

SEKOLAH TANGGAP, EVAKUASI SIGAP

BEKAL KOMUNKASI GURU DI TENGAH
SITUASI DARURAT



Penulis: Abigail Frances

Illustrator: Ivy Aurelie

Penulis

Abigail Frances Nathania Holle

Illustrator

Ivy Aurelie

Book layout

Ivy Aurelie

Supervisi

Anis Faisal Reza, S.E.

Pembimbing

Vega Karina Andira Putri, S.Sos., M.Si.

Irwan Fakhruddin, S.Sn., M.I.Kom.

KATA PENGANTAR

Menghadapi potensi ancaman gempa dan tsunami di pesisir Lebak Selatan, kesiapsiagaan di ekosistem sekolah menuntut lebih dari sekadar infrastruktur fisik yang kokoh. Saat krisis terjadi, seorang guru seketika mengemban peran yang jauh melampaui tugas akademisnya; mereka menjadi komandan lapangan dan dirigen keselamatan. Mengingat kepanikan dapat menular dengan sangat cepat (emotional contagion), ketenangan asertif dan instruksi terarah dari guru adalah kunci utama untuk mencegah kepanikan massal (stampede) dan menyelamatkan nyawa.



Modul Komunikasi Instruksional untuk Manajemen Darurat Guru ini hadir untuk menjembatani celah kritis dalam pelatihan mitigasi selama ini. Berbasis riset kebutuhan psikologis di SMA Negeri 1 Bayah, modul ini merumuskan panduan taktis mulai dari pilihan kata (scripting), kontrol vokal, hingga gestur non-verbal untuk membantu guru bertransformasi menjadi Manajer Krisis yang efektif pada menit-menit krusial evakuasi.

Karya ini merupakan buah sinergi yang luar biasa dalam Program Humanity Project Batch 8 antara Universitas Multimedia Nusantara (UMN) dan Gugus Mitigasi Lebak Selatan (GMLS). Kami mengapresiasi dedikasi para mahasiswa, dosen pembimbing, serta dewan guru dan siswa SMAN 1 Bayah. Kami berharap buku saku ini menjadi living document yang terus dipelajari dan dipraktikkan secara konsisten demi mewujudkan sekolah yang benar-benar aman dari bencana. Selamat membaca dan terus menginspirasi

Selamat membaca dan terus menginspirasi ketangguhan.

Bayah, Mei 2026
Gugus Mitigasi Lebak Selatan (GMLS)

Anis Faisal Reza
Direktur

LANDASAN

KESIAPSIAGAAN SEKOLAH

UU Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana

Mitigasi bencana merupakan serangkaian upaya yang dilakukan untuk mengurangi risiko dan dampak bencana melalui kegiatan pencegahan, kesiapsiagaan, penyadaran, serta peningkatan kemampuan dalam menghadapi bencana. Mitigasi dilakukan agar masyarakat dapat lebih siap, sigap, dan terarah saat situasi darurat terjadi

UU Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen

Guru merupakan pendidik profesional yang memiliki tugas untuk mendidik, membimbing, mengarahkan dan melatih peserta didik. Dalam situasi bencana, peran tersebut menjadi penting karena guru tidak hanya bertugas menyampaikan pembelajaran, tetapi juga mengarahkan demi keselamatan siswa melalui komunikasi yang tepat

UU Nomor 35 Tahun 2014 tentang Perlindungan Anak

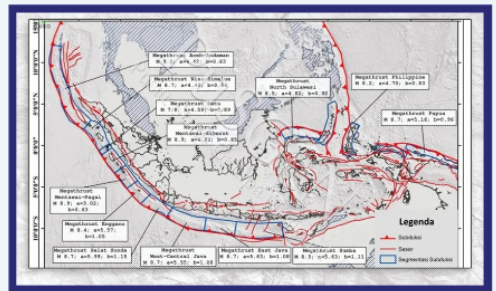
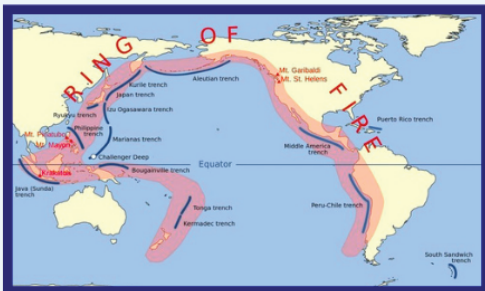
Setiap anak berhak memperoleh perlindungan dan rasa aman dalam berbagai lingkungan, termasuk lingkungan pendidikan. Oleh karena itu, sekolah dan guru memiliki peran penting dalam menjaga keselamatan peserta didik.

