

Kerja Perawatan dan Depleksi Reproduksi Sosial Remaja Perempuan Pascabanjir Sumatra 2025

Care Work and Depletion Through the Social Reproduction of Adolescent Girls After 2025 Sumatra Floods

Retno Indrawati

Plan Indonesia, Jakarta Selatan, Indonesia

Retno.Indrawati@plan-international.org

Kronologi Naskah: diterima 1 Juli 2026, direvisi 24 September 2026, diputuskan diterima 24 September 2026

Abstract

The 2025 floods in Sumatra demonstrate that ecological crises are not gender-neutral but generate disproportionate vulnerabilities for adolescent girls through disruptions to essential services and increased care responsibilities. Drawing on findings from the *Adolescent Girls in Crisis* (AGiC) study, which employed a mixed-methods approach involving 110 survey respondents and 94 participants in focus group discussions, this article examines the experiences of adolescent girls through the lenses of Feminist Political Ecology (FPE) and Depletion through Social Reproduction (DSR). The findings show that disruptions to access to clean water, sanitation, education, healthcare, protection, and social spaces significantly increased the invisible care work undertaken by adolescent girls. These additional responsibilities were reinforced by gendered power relations that unequally distributed care obligations, resulting in social reproduction depletion at the individual, household, and community levels. At the individual level, depletion was reflected in deteriorating physical health and diminished feelings of safety; at the household level, it manifested as time poverty that constrained education and personal development; and at the community level, it was evident in weakened protection systems and the loss of safe social spaces. This article argues that responses to ecological crises should extend beyond the restoration of physical infrastructure to strengthen the systems of social reproduction that sustain everyday life. This includes ensuring gender-responsive basic services, recognising and redistributing care responsibilities, and meaningfully engaging adolescent girls in post-disaster recovery and decision-making processes.

Keywords: invisible care work, adolescent girls, depletion through social reproduction, Feminist Political Ecology

Abstrak

Banjir di Sumatra pada tahun 2025 menunjukkan bahwa krisis ekologis tidak berdampak secara netral, tetapi menghasilkan kerentanan yang berbeda bagi remaja perempuan melalui gangguan terhadap layanan dasar dan meningkatnya kebutuhan akan kerja perawatan. Berdasarkan penelitian *Adolescent Girls in Crisis* (AGiC) yang menggunakan pendekatan metode campuran dengan melibatkan 110 responden survei dan 94 peserta diskusi kelompok, artikel ini menganalisis pengalaman remaja perempuan menggunakan perspektif *Feminist Political Ecology* dan *Depletion through Social Reproduction* (DSR). Hasil penelitian menunjukkan bahwa gangguan terhadap akses air bersih, sanitasi, pendidikan, kesehatan, perlindungan, dan ruang sosial meningkatkan kerja perawatan yang tak terlihat (*invisible care work*) yang dilakukan remaja perempuan. Beban tersebut diperkuat oleh relasi gender yang mendistribusikan tanggung jawab perawatan secara tidak setara sehingga memunculkan depleksi reproduksi sosial pada tingkat individu, rumah tangga, dan komunitas. Pada tingkat individu, depleksi tercermin dalam menurunnya kesehatan fisik dan rasa aman; pada tingkat rumah tangga, dalam kemiskinan waktu yang menghambat pendidikan dan perkembangan diri; serta pada tingkat komunitas, dalam melemahnya sistem perlindungan dan ruang sosial yang mendukung kesejahteraan remaja perempuan. Artikel ini berargumen bahwa respons terhadap krisis ekologis tidak cukup berfokus pada pemulihan infrastruktur fisik, tetapi juga perlu memperkuat sistem reproduksi sosial melalui penyediaan layanan dasar yang responsif gender, pengakuan dan redistribusi beban kerja perawatan, serta pelibatan bermakna remaja perempuan dalam proses pemulihan pascabencana.

Kata kunci: kerja perawatan yang tak terlihat, remaja perempuan, depleksi reproduksi sosial, *Feminist Political Ecology*

Pendahuluan

Remaja perempuan usia 10–19 tahun merupakan kelompok yang menghadapi kerentanan berlapis dalam situasi bencana. Kerentanan tersebut tidak hanya berkaitan dengan usia dan posisi mereka sebagai anak, tetapi juga dengan relasi gender yang memengaruhi pembagian kerja, akses terhadap sumber

daya, mobilitas, serta pemenuhan hak atas pendidikan, kesehatan, perlindungan, dan perkembangan diri. Dalam situasi ekologis, gangguan terhadap layanan dasar dapat mengubah cara kebutuhan sehari-hari dipenuhi. Ketika akses terhadap air bersih, sanitasi, kesehatan, pendidikan, dan ruang aman terganggu, sebagian fungsi yang sebelumnya ditopang oleh

layanan publik kembali dibebankan kepada rumah tangga. Dalam kondisi tersebut, kerja reproduksi sosial tidak berhenti; sebaliknya kebutuhan untuk mempertahankan kehidupan sehari-hari justru meningkat. Pertanyaan yang muncul adalah siapa yang kemudian mengerjakan pekerjaan-pekerjaan tersebut dan apa konsekuensinya bagi para anak-anak muda, terutama remaja perempuan.

Pertanyaan tersebut menjadi penting dalam konteks banjir Sumatra 2025 yang melanda Aceh, Sumatra Utara, dan Sumatra Barat pada akhir tahun 2025. Bencana tersebut dipicu oleh kombinasi perubahan iklim, curah hujan ekstrem, dan kerusakan lingkungan (Nasri et al. 2025). Berdasarkan data BNPB, sebanyak 117.269 orang mengungsi, terdiri atas 61.162 perempuan dan 56.107 laki-laki. Sedikitnya 28.842 anak terdampak bencana, sementara lebih dari 301.000 rumah mengalami kerusakan, termasuk lebih dari 58.000 rumah rusak berat (BNPB 2026).

Quigley (1970) memandang bencana sebagai hasil interaksi antara perubahan lingkungan dan sistem sosial yang membentuk cara manusia mengelola sumber daya alam. Dalam artikel ini, bencana banjir yang terjadi, berinteraksi dengan relasi gender sehingga menghasilkan dampak yang berbeda bagi perempuan dan laki-laki. Salah satu manifestasinya adalah meningkatnya beban kerja perawatan akibat terganggunya akses terhadap layanan dasar, terutama air bersih dan sanitasi.

Bencana yang terjadi, khususnya pada banjir Sumatra 2025 lalu, juga diselimuti dengan ketimpangan gender melalui meningkatnya beban domestik, berkurangnya akses terhadap sumber daya, serta terbatasnya partisipasi perempuan dalam pendidikan, pekerjaan, dan kehidupan publik (Eastin 2018). Sultana (2022) menunjukkan bahwa pengalaman perempuan dalam bencana dibentuk oleh relasi gender yang meningkatkan tanggung jawab untuk memperoleh air, merawat anggota keluarga, dan mempertahankan keberlangsungan rumah tangga ketika layanan dasar terganggu. Sejalan dengan itu, Sultana (2018) juga menegaskan bahwa perubahan iklim memperburuk ketidakamanan air sehingga memperbesar beban kerja reproduksi sosial perempuan dan remaja perempuan. Kesulitan akses air bersih merupakan salah satu konsekuensi utama bencana banjir yang berdampak langsung pada pembagian kerja di tingkat rumah tangga. UNESCO mencatat bahwa perempuan dan anak perempuan secara global menghabiskan sekitar 250 juta jam setiap hari untuk mengambil air, yang

menunjukkan besarnya beban kerja mereka dalam memenuhi kebutuhan dasar rumah tangga (UNESCO 2026).

Pada tingkat global, UNICEF memperkirakan bahwa pada tahun 2040 hampir 600 juta anak atau sekitar satu dari empat anak di dunia, akan hidup di wilayah dengan tekanan air yang sangat tinggi (UNICEF 2017). Di rumah tangga tanpa akses air di tempat tinggal, perempuan dan anak perempuan paling sering bertanggung jawab mengumpulkan air; anak perempuan bahkan hampir dua kali lebih mungkin memikul tanggung jawab tersebut dibandingkan anak laki-laki (WHO & UNICEF 2025).

