

**TERAPI BERMAIN SEBAGAI TRAUMA HEALING PADA ANAK
KORBAN BENCANA ALAM KAMPUNG BELENGANG
KECAMATAN MANGANITU KABUPATEN
KEPULAUAN SANGIHE**

**Dhito Dwi Pramardika, Jelita Siska Herlina Hinonaung, Astri Juwita Mahihody,
Grace Angel Wuaten**

Program Studi Keperawatan Politeknik Negeri Nusa Utara
dhitodwi@gmail.com

Abstract

January 3, 2020, there has been a natural disaster of flash floods and landslides in Belengang village. Much assistance received in the form of food, clothing, health, and other equipment, but there has been no response to disaster victims to trauma, especially in children. If the injury not addressed, it will have a severe impact on the growth and development of these children. Based on that, playing therapy is used as trauma healing. The implementation of this activity carried out in 4 stages, namely the life survey, assessment, preparation, and execution. The results achieved are all children happy, able to socialize with their peers, and more confident.

Keywords: Belengang Village, Child, Natural Disaster, Play Therapy, Trauma Healing.

Abstrak

3 Januari 2020 telah terjadi bencana alam berupa banjir bandang dan tanah longsor di desa Belengang. Banyak bantuan telah diterima dalam bentuk makanan, pakaian, kesehatan, dan peralatan lainnya, tetapi belum ada tanggapan terhadap korban bencana terhadap trauma, terutama pada anak-anak. Jika trauma tidak ditangani, itu akan berdampak serius pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak ini. Berdasarkan hal itu, terapi bermain digunakan sebagai penyembuhan trauma. Metode Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan 3 tahapan yaitu survei awal, peninjauan, persiapan dan pelaksanaan. Hasil yang dicapai adalah semua anak bahagia, mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya dan lebih percaya diri.

Kata kunci: Desa Belengang, Anak, Bencana Alam, Terapi Bermain, Penyembuhan Trauma.

PENDAHULUAN

Kampung Belengang merupakan salah satu kampung yang mengalami bencana alam banjir bandang dan tanah longsor yang terjadi pada tanggal 3 Januari 2020. Berdasarkan data terdapat 15 unit rumah rusak ringan, 3 unit rumah rusak tertimpa tanah longsor dan 1 unit rumah tertimpa kayu. Dari data diketahui bahwa sebanyak 106 jiwa masyarakat kampung Belengang mengungsi, dengan rincian sebanyak 53 jiwa mengungsi di gereja, sementara 53 jiwa lainnya mengungsi ke rumah saudara terdekat yang tidak terkena bencana namun untuk makan mereka datang ke tempat kamp pengungsian. Di daerah pengungsian tersebut terdapat anak SD sebanyak 18 orang, SMP sebanyak 6 orang dan SMA sebanyak 8 orang, bahkan terdapat 3 balita akibat bencana alam tersebut.



Gambar 1. Kondisi Pasca Bencana

Selama ini bantuan yang diberikan berfokus pada pemenuhan makanan, pakaian, kesehatan, dan perlengkapan lainnya. Namun belum ada bantuan mengenai penanganan trauma pasca bencana terutama pada anak-anak. Apabila tidak ditanggulangi masalah psikologisnya maka akan dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan dari anak-anak tersebut.

Berdasarkan kondisi permasalahan tersebut, tim pengabdian bertujuan untuk memberikan terapi bermain sebagai trauma healing kepada anak-anak.

METODE PELAKSANAAN

Program Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Gereja GMIST Belengang yang merupakan posko pengusian korban bencana banjir bandang dan tanah longsor di Kampung Belengang Kecamatan Manganitu Kabupaten Kepulauan Sangihe provinsi Sulawesi Utara. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi empat tahapan yaitu survei awal, penjajakan, persiapan dan pelaksanaan.

1. Survei Awal

Survei awal dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara langsung kondisi mitra pada lokasi pelaksanaan pengabdian dan melakukan identifikasi permasalahan pada mitra pengabdian (Kepala Desa).

2. Penjajakan

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan kemudian ditentukan solusi dan membuat kesepakatan antara Tim Pengabdian dengan Mitra dalam menentukan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian.

3. Persiapan

Peralatan yang dipersiapkan pada kegiatan ini yaitu balon, karet, sketsa gambar, pensil warna, pensil, buku, rautan pensil, sendok, kelereng, ular tangga.

4. Pelaksanaan

Pelaksanaan dari kegiatan pengabdian ini berupa terapi bermain sebagai trauma healing. Terapi yang diberikan terdiri dari 2 jenis terapi yaitu :

- a. Terapi relaksasi yaitu dengan mewarnai
- b. Terapi kebahagiaan yaitu dengan

bernyanyi bersama, bermain kelereng, bermain ular tangga dan bermain karet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu tanggal 15 Januari 2020 di gereja GMIST Belengang yang merupakan sebagai posko pengungsian warga Kampung Belengang Kecamatan Manganitu Kabupaten Kepulauan Sangihe. Acara ini dihadiri sebanyak 16 anak sebagai korban bencana banjir bandang dan tanah longsor. Acara ini juga dihadiri orang tua, perangkat kampung dan gereja GMIST Belengang serta dosen program studi keperawatan Politeknik negeri Nusa Utara.

