

**MENJEMPUT SENYUMAN : DUKUNGAN PSIKOSOSIAL ANAK-ANAK KORBAN
BENCANA TSUNAMI DI ANYER**

**Dony Darma Sagita
Shafna Utami Nur Fairuz**

**Program studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan Ilmu Kependidikan
Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA JAKARTA**
e-mail: donyds@uhamka.ac.id

Abstract

The tsunami disaster that struck the Anyer region, Banten at the end of 2018 had a physical and psychological impact on the community, especially on vulnerable communities, namely children, women and the elderly. The purpose of this service is to provide support and assistance to children who are victims in reducing stress and trauma caused by disasters so that they can smile again as before. In carrying out my activities in collaboration with Inter Club Indonesia (ICI) volunteers and Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC). Activities carried out include socio drama, fairy tales, coloring and counseling services. As a result of dedication found in the enthusiasm and changes in the children who experience traumatic post-disaster, the children participate in activities with enthusiasm and active. Because of the magnitude of the benefits and impacts of this activity it is necessary to proceed with more thorough procedures and preparation in the future. So that the psychological wounds of children and adolescents can be alleviated and the smiles of children can return them on their faces.

Keywords: psychosocial, traumatic counseling, tsunami.

Abstrak

Bencana tsunami yang menerjang kawasan Anyer, Banten pada akhir tahun 2018 memberikan dampak secara fisik dan psikis pada masyarakat terutama pada pada masyarakat rentan yaitu anak-anak, perempuan dan Lansia. Tujuan dari pelaksanaan pengabdian ini adalah memberikan dukungan dan pendampingan kepada anak-anak yang menjadi korban dalam mereduksi stress dan trauma akibat bencana sehingga bisa kembali tersenyum seperti sedia kala. Dalam melaksanakan kegiatan saya bekerjasama dengan relawan Inter Club Indonesia (ICI) dan Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC). Kegiatan yang di laksanakan meliputi permainan sosio drama, dongeng, mewarnai dan pelayanan konseling. Hasil dari pengabdian di temukan antusiasmie dan perubahan pada diri anak-anak yang mengalami traumatic pasca bencana, anak-anak mengikuti kegiatan dengan penuh semangat dan aktif. Karena besarnya manfaat dan dampak dari kegiatan ini maka perlu dilanjutkan dengan prosedur dan persiapan yang lebih matang di kemudian hari. Sehingga luka psikologis anak dan remaja dapat di entaskan dan senyuman anak-anak bisa kembali mereka di wajah mereka.

Kata Kunci : Psikososial, Konseling Trauma, Tsunami.

PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2018 lalu, Indonesia kembali dikejutkan dengan datangnya bencana tsunami yang terjadi di daerah anyer Banten. Badan Meteorologi, Klimatologi, dan Geofisika (BMKG) mengemukakan tsunami terjadi akibat longsor dari erupsi Anak Gunung Krakatau di selat Sunda (detik.com, 2018). Peristiwa besar ini memanggil kembali ingatan masyarakat akan bencana tsunami yang terjadi di Aceh pada tahun 2002 lalu yang menelan ribuan korban yang menjadi bencana nasional yang mendunia. Bencana yang terjadi tidak hanya menyebabkan banyaknya korban jiwa, kerusakan fisik berupa rusaknya infrastruktur dan rumah penduduk, namun juga menimbulkan luka psikis berupa stress dan trauma bagi masyarakat terutama kepada masyarakat rentan. Gangguan psikis masyarakat ini menjadi permasalahan yang kompleks yang harus segera di tangani dan di reduksi agar tidak menjadi permasalahan yang berkelanjutan pada masyarakat.

Bencana alam yang dipastikan akan berdampak pada psikologis masyarakat yang terkena dampak baik langsung maupun tidak langsung. Kondisi ini dapat menyebabkan terjadinya penurunan kualitas mental sebagai dampak traumatis kejadian tersebut (Andri Suryadi, 2008). Bencana memiliki pengaruh terbesar pada kelompok yang paling rentan terutama adalah kelompok usia anak-anak(Nakamura, 2005), secara umum masalah psikologi pada anak pasca bencana menunjukkan setiap kali bencana terjadi selalu diikuti oleh kondisi trauma pasca bencana PTS, minimal PTSD yang terjadi merupakan rangkaian gejala dari masalah pada tingkat menengah sampai dengan ketinggian yang berat (Purnamasari, 2016) Hal ini disebabkan karena anak-