Selain itu, keterbatasan akses terhadap air bersih dan sanitasi juga menyulitkan remaja perempuan memenuhi kebutuhan *Menstrual Health and Hygiene* (MHH) secara aman, yang berdampak pada kesehatan, martabat, dan keberlangsungan pendidikan mereka (Gold-Watts et al. 2020). Sultana (2022) dan Truelove (2011) menjelaskan bahwa upaya memperoleh air yang menyumbang beban waktu, risiko kesehatan, dan tekanan sosial yang tidak terlihat dalam tata kelola air juga menjadi permasalahan utama dalam keadaan bencana. Selain itu, UNICEF dan UN Women (2025) menyebut beban kerja perawatan anak dan remaja sebagai *invisible burden*. Artinya, kontribusi yang menopang keberlangsungan rumah tangga belum dikenali secara memadai dalam statistik, kebijakan, maupun sistem perlindungan sosial, meskipun berdampak pada pendidikan, kesehatan, dan kesejahteraan mereka.

Oleh karena itu, dalam penelitian ini, *Adolescent Girls in Crisis* (2026) yang dilakukan Plan Indonesia terhadap remaja perempuan usia 10–19 tahun di Aceh Tamiang, Tapanuli Selatan, dan Agam pascabanjir Sumatra 2025, menjadi data utama untuk menunjukkan bahwa remaja perempuan tidak hanya mengalami gangguan terhadap pendidikan, kesehatan, perlindungan, dan rasa aman, tetapi juga peningkatan beban kerja perawatan selama masa tanggap darurat dan pemulihan. Penelitian tersebut melibatkan 110 responden survei, 94 peserta *focus group discussion* dan *body mapping*, serta 25 informan kunci (Plan Indonesia 2026).

Penelitian Plan Indonesia (2026) mengungkap bahwa sekitar 49,09 persen responden melaporkan bahwa sekolah mereka terdampak banjir, sementara gangguan terhadap pembelajaran juga dialami oleh 52,73 persen responden. Pada saat yang sama, gangguan terhadap layanan dasar membuat kebutuhan

sehari-hari semakin banyak harus dipenuhi dalam kondisi rumah tangga yang sumber dayanya terbatas. Sebanyak 28 persen remaja perempuan kehilangan akses terhadap pembalut selama bencana, sementara pengalaman kualitatif menunjukkan keterbatasan air bersih, sanitasi, mobilitas, dan ruang aman turut memengaruhi kehidupan sehari-hari mereka.

Persoalannya pun tidak berhenti pada terganggunya akses terhadap layanan dasar. Temuan AGiC juga menunjukkan bahwa remaja perempuan terlibat dalam pekerjaan domestik dan pengasuhan yang menopang keberlangsungan kehidupan rumah tangga selama masa krisis. Salah satu temuan AGiC menunjukkan bahwa sebagian remaja perempuan baru memiliki waktu luang setelah menyelesaikan pekerjaan rumah, sementara sebagian lainnya baru memiliki waktu luang setelah mengurus anggota keluarga lainnya. Pengalaman tersebut menunjukkan bahwa pekerjaan perawatan bukan sekadar aktivitas tambahan, tetapi berubah menjadi pekerjaan yang menggunakan waktu dan tenaga remaja perempuan.

Berdasarkan konteks-konteks di atas, penting untuk membedakan antara keberadaan kerja perawatan dan proses depleksi yang dihasilkan oleh kerja tersebut. Kerja perawatan yang merupakan bagian dari reproduksi sosial untuk menopang keberlangsungan kehidupan sehari-hari, dapat menghasilkan depleksi ketika sumber daya yang dikeluarkan untuk mempertahankan kehidupan tidak diimbangi dengan sumber daya untuk pemulihan (Rai, Hoskyns, & Thomas 2014).

Artikel ini bertujuan untuk membahas bagaimana remaja perempuan kemudian terlibat dalam pekerjaan perawatan tersebut sehingga menjelaskan bagaimana penggunaan waktu, usaha, ruang, serta kapasitas emosional yang besar dalam pekerjaan tersebut menyebabkan penurunan fungsi reproduksi sosial. Hasil yang diharapkan terbaca dalam artikel ini adalah penjelasan bahwa pemulihan setelah bencana tidak hanya fokus pada memperbaiki bangunan dan jalan, tetapi juga perlu diperhatikan mengenai siapa yang bertanggung jawab melakukan pekerjaan pemulihan, apakah tugas tersebut mengurangi hak dan kemampuan remaja perempuan untuk belajar, beristirahat, bermain, merasa aman, dan merencanakan masa depan mereka. Dengan demikian, dapat mengungkap bahwa kerja perawatan yang dilakukan oleh remaja perempuan, khususnya pascabencana dengan perhatian yang tidak menyeluruh, meningkat secara signifikan, dan tidak berhenti pada ketidakterlihatannya. Ia juga menghasilkan depleksi dalam reproduksi sosial remaja

perempuan yang belum dianggap sebagai sebuah masalah yang perlu ditinjau dan ditanggulangi.

Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah analisis kualitatif terhadap data yang berasal dari penelitian *Adolescent Girls in Crisis* (AGiC) yang dilakukan oleh penulis bersama tim Plan Indonesia dan dipublikasikan pada tahun 2026 (Plan Indonesia 2026). Berbeda dengan laporan AGiC yang bertujuan memetakan dampak banjir terhadap kehidupan remaja perempuan secara komprehensif, artikel ini secara khusus menggunakan perspektif *Feminist Political Ecology* (FPE) dan *Depletion through Social Reproduction* (DSR) untuk menganalisis bagaimana gangguan terhadap layanan dasar meningkatkan beban kerja perawatan remaja perempuan serta memunculkan depleksi reproduksi sosial.

Penelitian AGiC dilaksanakan sebagai bagian dari respons kemanusiaan *Sumatra HEAL* pascabanjir Sumatra 2025 dengan menggunakan metode *Rapid Gender Analysis for Youth and Adolescents* (RGAYA). Penelitian dilakukan di tiga wilayah terdampak banjir, yaitu Aceh Tamiang, Tapanuli Selatan, dan Agam, serta melibatkan remaja perempuan berusia 10–14 tahun dan 15–19 tahun. Pengumpulan data dilakukan melalui survei terhadap 110 responden, 18 diskusi kelompok terarah (*focus group discussion* dan *body mapping*) yang melibatkan 94 remaja perempuan, serta 25 wawancara mendalam dengan informan kunci.

Metodologi AGiC menempatkan pengalaman dan suara remaja perempuan sebagai pusat analisis dengan pendekatan feminis, berpusat pada remaja, menggunakan perspektif interseksional, serta berlandaskan prinsip hak anak (Plan International 2018). Dalam artikel ini, penulis tidak membahas seluruh temuan AGiC, melainkan memfokuskan analisis pada data yang berkaitan dengan gangguan terhadap layanan dasar, perubahan beban kerja perawatan, serta dampaknya terhadap pendidikan, kesehatan, perlindungan, dan kesejahteraan remaja perempuan.

Konsep *Depletion through Social Reproduction* yang dikembangkan Rai, Hoskyns, & Thomas (2014) pada dasarnya dapat dianalisis melalui berbagai pendekatan, termasuk survei penggunaan waktu dan pengukuran kuantitatif lainnya. Namun, artikel ini tidak bertujuan mengukur tingkat depleksi secara kuantitatif. Analisis dilakukan secara kualitatif dengan menafsirkan temuan AGiC melalui kerangka FPE dan DSR untuk

mengidentifikasi bentuk-bentuk deplesi yang dialami remaja perempuan pada tingkat individu, rumah tangga, dan komunitas. Seluruh nama remaja perempuan yang digunakan dalam artikel ini diidentifikasi melalui kode P 1-12 untuk melindungi identitas partisipan penelitian. Artikel ini menggunakan perspektif *Feminist Political Ecology* (FPE) dan *Depletion through Social Reproduction* (DSR). Perspektif FPE digunakan sebagai pelengkap analisis untuk memahami bagaimana relasi gender memengaruhi akses terhadap sumber daya, pembagian kerja, dan pengalaman menghadapi krisis ekologis. FPE memandang bahwa akses terhadap sumber daya, pembagian kerja, serta pengalaman terhadap perubahan lingkungan dibentuk oleh relasi kuasa yang bersifat berbasis gender dan beririsan dengan faktor sosial lainnya (Rocheleau, Slayter, & Wangari 2013; Elmhirst 2015; Ojeda et al. 2022). Dalam artikel ini, FPE digunakan untuk menjelaskan mengapa ketika layanan dasar terganggu, tanggung jawab mempertahankan kehidupan sehari-hari tidak terdistribusi secara netral dalam rumah tangga.