Acara dimulai pada pukul 13.00 wita. Diawali dengan perkenalan tim peneliti kepada anak-anak dengan cara perkenalan yang menarik yaitu dengan cara membentuk lingkaran dan bergandengan tangan serta memperkenalkan dirinya kepada semua peserta, kemudian peserta yang lain akan menyebutkan salam diikuti nama dan mengangkat tangan kanannya dengan menggerakkan ke kiri dan ke kanan. Kegiatan tersebut dilakukan untuk menjalin kedekatan kepada sesama peserta dan kepercayaan diri.



Gambar 2. Perkenalan

Setelah anak-anak mulai terlihat akrab dan tertawa, kemudian acara

dilakukan dengan memulai terapi bermain yaitu dengan terapi bermain kebahagiaan.

1. Terapi bermain kebahagiaan

a. Bernyanyi

Permainan bernyanyi yaitu dengan menyanyikan lagu “apa kabar”. Permainan ini dilakukan dengan cara berpasangan. Kemudian masing-masing pasangan akan bernyanyi disertai gerakan. Diakhir permainan pasangan ini akan berpisah dan cepat-cepat mencari pasangan yang lain. Siapa yang tidak mendapatkan pasangan maka dia akan keluar dari permainan ini.



Gambar 3. Bernyanyi “Apa Kabar”

Permainan ini diikuti anak-anak dari usia pendidikan SD hingga SMP. Respon dari permainan ini, semua anak terlihat tertawa bahagia memainkan permainan ini. Hal itu sesuai Djohan (2006) yang menyatakan bahwa bernyanyi, untuk membantu perkembangan anak dalam artikulasi pada keterampilan bahasa, irama, dan kontrol pernapasan. Kemudian apabila diikuti dengan gerak ritmis, maka gerak ritmis tersebut bermanfaat untuk mengembangkan jangkauan fisiologis, menggabungkan mobilitas/ketangkasan/kekuatan, keseimbangan, koordinasi, konsistensi, pola-pola pernapasan, dan relaksasi otot. Kemudian permainan tersebut juga peserta diwajibkan untuk mendengarkan

nyanyian mereka. Mendengarkan musik melalui nyanyian peserta permainan tersebut dapat menstimulasi keterampilan kognisi, seperti memori dan konsentrasi.

Permainan berikutnya yaitu "bernyanyi mencari teman". Cara bermainnya yaitu peserta dalam posisi membuat lingkaran, kemudian seluruh peserta menyanyikan lagu "gembira di hati" diikuti dengan seluruh peserta berjalan sambil bertepuk tangan. Kemudian salah satu peserta akan menjadi pemimpin dan akan menentukan jumlah teman yang harus dicari dalam suatu kelompok. Ketika salah satu kelompok jumlah anggotanya tidak sesuai dengan jumlah yang ditentukan, maka kelompok tersebut kalah.



Gambar 4. Bernyanyi Mencari Teman

Permainan ini membuat anak-anak senang dan tertawa gembira. Hal itu sesuai dengan Kemendikbud (2008) yang menyatakan bahwa permainan penemuan seperti menemukan teman ini mengharuskan dapat membantu anak-anak menjadi lebih bahagia.

Kegiatan permainan tersebut juga didukung oleh Sholehudin (2016) yang menyatakan manfaat bernyanyi yaitu memberi ketenangan somatik, menumbuhkan rasa humor, merangsang kemampuan berpikir, mengembangkan rasa harga diri, mendukung keberhasilan pelajaran yang lain,

mengatasi kesulitan-kesulitan tertentu yang dialami anak.

b. Bermain Kelereng

Cara permainan ini yaitu peserta menggigit sebuah sendok yang di atasnya telah diletakkan sebuah kelereng. Kemudian peserta berlari menuju garis finish yang telah ditentukan, apabila terjatuh maka peserta tersebut kalah.



Gambar 5. Bermain Kelereng

Pada permainan dibagi menjadi dua kelompok, kelompok untuk tingkat SD dan kelompok untuk tingkat SMP. Masing masing terdapat 8 anak yang berkompetisi untuk memenangkan permainan ini. Pada permainan ini juga anak terlihat bahagia.

