

Pengalaman Kecemasan Akademik dan Sosial Mahasiswa Perantau Pasca Banjir serta Dampaknya Terhadap Kesejahteraan Mental

Arima¹, Marimbun²^{1,2} Institut Agama Islam Negeri Langsa, IndonesiaCorresponding Author:  dekmaamked@gmail.com**ABSTRACT****ARTICLE INFO***Article history:*Received
June 08, 2026Revised
June 22, 2026Accepted
July 01, 2026

This study was conducted due to the limited existing research on the impact of floods on out-of-state students at Indonesian universities, particularly regarding social disruptions, academic disruptions, changes in learning patterns, and post-disaster psychological conditions. The study aims to analyze the experiences of out-of-town students affected by the flood at IAIN Langsa. The method used is a descriptive qualitative approach through in-depth interviews with ten out-of-town students directly affected by the flood in February 2026. Data were analyzed using thematic analysis to identify the main themes of the respondents' experiences. The results indicate that the flood caused academic issues such as exam postponements, difficulties in accessing academic guidance, and uncertainty regarding graduation. Students also experienced changes in learning patterns due to limited access to learning infrastructure and disrupted communication with family, which triggered social isolation and anxiety. Psychological impacts such as stress, trauma, and excessive anxiety were also identified as long-term effects. This study concludes that more responsive campus policies are needed through continuous psychosocial support, academic flexibility, and improved access to online learning to aid the recovery of students living away from home following a disaster.

Keywords: *Academic Flexibility, Higher Education, Impact of Disasters, Psychosocial Support, Students from Other Regions.*

How to cite

Arima, A., & Marimbun, M. (2026). Pengalaman Kecemasan Akademik dan Sosial Mahasiswa Perantau Pasca Banjir serta Dampaknya Terhadap Kesejahteraan Mental. *Journal of Society Counseling*. 4(2). DOI: <https://doi.org/10.59388/josc.v4i2.923>

Journal Homepage

<https://journal.scidacplus.com/index.php/josc>

This is an open-access article under the CC BY-SA license

<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>

Published by

ScidacPlus

PENDAHULUAN

Dalam sepuluh tahun terakhir, banyak penelitian yang fokus pada dampak bencana alam terhadap berbagai sektor, salah satunya adalah pendidikan. Banjir adalah salah satu bencana yang memiliki dampak yang sangat mendalam. Hal ini tidak hanya mengganggu infrastruktur fisik, tetapi juga sangat memengaruhi aspek akademik, sosial, dan psikologis kehidupan individu, khususnya mahasiswa perantau.

Mahasiswa perantau merupakan individu yang menempuh pendidikan di daerah yang jauh dari tempat asalnya sehingga harus beradaptasi dengan lingkungan sosial, budaya, dan kondisi kehidupan yang baru. (Medani et al., 2024). Dalam menjalani kehidupan akademik, mahasiswa

perantau tidak hanya menghadapi tuntutan perkuliahan, tetapi juga harus mampu hidup mandiri dan menjaga kestabilan emosional tanpa pendampingan langsung dari keluarga. Kondisi tersebut menjadikan mahasiswa perantau lebih rentan mengalami kesulitan ketika terjadi bencana banjir, terutama karena keterbatasan dukungan keluarga secara langsung, hambatan komunikasi, serta terganggunya aktivitas akademik dan kehidupan sehari-hari. (Covarrubias et al., 2019; Deocades et al., 2025; Monica et al., 2025; Worsley et al., 2021).

Penelitian sebelumnya telah menyoroti gangguan dalam kemajuan akademik akibat penghancuran infrastruktur fisik, penghentian aktivitas pendidikan, dan dampak psikologis yang ditimbulkan oleh kejadian-kejadian tersebut (Alsemeiri, 2026). Di sisi lain, isolasi emosional dan sosial yang dialami mahasiswa perantau disebabkan oleh ketidakmampuan untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman selama bencana adalah dampak lain yang sering dibahas dalam literatur mengenai bencana alam (Aptekar & Boore, 1990; Bonanno et al., 2010; Howard et al., 2018).

Dalam konteks pendidikan tinggi, ketidakpastian yang disebabkan oleh gangguan-gangguan ini dapat menyebabkan peningkatan kecemasan, penurunan kinerja akademik, dan dampak psikologis jangka panjang pada mahasiswa perantau (Breen et al., 2024; Samman et al., 2026; Wang, 2024). Meskipun literatur global telah mengeksplorasi dampak akademik dan psikologis dari bencana alam terhadap mahasiswa, masih sedikit penelitian yang secara khusus meneliti universitas di Indonesia, di mana mahasiswa perantau menghadapi tantangan unik seperti keterbatasan akses terhadap komunikasi, tingkat dukungan institusional yang bervariasi, serta hubungan antara ketahanan komunitas lokal dan strategi pemulihan institusional (Breen et al., 2024).

Masih belum jelas mengapa ada beberapa mahasiswa perantau lebih tangguh dibandingkan dengan yang lain setelah bencana, dan bagaimana pengalaman mereka berbeda dalam aspek sosial dan akademik. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecemasan akademik dan trauma pascabencana banyak ditemukan pada mahasiswa, tetapi peran dukungan institusional dalam meredakan dampak ini masih kurang dieksplorasi, terutama dalam konteks negara berkembang seperti Indonesia. Lebih khusus lagi, meskipun dampak psikologis dari bencana seperti PTSD dan kecemasan telah banyak dipelajari (Jaramillo et al., 2026; Rawcliffe et al., 2025; Zhao et al., 2024), peran kebijakan institusional, seperti fleksibilitas tenggat waktu akademik dan ketersediaan dukungan psikologis, dalam membentuk pemulihan mahasiswa perantau masih belum dipahami dengan baik (Rawcliffe et al., 2025).