POTENSI GEMPA DAN TSUNAMI DI BAYAH

Indonesia berada pada jalur **Ring of Fire** atau cincin api Pasifik, yaitu wilayah yang dikelilingi oleh pertemuan lempengan tektonik aktif dan memiliki tingkat aktivitas gempa serta gunung api yang tinggi. Kondisi ini yang menyebabkan Indonesia menjadi salah satu negara dengan risiko bencana gempa bumi dan tsunami yang cukup besar.

Kabupaten Lebak dan Kecamatan Bayah berada dekat dengan zona **Mega Thrust**, yaitu area pertemuan lempeng Indo-Australia dan Eurasia di dasar Laut Selatan Jawa. Pergeseran lempeng tersebut dapat memicu gempa bumi berkekuatan besar yang berpotensi menimbulkan **tsunami**.

Sebagai Sekolah yang berada di wilayah pesisir Selatan Banten, SMAN 1 Bayah memiliki potensi besar terdampak gempa bumi maupun tsunami. Oleh karena itu, kesiapsiagaan, pemahaman alur evakuasi, serta komunikasi yang tepat dan terarah menjadi hal penting untuk mengurangi risiko kepanikan massal dan meningkatkan keselamatan warga sekolah.



DAFTAR ISI

Cover	01
Kata Pengantar	02
Landasan Kesiapsiagaan Sekolah	03
Potensi Gempa dan Tsunami di Bayah	04
Daftar Isi	05
Bagian 1 Pra Bencana	06
Mengenal Ancaman Lingkungan Sekolah	07
Apa Saja Ancaman di Lingkungan SMAN 1 Bayah?	08
Apa Peran Saya Sebagai Guru?	10
Mengapa Kepanikan Berbahaya?	11
Bagian 2 Saat Bencana	12
Langkah Pertama Saat Gempa	13
Evakuasi Menuju Titik Aman	14
Bagaimana Guru Memberi Instruksi?	15
Komunikasi Verbal	16
Nada dan Intonasi Suara	17
Komunikasi Non-Verbal	18
Tidak Panik, Saya Tahu Harus Apa!	19
Bagian 3 Pasca Bencana	20
Pendampingan Psikologis Murid	21
Komunikasi Pasca Bencana	22
Kontak Dan Layanan Darurat	23
Lampiran	24
Rambu-rambu	25
Kata Penutup	26

BAGIAN 1

PRA BENCANA



MENGENALI ANCAMAN LINGKUNGAN SEKOLAH

Lingkungan sekolah memiliki berbagai potensi kerentanan yang dapat meningkatkan risiko saat bencana terjadi. Oleh karena itu, guru perlu mengenali area dan kondisi yang berpotensi membahayakan di lingkungan sekolah. Dengan mengenali berbagai potensi ancaman di lingkungan sekolah, guru dapat lebih siap mengambil keputusan, memberikan instruksi yang tepat, dan membantu mengurangi risiko cedera maupun kepanikan saat bencana terjadi.

Bangunan dan Material yang berisiko

- Kaca jendela yang dapat pecah saat gempa
- Lemari, rak, atau papan yang berpotensi roboh
- Plafon atau benda gantung yang dapat jatuh
- Ruang kelas dengan akses keluar terbatas

Kepadatan dan Kepanikan Murid

- Murid berlari secara bersamaan
- Dorong-mendorong saat evakuasi
- Murid menangis, berteriak, atau sulit diarahkan
- Kepanikan yang menyebar dengan cepat

Hambatan Jalur Evakuasi

- Lorong sempit
- Barang yang menghalangi jalur keluar
- Tangga yang licin atau padat
- Kurangnya penunjuk arah evakuasi

Risiko Lingkungan Sekitar

- Lokasi sekolah yang berada di wilayah rawan gempa dan tsunami
- Potensi longsor atau jalan rusak setelah gempa
- Gangguan listrik atau komunikasi

APA SAJA ANCAMAN DI LINGKUNGAN SMAN 1 BAYAH?

