, berhasil meningkatkan kapasitas spiritual dan psikososial masyarakat dalam menghadapi ujian dan musibah. Melalui tahapan *discovery*, *dream*, *design*, *define*, dan *destiny*, program ini mampu mengidentifikasi dan mengoptimalkan aset lokal berupa tokoh agama, tradisi keagamaan, dan modal sosial yang telah mengakar di masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta tentang resiliensi berbasis spiritual sebesar 40,4%, dengan peningkatan tertinggi pada indikator pemahaman konsep ujian dalam perspektif spiritual, teknik manajemen stres berbasis dzikir dan doa, serta keterampilan trauma healing yang masing-masing meningkat sebesar 44%. Keberhasilan ini membuktikan bahwa integrasi nilai-nilai spiritual dengan pendekatan psikososial modern lebih mudah diserap dan dipraktikkan oleh masyarakat karena sesuai dengan kearifan lokal dan keyakinan yang dianut (Hendriati et al., 2023).

Luaran utama kegiatan ini adalah terbentuknya Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual (P2S) "Pule Berkah" yang beranggotakan 20 orang dari unsur tokoh agama, mubalighah, kader PKK, dan karang taruna. Tim ini memiliki struktur organisasi yang jelas dengan dua divisi utama, yaitu Divisi Pendampingan Spiritual dan Divisi Dukungan Psikososial, serta telah menyusun program kerja mandiri yang berkelanjutan. Terbentuknya P2S ini menunjukkan bahwa pendekatan berbasis aset mampu menciptakan kelembagaan lokal yang kuat dan mandiri karena lahir dari potensi yang dimiliki masyarakat sendiri, bukan intervensi dari luar (Harrison et al., 2019; Ma et al., 2024). Penguatan kapasitas spiritual dan psikososial masyarakat melalui istighosah, doa bersama, pendampingan takziah, serta pelatihan trauma healing berbasis religi telah memberikan dampak nyata berupa peningkatan ketenangan batin, penurunan kecemasan menghadapi bencana, dan penguatan kohesi sosial warga Desa Pule. Hal ini sejalan dengan temuan Yudanagara et al. (2025) bahwa integrasi dukungan psikososial dengan nilai-nilai spiritual dan kearifan lokal merupakan strategi efektif dalam membangun ketahanan komunitas menghadapi bencana.

Saran

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian ini, beberapa saran yang dapat direkomendasikan adalah sebagai berikut. Pertama, bagi Pemerintah Desa Pule, perlu segera mengukuhkan Tim Pendamping Psikososial dan Spiritual (P2S) "Pule Berkah" melalui Peraturan Desa serta mengalokasikan Dana Desa untuk mendukung operasional dan keberlanjutan program pendampingan spiritual dan psikososial bagi warga yang terdampak musibah.

Kedua, bagi Kantor Urusan Agama (KUA) Kecamatan Jatikalen dan Puskesmas setempat, disarankan untuk menjalin kemitraan berkelanjutan dengan P2S dalam bentuk pelatihan lanjutan, supervisi berkala, serta sistem rujukan bagi warga yang membutuhkan pendampingan lebih intensif. Hal ini penting karena kolaborasi multi-sektor terbukti memperkuat ketahanan komunitas dalam menghadapi bencana (Rumambi et al., 2025).

Ketiga, bagi masyarakat Desa Pule, diharapkan dapat memanfaatkan P2S sebagai wadah untuk saling menguatkan secara spiritual dan psikososial, serta secara aktif mengikuti kegiatan pengajian rutin, istighosah, dan pelatihan trauma healing yang telah diprogramkan, karena ketahanan komunal hanya dapat terwujud melalui partisipasi aktif seluruh warga (Chotib et al., 2024). Keempat, bagi tim pengabdian selanjutnya, direkomendasikan untuk melakukan pendampingan lanjutan guna mengevaluasi efektivitas program dalam jangka panjang serta mengembangkan modul pelatihan serupa yang dapat direplikasi di desa-desa rawan bencana lainnya dengan mempertimbangkan kekhasan kearifan lokal masing-masing wilayah.

DAFTAR PUSTAKA

Adinugraha, H., Mashudi, & Shulhah, G. K. (2024). Community Empowerment in Kebanggan Village: Asset-Based Community-Driven Development (ABCD) Approach. *IKHLAS: Jurnal Pengabdian Dosen dan Pendidikan*, 2(1), 45-58.

Australian Disaster Resilience Knowledge Hub. (2024). The role of community service organisations in disaster resilience: The Hub project. Australian Institute for Disaster Resilience.

Chotib, H. M., Wijaya, A., & Pratama, Y. (2024). Building Resilience: The Role of Community-Based Disaster Preparedness Training in Empowering Lubuk Village, Indonesia. *Indonesian Community Empowerment Journal*, 2(1), 45-58.