Mengingat kesenjangan ini dalam literatur, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman mahasiswa perantau di IAIN Langsa, Indonesia, setelah bencana banjir dengan fokus pada bagaimana bencana tersebut mengganggu pekerjaan akademik, jaringan sosial, dan kesehatan mental. Dengan menggabungkan aspek akademik dan psikologis, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan memberikan gambaran komprehensif mengenai dampak bencana alam terhadap mahasiswa perantau, termasuk faktor sosial dan institusional yang dapat mengurangi atau memperburuk dampak tersebut.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dampak multifaset dari bencana banjir terhadap mahasiswa perantau di IAIN Langsa, Indonesia, dengan fokus pada perubahan psikososial, gangguan terhadap pekerjaan akademik, perubahan kebiasaan belajar, isolasi sosial, dan dampak psikologis seperti stres dan kecemasan. Melalui penggunaan metode penelitian kualitatif, khususnya wawancara mendalam dengan sepuluh mahasiswa perantau yang terdampak langsung oleh banjir, penelitian ini berusaha untuk menggali wawasan tentang pengalaman pribadi dan tantangan yang dihadapi dalam melanjutkan pendidikan setelah bencana.

Temuan utama dari penelitian ini mengungkapkan bahwa bencana banjir menyebabkan gangguan signifikan terhadap kemajuan akademik mahasiswa perantau, meningkatkan kecemasan mengenai kelulusan, dan menyebabkan dampak psikologis jangka panjang, termasuk gejala seperti PTSD dan peningkatan stres (Akram & Mushtaq, 2024; Breen & Meyer, 2021; Novia Wulansari & Nurdin, 2025; Stowe et al., 2022). Penelitian ini juga menemukan bahwa meskipun dukungan institusional tersedia, hal itu tidak selalu memadai atau merata, dan banyak mahasiswa melaporkan merasa terisolasi karena kurangnya komunikasi dengan keluarga dan terbatasnya dukungan psikologis dari pihak universitas. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun beberapa mahasiswa menerima dukungan yang memadai, banyak yang lainnya harus menghadapi tantangan bencana ini tanpa dukungan institusional yang cukup (Carales & López, 2022, 2022; Ferri et al., 2020; Manca & Delfino, 2021; Shah et al., 2020; Wang, 2024)

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak bencana banjir terhadap kondisi akademik dan psikologis mahasiswa, khususnya mahasiswa perantau yang terdampak secara langsung oleh situasi pascabanjir. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi pendidikan dalam merancang bentuk dukungan akademik dan psikologis yang lebih efektif bagi mahasiswa terdampak bencana di lingkungan perguruan tinggi.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan analisis tematik untuk mengeksplorasi dampak bencana banjir terhadap mahasiswa perantau di IAIN Langsa. Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali pengalaman langsung para mahasiswa perantau yang terdampak bencana dan memahami persepsi terhadap dampak yang ditimbulkan pada kehidupan akademik, sosial, dan psikologis (Akpakir & Horton-Parker, 2025; Demirbilek & Öztürk, 2023; Mubarak et al., 2025; Orillon, 2024). Penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran mendalam mengenai gangguan dalam berbagai dimensi tersebut serta bagaimana merespons bencana yang terjadi.

Sepuluh mahasiswa perantau aktif yang terdaftar di IAIN Langsa menjadi responden dalam penelitian ini. Pemilihan responden dilakukan secara purposive, dengan kriteria mahasiswa yang benar-benar mengalami dampak langsung dari bencana banjir, baik dari sisi akademik maupun psikologis. Teknik purposive sampling digunakan karena partisipan dianggap mampu memberikan informasi yang relevan dan mendalam terkait pengalaman selama bencana banjir. Responden yang dipilih berasal dari berbagai program studi, dengan fokus pada mahasiswa yang tinggal di daerah yang terkena dampak langsung oleh bencana dan yang mengalami gangguan dalam proses studi dan sosial, termasuk mahasiswa akhir yang tengah menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Setiap responden memberikan informasi terkait pengalaman dalam menghadapi bencana dan dampaknya terhadap kegiatan akademik.

Tabel 1. Karakteristik Partisipan Penelitian

Kode Partisipan	Jenis Kelamin	Semester	Program Studi	Status Akademik
ND	Perempuan	8	Matematika	Aktif
LS	Perempuan	6	PAI	Aktif
FT	Perempuan	8	PGMI	Aktif
N	Perempuan	2	Psikologi	Aktif
NA	Perempuan	6	BKI	Aktif
SN	Perempuan	6	BKI	Aktif
A	Perempuan	6	KPI	Aktif

Kode Partisipan	Jenis Kelamin	Semester	Program Studi	Status Akademik
SA	Perempuan	6	BKI	Aktf
BN	Perempuan	6	BKI	Aktif
FD	Perempuan	8	Psikologi	Aktif

Pelaksanaan penelitian dilakukan selama periode pascabencana, yaitu antara 14 Februari dan 12 Mei 2026. Wawancara mendalam dilakukan secara semi-struktural untuk memungkinkan responden mengungkapkan pengalaman dengan bebas, sambil tetap mengarah pada tema-tema yang relevan dengan tujuan penelitian. Mengingat kendala yang ditimbulkan oleh bencana tersebut, wawancara dilakukan baik secara daring maupun luring, tergantung pada keadaan masing-masing responden.