anak secara langsung mengalami, merasakan, dan menyaksikan dampak yang ditimbulkan akibat faktor usia yang masih belum matang secara pertumbuhan psikologis. Masalah psikologis pada usia anak-anak dan remaja yang berkaitan dengan bencana alam akan berlangsung lama setelah insiden bencana Ando et al., (2011:) Fergusson, Horwood, Boden, & Mulder,(2014) Sebagian besar anak-anak menunjukkan gejala-gejala yang khusus dan terlihat jelas selama dan setelah bencana; namun gejala-gejala ini dapat dikurangi ketika orang tua dan guru memberikan dukungan emosional dan fasilitasi strategi coping adaptif. Namun beberapa anak-anak dapat mengalami gejala klinis, yang membutuhkan perkembangan intervensi konseling yang sesuai yang mengintegrasikan permainan Baggerly, (2006). Permainan dan pelayanan yang diberikan harus siap untuk memberikan intervensi perkembangan yang sesuai untuk anak-anak yang mengalami kesusahan setelah bencana alam.

Salah satu bentuk perlakuan yang bisa diberikan adalah dengan kegiatan PTSD. Miller (1999) menjelaskan perawatan untuk Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) untuk anak-anak dan keluarga melalui pendekatan permainan yang sesuai dengan perkembangan yang terintegrasi dalam permainan bermain. Kegiatan ini melalui berbagai 3 pendekatan yaitu Terapi Perilaku Kognitif, terapi bermain dan terapi Bermain keluarga.

Berdasarkan hasil temuan Baggerly & Exum, (2008) mengemukakan bahwa setelah bencana alam, sebagian besar anak-anak menunjukkan gejala khas, yang dapat dikurangi ketika orang tua dan guru memberikan dukungan emosional dan memfasilitasi strategi coping adaptif. Namun, beberapa anak mungkin mengalami gejala klinis, yang

mengharuskan konseling profesional. Hal itu sangat diperlukan bagi anak-anak, karena pada dasarnya anak-anak belum bisa untuk mengartikulasikan perasaan yang dirasakan pasca tsunami serta kesulitan untuk bercerita mengenai kecemasan serta ketakutan yang (Mulyasih & Putri, 2019). Selanjutnya di Indonesia juga pernah muncul ide sekolah Petra (Penanganan Trauma) yang di kemukakan (Nugroho, Unggul, Rengganis, & Wigati, 2012) dengan judul “Sekolah Petra (Penanganan Trauma) bagi anak Korban Bencana Alam” adapun Program Sekolah Petra dirancang untuk menjawab permasalahan penanganan trauma pada korban bencana alam terutama untuk anak-anak. Di harapkan Sekolah Petra mampu menyembuhkan luka trauma secara permanen dan memulihkan kondisi, serta meningkatkan kualitas hidup korban bencana alam.

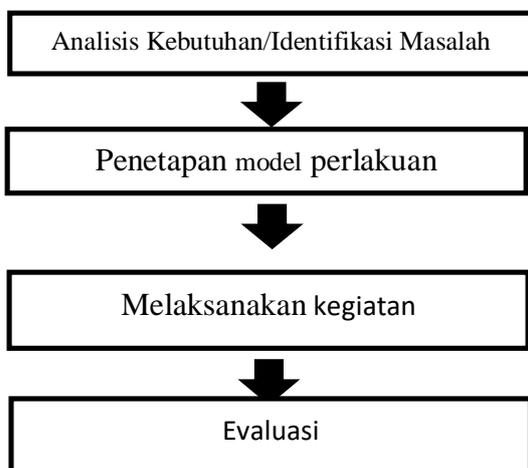
Kegiatan seperti ini dilakukan dalam rangka mendukung program pemerintah yang sudah mengatur penanganan anak-anak korban bencana alam dalam bentuk Undang-Undang. Undang- Undang No. 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak mengamatkan dalam beberapa pasal, sebagai berikut: Pertama, pada pasal 59, diamanatkan bahwa pemerintah dan lembaga negara lainnya, berkewajiban dan bertanggungjawab untuk memberikan perlindungan khusus kepada anak dalam situasi darurat. Kedua, pada pasal 60 dinyatakan antara lain bahwa anak dalam situasi darurat adalah anak korban bencana alam. Ketiga, pada pasal 62 dinyatakan bahwa perlindungan khusus tersebut dilaksanakan melalui: 1. Pemenuhan kebutuhan dasar yang terdiri atas pangan, sandang, pemukiman, pendidikan, kesehatan, belajar dan berekreasi, jaminan keamanan, dan persamaan perlakuan; dan 2. Pemenuhan kebutuhan khusus bagi anak

yang menyandang cacat dan anak yang mengalami gangguan psikososial. (<http://www.komnasperempuan.or.id>)