Selain itu, artikel menggunakan pengalaman remaja perempuan melalui tiga dimensi yang saling terkait, yaitu ruang, waktu, dan tekanan atau kekerasan. Dimensi ruang digunakan untuk melihat bagaimana perpindahan tempat tinggal, kondisi pengungsian, hilangnya privasi, gangguan akses transportasi, pembatasan mobilitas, serta hilangnya ruang untuk belajar dan bermain memengaruhi kehidupan remaja perempuan. Dimensi waktu digunakan untuk memahami seberapa banyak pekerjaan rumah tangga dan tanggung jawab merawat anak-anak menghabiskan waktu remaja perempuan dan kemungkinan besar mengurangi waktu mereka untuk sekolah, belajar, istirahat, bermain, serta mengembangkan diri. Sementara itu, dimensi tekanan atau kekerasan digunakan untuk memahami pengalaman, seperti merasa tidak aman, cemas, traumatis, mengalami tekanan emosional, serta aturan gender yang membatasi pilihan dan kemampuan bergerak mereka. Ketiga dimensi ini penting karena konsep perawatan tidak bisa diartikan hanya dari jenis pekerjaan yang dilakukan. Beban kerja perawatan harus dilihat dari sumber daya yang digunakan dan dampak negatif yang terjadi, seperti berapa lama waktu dan usaha yang terbuang, ruang apa yang terbatas, serta tekanan fisik dan emosional yang muncul dalam proses perawatan tersebut.

Artikel juga tidak bermaksud untuk mengulang keseluruhan temuan AGiC, tetapi untuk melakukan pembacaan yang lebih dalam dan analitis terhadap

hasil penelitian mengenai pekerjaan rumah tangga dan perawatan anak, kesulitan dalam pendidikan dan layanan dasar, keterbatasan ruang serta kemampuan bergerak, serta pengalaman dalam merasa aman dan tekanan psikososial yang dialami remaja perempuan. Analisis dilakukan dengan menggunakan FPE untuk menjelaskan bagaimana hubungan antara laki-laki dan perempuan membentuk cara kerja dan akses terhadap berbagai sumber daya dalam situasi bencana. Sementara, DSR untuk menjelaskan bagaimana meningkatnya penggunaan waktu, usaha, kesehatan, dan kemampuan emosional menyebabkan penurunan daya tahan.

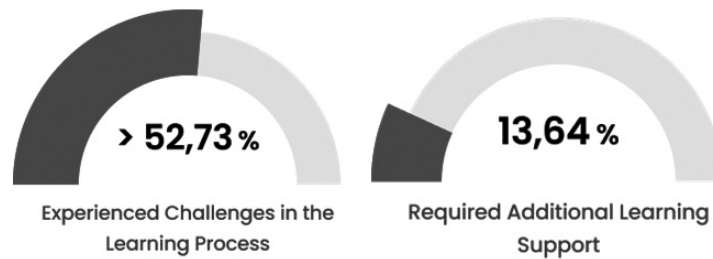
DSR digunakan untuk menjelaskan kondisi ketika waktu, tenaga, kesehatan, dan kapasitas emosional yang dikeluarkan untuk reproduksi sosial mengurangi kemampuan seseorang untuk mempertahankan kesejahteraan dan memulihkan dirinya. Fraser (2017) menunjukkan bahwa krisis reproduksi sosial terjadi ketika kebutuhan terhadap kerja perawatan meningkat sementara dukungan institusional yang menopang kerja tersebut tidak memadai. Dalam konteks bencana, gangguan terhadap layanan dasar dapat memperbesar ketergantungan pada rumah tangga dan meningkatkan tuntutan terhadap anggota keluarga yang menjalankan kerja reproduksi sosial.

Krisis sebagai Awal Deplesi Reproduksi Sosial

Banjir Sumatra 2025 tidak hanya mengganggu kondisi fisik dan layanan dasar, tetapi juga mengubah kehidupan sehari-hari remaja perempuan yang ditandai oleh ketidakstabilan, terbatasnya akses terhadap layanan dasar, meningkatnya beban dalam rumah tangga, serta ketidakpastian terhadap masa depan (Plan Indonesia 2026). Terlebih gangguan yang tidak dialami secara setara karena relasi gender memengaruhi pembagian peran dan tanggung jawab dalam rumah tangga (Rocheleau, Slayter, Wangari 2013). Fraser (2017) menggarisbawahi bahwa kondisi di atas menjadi titik awal terjadinya deplesi ketika tuntutan untuk mempertahankan kehidupan sehari-hari meningkat sementara sumber daya untuk memulihkan diri semakin terbatas. Salah satu dampak paling nyata terlihat pada tekanan lebih dalam sektor ekonomi dan ancaman terhadap keberlangsungan pendidikan remaja perempuan. Hampir separuh responden (49,09 persen) melaporkan sekolah mereka terdampak banjir. Sebagian harus belajar di ruang kelas sementara (16,67 persen), sementara 7,41 persen berpindah ke sekolah lain. Gangguan tersebut tidak hanya menghambat

proses belajar, tetapi juga mengubah rutinitas dan rasa aman yang sebelumnya diperoleh melalui lingkungan

sekolah. Gambaran di atas dapat terlihat pada grafik-grafik di bawah:

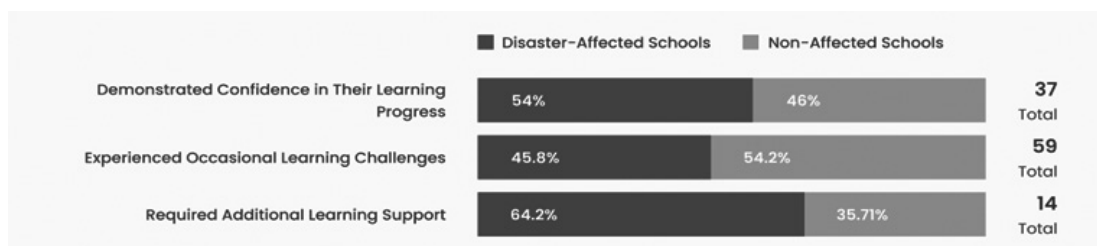


Grafik 1. Pengalaman Belajar Remaja Perempuan Usia 10-19 Tahun

Sumber: Plan Indonesia (2026)

Dampak tersebut tercermin dalam data yang mengungkap pada pengalaman belajar remaja perempuan yang digambarkan dalam grafik di atas. Sebanyak 52,73 persen responden melaporkan mengalami kesulitan belajar secara berkala, sedangkan 13,64 persen menyatakan membutuhkan dukungan tambahan untuk dapat mengikuti proses pembelajaran.

Temuan ini menunjukkan bahwa dampak banjir terhadap pendidikan tidak berhenti pada kerusakan fasilitas sekolah, tetapi juga memengaruhi kemampuan remaja perempuan untuk mempertahankan proses belajar di tengah berbagai tekanan yang muncul setelah bencana.

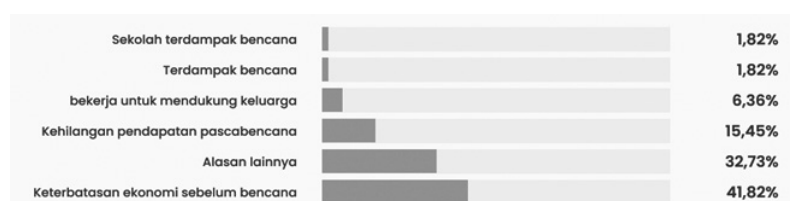


Grafik 2. Pengalaman Belajar Remaja Perempuan Usia 10-19 Tahun Menurut Status Sekolah Terdampak Bencana

Sumber: Plan Indonesia (2026)

Sementara, sebagaimana ditunjukkan pada Grafik 2 di atas menunjukkan bahwa pengalaman belajar remaja perempuan pada kedua kelompok sekolah menunjukkan variasi, mulai dari merasa mampu mengikuti pembelajaran hingga membutuhkan dukungan tambahan. Meskipun remaja perempuan di sekolah yang terdampak bencana sedikit lebih banyak

melaporkan kepercayaan diri terhadap perkembangan belajarnya, tantangan pembelajaran tetap dialami oleh kedua kelompok. Temuan ini menunjukkan bahwa dampak bencana terhadap pembelajaran tidak dapat diukur hanya dari tingkat kerusakan sekolah, tetapi juga dari pengalaman belajar dan kebutuhan dukungan yang dialami setiap siswa.