Dalam bermain aktif kesenangan timbul dari apa yang dilakukan individu apakah dalam bentuk kesenangan berlari. Permainan ini dapat meningkatkan perkembangan fisik yaitu mengembangkan otot dan melatih seluruh bagian tubuh dan dapat menyalurkan tenaga yang berlebihan yang bila terpendam terus akan membuat anak tegang, gelisah, dan mudah tersinggung. Selain itu, dengan berlari yang cepat dapat meluapkan perasaan emosional yang disebabkan oleh pembatasan lingkungan terhadap perilaku mereka (Hurlock, 1998).

c. Bermain Ular Tangga

Permainan ular tangga merupakan permainan jenis papan yang terbuat dari kertas yang terdapat beberapa hambatan. Dimainkan menggunakan dadu oleh beberapa orang.

Permainan ini dimainkan pada anak kelas 4 SD hingga anak SMP. Satu buah papan ular tangga dimainkan oleh 4 orang anak, jadi ada 12 anak memainkan permainan ini. Pada permainan ini juga anak-anak terlihat fokus memainkan permainan tersebut dengan sesekali tersenyum.



Gambar 6. Bermain Ular Tangga

Permainan ini dapat meningkatkan kepribadian diri seorang anak. Hal itu sesuai dengan Hurlock (1998) yang menyatakan bahwa permainan dapat mempengaruhi perkembangan ciri kepribadian yang diinginkan yaitu dari hubungan dengan anggota kelompok teman sebaya dalam bermain, anak belajar bekerja sama, murah hati, jujur, sportif dan disukai orang.

d. Bermain Karet

Permainan ini dilakukan dengan cara membuat karet gelang menjadi panjang yang kemudian peserta akan melompat melewati karet tersebut. Permainan ini dimainkan anak SD kelas 5 hingga anak SMP.

Pada permainan ini pun anak terlihat senang dan lebih aktif

dikarenakan permainan ini juga melatih fisik. Permainan ini diberikan kepada anak-anak korban bencana untuk meningkatkan kebugaran dari kondisi fisik mereka. Hal itu sesuai Djoko Pekik (2000) yang menyatakan bahwa kebugaran jasmani dapat meningkatkan kapasitas belajar anak, meningkatkan ketahanan terhadap penyakit dan menurunkan angka tidak masuk sekolah. Selain itu manfaat lebih jauh kebugaran jasmani pada anak-anak setelah dewasa nanti yaitu mempunyai kinerja yang lebih baik, mempunyai kualitas kesehatan yang baik, dan akan lebih siap menghadapi segala tantangan hidup

2. Terapi Relaksasi

Selain terapi bermain kebahagiaan, dilakukan juga terapi bermain dengan metode relaksasi yaitu dengan cara mewarnai sebuah sketsa gambar. Sketsa yang disukai dan umumnya yang telah diketahui oleh anak-anak seperti upin-ipin, hewan dan pemandangan.

Permainan ini dilakukan untuk anak SD. Sebelumnya tim telah mempersiapkan pensil warna setiap anak. Dan anak-anak diberi kebebasan untuk mewarnai gambar mereka. Dan bagi gambar yang paling bagus akan diberikan hadiah.



Gambar 7. Mewarnai

Permainan mewarnai ini merupakan terapi relaksasi karena

warna yang sering muncul pada sebuah gambar banyak emosi didalamnya. Dan dengan menciptakan gambar atau lukisan yang hanya menggunakan warna yang anak sukai dapat menenangkan dirinya. Kemudian dengan anak-anak diberi kebebasan untuk mewarnai juga merupakan salah satu terapi karena tidak ada acara salah dan benar dalam membuat seni (Kemendikbud, 2018)

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini mampu membuat semua anak bahagia, mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya dan lebih percaya diri. Kegiatan ini juga diharapkan dapat diimplementasikan oleh Pemerintah Kabupaten dan lembaga lainnya dalam penanggulangan bencana.



Gambar 8. Pelaksanaan Pengabdian

DAFTAR PUSTAKA

- De Porter Bobbi, Mark Reardon, & Sarah Singer Nourie. 2010. Quantum Teaching. Bandung: Kaifa.
- BPS, Sangihe. 2018. Manganitu Dalam Angka Tahun 2018. Badan Pusat Statistik Kabupaten Kepulauan Sangihe.
- Djohan. 2006, Terapi Musik “ Teori dan Aplikasi, Galang Press: Yogyakarta.
- Hurlock, E. B. 1998. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi 5. Jakarta: Erlangga.
- Kemendikbud, 2018. Modul Bimbingan Teknis Pemulihan Trauma (Trauma Healing) Bagi Kepala Sekolah dan Pengawas Sekolah Pasca Bencana Kota Palu, Kab. Donggala, Kab. Sigi Provinsi Sulawesi Tengah. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan Direktorat Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Rohmah, Nikmatur. 2018. Terapi Bermain. LPPM Universitas Muhammadiyah Jember. Jember.
- Sholehudin, 2016. Konsep Dasar Pendidikan Prasekolah. Bandung: IKIP