Dalam pelaksanaan kegiatan serupa, pada tahun 2018 penulis pernah melaksanakan pendampingan psikososial kepada warga rentan di daerah Lombok dan Palu sebagai wilayah yang terimbas bencana gempa dan tsunami di Palu dan kombok. Dalam kegiatan ini penulis melaksanakan pelayanan konseling dan terapi dalam mereduksi stress warga disana. Hal ini juga di lakukan oleh Penulis di anyer pasca bencana Tsunami di anyer, Banten. Kegiatan ini merupakan bentuk aplikasi keilmuan penulis sebagai sarjana Bimbingan dan Konseling. Kegiatan ini di lakukan untuk membantu anak-anak korban bencana yang mengalami trauma dan mengembalikan pikiran dan perasaan normal, sehat jasmani dan rohani sehingga tercapai KES-T. kegiatan ini dapat menjadi wujud nyata aplikasi slogan “di sekolah mantap, luar sekolah sigap, dimana-dimana Siap”. Selain itu di harapkan kegiatan ini dapat merubah pemikiran masyarakat akan anggota komunitas yang sering di anggap negative. Dan dengan kegiatan ini kembalikan kehidupan yan ideal dan semestinya.

METODE

Roadmap pengabdian ini adalah untuk mengetahui prosedur yang dilakukan dalam pengabdian;



Gambar 1. Langkah-langkah pengabdian masyarakat

Dalam pelaksanaan kegiatan kami melakukan perencanaan yang matang dengan mengidentifikasi kebutuhan masyarakat yang akan menjadi sasaran, dari data ini kami dapatkan data dari sebuah desa di kampung palelangan, Labuan, banten tempat yang paling parah tertimpa bencana dan banyak pengungsi. Selanjutnya menyusun model perlakuan yang akan di berikan kepada siswa dan anak-anak yaitu permainan relaksasi, permainan rekreasional dan permainan ekspresif. Dalam pelaksanaan kegiatan kami bekerjasama dengan MDMC dan ICI peduli sehingga kami bisa bekerjasama dalam pelaksanaan kegiatan. Setelah kegiatan di lakukan di lakukan penilaian dan evaluasi dari kegiatan tersebut

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam pelaksanaan pengabdian ini tim bekerjasama dengan MDMC dan ICI adventure untuk membantu membagi kelompok dan mendampingi anak

dalam permainan. Adapun bentuk dan hasil kegiatan yang dilakukan adalah:

1. Permainan Relaksasi

Dalam kegiatan ini berbagai permainan di berikan kepada anak-anak seperti:

a. Melepaskan Balon Ketakutan (*balloon scared*)

Pada kegiatan ini anak-anak di berikan beberapa balon untuk di tiup sebesar mungkin. Sebelum balon ditiup anak di berikan gambaran informasi untuk mengeluarkan emosi negatifnya atau bentuk ketakutannya untuk di masukan kedalam balon. Kemudian anak di suruh meniup balonnya, setiap tiupannya anak di suruh membayangkan lagi memasukan emosi dan rasa takutnya kedalam balon. Setelah besar emosi dan rasa takut itu di kunci di dalam balon, kemudian balon di lepaskan ke udara bersama rasa takut dan emosi negative dari anak tersebut. kemudian tim memberikan refleksi dari pelaksanaan kegiatan tersebut, bahwa anak-anak harus mengikhlaskan dirinya untuk membuang semua emosi negatif dan rasa takutnya tersebut untuk terbang ke udara bersama balon yang ditiupkannya. Pada pelaksanaan kegiatan ini anak-anak terlihat mengikuti dengan penuh semangat dan antusias, hal itu terlihat setelah balon di lepaskan keudara anak berteriak seperti tidak memiliki masalah dan senyuman mereka kembali hadir mengalahkan rasa takutnya.

b. Cium aroma bunga (*smell the scent of flowers*)

Pada permainan ini anak-anak di ajak untuk mengenali bunga-bunga yang harum yang di

fasilitasi oleh tim abdimas. Bunga itu di bagi menjadi dua bagian yaitu bunga harum dan bunga bau. Ketika ada Bungan harum anak-anak diminta untuk mengekspresikan aroma yang di rasakannya sedalam mungkin sehingga mereka merasakan respon positif yang di senangi masuk kedalam tubuhnya. Kemudian ketika ada aroma bunga busuk, anak-anak diminta untuk menghembuskan napasnya sekuatnya dan mengekspresikan dirinya ketika merasakan aroma bau tersebut. setelah kegitan di berikan refleksi bahwa setiap aroma yang di cium oleh anak, ketika aroma harum anak-anak di berikan masukan bahwa itu adalah aroma yang harus selalu di nikmati, nilai positif yang harus di rasakan oleh anak dapat merasuki dirinya. Kemudian ketika merasakan aroma bau, anak harus menjauhi segala sesuatu yang tidak di sukainya dan menghindarinya untuk mendapatkan aroma yang harum.