Wawancara dilakukan dalam beberapa sesi, dengan durasi masing-masing sekitar 30 hingga 60 menit, dan wawancara juga direkam dengan persetujuan responden dan kemudian ditranskripsikan untuk kebutuhan analisis data.

Sebagai instrumen utama, peneliti menyusun pedoman wawancara yang mencakup empat aspek utama yang menjadi fokus penelitian. Pertama, gangguan akademik termasuk ketertundanya kelulusan, penundaan tugas, serta kesulitan dalam bimbingan akademik. Kedua, perubahan pola belajar seperti gangguan dalam rutinitas belajar, kesulitan dalam berkonsentrasi, dan perubahan dalam cara mahasiswa mengakses materi pembelajaran. Ketiga, dukungan sosial baik yang diterima maupun yang dirasakan tidak merata di kalangan mahasiswa. Keempat, dampak psikologis termasuk gejala stres, kecemasan, dan respons traumatik pascabencana. Pedoman wawancara ini dirancang untuk menggali seberapa dalam dampak bencana terhadap masing-masing aspek ini, serta untuk memahami jenis dukungan yang dirasakan oleh mahasiswa perantau. Setelah wawancara selesai dilakukan, data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik. Analisis tematik digunakan untuk mengidentifikasi, menganalisis, dan menafsirkan pola atau tema dalam data kualitatif (Kiger & Varpio, 2020; Lochmiller, 2021; Rosairo, 2023).

Proses analisis data diawali dengan transkripsi wawancara yang dilakukan secara hati-hati untuk memastikan keakuratan informasi. Data yang telah ditranskripsi kemudian dibaca secara berulang untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari pengalaman para responden. Koding data dilakukan untuk mengelompokkan informasi berdasarkan tema-tema yang relevan, kemudian tema-tema tersebut disusun untuk menggambarkan dampak-dampak utama yang dialami mahasiswa akibat bencana. Analisis tematik ini berfokus pada pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman mahasiswa perantau, serta bagaimana mengatasi tantangan yang ditimbulkan oleh bencana banjir, baik dari sisi akademik maupun psikologis. Proses ini juga memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi pola-pola tertentu dalam respons mahasiswa terhadap dampak bencana, serta untuk melihat hubungan antara pengalaman akademik dan dukungan sosial yang diterima oleh masing-masing mahasiswa perantau.

Untuk meningkatkan kredibilitas data, penelitian ini menggunakan triangulasi data dengan menggabungkan wawancara dari berbagai mahasiswa perantau yang memiliki pengalaman beragam. Triangulasi teori juga dilakukan dengan menghubungkan temuan-temuan yang muncul dari wawancara dengan teori-teori yang relevan dalam literatur mengenai bencana, kecemasan akademik, dukungan sosial, dan pemulihan psikologis. Dengan demikian, data yang diperoleh dapat dikonfirmasi dan dibandingkan dengan perspektif teori yang ada. Langkah ini dilakukan untuk meningkatkan kredibilitas dan keabsahan hasil penelitian

Setelah teknik analisis data dilakukan, persetujuan etis untuk penelitian ini diperoleh dari IAIN Langsa, dengan nomor persetujuan etik B-565/In.24/FUAD/TL.1/06/2026. Proses ini memastikan bahwa penelitian ini telah mengikuti standar etika yang berlaku, dengan perhatian khusus pada hak-hak responden dan kerahasiaan data yang diberikan. Sebelum partisipasi dalam wawancara, semua responden diberikan informasi yang jelas mengenai tujuan penelitian, prosedur wawancara, dan jaminan kerahasiaan data. Setiap responden yang bersedia berpartisipasi menandatangani formulir persetujuan setelah memahami informasi yang diberikan.

Melalui pendekatan ini, penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi yang berarti dalam pemahaman tentang dampak bencana terhadap mahasiswa perantau, serta untuk memberikan rekomendasi kebijakan yang dapat membantu institusi pendidikan dalam merespons bencana dan mendukung pemulihan mahasiswa yang terdampak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengidentifikasi dampak signifikan dari bencana banjir terhadap mahasiswa perantau, tidak hanya dalam aspek fisik dan logistik, tetapi juga dalam aspek akademik, sosial, dan psikologis. Analisis tematik terhadap data wawancara yang diperoleh menunjukkan bahwa gangguan yang terjadi menciptakan kompleksitas disrupsi yang memengaruhi mahasiswa dalam berbagai dimensi.

Berdasarkan wawancara dengan mahasiswa perantau yang terdampak, enam tema utama ditemukan yang menggarisbawahi pengalaman selama pascabencana serta dampak yang dirasakan pada kesejahteraan akademik dan mental.

