

## BAB IV

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian sekaligus menjawab rumusan masalah, maka dapat disimpulkan bahwa gempa adalah guncangan atau gerakan gelombang seismik yang terjadi secara tiba-tiba pada kulit bumi disebabkan oleh pecahnya atau bergesernya bebatuan disuatu tempat di dalam kerak bumi.

Salah satu dampak gempa yang paling serius selain rusaknya infrastruktur yaitu gangguan psikologis pasca bencana atau trauma pasca bencana biasa disebut *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD), PTSD merupakan gangguan berupa kecemasan yang timbul setelah seseorang mengalami peristiwa yang mengancam keselamatan jiwa atau fisiknya.

Gempa yang terjadi di Jepang memiliki dampak terhadap mental korban yang selamat, diantaranya gangguan pada mental seperti stres atau depresi pasca gempa. Gangguan kecemasan yang diderita akibat dampak langsung dari pengalaman traumatis merupakan gangguan paling umum yang dilaporkan dalam bulan pertama pasca gempa. Penderita yang sering mengalami gangguan pada mental ini biasanya terjadi pada wanita dan anak-anak. Gejala yang dialami para korban dewasa diantaranya gangguan tidur atau mimpi buruk, hipersensitivitas, dan mudah marah. Selanjutnya gejala yang dialami anak-anak diantaranya tertutup atau mengurung diri, mudah menangis dan mudah marah. Cara penanggulangan trauma pada orang dewasa biasanya konsultasi ke psikolog atau psikiater, sedangkan pada anak-anak terapi dengan mengajaknya bermain, bernyanyi sambil bercerita, atau dengan terapi lainnya bertujuan agar anak melupakan kejadian tersebut.