c. Bernyanyi di pantai (*sing on the beach*)

Pelaksanaan permainan Anak-anak diminta untuk memejamkan matanya dan membayangkan sedang berjalan di pantai yang sangat indah dan angin sepoi-sepoi, sembari bernyanyi nyanyi-nyanyi yang lembut seperti “balonku pelangi-pelangi, allah Tuhanku, kami tidak takut dan sebagainya”. Anak-anak diminta untuk bernyanyi dalam suasana mata terpejam tersebut, dan merasakan suasana yang tenang dan damai yang membuat mereka lupa akan ketakutan akan tsunami yang datang melanda Anyer. Hal

ini bertujuan untuk membentuk sikap positif dan memunculkan energy positif dari diri anak, sehingga dapat menghilangkan rasa takutnya tersebut akan bencana yang akan datang dan mereka percaya bahwa semua itu adalah kuasa ALLAH SWT.

2. Permainan Rekreasional

Kegiatan ini merupakan bentuk permainan menyenangkan dan menarik dalam usia perkembangan anak-anak dimana melalui kegiatan ini anak dapat mengembangkan berbagai aspek fisik, emosi, sosial dan pikiran anak sehingga mereka bisa meningkatkan daya tahan dan sikap positifnya dalam menghadapi berbagai permasalahan yang di hadapinya. Dalam hal ini tim mengajak anak-anak untuk terlibat langsung dalam kegiatan rekreasional ini dengan melakukan berbagai kegiatan seperti:

a. Kegiatan seni

Tujuan kegiatan ini dilaksanakan adalah untuk menggambarkan dan mengekspresikan hasil pikiran dan nilai perasaan yang di alami oleh anak-anak, korban bencana tsunami. Pelaksanaan kegiatan kesenian ini berupa kegiatan bermain music dengan menggunakan gitar yang tersedia di sekolah dan menyanyikan lagu-lagu yang di hapal oleh anak-anak, seperti nyanyi “balonku” yang di kreasikan oleh tim setiap huruf vokalnya pada liriknya di ganti huruf “O”. selain itu anak-anak juga diminta untuk mewarnai lukisan yang telah disiapkan tim abdimas, hal ini bertujuan untuk mengembangkan imajinasi anak-anak dalam memberi warna dalam

sebuah gambar. Dalam hal ini terlihat anak-anak berhasil membuat doraemon menjadi 5 warna bukan hanya warna biru. Dengan demikian bertujuan untuk mengalihkan perhatian anak akan ketakutan dan trauma yang dia rasakan sebagai akibat dari bencana tsunami Anyer. Dengan demikian dalam proses kegiatan seni ini dapat mengembalikan senyuman yang telah hilang.



Gambar 2. Hasil Kegiatan Mewarnai Anak-anak Korban.

b. Bermain dongeng

Dalam kegiatan ini tim abdimas menggunakan boneka sebagai media dalam mengentaskan permasalahan anak-anak, kegiatan ini melatih anak untuk belajar mendengar dan menyampaikan nilai-nilai yang yang di sampaikan dalam cerita dongeng yang di sampaikan tim abdimas. Kemudian dengan adanya oermainan dongeng ini melatih empati anak tentang sebuah permasalahan yang di sampaikan dalam isi dongeng, kemudian dalam mendongeng di sisipi dengan cerita-cerita lucu dan humoris sehingga senyuman itu muncul kembali dalam luka yang di hadapi anak-anak.



Gambar 3. Tim sedang mendongeng kepada beberapa anak

3. Permainan ekspresif

Pada kegiatan ini anak di suruh menggambar tentang peristiwa yang menggambarkan ketakutannya akibat bencana, lalu gambar itu di ceritakannya sebagai gambaran perasaanya sehingga dapat di berikan refleksi dan penilaian atas rasa yang di kemukakan anak. Lalu tim abdimas memberikan reward akan keberanian anak dalam mengungkapkan apa yang dirasakan dan mengemukakan emosi negative yang dia rasakan.