Disrupsi Akademik dan Kecemasan Terhadap Keberlanjutan Studi

Disrupsi akademik yang timbul akibat bencana banjir sangat memengaruhi mahasiswa perantau, terutama mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Banyak mahasiswa yang merasa tertinggal dalam hal bimbingan dan tugas, serta mengalami kecemasan terkait kelulusan dan ujian. Keterlambatan dalam bimbingan dan kesulitan untuk bertemu dengan dosen menghambat proses studi. Salah satu mahasiswa berinisial ND menyatakan: *“Mungkin karena saya mahasiswa akhir jadi susah untuk bertemu dengan dosen untuk bimbingan, apalagi jaringan yang susah untuk didapat sehingga susah untuk berkomunikasi dengan dosen.”* Ungkapan ND tersebut mencerminkan bentuk kecemasan akademik (*academic anxiety*) yang muncul akibat terputusnya akses terhadap sumber dukungan akademik utama, yaitu dosen pembimbing. Berdasarkan Academic Stress Theory, hambatan komunikasi dan keterbatasan bimbingan yang dialami mahasiswa akhir merupakan stresor akademik yang signifikan, terutama karena berkaitan langsung dengan penyelesaian tugas akhir dan kepastian kelulusan (Lisnyj et al., 2021)

Kecemasan ini diperburuk oleh ketidakpastian mengenai ujian yang berdekatan dengan masa bencana, yang menyebabkan tekanan akademik lebih berat. Mahasiswa lain seperti FT menggambarkan perasaannya: *“Setelah banjir itu, jujur saya makin cemas soal akademik. Soalnya kan saya mahasiswa akhir yang sedang bimbingan. Revisi tiba-tiba semua berhenti gitu aja. Setiap hari selalu mikir, ‘Aduh, saya ketinggalan jauh ga ya?’”* Hal ini menggambarkan ketidakpastian yang dialami mahasiswa perantau dalam hal pencapaian akademik yang seharusnya sudah sesuai dengan rencana studi.

Perubahan Pola Belajar dan Penurunan Konsentrasi

Selain disrupsi akademik, pola belajar mahasiswa perantau juga berubah drastis akibat gangguan eksternal seperti mati listrik, sinyal internet yang tidak stabil, dan stres yang disebabkan oleh kecemasan terhadap keluarga. Mahasiswa yang tinggal di daerah terdampak banjir sering mengalami kesulitan dalam menyesuaikan waktu belajar, dengan beberapa memilih untuk belajar di malam hari setelah kondisi lebih tenang.

Salah seorang peserta FT menjelaskan: *"Cara belajar jadi lebih kacau sih. Biasanya kan tinggal buka laptop, cari jurnal, revisi. Nah, pas banjir? Sinyal nggak ada. Listrik mati. Kita mau belajar pun rasanya nggak tenang, karena kepikiran terus tentang kuliah dan keluarga."* Pernyataan FT ini menggambarkan terganggunya *self-regulated learning* (SRL), yaitu kemampuan mahasiswa untuk mengatur waktu, lingkungan, dan strategi belajarnya secara mandiri. Ketika gangguan eksternal seperti pemadaman listrik dan sinyal internet berpadu dengan kecemasan terhadap keluarga, kapasitas mahasiswa untuk meregulasi proses belajarnya menjadi terganggu, sehingga strategi belajar yang biasa diterapkan tidak dapat berjalan secara optimal (Anthony et al., 2020; Barnard-Brak et al., 2010).

Pola belajar yang terhambat ini memperburuk kemampuan mahasiswa perantau untuk menyelesaikan tugas dengan efektif, sebagaimana yang diungkapkan oleh N, salah satu mahasiswa perantau: *"Biasanya kalau belajar dari siang sampai malam, jadi karena banjir ini sinyalnya kurang, jadi kami belajar dari jam 12 malam sampai pagi."* Hal ini mengindikasikan bahwa gangguan eksternal dan internal mahasiswa mempengaruhi kualitas belajar secara keseluruhan.

Keterputusan Komunikasi dan Perasaan Terisolasi

Salah satu dampak terbesar yang dirasakan mahasiswa perantau pasca banjir adalah keterputusan komunikasi dengan keluarga dan teman. Banyak mahasiswa merasa terisolasi, terutama mahasiswa perantau yang tidak dapat mengetahui keadaan keluarga selama bencana. Keterputusannya komunikasi meningkatkan kecemasan dan memperburuk ketegangan mental. Seorang mahasiswa berinisial LS menyatakan: *"Iya, sangat memengaruhi, karena waktu itu sekitar 7 hari sama sekali tidak ada jaringan internet dan tidak bisa memberi kabar, jadi saya cemas, orang tua juga cemas."*

Seorang mahasiswa SN menggambarkan kesulitan yang lebih emosional akibat terhalang menghubungi orang tua, yang semakin memperburuk keadaan mental: *"Kalau kesulitan ya sangat sulit, sampai nangis juga. Karena gak bisa sama sekali hubungi orang tua, gak tahu keadaan orang tua juga."* Perasaan terisolasi ini semakin memperburuk kecemasan akademik yang sudah ada, sehingga mahasiswa perantau merasa semakin sulit untuk fokus pada studi.

Dukungan Sosial sebagai Pelindung, tetapi Tidak Merata

Dukungan sosial memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa perantau mengatasi stres dan kecemasan pascabanjir. Beberapa mahasiswa perantau menerima dukungan yang signifikan dari teman-teman, keluarga, dan dosen, namun dukungan ini tidak selalu merata.

Inisial SH mengungkapkan mendapatkan dukungan dari teman dan dosen: *"Dukungan itu ada ya, terutama dari teman satu kos, dosen juga. Dosen pun meringankan tugas perkuliahan juga, jadi itu sangat membantu kami juga."* Namun, tidak semua mahasiswa perantau merasa mendapatkan dukungan yang cukup. Beberapa mahasiswa perantau merasa lebih terisolasi karena teman-teman lebih fokus pada masalah keluarga masing-masing, seperti yang diungkapkan LS: *"Kalau untuk itu tidak ada, karena teman-teman juga lebih fokus ke kondisi keluarganya masing-*

masing.” Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun dukungan sosial dapat berfungsi sebagai pelindung psikologis yang signifikan, distribusi dukungan tersebut tidak selalu merata.