Grafik 3. Faktor Penyebab Putus Sekolah Menurut Persepsi Remaja Perempuan Usia 10-19 Tahun

Sumber: Plan Indonesia (2026)

Selain itu, tekanan ekonomi menjadi faktor utama penyebab putus sekolah, baik sebelum maupun setelah bencana. Keterbatasan ekonomi sebelum bencana disebut oleh 41,82 persen responden, sedangkan 15,45 persen mengaitkannya dengan penurunan pendapatan rumah tangga pascabencana. Sebanyak 6,36 persen lainnya menyatakan harus bekerja untuk membantu memenuhi kebutuhan keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa bencana memperburuk kerentanan ekonomi yang menghambat keberlanjutan pendidikan remaja perempuan.

Kerentanan ekonomi juga tercermin dari terbatasnya akses remaja perempuan terhadap sumber daya keuangan serta tekanan untuk mulai bekerja pada usia dini. Pada grafik 4 di bawah, mengungkap bahwa kurang dari separuh responden (43 persen) menerima dukungan finansial, sementara 12 persen menyatakan adanya harapan agar mereka bekerja. Kondisi ini meningkatkan risiko keterlibatan dalam pekerjaan pada usia anak yang dapat membatasi keberlanjutan pendidikan mereka.



Grafik 4. Ekspektasi untuk Bekerja pada Remaja Perempuan Usia 10–19 Tahun

Sumber: Plan Indonesia (2026)

Pengalaman empiris remaja perempuan juga menunjukkan bahwa kesulitan ekonomi dan tuntutan rumah tangga mempersempit peluang untuk melanjutkan pendidikan, sekaligus menegaskan pentingnya pemulihan mata pencaharian keluarga pascabencana. Beberapa remaja perempuan mengungkapkan bahwa:

“(...)Saya tidak didorong untuk melanjutkan kuliah. Setelah lulus SMA, saya diharapkan langsung bekerja agar dapat membanggakan orang tua. Saya juga tidak diizinkan kuliah jauh dari rumah karena harus menemani orang tua. Saya hanya diperbolehkan sekolah sampai SMA” (P1 2026, Sumatra Barat).

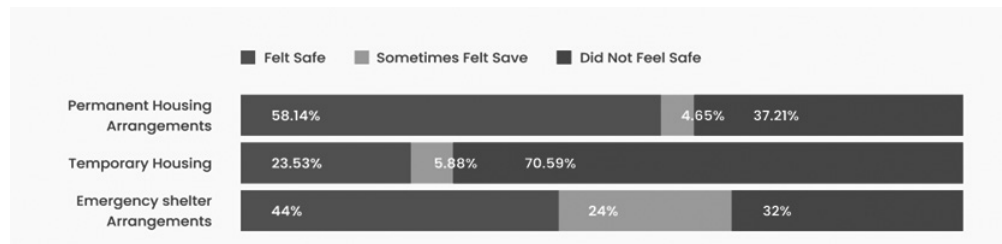
“(...)Kami berharap kondisi mata pencaharian masyarakat di desa kami dapat segera pulih” (P2 2026, Sumatra Barat).

Keterbatasan-keterbatasan di atas mencerminkan ketimpangan akses terhadap sumber daya ekonomi yang membatasi pilihan dan daya tawar remaja perempuan dalam menghadapi krisis. Ketika pendapatan rumah tangga menurun, terbatasnya kapasitas ekonomi remaja perempuan semakin meningkatkan ketergantungan mereka pada keluarga sekaligus mempersempit

pilihan untuk mempertahankan pendidikan dan merencanakan masa depan. Kondisi ini menjadi salah satu bentuk kerentanan yang memperkuat proses deplesi reproduksi sosial pada situasi pascabencana.

Kerentanan Perlindungan dan Pemulihan Psikososial

Kerentanan remaja perempuan pascabencana tidak hanya berkaitan dengan tekanan ekonomi dan pendidikan, tetapi juga dengan perlindungan serta rasa aman. Temuan penelitian menunjukkan bahwa jenis hunian pascabencana memengaruhi persepsi keamanan remaja perempuan. Hunian yang berbasis dukungan keluarga seperti rumah kerabat, cenderung memberikan rasa aman yang lebih tinggi dibandingkan pengungsian maupun hunian sementara. Remaja perempuan yang tinggal di hunian permanen lebih banyak melaporkan merasa aman (58,14 persen), sedangkan proporsi yang merasa tidak aman paling tinggi ditemukan pada mereka yang tinggal di hunian darurat (24 persen). Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kondisi tempat tinggal dan rasa aman.

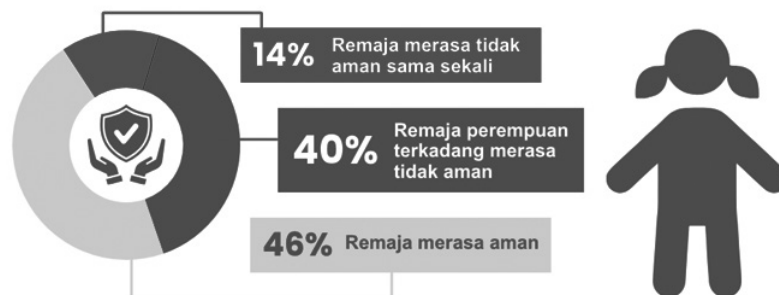


Grafik 5. Persepsi Rasa Aman Remaja Perempuan Usia 10–19 Tahun Menurut Kondisi Tempat Tinggal Pascabencana

Sumber: Plan Indonesia (2026)

Menurunnya rasa aman merupakan salah satu manifestasi krisis yang dialami remaja perempuan. Hanya 46,36 persen responden yang merasa aman, sedangkan 40 persen hanya merasa aman dalam kondisi tertentu dan 13,64 persen tidak merasa aman

sama sekali. Temuan ini menunjukkan bahwa rasa tidak aman menjadi bagian dari pengalaman sehari-hari remaja perempuan selama krisis. Hal ini dapat terlihat dari grafik di bawah:



Grafik 6. Persepsi Rasa Aman Remaja Perempuan Usia 10–19 Tahun

Sumber: Plan Indonesia (2026)

Krisis juga tercermin dari hilangnya kondisi tempat tinggal yang stabil. Pascabencana, remaja perempuan melaporkan berbagai pengaturan tempat tinggal, mulai dari tetap tinggal di rumah sendiri (40,91 persen), tinggal bersama kerabat (37,27 persen), hingga tinggal di tempat pengungsian sementara (15,45 persen). Perubahan tersebut menciptakan ketidakpastian dan mengurangi rasa aman dalam kehidupan sehari-hari. Bagi sebagian remaja perempuan, krisis berarti kehilangan rumah sepenuhnya, sebagaimana diungkapkan oleh seorang partisipan:

"(...)setelah banjir, rumah kami hancur dan sudah tidak ada lagi" (P3 2026, Sumatra Utara).

Remaja perempuan juga menggambarkan bagaimana terganggunya layanan dasar memengaruhi kesehatan, mobilitas, dan kehidupan sosial mereka. Keterbatasan akses terhadap air bersih dan menurunnya kualitas air menyulitkan mereka menjaga kebersihan diri serta memicu berbagai gangguan

kesehatan, seperti iritasi kulit dan rasa tidak nyaman. Selain itu, keterbatasan akses terhadap pangan bergizi turut menjadi perhatian. Salah seorang partisipan mengungkapkan:

"Kebersihan diri kurang terjaga karena akses terhadap air bersih terbatas" (P4 2026, Aceh).