Bangunan dan Material yang berisiko

- ☐ Kaca jendela yang dapat pecah saat gempa
- ☐ Lemari, rak, atau papan yang berpotensi roboh
- ☐ Plafon atau benda gantung yang dapat jatuh
- ☐ Ruang kelas dengan akses keluar terbatas

Kepadatan dan Kepanikan Murid

- ☐ Murid berlari secara bersamaan
- ☐ Dorong-mendorong saat evakuasi
- ☐ Murid menangis, berteriak, atau sulit diarahkan
- ☐ Kepanikan yang menyebar dengan cepat

Hambatan Jalur Evakuasi

- ☐ Lorong sempit
- ☐ Barang yang menghalangi jalur keluar
- ☐ Tangga yang licin atau padat
- ☐ Kurangnya penunjuk arah evakuasi

Risiko Lingkungan Sekitar

- ☐ Lokasi sekolah yang berada di wilayah rawan
- ☐ gempa dan tsunami
- ☐ Potensi longsor atau jalan rusak setelah gempa
- ☐ Gangguan listrik atau komunikasi

***DIISI SENDIRI**

CATATAN TAMBAHAN



APA PERAN SAYA SEBAGAI GURU?

Saat bencana terjadi , siswa akan melihat dan mengikuti respons guru. Karena itu, ketenangan guru dapat membantu menjaga situasi tetap terkendali dan mengurangi kepanikan di lingkungan sekolah.

GURU MENJADI KUNCI KARENA



Guru adalah sumber arahan pertama

Siswa cenderung menunggu instruksi sebelum bergerak



Kepanikan bisa menular

Respons guru dapat memengaruhi kondisi seluruh kelas.



Guru membantu evakuasi tetap teratur

Instruksi yang jelas membantu siswa bergerak lebih aman.



Guru menjaga situasi tetap kondusif

Nada bicara dan sikap guru dapat membantu menenangkan siswa.



MENGAPA KEPANIKAN BERBAHAYA?

Menurut psikolog Gustave Le Bon dalam **Teori Crowd Behavior 1985**, emosi dalam kerumunan dapat menyebar dengan sangat cepat. Dalam situasi darurat, rasa panik dari satu orang dapat memengaruhi perilaku banyak orang di sekitarnya. Jika tidak dikendalikan, kepanikan dapat menyebar dengan cepat ke seluruh lingkungan sekolah dan mengakibatkan kepanikan massal atau stempede.

APA YANG BISA TERJADI?



Siswa Berlari
tanpa arah



Risiko
Cedera



Saling Dorong dan
berdesakan



Instruksi Guru
diabaikan



Jalur Evakuasi
Terhambat



Kepanikan
Massal

PERLU DIINGAT!

Kepanikan dapat menyebar lebih cepat daripada instruksi

BAGIAN 2

SAAT BENCANA



LANGKAH PERTAMA

SAAT GEMPA

DROP



DROP

Segera menundukkan badan dan menjaga keseimbangan agar tidak terjatuh saat guncangan terjadi

Contoh instruksi:

"Semua merunduk sekarang!"

"Jangan berdiri!"

COVER



COVER

Lindungi kepala dan leher di bawah meja yang kokoh untuk menghindari tertimpa benda yang jatuh saat gempa. Pastikan untuk menjauhi area berbahaya seperti jendela, kaca dan benda gantung yang berpotensi roboh atau pecah

Contoh instruksi:

"Lindungi kepala kalian!"

"Masuk ke bawah meja!"

"Jauhi kaca dan lemari!"

HOLD ON



HOLD ON

Tetap bertahan di tempat perlindungan dan berpegangan dengan meja atau benda kokoh lainnya agar posisi tetap stabil selama guncangan berlangsung

Contoh instruksi

"Jangan keluar, tunggu guncangan berhenti"

"Berpegangan yang kuat!"