Tekanan Psikologis Pasca Banjir dan Munculnya Respons Traumatik

Selain gangguan akademik dan sosial, bencana banjir juga menyebabkan dampak psikologis yang serius bagi banyak mahasiswa perantau. Mahasiswa perantau melaporkan stres yang meningkat, kecemasan berlebihan, dan respons traumatik yang muncul akibat perasaan takut akan terulangnya bencana. Mahasiswa berinisial FT menggambarkan dampak psikologis ini sebagai perasaan cemas yang terus-menerus: *“Yang saya rasain, saya lebih gampang banget cemas. Dikit-dikit panik. Apa lagi kalau ada hujan atau mati lampu.”*

Mahasiswa berinisial A juga mengungkapkan bahwa trauma yang dialami selama bencana banjir terus membekas, bahkan setelah bencana berakhir: *“Aku ngerasa sering kaya stres, trus cemas kaya trauma gitu pernah waktu itu hujan lagi jadi aku langsung takut trus mikir ‘ihh ini bakal kejadian lagi ga yaa’.*” Hal ini menunjukkan bahwa dampak psikologis dari bencana banjir tidak hanya berlangsung dalam jangka pendek, tetapi dapat berlanjut dalam bentuk kecemasan dan trauma yang berkepanjangan.

Kebutuhan terhadap Dukungan Institusional yang Lebih Sistematis

Tema terakhir mengidentifikasi perlunya sistem dukungan institusional yang lebih terstruktur untuk mahasiswa perantau yang terdampak bencana. Meskipun beberapa mahasiswa menerima bantuan seperti dapur umum dan kelonggaran tugas, mahasiswa merasa bahwa dukungan yang diberikan kampus masih terbatas, terutama dalam hal dukungan psikologis dan fleksibilitas akademik. SH menyatakan: *“Disediakan dapur umum. Jadi kami bisa makan di kampus juga. Dan ada juga bantuan berupa uang. Itu sangat terbantu bagi kami yang terkena banjir.”*

Namun, beberapa mahasiswa perantau merasa bahwa bantuan tersebut belum cukup untuk menangani kecemasan yang mereka alami. Inisial NR mengusulkan bahwa kampus seharusnya mengadakan kegiatan dukungan yang lebih terstruktur, seperti sesi konseling atau trauma healing: *“Seharusnya minimal ada sekali atau dua kali pihak kampus mengadakan kegiatan dukungan itu.”*

Inisial BN juga menambahkan bahwa kampus perlu mempersiapkan sistem yang lebih siap dalam menghadapi keadaan darurat: *“Menurut aku, kampus bisa bikin sistem bantuan darurat yang lebih siap. Misalnya, ada layanan konseling gratis, kebijakan akademik yang lebih fleksibel, atau pusat informasi khusus buat mahasiswa terdampak.”*

Berdasarkan hasil penelitian ini, jelas terlihat bahwa dampak bencana banjir terhadap mahasiswa sangat kompleks dan multidimensional, mencakup aspek akademik, sosial, dan psikologis. Ketidakpastian akademik, perubahan pola belajar, keterputusan komunikasi, serta dukungan sosial yang tidak merata semuanya berkontribusi pada kecemasan mahasiswa. Dampak psikologis pascabanjir yang dialami mahasiswa perantau juga memengaruhi kecemasan dan trauma serta kesejahteraan mental dalam jangka pendek maupun panjang. Penelitian ini juga menekankan perlunya sistem dukungan institusional yang lebih sistematis dan responsif, yang dapat mencakup dukungan psikososial yang lebih kuat, fleksibilitas akademik, serta kebijakan yang lebih memahami kebutuhan mahasiswa perantau yang terdampak bencana.

Temuan ini menyoroti pentingnya peran kampus dalam memberikan dukungan yang lebih holistik, mulai dari fleksibilitas akademik hingga layanan konseling, untuk membantu mahasiswa perantau dalam mengatasi dampak negatif dari bencana besar seperti banjir.

Penelitian ini juga jelas menunjukkan bahwa bencana banjir tidak hanya berdampak pada aspek fisik dan logistik mahasiswa perantau, tetapi juga menciptakan disrupsi besar dalam dimensi akademik, sosial, dan psikologis. Melalui analisis tematik terhadap wawancara dengan mahasiswa perantau yang terdampak, enam tema utama muncul yang menggambarkan kompleksitas dampak yang dialami mahasiswa perantau serta bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi kesejahteraan akademik dan mental. Temuan ini menjawab kesenjangan yang masih terdapat dalam pemahaman mengenai bagaimana bencana alam seperti banjir berdampak secara spesifik pada mahasiswa perantau baik di tingkat individu maupun institusional, terutama dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia (Hoffmann & Blecha, 2020).

Mahasiswa perantau yang terperangkap dalam ketidakpastian akademik, perubahan pola belajar, keterputusan komunikasi, serta kekurangan dukungan sosial dan psikologis mengalami stres dan kecemasan yang lebih tinggi. Temuan ini memperlihatkan kebutuhan mendesak untuk kebijakan kampus yang lebih responsif dan sistematis dalam memberikan dukungan pascabencana. Pertanyaan mendasar yang kemudian perlu dijawab adalah mengapa pola disrupsi ini muncul secara konsisten di berbagai dimensi kehidupan mahasiswa, serta bagaimana temuan ini dapat dimaknai melalui kerangka teori yang relevan dan dibandingkan dengan hasil penelitian terdahulu, sebagaimana diuraikan pada bagian berikut.