Gangguan terhadap mobilitas juga mempersulit aktivitas sehari-hari. Jalan yang rusak dan akses transportasi yang terbatas menghambat perjalanan ke sekolah serta menimbulkan rasa khawatir, terutama ketika hujan kembali turun. Hal ini menunjukkan bahwa disrupsi mobilitas tidak hanya mengganggu akses pendidikan, tetapi juga memengaruhi rasa aman remaja perempuan. Sebagaimana diungkapkan oleh salah seorang partisipan:

"Sebelum bencana semuanya berjalan seperti biasa dan tidak ada yang perlu dikhawatirkan. Setelah bencana, banyak hal berubah. Jalan ke sekolah sulit dilalui karena

dipenuhi lumpur dan banyak jalan rusak. Saya juga merasa khawatir setiap kali hujan turun lagi” (P5 2026, Sumatra Barat).

Selain kehilangan akses terhadap layanan dasar, remaja perempuan juga kehilangan ruang aman untuk berinteraksi dan berkumpul. Berkurangnya ruang sosial memperkuat rasa terisolasi serta menambah beban emosional selama masa krisis. Hal ini tercermin dalam pengalaman berikut:

“Sebelum banjir saya bisa bermain ke rumah teman, tetapi sekarang tidak bisa karena rumahnya hanyut. Saya juga tidak bisa pergi ke tempat bermain yang biasa kami datang karena tempat itu sudah rata” (P6 2026, Sumatra Barat).

“Saya rindu keadaan sebelum bencana, ketika masih bisa bermain dengan bebas dan berkumpul bersama teman-teman” (P7 2026, Aceh).

Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa remaja perempuan memaknai tidak krisis sebagai peristiwa sesaat, tetapi akan menjadi kondisi yang terus memengaruhi pendidikan, kesehatan, mobilitas, rasa aman, dan kehidupan sosial mereka. Akumulasi tekanan tersebut menguras kapasitas fisik, emosional, dan psikologis remaja perempuan sehingga deplesi yang mereka alami tidak hanya bersifat material, tetapi juga psikososial.

Terlebih, kerusakan infrastruktur *Water, Sanitation, and Hygiene* (WASH) juga menjadi faktor yang memperburuk kerentanan remaja perempuan selama masa krisis. Penelitian menunjukkan bahwa 29,63 persen sekolah di wilayah terdampak belum memiliki toilet yang terpisah, sementara 28 persen remaja perempuan kehilangan akses terhadap pembalut selama bencana sehingga sebagian harus mencuci pembalut menggunakan air hujan. Di lingkungan pengungsian yang minim privasi dan sanitasi, sebanyak 60 persen remaja perempuan menyatakan tidak merasa aman, sedangkan 20 persen kehilangan akses terhadap layanan kesehatan dasar.

Beberapa remaja perempuan menggambarkan bagaimana terganggunya layanan dasar memengaruhi kehidupan sehari-hari mereka:

“Jalannya kotor, saya merasa takut, kamar mandi jauh, dan air juga kurang” (P8 2026, Sumatra Barat).

“Selama tinggal di pengungsian, anak-anak menghadapi banyak hambatan untuk pergi ke sekolah, seperti transportasi yang terbatas sehingga sering terlambat, tidak sempat sarapan, dan akses air yang tidak memadai” (P9 2026, Sumatra Utara).

Keterbatasan akses terhadap air bersih tidak hanya menghambat pemenuhan kebutuhan sehari-hari dan kebersihan diri, tetapi pada akhirnya juga memaksa sebagian remaja perempuan menggunakan air yang tidak aman untuk dikonsumsi. Salah seorang partisipan menceritakan:

“Saya terpaksa minum air yang belum dimasak karena kekurangan air bersih” (P10 2026, Aceh).

Melalui data-data di atas, dalam sisi pendidikan, hampir separuh responden melaporkan sekolah mereka terdampak, sebagian harus belajar di ruang kelas sementara atau pindah sekolah, dan lebih dari separuh mengaku kesulitan mengikuti pelajaran secara berkala. Tekanan ekonomi rumah tangga turut meningkat hingga mendorong sebagian remaja perempuan menghadapi ekspektasi untuk mulai bekerja demi membantu keluarga dan pada gilirannya mengancam keberlanjutan pendidikan mereka. Selain itu, dari sisi tempat tinggal, banyak yang kehilangan rumah dan harus pindah ke hunian sementara atau tinggal bersama kerabat, kondisi ini berkaitan erat dengan menurunnya rasa aman. Gangguan juga dirasakan pada akses layanan dasar, seperti air bersih dan sanitasi, termasuk kebutuhan MHH (*menstrual health and hygiene*), serta hilangnya ruang sosial untuk berkumpul dengan teman-teman, yang menambah beban emosional dan rasa terisolasi. Secara keseluruhan, perubahan-perubahan ini menunjukkan bahwa aspek pendidikan, ekonomi, keamanan, kesehatan, dan psikososial secara bersamaan terpengaruh dan memburuk menjadi percepatan deplesi yang memengaruhi remaja perempuan secara langsung.

Kerja Perawatan yang Tak Terlihat dan Deplesi Reproduksi Sosial

Temuan-temuan AGiC menunjukkan bahwa banjir juga mengalihkan pemenuhan berbagai kebutuhan keluarga ke tingkat rumah tangga. Dalam situasi tersebut, remaja perempuan mengambil peran yang lebih besar dalam berbagai bentuk kerja perawatan yang sering kali tidak dikenali sebagai kerja. Bahkan sebelum bencana, partisipasi mereka dalam pendidikan dan kegiatan sosial telah dibatasi oleh pekerjaan domestik, tanggung jawab pengasuhan, dan norma keluarga. Pascabanjir, kerusakan rumah, perpindahan tempat tinggal, serta terganggunya akses terhadap air bersih, sanitasi, dan layanan dasar semakin meningkatkan keterlibatan mereka dalam pekerjaan domestik, pengasuhan, dan pemenuhan kebutuhan

sehari-hari di tengah keterbatasan fasilitas dan sumber daya. Beberapa remaja berbagi pengalamannya sebagai berikut:

"Jalan kotor, takut, kamar mandi jauh, kekurangan air" (P8 2026, Sumatra Barat).

"Terpaksa minum air yang belum dimasak karena kekurangan air bersih" (P10 2026, Aceh).

"Sebagian anak perempuan memiliki waktu luang di siang hari setelah menyelesaikan pekerjaan rumah dan sebagian lainnya baru memiliki waktu luang di malam hari setelah mengurus adik" (P8 2026, Sumatra Barat).

"Saya merasa tidak adil(...) hanya perempuan yang diminta memasak" (P11 2026, Sumatra Barat).

"Setelah *galodo* kami tidak lagi bermain masak-masakan karena trauma" (P12 2026, Sumatra Barat).

Pengalaman-pengalaman di atas menunjukkan bahwa gangguan layanan dasar menyumbang besar pada meningkatnya waktu, tenaga, dan perhatian yang harus dicurahkan remaja perempuan untuk memenuhi kebutuhan rumah tangga. Beban tersebut dijalankan bersamaan dengan tuntutan untuk tetap bersekolah dan mendukung pemulihan keluarga. Pada saat yang sama, norma gender juga membatasi mobilitas mereka sehingga kesempatan untuk belajar, bermain, dan membangun relasi sosial semakin menyempit.

Selain itu, banjir hingga pascabanjir turut menguras kapasitas emosional remaja perempuan. Meskipun kehidupan sehari-hari mulai kembali berjalan, banyak dari mereka masih merasa takut ketika hujan turun, melewati jalan yang rusak, atau kembali ke tempat-tempat yang mengingatkan pada pengalaman bencana. Kondisi ini menunjukkan bahwa pemulihan fisik tidak selalu diikuti oleh pemulihan psikososial. Hilangnya ruang bermain, berkurangnya kesempatan berkumpul, serta berubahnya relasi dengan teman sebaya mempersempit dukungan sosial yang penting bagi perkembangan remaja. Akibatnya, krisis tidak hanya meningkatkan beban kerja perawatan, tetapi juga mengurangi kapasitas emosional remaja perempuan untuk beradaptasi dan pulih selama proses pemulihan pascabencana.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa krisis ekologis akan secara tegak lurus mengurangi waktu luang, ruang sosial, dan kesempatan remaja perempuan untuk belajar, bermain, serta membangun relasi dengan teman sebaya. Akibatnya, mereka kehilangan kesempatan untuk menjalani pengalaman yang seharusnya menjadi

bagian dari masa remaja (*loss of adolescence*), bukan semata-mata mengalami kerusakan fisik akibat banjir.

