

Pengaruh Pelatihan Parkour untuk Kesiapsiagaan Bencana terhadap Kesiapsiagaan Psikologis dalam Menghadapi Bencana

Handy Aulia Zharfani^a, Bhina Patria^b

^{ab}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia, (0274) 550435

e-mail: ^ahazpsy@gmail.com, ^bpatria@ugm.ac.id

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pelatihan *parkour* untuk kesiapsiagaan bencana terhadap kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana. *Parkour* diprediksi bisa meningkatkan kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana karena berlatih *parkour* dapat mengembangkan kemampuan untuk menyelamatkan diri saat terjadi bencana. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen kuasi, dengan rancangan *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples using a double posttest*. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 24 orang berusia 15-18 tahun yang terbagi ke dalam kelompok eksperimen ($n=11$) dan kelompok kontrol ($n=13$). Partisipan pada kelompok eksperimen diberikan pelatihan pengetahuan umum mengenai bencana dan pelatihan *parkour* untuk kesiapsiagaan bencana, sedangkan partisipan pada kelompok kontrol hanya diberikan pelatihan pengetahuan umum mengenai bencana. Pengukuran dilakukan menggunakan *Psychological Preparedness for Disaster Threat Scale*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan skor yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pengetahuan umum mengenai bencana pada kelompok eksperimen ($p=0,024$) maupun kelompok kontrol ($p=0,012$). Akan tetapi tidak terdapat perbedaan skor pada kelompok eksperimen setelah diberikan pelatihan *parkour* untuk kesiapsiagaan bencana ($p=0,983$), dan tidak terdapat penurunan skor yang signifikan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan ($p=0,297$). Hasil akhirnya menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan skor yang signifikan antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol setelah kelompok eksperimen diberikan pelatihan *parkour* untuk kesiapsiagaan bencana ($p=0,236$). Oleh karena itu, kesimpulan dari penelitian ini adalah pelatihan pengetahuan umum mengenai bencana terbukti efektif untuk meningkatkan kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana, sedangkan pelatihan *parkour* untuk kesiapsiagaan bencana tidak berpengaruh terhadap kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana.

Kata Kunci: kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana, *parkour*, pelatihan kebencanaan

The Effect of Parkour for Disaster Preparedness Training on Psychological Preparedness for Disasters

Handy Aulia Zharfani^a, Bhina Patria^b

^{ab}Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, Indonesia, (0274) 550435

e-mail: ^ahazpsy@gmail.com, ^bpatria@ugm.ac.id

Abstract. This study aims to determine the effect of parkour for disaster preparedness training on psychological preparedness for disasters. Parkour is predicted to be able to improve psychological preparedness for disasters since parkour practice develops flight response skill when a disaster occurs. This research was conducted using an quasi experimental method, with an untreated control group design with dependent pretest and posttest samples using a double posttest. The participants of the study were 24 adolescents aged 15-18 years who were assigned into the experimental group ($n=11$) and the control group ($n=13$). Participants in the experimental group were given general knowledge training on disasters and parkour training for disaster preparedness, whilst participants in the control group were only given general knowledge training on disasters. Measurements were made using the Psychological Preparedness for Disaster Threat Scale. The result of the study shows that there is a significant difference in scores between before and after being given general knowledge training on disasters in the experimental group ($p=0.024$) and the control group ($p=0.012$). However, there was no difference in scores in the experimental group after being given parkour for disaster preparedness training ($p=0.983$), and there was no significant decline in scores in the control group that were not given any treatment ($p=0.297$). The final results showed that there was no significant difference in scores between the experimental group and the control group after the experimental group were given parkour for disaster preparedness training ($p=0.236$). Therefore, this study concludes that general knowledge training on disasters has proven effective in increasing psychological preparedness for disasters, whilst parkour for disaster preparedness training has no effect on psychological preparedness for disasters.

Keywords: *disaster preparedness training, parkour, psychological preparedness for disasters*