Setelah permainan tersebut dilakukan oleh tim abdimas maka di adakan evaluasi akan keberhasilan dari program yang telah di rencanakan, berdasarkan hasil temuan lapangan terlihat perubahan yang mendasar pada diri anak yang menerima layanan, hal itu terlihat dari senyuman anak-anak, semangatnya dalam mengikuti dan setelah pelaksanaan permainan, antusiasme, anak-anak mengikuti dengan baik dari awal dari akhir kegiatan, banyak bertanya. Dengan demikian kegiatan “menjemput senyuman” ini dapat di katakan berhasil melatih energi positif anak dan mereduksi rasa takut dan trauma yang di alami anak-anak.

permainan dan Play therapy ini merupakan salah satu cara yang dapat digunakan dalam memahami dunia

anak-anak melalui permainan, sehingga bila digunakan pada situasi dan kondisi yang tepat dapat bermakna sebagai kegiatan fisik sekaligus sebagai terapi. Hasil tersebut juga di dukung oleh hasil penelitian (Kharimah, 2015) dengan judul trauma healing oleh MDMC untuk anak korban bencana. Dalam penelitian tersebut di temukan bahwa kegiatan trauma healing dapat dilakukan kepada anak-anak secara individu maupun secara kelompok. Dan dampak dari kegiatan tersebut adalah anak-anak pada kembali cerita seperti sebelum bencana terjadi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian dan kegiatan yang dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa di perlukan penanganan khusus bagi korban bencana yang mengalami trauma dan ketakutan sebagai efek psikis setelah terjadi bencana, terutama pada anak-anak sebagai warga rentan. Dalam kegiatan ini tim abdimas menggunakan berbagai kegiatan permainan relaksasi, permainan rekreasional dan permainan eksresif. Kegiatan ini merupakan bentuk dukungan psikososial bagi anak-anak yang mengalami ketakutan dan trauma untuk mengembalikan senyumannya dalam menghadapi kehidupan yang ideal kedepannya. Masa anak-anak adalah masa usia bermain, maka aspek ini menjadi salah satu faktor pertimbangan bagi tim abdimas dalam merancang kegiatan yang digunakan. Permainan pada situasi dan kondisi yang tepat dapat bermakna sebagai kegiatan fisik rentan yang menjadi korban bencana alam Tsunami di Anyer. Selanjutnya, Hasil dari kegiatan ini dapat di jadikan pendukung dalam pelaksanaan pengabdian di lain kesempatan untuk klien yang berbeda di lokasi dan tempat yang berbeda juga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam pelaksanaan kegiatan ini tim abdimas mengucapkan terima kasih kepada UHAMKA sebagai kampus tempat mengabdikan atas izin dan kesempatan untuk mengaplikasikan keilmuan di masyarakat. Selanjutnya, terima kasih kepada Inter Club Indonesia (ICI) adventure dan Muhammadiyah Disaster Management Center (MDMC) yang membantu memfasilitasi dan mendampingi tim abdimas dalam melaksanakan kegiatan dan memberi kepercayaan kepada penulis untuk melaksanakan kegiatan sepenuhnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ando, S., Histoshi, K., Araki, T., Kanehara, A., Tanaka, S., Morishima, R., ... Kasai, K. (2011). Mental Health Problems in a Community After the Great East Japan Earthquake in 2011: A Systematic Review. *Harvard Review of Psychiatry*, 1(25), 15–28.
- Baggerly, J. (2006). Preparing Play Therapist For Disaster Response: Principles and Practices. *International Journal of Play Therapy*, 15(2), 58–81.
- Baggerly, J., & Exum, H. (2008). Counseling Children After Natural Disasters: Guidance for Family Therapists. *The American Journal of Family Therapy*, 36, 79–93.
- Fergusson, D., Horwood, L., Boden, J., & Mulder. (2014). Impact of a Major Disaster on the Mental Health of a Well-Studied Cohort. *JAMA Psychiatry*, 71(9), 1025–1031.
- Kharimah, R. (2015). Trauma Healing oleh Pusat Penanggulangan

Bencana Muhammadiyah Untuk
Anak Korban Bencana.

- Mulyasih, R., & Putri, L. D. (2019). Trauma Healing Dengan Menggunakan Metode Play Terapy Pada Anak-Anak Terkena Dampak Tsunami Di Kecamatan Sumur Propinsi Banten. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bantenese*, 1(1).
- Nakamura, Y. (2005). Public health impact of disaster on children. *Japan Medical Association Journal*, 48(7), 377.
- Nugroho, D., Unggul, N., Rengganis, N., & Wigati, P. (2012). Sekolah Petra (Penanganan Trauma) Bagi Anak Korban Bencana Alam. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 97–101.
- Purnamasari, I. (2016). Perbedaan reaksi anak dan remaja pasca bencana. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat UNSIQ*, 3(1), 49–55.