EVAKUASI MENUJU TITIK AMAN

Setelah guncangan gempa berhenti, guru memiliki peran penting untuk memastikan siswa keluar dari area berbahaya dan bergerak menuju titik aman sesuai jalur evakuasi yang telah ditentukan. Evakuasi dilakukan untuk menjauhkan warga sekolah dari risiko bangunan runtuh, benda jatuh, maupun potensi bahaya lanjutan seperti tsunami.



Setelah guncangan mereda, ini yang harus dilakukan!

- Arahkan siswa keluar secara tertib
- Gunakan jalur evakuasi yang telah ditentukan
- Hindari berlari atau saling dorong
- Bantu siswa yang kesulitan
- Jauhi kaca, tembok, tiang, dan bangunan tinggi.

Jika Gempa Berpotensi Tsunami

Segera evakuasi menuju titik aman yang lebih tinggi sesuai peta evakuasi sekolah. Fokus utama saat evakuasi adalah keselamatan diri dan menjaga proses evakuasi tetap tertib agar seluruh warga sekolah dapat mencapai titik aman dengan lebih cepat dan aman.

PERLU DIINGAT!

Guru perlu memastikan seluruh siswa bergerak bersama kelompok dan tidak kembali mengambil barang tertinggal di dalam kelas.



BAGAIMANA GURU MEMBERI INSTRUKSI?

Dalam situasi bencana, cara guru memberikan instruksi dapat memengaruhi ketenangan dan keselamatan siswa. Instruksi yang jelas dan terarah membantu siswa memahami apa yang harus dilakukan, ke mana harus bergerak, dan bagaimana tetap aman selama proses evakuasi berlangsung.

Menurut konsep **Crisis and Emergency Risk Communication**, dalam kondisi darurat seseorang cenderung lebih sulit memproses informasi yang panjang dan rumit. Karena itu, komunikasi saat bencana perlu disampaikan secara singkat, jelas, dan mudah dipahami agar instruksi dapat diterima dengan cepat.

Saat kondisi panik terjadi, siswa juga cenderung mengikuti respons orang di sekitarnya, terutama guru. Oleh karena itu, memberikan instruksi saat bencana bukan hanya tentang apa yang diucapkan, tetapi juga bagaimana guru menyampaikannya. Kata-kata, bahasa tubuh, ekspresi wajah, hingga nada suara dapat memengaruhi respons siswa dalam situasi darurat.

Karena itu, komunikasi guru saat bencana perlu dilakukan melalui:

- 1** Instruksi verbal yang jelas
- 2** Bahasa tubuh yang terarah
- 3** Serta nada suara yang tenang dan tegas.

KOMUNIKASI VERBAL

Komunikasi verbal adalah komunikasi yang disampaikan melalui kata-kata atau ucapan secara langsung kepada siswa saat situasi bencana berlangsung. Dalam kondisi darurat, pesan verbal perlu disampaikan secara sederhana, jelas, dan mudah dipahami agar siswa dapat segera merespons instruksi yang diberikan.



Prinsip Komunikasi Verbal Saat Bencana:

- Kalimat singkat dan langsung
- Sampaikan satu instruksi dalam satu waktu
- Gunakan kata yang mudah dipahami siswa
- Ulangi instruksi penting jika diperlukan
- Hindari kalimat yang memicu kepanikan.

Contoh instruksi Verbal

"Lindungi kepala!"

"Jangan dorong teman!"

"Ikuti jalur evakuasi!"

"Tetap bersama kelompok!"

"Berjalan, jangan berlari!"



Hindari Komunikasi Verbal:

- Instruksi terlalu panjang.
- Berbicara terlalu cepat.
- Berteriak tanpa arahan yang jelas.



KOMUNIKASI NON-VERBAL

Komunikasi nonverbal adalah komunikasi yang disampaikan tanpa kata-kata, seperti ekspresi wajah, gerakan tubuh, hingga kontak mata guru. Dalam situasi bencana, siswa tidak hanya mendengar instruksi guru, tetapi juga memperhatikan bagaimana guru bereaksi. Sikap guru yang terlihat panik dapat memengaruhi kondisi emosional siswa. Sebaliknya, bahasa tubuh yang tenang dan terarah dapat membantu siswa merasa lebih aman.