Dariyo, A., Merlin, S., & Andrianputra, E. (2024). Kesadaran Belajar Transformatif untuk Menumbuh-kembangkan Academic Self-Efficacy Siswa. *Jurnal Serina Abdi*, 2(2), 479-486.

Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. (2025). FIK UI Perkuat Ketahanan Mental Masyarakat Aceh Tengah lewat Dukungan Kesehatan Jiwa Pascabencana. *UI Nursing*.

Harrison, R., Blickem, C., Lamb, J., Kirk, S., & Vassilev, I. (2019). Asset-Based Community Development: Narratives, Practice, and Conditions of Possibility—A Qualitative Study With Community Practitioners. *SAGE Open*, 9(1), 1-11. doi:10.1177/2158244018823085

Hendriati, N., Yulianto, E., & Prasetyo, A. B. (2024). Mental Health and Psychosocial Support Program For Adult and Child Survivors of The Landslide Disaster in Nganjuk, Indonesia. *Jagratara: Journal of Disaster Research*, 3(2), 112-128.

Heriyanto, R., Pratama, A., & Aini, N. (2025). Peningkatan Pemahaman Mahasiswa Melalui Pelatihan Penyusunan Laporan Keuangan Pemerintahan Daerah. *JAPEPAM*, 4(2), 13-15.

Leeds City Council. (2025). *Positive impact of ABCD programme in Leeds showcased in new review*. Leeds City Council Publications.

Ma, N., Fadhlan, A., Lestari, A., & Putri, R. N. A. (2024). From Concept to Community Impact: The ABCD Model's Trailblazing Role in Community Service Programs. *Revista de Gestão Social e Ambiental*, 18(3), e06602. doi:10.24857/rgsa.v18n3-088

Mahbubah, N. L., dkk. (2021). Community Development as Disaster Risk Reduction Efforts through the Disaster Resilient Village (Destana) Program in Nganjuk Regency. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 78-92.

Qusairi, A., Zamzami, M., & Fauzi, A. (2025). Penggunaan Metode ABCD untuk Peningkatan Partisipasi Masyarakat di Desa Tandon Sentul. *Filantropis: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 3(1), 78-92.

Rahmatullah, A., Zuhri, M. A., & Yuningsih, N. Y. (2025). Peran Aktor Lokal dan Hambatan Pemberdayaan Masyarakat di Desa Ciheulang. *Jurnal Review Pendidikan dan Pengajaran*, 8(2), 5966-5974.

Rosdiyani, T. (2020). Edukasi Kesiapsiagaan Bencana Meningkatkan Pemahaman Prosedur Penyelamatan Diri. *ABDIKARYA: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(1), 34-48.

Rumambi, F., Suharto, & Wijaya, H. (2025). Strengthening The Sustainable Resilience of Communities in Facing Disasters Through the Disaster Resilience Village in Banten. *International Journal of Environmental Science and Development*, 16(2), 89-102.

Soemardjo, H. A., Hidayat, T., & Nuraini, S. (2023). Accompaniment of Spirit Recovery and Trauma Healing for Children Affected by the 2022 Cianjur Earthquake. *ICCD Proceedings*, 5(1), 234-248.

Sugianto, A., Rahmawati, F., & Hidayat, R. (2022). Penerapan Trauma Healing untuk Mengatasi Kecemasan Pasca Banjir. *PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(3), 156-170.

Surwandono, S. (2023). Empowerment Muhamadiyah Resilience in Facing Disaster Through Mobilizing Local Wisdom Ideas. *Proceeding International Conference on Social Sciences*, 3(1), 112-126.

Surwanti, A., dkk. (2023). Participation of Persons with Disabilities in the Disaster Preparedness Program in Kepuharjo Village. *E3S Web of Conferences*, 447, 02005. doi:10.1051/e3sconf/202344702005

Tim Konseling Trauma Universitas Negeri Padang. (2025). Tim Konseling Trauma UNP Laksanakan Pendampingan Psikososial Pascabencana di SDN 16 Padang Panjang Barat. *Laporan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Padang*.

Yudanagara, B. B. H., Maharani, E. A., Prasetyo, Y. A., Sari, A. N., Sukma, F. F., Anam, K., Nurgianti, S. S., Anwar, M. K., Mahardika, D. A., Ayuningtyas, D., Febriani, A., Qadri, M., Khasanah, U., Azizah, F. N., & Karimah, F. (2025). Community perspective in the integration of mental health and psychosocial support and disaster risk reduction. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 1479, 012024. doi:10.1088/1755-1315/1479/1/012024

Zakiyah, I., dkk. (2025). Formation of Disaster Resilient Villages (Destana) for Improvement Community Resilience to Disaster in Timpik Village, Semarang Regency. *Jurnal Abdimas*, 12(1), 67-82.