Salah satu penjelasan untuk dampak yang signifikan pada kecemasan akademik mahasiswa adalah ketidakpastian yang ditimbulkan oleh bencana. Ketidakpastian terkait kelulusan, ujian yang tertunda, serta kesulitan dalam bimbingan akademik menjadi pemicu utama kecemasan di kalangan mahasiswa.

Penelitian oleh Kong & Zeng (2023) menunjukkan bahwa ketidakpastian dalam evaluasi akademik dapat meningkatkan stres dan kecemasan pada mahasiswa, yang relevan dengan temuan penelitian ini. Hal lain, seperti gangguan dalam rutinitas akademik, terutama bagi mahasiswa perantau yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi, menjadi faktor penting yang memperburuk ketidakpastian dan kecemasan mengenai masa depan akademik.

Perubahan pola belajar juga menjadi tema utama yang ditemukan dalam penelitian ini. Mahasiswa yang terdampak banjir melaporkan kesulitan besar dalam mengakses materi pembelajaran karena gangguan pada infrastruktur seperti listrik yang padam dan sinyal internet yang buruk. Hal ini konsisten dengan temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa teknologi yang dapat diakses dengan mudah sangat penting dalam membantu pemulihan akademik pascabencana (Shuvo et al., 2022). Gangguan eksternal dan internal seperti kecemasan terhadap keluarga juga menambah beban mental yang memengaruhi konsentrasi mahasiswa dalam belajar. Dalam konteks ini, pentingnya akses yang merata terhadap infrastruktur pendidikan yang memadai menjadi titik penting untuk dipertimbangkan oleh kampus dalam merancang kebijakan pemulihan.

Keterputusan komunikasi dengan keluarga menjadi faktor yang signifikan dalam perasaan terisolasi yang dialami mahasiswa, terutama yang berasal dari luar daerah. Isolasi sosial ini memperburuk kecemasan akademik yang sudah ada, yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam meredakan kecemasan pascabencana. Hal ini menggarisbawahi teori dukungan sosial yang menyatakan bahwa dukungan emosional dari keluarga dan teman dapat mengurangi stres (Acoba, 2024; Bekiros et al., 2022). Namun, distribusi dukungan sosial yang tidak merata menjadi tantangan, mengingat banyak mahasiswa yang merasa terisolasi karena keterbatasan komunikasi dan perhatian teman-teman yang lebih fokus pada masalah keluarga masing-masing.

Salah satu penemuan yang menarik adalah dampak psikologis pascabanjir yang ditimbulkan. Gejala stres, kecemasan, dan trauma yang dilaporkan oleh mahasiswa memperlihatkan bahwa dampak bencana tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga dapat bertahan dalam jangka panjang.

Penelitian oleh Maral & Satici (2025) mengenai PTSD pascabencana sejalan dengan temuan ini, yang menunjukkan bahwa bencana alam dapat menyebabkan gangguan psikologis yang berlangsung lama. Dampak psikologis seperti kecemasan berlebihan dan trauma yang terkait dengan hujan atau keadaan yang mengingatkan pada bencana memperlihatkan kebutuhan akan dukungan psikologis berkelanjutan yang harus menjadi bagian dari pemulihan mahasiswa setelah bencana.

Rekomendasi kebijakan yang muncul dari temuan ini adalah pentingnya kampus menyediakan program konseling darurat dan pemulihan psikologis yang mudah diakses oleh mahasiswa pascabencana. Hal lain, yaitu fleksibilitas akademik, seperti kebijakan perpanjangan waktu tugas dan ujian, serta penyediaan ruang berbagi pengalaman bagi mahasiswa, menjadi langkah penting untuk mendukung mahasiswa yang mengalami dampak emosional yang mendalam. Pemulihan akademik yang tidak hanya fokus pada aspek akademik tetapi juga pada aspek psikologis dan sosial sangat diperlukan untuk membantu mahasiswa perantau yang terdampak bencana melanjutkan pendidikan dengan lebih baik.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan dampak yang sangat luas dan kompleks dari bencana banjir terhadap mahasiswa perantau di IAIN Langsa, yang mencakup dimensi akademik, sosial, dan psikologis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perantau mengalami gangguan akademik yang signifikan, termasuk ketidakpastian mengenai kelulusan, penundaan ujian, dan kendala dalam proses bimbingan akademik. Ketidakpastian ini memicu kecemasan yang mendalam di kalangan mahasiswa, yang semakin diperburuk oleh gangguan dalam pola belajar. Perubahan pola belajar ini terjadi karena akses yang terbatas ke infrastruktur pembelajaran, seperti listrik dan internet, serta gangguan emosional akibat ketakutan terhadap situasi bencana yang berulang. Dalam hal lain, keterputusan komunikasi dengan keluarga selama bencana memperburuk isolasi sosial mahasiswa perantau, yang berujung pada meningkatnya perasaan terasing dan meningkatnya kecemasan. Dampak psikologis yang ditimbulkan pasca-banjir, seperti stres, kecemasan berlebihan, dan trauma, telah terbukti tidak hanya bersifat sementara, tetapi juga berlanjut dalam jangka waktu panjang, memengaruhi kesehatan mental mahasiswa perantau. Beberapa mahasiswa bahkan melaporkan gejala yang mengarah pada PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*), yang menunjukkan dampak emosional yang mendalam dan jangka panjang dari bencana ini.