Bentuk Komunikasi Nonverbal yang Penting:

- Ekspresi wajah
- Gerakan tangan
- Arah pandangan mata
- Posisi tubuh
- Gestur saat memberi arahan
- Nada dan intonasi suara.

Yang Perlu Dilakukan Guru:

- Tetap terlihat tenang
- Gunakan gerakan tangan untuk menunjukkan arah evakuasi
- Lakukan kontak mata dengan siswa
- Berdiri tegak dan fokus
- Gunakan nada suara tegas dan stabil

NADA DAN INTONASI SUARA

Dalam situasi bencana, nada dan intonasi suara guru dapat memengaruhi kondisi siswa selama proses evakuasi berlangsung. Suara yang tenang dan tegas dapat membantu siswa merasa lebih aman, sedangkan nada yang panik atau terburu-buru dapat membuat suasana menjadi semakin kacau.

Karena itu, guru perlu menyampaikan instruksi dengan suara yang jelas, stabil, dan mudah didengar agar siswa dapat memahami arahan dengan baik di tengah situasi darurat.



Yang Perlu Dilakukan Guru:

- Gunakan suara yang cukup keras agar terdengar jelas.
- Berbicara dengan tempo yang stabil.
- Gunakan intonasi tegas namun tetap tenang.
- Tekankan kata-kata penting saat memberi arahan.



Hindari Nada dan Intonasi:

- Berteriak karena panik.
- Berbicara terlalu cepat.
- Nada suara gemetar.
- Instruksi yang terdengar membingungkan.

TIDAK PANIK, SAYA TAHU HARUS APA!

- **TENANG ADALAH INSTRUKSI PERTAMA**

Sebelum menenangkan siswa, guru perlu terlebih dahulu mengendalikan diri sendiri.

- **FOKUS PADA ARAHAN, BUKAN KETAKUTAN**



Hindari ucapan seperti:

"Awat!" atau "Kita bahaya!"



Lebih baik gunakan

"Tetap tenang" dan Ikuti arahan Bapak/Ibu."

- **GUNAKAN INSTRUKSI BERULANG**

Dalam kondisi panik, siswa mungkin sulit fokus. Mengulang instruksi singkat dapat membantu siswa lebih memahami arahan.

- **JANGAN MEMBERI TERLALU BANYAK INSTRUKSI SEKALIGUS**

Berikan arahan secara bertahap agar siswa tidak bingung saat evakuasi berlangsung.

PERLU DIINGAT!

Kepanikan dapat menyebar melalui suara, tetapi ketenangan juga dapat menular melalui cara guru berkomunikasi.



BAGIAN 3

PASCA BENCANA



PENDAMPINGAN PSIKOLOGIS MURID

Setelah bencana terjadi, beberapa siswa mungkin masih merasa takut, panik, bingung, atau sulit tenang meskipun sudah berada di titik aman. Dalam kondisi seperti ini, guru memiliki peran penting untuk membantu siswa merasa lebih aman dan didampingi.

YANG DAPAT DILAKUKAN GURU:

1

Pastikan Siswa dalam Kondisi Aman

Pastikan siswa berada bersama kelompoknya dan jauh dari area berbahaya agar mereka merasa lebih tenang.

2

Gunakan Nada Bicara yang Menenangkan

Berbicara dengan tenang dapat membantu siswa merasa situasi lebih terkendali.

Contoh:

"Sekarang kita sudah berada di tempat aman."

"Tetap bersama kelompok, ya."

3

Ajak Siswa Tetap Fokus pada Arahan

Mengarahkan perhatian siswa pada hal sederhana dapat membantu mengurangi kepanikan, seperti:

- **Duduk bersama kelompok.**
- **Menghitung teman sekelas.**
- **Mendengarkan arahan berikutnya.**

PERLU DIINGAT!

Menenangkan siswa tidak selalu melalui banyak kata, tetapi melalui kehadiran dan sikap guru yang tetap tenang.