Dalam perspektif FPE, ditekankan bahwa ketika layanan dasar terganggu, pemenuhan kebutuhan keluarga semakin bergantung pada kerja reproduksi sosial yang sebagian besar dilakukan oleh perempuan, termasuk remaja perempuan. Meskipun menopang keberlangsungan rumah tangga selama masa pemulihan, kontribusi tersebut tetap tidak terlihat dalam kebijakan maupun respons kemanusiaan (Rocheleau, Slayter, & Wangari 2013).

Temuan ini menunjukkan terjadinya depleksi reproduksi sosial. Ketika keluarga harus menggantikan fungsi layanan dasar melalui kerja perawatan di rumah tangga, remaja perempuan mengeluarkan lebih banyak waktu, tenaga, dan kapasitas emosional untuk mempertahankan kehidupan sehari-hari. Akibatnya, kesempatan mereka untuk belajar, beristirahat, bermain, membangun relasi sosial, dan mengembangkan aspirasi masa depan semakin berkurang. Dengan demikian, depleksi yang mereka alami tidak hanya bersifat material, tetapi juga mencerminkan penyusutan kapasitas untuk menjalani masa remaja, memulihkan diri, dan membangun masa depan.

Selain itu, beban ganda yang dilimpahkan kepada remaja perempuan pascabanjir juga dibaca melalui tiga dimensi yang saling memperkuat: ruang, waktu, dan tekanan. Secara ruang, kerusakan rumah dan hilangnya ruang bermain berpadu dengan norma gender yang membatasi mobilitas sehingga ruang domestik yang seharusnya menjadi ruang berlingkup berubah menjadi ruang kerja. Pada dimensi waktu yang semestinya tersedia untuk belajar dan bersosialisasi terserap oleh pekerjaan domestik dan pengasuhan yang menyebabkan sebagian remaja perempuan sulit untuk memiliki waktu bagi diri sendiri, terlebih di sela-sela tugas rumah tangga. Kekerasan tekanan yang dirasakan oleh remaja perempuan juga membawa tekanan gender yang merupakan ketidakadilan dan diperberat oleh trauma pascabencana yang bahkan menghentikan aktivitas bermain yang dahulu biasa dilakukan. Ketiga dimensi ini tidak berdiri sendiri-sendiri. Ketiganya bekerja secara simultan ketika penyempitan ruang membatasi pilihan, perampasan waktu mengurangi pemulihan, dan tekanan gender melanggengkan keduanya. Pada akhirnya, depleksi reproduksi sosial yang dialami remaja perempuan menjadi proses sistematis yang mengikis akses dan hak mereka untuk menjalani dan hidup dalam masa remajanya.

Ambang Batas Ketahanan (*Threshold*)

Untuk memahami bagaimana krisis ekologis menghasilkan deplesi reproduksi sosial pada remaja perempuan, artikel ini menggunakan kerangka *Depletion through Social Reproduction* (DSR) dari Rai, Hoskyns, & Thomas (2014) secara kualitatif. Analisis difokuskan pada keseimbangan antara *inflow* yaitu sumber daya

yang mendukung pemulihan dan *outflow* yaitu sumber daya yang harus dikeluarkan untuk mempertahankan kehidupan sehari-hari. Deplesi terjadi ketika *outflow* terus meningkat sementara *inflow* semakin berkurang. Dalam penelitian ini, mekanisme tersebut dipetakan pada tiga situs deplesi, yaitu individu, rumah tangga, dan komunitas (Tabel 1).

Tabel 1.
Pemetaan *Inflow* dan *Outflow* Deplesi Reproduksi Sosial pada Remaja Perempuan Pascabanjir Sumatra 2025

INFLOW (SUMBER DAYA MASUK)	OUTFLOW (SUMBER DAYA KELUAR)
Individu: • Akses pembalut dan air bersih. • Layanan Kesehatan. • Rasa aman dan privasi. • Dukungan psikososial.	Individu: • Energi fisik untuk bertahan hidup. • Beban kesehatan akibat sanitasi buruk. • Stres, kecemasan, rasa tidak aman. • Kerja emosional menghadapi trauma.
Rumah Tangga: • Waktu luang. • Dukungan pembagian kerja domestik. • Pendapatan keluarga. • Kesempatan belajar.	Rumah Tangga: • Waktu untuk memasak, membersihkan lumpur, mengambil air, menjaga adik. • Tenaga untuk pemulihan rumah tangga. • Pengorbanan waktu belajar. • Adaptasi terhadap kehilangan pendapatan.
Komunitas: • Sistem perlindungan formal. • Sekolah ramah gender. • Ruang aman publik. • Jaringan sosial dan solidaritas.	Komunitas: • Ketergantungan pada jaringan informal. • Hilangnya ruang sosial dan rekreasi. • Upaya individu mengatasi perlindungan yang gagal. • Menurunnya solidaritas dan dukungan kolektif.

Sumber: Diolah oleh penulis

Pemetaan tersebut menunjukkan bahwa banjir juga mengurangi sumber daya yang dibutuhkan remaja perempuan untuk memulihkan diri. Pada tingkat individu, akses terhadap air bersih, layanan kesehatan, dan rasa aman berkurang secara bersamaan dengan meningkatnya beban fisik, tekanan emosional, dan risiko kesehatan. Pada tingkat rumah tangga, menurunnya pendapatan keluarga serta terganggunya layanan dasar menyebabkan bertambahnya pekerjaan domestik dan berkurangnya waktu untuk belajar maupun beristirahat. Sementara itu, pada tingkat komunitas, melemahnya sistem perlindungan, hilangnya ruang aman, dan berkurangnya dukungan sosial semakin mempersempit

kapasitas remaja perempuan untuk pulih setelah bencana. Ketidakseimbangan antara *inflow* dan *outflow* tersebut menunjukkan bahwa deplesi tidak hanya terjadi pada tingkat individu, tetapi juga merambat ke rumah tangga dan komunitas. Dampak banjir pun tidak berhenti pada kerusakan infrastruktur, tetapi juga mengganggu sumber daya yang menopang kehidupan sehari-hari remaja perempuan.

Untuk memperjelas bentuk deplesi yang dialami remaja perempuan, temuan AGiC kemudian dipetakan ke dalam tiga situs deplesi sosial sebagaimana dikembangkan oleh Rai, Hoskyns, & Thomas (2014).

Tabel 2.
Pemetaan Deplesi Reproduksi Sosial Berdasarkan Temuan AGiC dan Kerangka Rai, Hoskyns, & Thomas (2014)