Dalam konteks ini, penelitian ini juga menyoroti pentingnya dukungan sosial sebagai faktor yang dapat mengurangi dampak psikologis dan akademik yang dialami mahasiswa perantau. Meskipun demikian, distribusi dukungan sosial ini tidak merata, dengan beberapa mahasiswa merasa lebih terisolasi akibat kurangnya perhatian dari teman, keluarga, atau bahkan kampus. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan bahwa perlu ada kebijakan kampus yang lebih responsif dan sistematis yang dapat merespons tantangan yang dihadapi mahasiswa pascabencana terutama dalam hal menyediakan dukungan psikososial yang berkelanjutan dan fleksibilitas akademik yang memungkinkan mahasiswa perantau untuk melanjutkan pendidikan meskipun dalam keadaan yang penuh tekanan.

REFERENSI

- Acoba, E. F. (2024). Social support and mental health: the mediating role of perceived stress. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330720>
- Akpakir, Z., & Horton-Parker, R. J. (2025). Understanding and Helping International Students Cope When Catastrophes Strike in Their Home Countries: A Qualitative Study. *Journal of Humanistic Counseling*, 64(S1), S117–S130. <https://doi.org/10.1002/johc.70011>
- Akram, S., & Mushtaq, S. (2024). Environmental change and floods: the long-ignored effects of displacement on mental health. *Frontiers in Public Health*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1434123>
- Alsemeiri, I. M. (2026). The impact of war-induced displacement on the academic achievement of university students in Gaza. *Third World Quarterly*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/01436597.2025.2603506>
- Anthonyamy, L., Koo, A. C., & Hew, S. H. (2020). Self-regulated learning strategies and non-academic outcomes in higher education blended learning environments: A one decade review. *Education and Information Technologies*, 25(5), 3677–3704. <https://doi.org/10.1007/s10639-020-10134-2>
- Aptekar, L., & Boore, J. A. (1990). The emotional effects of disaster on children: A review of the literature. *International Journal of Mental Health*, 19(2), 77–90. <https://doi.org/10.1080/00207411.1990.11449164>
- Barnard-Brak, L., Lan, W. Y., & Paton, V. O. (2010). Profiles in self-regulated learning in the online learning environment. *International Review of Research in Open and Distance Learning*, 11(1), 61–80. <https://doi.org/10.19173/irrodl.v11i1.769>
- Bekiros, S., Jahanshahi, H., & Munoz-Pacheco, J. M. (2022). A new buffering theory of social support and psychological stress. *PLoS ONE*, 17(10 October). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275364>
- Bonanno, G. A., Brewin, C. R., Kaniasty, K., & La Greca, A. M. (2010). Weighing the costs of disaster: Consequences, risks, and resilience in individuals, families, and communities. *Psychological Science in the Public Interest, Supplement*, 11(1), 1–49. <https://doi.org/10.1177/1529100610387086>
- Breen, K., & Meyer, M. A. (2021). Staying above Water: Educational Outcomes of College Students during the 2016 Louisiana Flood. *International Journal of Mass Emergencies & Disasters*, 39(2), 199–226. <https://doi.org/10.1177/028072702103900201>
- Breen, K., Montes, M., Wu, H., & Lai, B. S. (2024). College Students and Environmental Disasters: A Review of the Literature. *Social Sciences*, 13(1). <https://doi.org/10.3390/socsci13010008>
- Carales, V. D., & López, R. M. (2022). Navigating College after a Disaster: Understanding the Impact and Institutional Support for Community College Students after Hurricane Harvey. *Community College Journal of Research and Practice*, 46(3), 145–160. <https://doi.org/10.1080/10668926.2021.1881656>
- Covarrubias, R., Valle, I., Laiduc, G., & Azmitia, M. (2019). “You Never Become Fully Independent”: Family Roles and Independence in First-Generation College Students. *Journal of Adolescent Research*, 34(4), 381–410. <https://doi.org/10.1177/0743558418788402>
- Demirbilek, Ö., & Öztürk, S. (2023). Understanding university students WHO do not want to volunteer in disasters: A qualitative study from Türkiye. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 96. <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2023.103994>
- Deocades, A., Chiva, Y. D., Lumbayan, J. I., Gange, C. A., Moneva, J., & Pedroso, J. E. P. (2025). Adjustment Problems and Coping Strategies of State University Students Living Away from Home. *EIKI Journal of Effective Teaching Methods*, 3(2). <https://doi.org/10.59652/jetm.v3i2.374>
- Ferri, F., Grifoni, P., & Guzzo, T. (2020). Online learning and emergency remote teaching: Opportunities and challenges in emergency situations. *Societies*, 10(4).