KOMUNIKASI PASCA BENCANA

Setelah proses evakuasi selesai, komunikasi tetap menjadi hal penting untuk menjaga situasi tetap tenang dan terkendali. Dalam kondisi pasca bencana, informasi yang tidak jelas atau belum pasti dapat memicu kepanikan baru di lingkungan sekolah.

INI YANG SERING TERJADI:



**Informasi
simpang siur**



**Siswa saling bertanya
dan menebak situasi**



**Kepanikan muncul
kembali**

Guru Bisa Lakukan Ini!

- Pastikan informasi sudah terverifikasi
- Hindari menyebarkan rumor
- Jawab pertanyaan dengan tenang
- Fokus pada arahan keselamatan
- Bantu siswa merasa aman kembali

PERLU DIINGAT!

Guru tidak harus mengetahui semua jawaban, tetapi perlu memastikan informasi yang disampaikan tetap jelas dan tidak menyesatkan.



KONTAK DAN LAYANAN DARURAT

BNPB

117

KEPOLISIAN

110

AMBULANS

119

**DARURAT
UMUM**

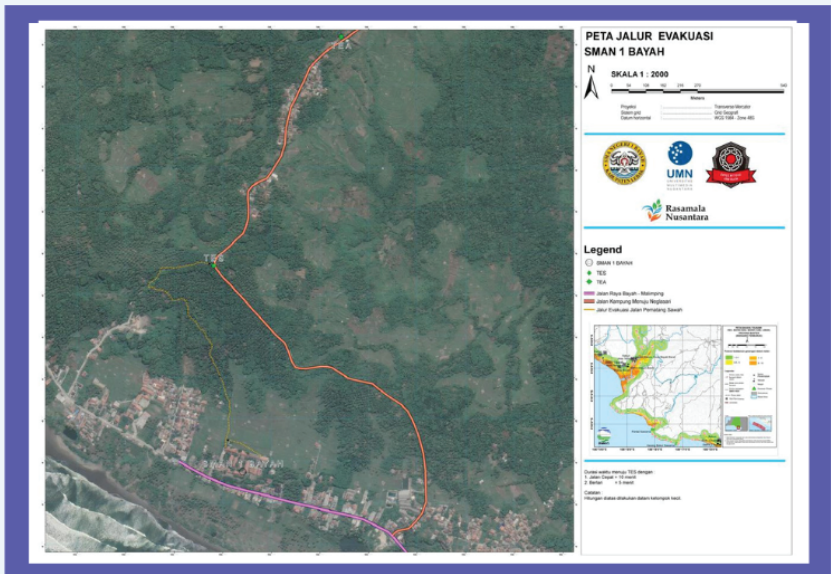
112

DAFTAR KONTAK TAMBAHAN

*DIISI SENDIRI

LAMPIRAN

Peta Jalur Evakuasi



Denah Sekolah SMAN 1 Bayah



RAMBU-RAMBU





KATA PENUTUP

Modul ini disusun sebagai bentuk upaya untuk membantu guru menghadapi situasi bencana di lingkungan sekolah, khususnya gempa bumi dan tsunami. Dalam kondisi darurat, guru bukan hanya menjadi pengajar, tetapi juga menjadi arah penenang, dan sumber instruksi bagi siswa.

Saya berharap modul ini dapat membantu guru memberikan arahan dengan tenang, jelas, dan terarah agar kepanikan tidak ikut menyebar saat proses evakuasi berlangsung. Kesiapsiagaan bukan hanya tentang mengetahui jalur evakuasi, tetapi juga tentang bagaimana menjaga situasi tetap terkendali di tengah kepanikan.

Terima kasih kepada Gugus Mitigasi Lebak Selatan, Universitas Multimedia Nusantara, dan semua pihak yang telah mendukung penyusunan modul ini. Semoga modul ini dapat menjadi panduan yang bermanfaat dan membantu menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sigap, aman, dan tangguh menghadapi bencana.

Abigail Frances, Tangerang, Mei 2026 .



“Ing Ngarsa Sung Tulada, Ing Madya Mangun Karsa, Tut Wuri Handayani”

- Ki Hajar Dewantara



*“Di depan memberi teladan, di tengah membangun
semangat, di belakang memberi dorongan”*

SMAN 1 Bayah, 12 Mei 2026.