Situs Deplesi Sosial (Rai, Hoskyns, & Thomas, 2014)	Bentuk Kerugian (<i>Harm</i>)	Temuan Riset AGiC Plan Indonesia (2026)
Tingkat individu (tubuh dan mental individu yang melakukan kerja perawatan).	Kerugian fisik (<i>bodily harm</i>): penurunan kesehatan, rentannya kebersihan diri, dan kelelahan. Kerugian emosional (<i>emotional harm</i>): hilangnya rasa aman, stres, trauma, dan kecemasan.	Krisis sanitasi & kesehatan fisik: - 28 persen remaja perempuan kehilangan akses terhadap pembalut, memaksa sebagian mencuci pembalut dengan air hujan. - Terpaksa meminum air yang belum dimasak karena ketiadaan air bersih. - 20 persen remaja perempuan di tempat pengungsian tidak dapat mengakses layanan/fasilitas kesehatan dasar. Krisis emosional & rasa aman: - 60 persen remaja perempuan di pengungsian merasa tidak aman akibat hilangnya privasi dan lingkungan yang hancur. - Timbulnya kecemasan persisten saat hujan turun atau saat melewati jalan berlumpur sisa banjir.
Tingkat rumah tangga (deteriorasi fungsi rumah tangga, waktu, dan distribusi sumber daya).	Kemiskinan waktu (<i>time poverty</i>): waktu habis untuk <i>invisible care work</i>. Kerugian kapabilitas: terhambatnya hak pendidikan dan pengembangan diri karena terjebak norma restriktif.	Eksplorasi waktu domestik: - Remaja perempuan secara rutin diharapkan memikul beban domestik (memasak, membersihkan lumpur, mengambil air, menjaga adik) sehingga waktu luang (<i>inflow</i>) baru tersedia setelah tanggung jawab ini selesai. - Mobilitas dan ruang gerak mereka dibatasi secara ketat oleh keluarga, sangat kontras dengan remaja laki-laki yang diberi kebebasan. Kehilangan kapabilitas belajar: - 52,73 persen remaja perempuan mengalami kesulitan belajar karena waktu dan tenaga mereka tersita untuk memulihkan fungsi rumah tangga. - 15,45 persen mengaitkan risiko putus sekolah dengan hilangnya pendapatan keluarga pascabencana.
Tingkat komunitas (erosi ruang sosial, hilangnya jaring pengaman dan solidaritas perlindungan).	Gagalnya jaring pengaman formal: komunitas dan negara gagal melindungi. Hilangnya ruang aman publik: terisolasinya individu dari interaksi sosial yang menopang kesejahteraan.	Kegagalan sistem perlindungan formal: - Saat menghadapi ancaman, hanya 26,04 persen remaja perempuan yang melapor ke polisi/ layanan formal; selebihnya mengandalkan jaringan informal, yakni keluarga (87,50 persen) dan teman (50 persen). Sistem formal terbukti tidak menjangkau atau tidak dipercaya oleh mereka. Infrastruktur komunitas yang buta gender: - 29,63 persen sekolah belum memiliki toilet terpisah, yang menghambat kehadiran remaja perempuan saat menstruasi. - Hilangnya ruang komunal untuk bermain dan bersosialisasi, yang memperkuat perasaan terisolasi bagi remaja perempuan

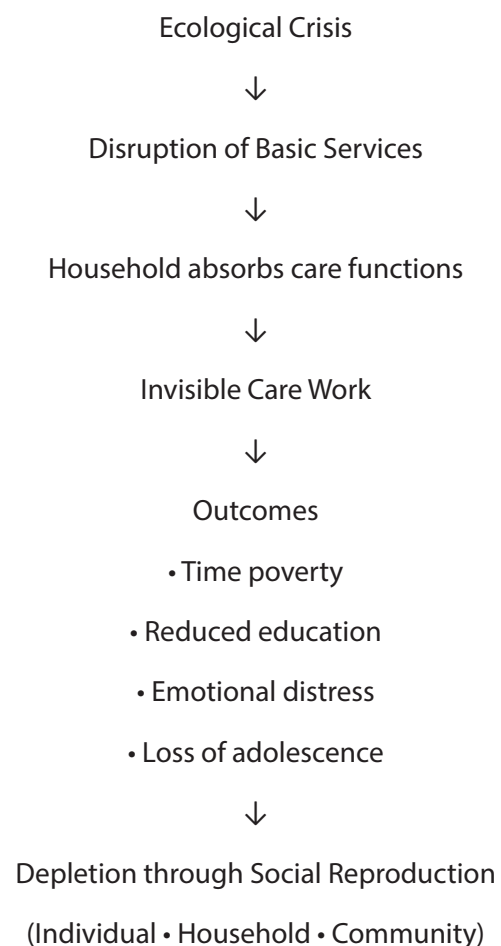
Sumber: Diolah oleh penulis

Pemetaan pada Tabel 2 menunjukkan bahwa deplesi reproduksi sosial berlangsung secara multidimensional. Pada tingkat individu, deplesi ditandai oleh penurunan kesehatan fisik dan emosional akibat terganggunya akses terhadap air bersih, sanitasi, layanan kesehatan, dan rasa aman. Pada tingkat rumah tangga, meningkatnya kerja perawatan mengurangi waktu belajar, mempersempit kesempatan mengembangkan diri, dan meningkatkan risiko putus sekolah. Temuan menunjukkan bahwa remaja perempuan secara rutin diharapkan memasak, membersihkan rumah pascabanjir, mengambil air, dan menjaga adik sehingga waktu luang baru tersedia setelah seluruh pekerjaan tersebut selesai. Kondisi ini mencerminkan *time poverty*, yaitu berkurangnya waktu untuk belajar, beristirahat, dan berinteraksi sosial akibat meningkatnya kerja perawatan. Pada tingkat komunitas, lemahnya sistem perlindungan dan infrastruktur publik yang belum responsif terhadap kebutuhan remaja perempuan semakin membatasi akses mereka terhadap ruang yang aman, inklusif, dan mendukung pemulihan.

Dalam pendekatan DSR, deplesi terjadi jika jumlah sumber daya yang digunakan untuk menjaga kehidupan sehari-hari melebihi kemampuan sumber daya tersebut untuk pulih kembali (Rai, Hoskyns, & Thomas 2014). Dalam konteks remaja perempuan yang terdampak banjir di Sumatra tahun 2025, ambang batas ketahanan mereka dapat terlihat ketika pekerjaan perawatan yang mereka lakukan tidak lagi hanya terjadi sesekali, tetapi mulai terus-menerus memakan waktu, tenaga, dan kemampuan emosional yang seharusnya digunakan untuk memenuhi kebutuhan pribadi mereka sendiri. Kebutuhan untuk memasak, membersihkan rumah dan lumpur, mengambil air, serta merawat anggota keluarga lain terjadi bersamaan dengan gangguan sekolah, keterbatasan ruang bermain dan mobilitas, serta penurunan rasa aman. Hal tersebut menempatkan permasalahannya bukan hanya pada remaja perempuan melakukan pekerjaan perawatan, tetapi juga ketika remaja perempuan terpaksa menggunakan sumber daya yang besar untuk menjaga kehidupan rumah tangga. Terlebih ketika hal ini tidak diimbangi dengan sumber daya yang memungkinkan mereka untuk pulih dan mengembangkan diri. Pada akhirnya, proses reproduksi sosial pun menghasilkan deplesi, yang ditandai oleh penyusutan kapasitas remaja perempuan untuk mempertahankan kesejahteraan, memulihkan, dan mengembangkan diri.

Temuan AGiC di atas, akhirnya menunjukkan tanda-tanda proses tersebut melalui pengalaman remaja perempuan yang mengalami masalah-masalah

ketidakseimbangan antara keluaran dan masukan: waktu, tenaga, kesehatan, serta kemampuan emosional terus digunakan untuk memenuhi kebutuhan keluarga, sementara akses terhadap pendidikan, istirahat, ruang aman, layanan dasar, dan bantuan pemulihan terganggu. Ambang batas deplesi tersebut tidak ditentukan oleh satu jenis pekerjaan perawatan tertentu, tetapi dihitung berdasarkan penjumlahan pengeluaran sumber daya dan berkurangnya kesempatan untuk mengisi kembali sumber daya tersebut. Ketika kondisi ini terus terjadi, dampaknya tidak hanya dirasakan oleh seseorang dalam bentuk rasa lelah fisik dan emosional, tetapi juga bisa mengganggu kelanjutan pendidikan, hubungan sosial, serta kemampuan remaja perempuan untuk pulih dari krisis.



Grafik 7. Model Sintesis Deplesi Reproduksi Sosial pada Remaja Perempuan dalam Krisis Ekologis

Sumber: Diolah oleh penulis

Untuk merangkum temuan penelitian, Grafik di atas menyajikan model sintesis yang mengintegrasikan

temuan empiris dengan perspektif FPE dan DSR untuk menunjukkan bagaimana gangguan layanan dasar mengalihkan pemenuhan kebutuhan keluarga ke tingkat rumah tangga, meningkatkan kerja perawatan yang tak terlihat, dan menghasilkan *time poverty*, deplesi emosional, serta menyusutnya kapasitas remaja perempuan untuk belajar, beristirahat, dan berkembang. Sering kali ketidaktampakan kerja perawatan yang dilakukan remaja perempuan, normalisasi pembagian peran gender, penanganan bencana dan pascabencana yang tidak menyeluruh, dan tidak terpenuhinya layanan dasar berkemelum dengan hak remaja perempuan untuk hidup dan akses dasar mereka. Remaja perempuan tergeser berkali-kali dalam penanganan bencana: di rumah dianggap harus bertanggung jawab dan membantu pekerjaan dan kewajiban domestik; di pengungsian kehilangan keamanan; bantuan bencana tidak memerhatikan akses dan hak sanitasi seperti pembalut dan air bersih; dipinggirkan dari pendidikan; hingga tidak diperhatikan kesehatan psikososialnya—bahkan dalam rumah tangga. Deplesi yang terjadi perlahan, bertumpuk, dan tidak ditanggulangi digaribawahi dalam penelitian ini dengan harapan bahwa baik data secara kuantitatif dan kualitatif dapat mendorong penyedia akses layanan (pemerintah, lembaga, masyarakat, dan keluarga) untuk tidak melupakan remaja perempuan dalam penanganan bencana hingga pascabencana.

Penutup

Banjir di Sumatra tahun 2025 menunjukkan bahwa masalah lingkungan tidak hanya menyebabkan kerusakan fisik dan mengganggu layanan penting, tetapi juga membuat beberapa tugas terkait reproduksi sosial dipindahkan ke tingkat keluarga. Ketika akses ke air bersih, sanitasi, layanan kesehatan, pendidikan, perlindungan, dan ruang untuk berinteraksi sosial terganggu, kebutuhan sehari-hari untuk bisa tetap hidup selalu dibutuhkan. Dalam situasi tersebut, remaja perempuan terlibat dalam pekerjaan memasak, membersihkan rumah, mengangkat lumpur yang tertinggal setelah banjir, mengambil air, serta menjaga adiknya. Temuan AGiC menunjukkan bahwa pekerjaan tersebut terjadi saat ruang aman semakin berkurang, mobilitas dan pendidikan terganggu, serta tekanan emosional dan perasaan tidak aman semakin meningkat.

Temuan menunjukkan bahwa beban kerja dalam merawat remaja perempuan tidak hanya bergantung

pada jenis pekerjaan yang mereka kerjakan, tetapi juga pada biaya yang harus mereka keluarkan serta peluang yang terlewat karena pekerjaan tersebut. Setelah selesai mengerjakan pekerjaan rumah atau merawat adik, waktu luang baru tersedia. Namun, tugas perawatan sudah menghabiskan sebagian waktu yang seharusnya bisa digunakan untuk belajar, istirahat, bermain, dan bertemu teman. Pada saat yang sama, kurangnya air bersih, layanan kesehatan, rasa aman, dan ruang untuk berinteraksi mengurangi faktor-faktor yang bisa mendukung proses pemulihan. Kondisi ini menunjukkan ketidakseimbangan antara hal-hal yang dikeluarkan untuk menjalani kehidupan sehari-hari, seperti waktu, energi, kesehatan, dan kapasitas emosional dengan hal-hal yang didapat, seperti dukungan, layanan dasar, waktu luang, kesempatan belajar, serta ruang aman untuk pulih.

Dalam pendekatan FPE, ketidakseimbangan tersebut tidaklah netral dalam hal gender. Gangguan pada layanan dasar membuat keluarga semakin bergantung pada pekerjaan reproduksi sosial, yang secara tidak adil jatuh kepada perempuan, termasuk remaja perempuan. Sementara itu, dari sudut pandang DSR, pengumpulan pengeluaran sumber daya tersebut menunjukkan bahwa deplesi terjadi secara multidimensi: pada tingkat individu melalui kerentanan kesehatan fisik, tekanan emosional, dan rasa tidak aman; pada tingkat rumah tangga melalui waktu yang terbatas, penurunan kesempatan belajar, dan pengurangan ruang untuk berkembang; serta pada tingkat komunitas melalui melemahnya sistem perlindungan, ruang sosial, dan dukungan kolektif. Dengan demikian, ambang batas deplesi tercapai ketika peningkatan kebutuhan kerja perawatan tidak lagi didukung oleh sumber daya yang memungkinkan remaja perempuan untuk pulih.

Kembali ditekankan bahwa pemulihan setelah bencana tidak bisa dinilai hanya dari pulihnya rumah, jalan, sekolah, atau bangunan fisik. Pemulihan juga perlu dilihat dalam kacamata gender yang dilakukan secara bersamaan dengan pengakuan dan pembagian ulang tugas perawatan yang selama ini tidak terlihat dan tidak diakui. Remaja perempuan juga harus selalu dianggap sebagai bagian dari proses pemulihan, bukan hanya sebagai tenaga rumah tangga yang secara otomatis mengisi kekosongan ketika layanan publik gagal beroperasi. Hak atas waktu, ruang, kesehatan, rasa aman, serta kesempatan untuk belajar dan membangun masa depan remaja perempuan adalah prioritas bagi semua penanggung jawab anak.

Daftar Pustaka

- BNPB. 2026. Portal Satu Data Bencana Indonesia. BNPB. Peta Sebaran Kejadian Bencana. <https://data.bnpb.go.id/>.
- Eastin, J. 2018. Climate Change and Gender Equality in Developing States. *World Development*, 107, pp. 289–305. <https://doi.org/10.1016/j.worlddev.2018.02.021>.
- Elmhirst, R. 2015. Feminist Political Ecology. *The Routledge Handbook of Political Ecology*, pp. 519–530.
- Fraser, N. 2017. Crisis of Care? On the Social-Reproductive Contradictions of Contemporary Capitalism. In *Social Reproduction Theory* (1st ed.), pp. 21–36. Pluto Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt1vz494j.6>.
- Gold-Watts, A. et al. 2020. A Qualitative Study of Adolescent Girls' Experiences of Menarche and Menstruation in Rural Tamil Nadu, India. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-Being*, 15(1). <https://doi.org/10.1080/17482631.2020.1845924>.
- Nasri et al. 2025. *Ecological Disaster in Northern Sumatra: How Extreme Rainfall and Land-Cover Disturbance Triggered Widespread Flash Flooding*, 14(2), pp. 111–121. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/wallacea/article/view/48907>.
- Ojeda, D. et al. 2022. Feminist Ecologies. *Annual Review of Environment and Resources*, 47, pp. 149–171. <https://doi.org/10.1146/annurev-environ-112320-092246>.
- Plan Indonesia. 2026. Adolescent Girls in Crisis: Impact of Sumatra Floods 2025 (Adolescent Girls in Crisis) [Research Report]. Yayasan Plan International Indonesia. <https://planindonesia.org/document/riset-gic/>.
- Plan International. 2018. Adolescent Girls in Crisis: Experiences of Risk and Resilience Across Three Humanitarian Settings. Plan International. <https://plan-international.org/publications/adolescent-girls-in-crisis/>.
- Rai, S. M., Hoskyns, C., & Thomas, D. 2014. Depletion: The Cost of Social Reproduction. *International Feminist Journal of Politics*, 16(1), pp. 86–105. <https://doi.org/10.1080/14616742.2013.789641>.
- Rocheleau, D., Thomas-Slayter, B., & Wangari, E. 2013. Feminist Political Ecology: Global Issues and Local Experience. Routledge.
- Truelove, Y. 2011. (Re-)Conceptualizing Water Inequality in Delhi, India through a Feminist Political Ecology Framework. *Geoforum*, 42(2), pp. 143–152. <https://doi.org/10.1016/j.geoforum.2011.01.004>.
- UNESCO. 2026. Water for All People: Equal Rights and Opportunities. UNESCO. <https://doi.org/10.54679/NXCL7067>.
- UNICEF & UN Women. 2025. Adolescent Girls: Unpaid Domestic and Care Work in Latin America and the Caribbean. Evidence and a Framework for Action. United Nations Children's Fund and UN Women.
- UNICEF. 2017. Thirsting for a Future: Water and Children in a Changing Climate. UNICEF. <https://www.unicef.org/press-releases/nearly-600-million-children-will-live-areas-extremely-limited-water-resources-2040>.
- WHO & UNICEF. 2025. Progress on Household Drinking Water, Sanitation and Hygiene: 2000–2024: Special Focus on Inequalities. <https://washdata.org/reports/jmp-2025-wash-households>.