- <https://doi.org/10.3390/soc10040086>
- Hoffmann, R., & Blecha, D. (2020). Education and disaster vulnerability in Southeast Asia: Evidence and policy implications. *Sustainability (Switzerland)*, 12(4). <https://doi.org/10.3390/su12041401>
- Howard, A., Agllias, K., Bevis, M., & Blakemore, T. (2018). How Social Isolation Affects Disaster Preparedness and Response in Australia: Implications for Social Work. *Australian Social Work*, 71(4), 392–404. <https://doi.org/10.1080/0312407X.2018.1487461>
- Jaramillo, N., Janson, M. A., Kaniasty, K., La Greca, A. M., & Felix, E. D. (2026). University Students' Psychological Adjustment After Disasters: Investigating the Role of Post-Disaster Stressors, Sense of Community, Social Support Exchanges, and Shifts in Worldviews. *Behavioral Sciences*, 16(3). <https://doi.org/10.3390/bs16030369>
- Kiger, M. E., & Varpio, L. (2020). Thematic analysis of qualitative data: AMEE Guide No. 131. *Medical Teacher*, 42(8), 846–854. <https://doi.org/10.1080/0142159X.2020.1755030>
- Kong, T., & Zeng, S. (2023). The Effect of Perceived Environmental Uncertainty on University Students' Anxiety, Academic Engagement, and Prosocial Behavior. *Behavioral Sciences*, 13(11). <https://doi.org/10.3390/bs13110906>
- Lisnyj, K. T., Pearl, D. L., McWhirter, J. E., & Papadopoulos, A. (2021). Exploration of factors affecting post-secondary students' stress and academic success: Application of the socio-ecological model for health promotion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph18073779>
- Lochmiller, C. R. (2021). Conducting thematic analysis with qualitative data. *Qualitative Report*, 26(6), 2029–2044. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2021.5008>
- Manca, S., & Delfino, M. (2021). Adapting educational practices in emergency remote education: Continuity and change from a student perspective. *British Journal of Educational Technology*, 52(4), 1394–1413. <https://doi.org/10.1111/bjet.13098>
- Maral, S., & Satıcı, S. A. (2025). From Early Strengths to Lifespan Well-Being: The Sequential Role of Resilience and Psychological Flexibility in a Turkish Post-Disaster Context. *Psychiatric Quarterly*. <https://doi.org/10.1007/s1126-025-10239-2>
- Medani, K. E., Alqadhibi, M. A., Almutairi, A. M., Asiree, R. H. A., Silsilah, M. A., Almutairi, K. N., & Sami, W. (2024). Challenges University Students Face while Studying away from Hometown: A Cross-Sectional Study. *Journal of Pharmacy and Bioallied Sciences*, 16, S459–S462. https://doi.org/10.4103/jpbs.jpbs_719_23
- Monica, R., Abidin, Z., Lubis, F. Y., & Novita, S. (2025). Dukungan Sosial pada Mahasiswa Magister Psikologi yang Merantau: Studi Kasus. *Psyche 165 Journal*, 115–122. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v18i2.528>
- Mubarak, N. P., Akhir, N. M., & Mohamad, M. S. (2025). Disaster preparedness module for resilience building among schoolchildren: A case study of floods in Kerala, India. *Psikohumaniora*, 10(1), 159–180. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v10i1.25577>
- Novia Wulansari, D., & Nurdin, A. (2025). Knowledge transformation among volunteers concerning child parenting in disaster affected areas. *E3S Web of Conferences*, 677, 03013. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202567703013>
- Orillon, E. G. (2024). Educational Journeys: Student Perception of School Life in Disaster Recovery Contexts. *Lecture Notes in Civil Engineering*, 446, 393–403. https://doi.org/10.1007/978-981-99-9219-5_36
- Rawcliffe, R. M., Araujo Dawson, B., Archibald, P. C., & Lopez-Humphreys, M. (2025). Investigating the Relationship Between Disaster Preparedness Knowledge, Disaster Related Stress, and Post-Disaster Depression Among Students and Faculty in Higher Education. *Social Work in Public Health*, 40(1), 31–43. <https://doi.org/10.1080/19371918.2024.2428394>
- Rosairo, H. S. R. (2023). Thematic analysis in qualitative research. *Journal of Agricultural Sciences - Sri Lanka*, 18(3). <https://doi.org/10.4038/JAS.V18I3.10526>
- Samman, B., Chinedu, C. C., Abid, S. K., Khatib, S. F. A., & Goh, G. G. G. (2026). Navigating cognitive strain: a qualitative study on the impact of recent flood disasters on students'

- educational experience in Pakistan. *International Journal of Emergency Medicine*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12245-026-01133-0>
- Shah, A. A., Gong, Z., Pal, I., Sun, R., Ullah, W., & Wani, G. F. (2020). Disaster risk management insight on school emergency preparedness – A case study of Khyber Pakhtunkhwa, Pakistan. *International Journal of Disaster Risk Reduction*, 51. <https://doi.org/10.1016/j.ijdrr.2020.101805>
- Shuvo, S. R. S., Islam, M. N., & Islam, S. T. (2022). Role of information and communication technologies in Build Back Better to post disaster recovery practices: insights from Bangladesh. *International Journal of Disaster Resilience in the Built Environment*, 13(2), 233–247. <https://doi.org/10.1108/IJDRBE-08-2021-0097>
- Stowe, A., Upshaw, K., Estep, C., & Lanzi, R. G. (2022). Getting to the Sandbar: Understanding the Emotional Phases of COVID-19 Among College and University Students. *Psychological Reports*, 125(6), 2956–2980. <https://doi.org/10.1177/00332941211028105>
- Wang, J. (2024). Impact of natural disasters on student enrollment in higher education programs: A systematic review. *Heliyon*, 10(6). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e27705>
- Worsley, J. D., Harrison, P., & Corcoran, R. (2021). Bridging the Gap: Exploring the Unique Transition From Home, School or College Into University. *Frontiers in Public Health*, 9. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.634285>
- Zhao, L., Wang, H., Wang, K., Shen, C., & Tao, M. (2024). Study on the relationship between PTSD and academic control and academic emotion in primary and middle school students after flood disaster. *Frontiers in Psychology*, 15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1429238>
-

Copyright Holder :

© Arima, A., & Marimbun, M. (2026).

First Publication Right :

© Journal of Society Counseling

This article is under:

