

Menanamkan Semangat dan *Self-Motivation* pada Anak Korban Bencana Melalui Metode Bermain dan Edukasi

Abdul Ropik¹, Andeztira Widjaya², Lenni F. Nainggolan³, Nurul Fuadah⁴, Nurul Rusdiansyah⁵, Raihany Yusup⁶, Elin Paulina⁷

^{1,2,3,4,5,6,7} Universitas Nusa Putra

*Corresponding author

E-mail: abdul.ropik_mn20@nusaputra.ac.id (Abdul Ropik)*

Article History:

Received: Oktober 2023

Revised: Oktober 2023

Accepted: Februari 2024

Abstract: *Trauma Healing* adalah suatu metode dalam pendekatan terhadap orang - orang yang memiliki trauma berlebihan dalam kejadian sesuatu hal ini menjadi suatu metode yang bagus untuk bisa di terapkan ketika terjadi kejadian di lingkungan masyarakat yang menyebabkan trauma berlebihan kepada masyarakat. dalam pendekatan ini bagaimana seseorang di ajak untuk bisa berbaur dan berkomunikasi intensif terhadap orang - orang yang memiliki gejala berlebihan tersebut untuk mengetahui bagaimana Sikologi seseorang yang memiliki trauma berlebihan. Dalam cara ini banyak sekali cara - cara yang bisa di terapkan dalam mengembalikan trauma berlebihan dengan partner healing dan self healing yang dimana menggunakan pendekatan yang beragam dengan metode ceria dalam segi konsep yaitu dengan mengadakan suatu perlombaan yang membuat ceria orang - orang yang terkena dampak untuk mengembalikan kembali pemikiran yang semula.

Keywords:

Trauma, Masyarakat, Gempa Bumi, Self healing

Pendahuluan

Bencana alam adalah suatu peristiwa alam yang mengakibatkan dampak besar bagi populasi manusia (Halik & Septiana, 2022). Cianjur akhir-akhir ini terjadi bencana gempa bumi terjadi di kelurahan Cugenang, meliputi Ciherang, Ciputri, Cibereum, Nyalindung, Mangunkarta, Sarampat, Benjot, dan Cibulakan. Gempa bumi di yang baru - baru ini terjadi di Kecamatan Cianjur. Gempa bumi disebabkan oleh pergerakan lempengan bumi. Akibat dalam peristiwa ini sehingga menyebabkan sumber mata air untuk masyarakat terdampak gempa bumi ini tersebut kekurangan sumber air yang digunakan untuk kebutuhan di setiap rumahnya.

Gempa bumi yang terjadi di Cianjur, Jawa Barat, pada Tanggal 21 November 2022 siang hari (13:21:10 WIB) dengan kekuatan 5.6 BW , membawa dampak yang signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan di tatanan masyarakat Cianjur,

dampak yang ditimbulkan begitu berat sehingga merubah tatanan hidup di masyarakat, tanpa terkecuali di dunia Pendidikan hal tersebut ditandai dengan adanya pemberhentian kegiatan pembelajaran di sekolah (Supendi et al., 2023).

Trauma *Healing* adalah suatu metode dalam pendekatan terhadap orang - orang yang memiliki trauma berlebihan dalam kejadian sesuatu hal ini menjadi suatu metode yang bagus untuk bisa di terapkan ketika terjadi kejadian di lingkungan masyarakat yang menyebabkan trauma berlebihan kepada masyarakat (Wula et al., 2021). Dalam pendekatan ini bagaimana seseorang di ajak untuk bisa berbaur dan berkomunikasi intensif terhadap orang - orang yang memiliki gejala berlebihan tersebut untuk mengetahui bagaimana Psikologi seseorang yang memiliki trauma berlebihan (Setiawati, 2016). Supaya bisa menganalisis bagaimana cara dan metode pendekatan yang harus di terapkan (Mulyasih & Putri, 2019).

Trauma yang sering terjadi di masyarakat sangat beragam bagaimana trauma tersebut sangat banyak dan lekat di masyarakat mulai dari stres dalam dunia kerja atau terjadinya kekerasan seksual terhadap seseorang yang mengalaminya sehingga mengalami gangguan emosional yang berkepanjangan sehingga kalau terus terusan di biarkan akan menjadikan suatu hal yang buruk untuk orang tersebut (Rusydi, 2015). Hal ini perlu adanya solusi dari perkara seperti itu dalam mengatasi permasalahan untuk menciptakan masyarakat yang bagus dalam segi pemikiran (Ubur, 2012). Melihat dari rata - rata total populasi masyarakat Indonesia dalam indeks kebahagiaan Indonesia sendiri memiliki 71,49 poin dari tahun 2021 ini cukup baik hal ini harus terus di pertahankan dan juga di tingkatkan untuk memiliki masyarakat yang kompetitif dan mengurangi dari segi pemikiran yang berlebihan.

Terjadinya ketakutan berlebihan yang terjadi di masyarakat sangat banyak sekali dan juga beragam hal ini bisa dilihat dari segi kecemasan yang sering terjadi, dan juga ketidakmampuan dalam mengendalikan diri atas trauma yang di alami yang menysasar psikis sehingga kepribadian terganggu, begitu pun yang terjadi gempa pada tanggal 21 November 2022 silam yang terjadi di Cianjur Jawa Barat letaknya di daerah Cugenang yang meluluh lantahkan daerah tersebut banyak yang kehilangan rumah tempat tinggal ladang usaha dan juga bisnis yang hancur berantakan akibat gempa. Selain itu banyak korban yang luka dan berjatuhan akibat terjadinya gempa yang berkekuatan 5,6 Magnitudo itu hingga ratusan jiwa melayang, dan sekolah sekolah hancur berantakan. Akibat kejadian tersebut banyak orang-orang yang mengalami trauma berkepanjangan dan rasa ketakutan berlebihan untuk tinggal di rumah dalam jangka waktu tertentu. Perlu adanya suatu *refreshing* pemikiran atau *self healing* dengan menggunakan metode pendekatan yang di bantu dalam

mengembalikan pemikiran yang jernih kembali untuk orang - orang terkena dampak tersebut.

Dalam cara ini banyak sekali cara - cara yang bisa di terapkan dalam mengembalikan trauma berlebihan dengan *partner healing* dan *self healing* yang dimana menggunakan pendekatan yang beragam dengan metode ceria dalam segi konsep yaitu dengan mengadakan suatu perlombaan yang membuat ceria orang - orang yang terkena dampak untuk mengembalikan kembali pemikiran yang semula. Disertai pendekatan langsung dengan tuhan nya.

Metode

Seperti yang telah dipaparkan dalam penjelasan di atas bahwa penelitian ini akan membahas mengenai aktivitas masyarakat dalam pemulihan trauma dan Langkah apa saja yang dilakukan dalam pemulihan trauma serta dampak dalam pelaksanaan pemulihan trauma pada anak korban bencana, maka jenis penelitian ini termasuk penelitian lapangan (*Field Research*) dengan pendekatan kualitatif. Penelitian lapangan (*Field Research*) memaparkan dan menggambarkan keadaan serta fenomena yang lebih jelas mengenai situasi yang terjadi seperti kondisi geografis. Selain itu, dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Alasan menggunakan pendekatan kualitatif ini karena penelitian yang dilakukan harus terjun langsung untuk memahami bagaimana cara memulihkan kondisi mental korban bencana pada anak dengan *self healing* dan *partner healing*. Sasaran dari tempat atas penelitian ini yaitu anak-anak yang ada di MDTA Al-Barokah Desa Talaga. Dilaksanakan mulai dari tanggal 20 Maret - 20 April 2023.

Hasil dan Kesimpulan

Berikut merupakan hasil implementasi dari metode yang sudah dijelaskan di atas di mana tempat sarannya yaitu anak-anak di MDTA Al-Barokah Desa Talaga kec. Cugenang salah satu tempat korban bencana gempa:

Trauma Healing Dengan Pendampingan

Kegiatan pendampingan untuk mengatasi trauma pasca bencana merupakan upaya yang tepat untuk membantu menenangkan hingga memulihkan keadaan para korban pada kondisi normal kembali. Oleh karena itu pendampingan baik berupa dukungan moril dan material sangat dibutuhkan untuk merekonstruksi masyarakat korban bencana. Kegiatan ini bersifat *flexible* dan dapat dilakukan kapan pun dan dimanapun, namun harus memperhatikan kenyamanan dan kapasitas tempat

tersebut. Dalam perancangan ini kegiatan-kegiatan pendampingan seperti berjamaah. Motivasi, dan terapi relaksasi dapat dilakukan pada ruang utama atau ruang Shalat di mana para korban dikumpulkan dan diberi materi-materi penyemangat atau trauma *healing* yang sesuai.



Gambar 1. Penanganan trauma

Penanganan trauma pada anak berbeda dengan penanganan orang dewasa, fisik yang masih lemah cenderung menimbulkan rasa takut yang berlebihan. Kondisi psikologis pada anak juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sekitar terutama orang tua. Jika orang tua merasa panik maka anak pun akan merasakan hal yang sama bahkan bisa lebih. adanya bencana juga membuat kegiatan rutin yang biasanya dilakukan oleh anak seperti bermain, sekolah menjadi terganggu. oleh karena itu perlu penanganan yang tepat agar kondisi psikologis pada anak dapat pulih kembali.

Kegiatan yang tepat adalah mengajak anak kembali pada rutinitasnya atau dunia aslinya yaitu bermain & belajar. Untuk itu diperlukan pendampingan untuk menuntun anak- anak tersebut dapat kembali beraktivitas normal kembali. Kegiatan pendampingan tersebut antara lain; bercerita, memberi motivasi, memberi sarana untuk berekspresi (menggambar, menulis), membaca buku, dan lain sebagainya. kegiatan tersebut dilakukan pada siang hari. dalam perancangan ini terdapat ruang khusus yang di tunjukkan untuk anak-anak (kelas) sebagai wadah belajar & bermain, perpustakaan juga menjadi sarana untuk anak-anak mengurangi rasa trauma dengan membaca. selain itu juga terdapat taman sebagai sarana bermain anak-anak.

Kesimpulan

Kejadian alam merupakan suatu hal yang tidak dapat dihindari. Begitu pun dengan kejadian gempa bumi yang melanda daerah Cianjur khususnya Desa Talaga Kecamatan Cugenang yang mengakibatkan kerugian bagi semua masyarakatnya. Dengan diadakannya program *Self Motivation* pada anak melalui Metode bermain dan Edukasi ini menjadi salah satu aktivitas sehari – hari untuk berinteraksi Bersama teman – temannya dengan cara menghibur pada anak contohnya, media belajar dengan *game*. Dengan hal anak ini akan menjadi semangat dalam pembelajaran tidak akan bosan di dalam kelas.

Daftar Referensi

- Halik, M. F. Al, & Septiana, L. (2022). Analisa Data Untuk Prediksi Daerah Rawan Bencana Alam Di Jawa Barat Menggunakan Algoritma K-Means Clustering. *Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research*, 6(4), 856–870. <https://doi.org/10.52362/jisamar.v6i4.939>
- Mulyasih, R., & Putri, L. D. (2019). Trauma Healing Dengan Menggunakan Metode Play Terapy Pada Anak-Anak Terkena Dampak Tsunami Di Kecamatan Sumur Propinsi Banten. *Bantenese : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.30656/ps2pm.v1i1.1042>
- Rusydi, A. (2015). Kecemasan dan Psikoterapi Spritual Islam. *Istana PUBLISHING*, 28(8 Special Issue), 591–599.
- Setiawati, E. (2016). Konseling Traumatik Pendekatan Cognitif-Behavior Therapy. *Al-Tazkiah : Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 5(2 SE-Articles), 81–96. <https://journal.uinmataram.ac.id/index.php/altazkiah/article/view/1182>
- Supendi, P., Rawlinson, N., Prayitno, B. S., Sianipar, D., Simanjuntak, A., Widiyantoro, S., Palgunadi, K. H., Kurniawan, A., Shiddiqi, H. A., Nugraha, A. D., Sahara, D. P., Daryono, D., Triyono, R., Adi, S. P., Karnawati, D., Daniarsyad, G., Ahadi, S., Fatchurochman, I., Anugrah, S. D., ... Sudrajat, A. (2023). A previously unidentified fault revealed by the February 25, 2022 (Mw 6.1) Pasaman Earthquake, West Sumatra, Indonesia. *Physics of the Earth and Planetary Interiors*, 334, 106973. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.pepi.2022.106973>
- Ubur, H. (2012). Upaya Penanggulangan Kemiskinan Melalui Pendekatan Proses. *Fakultas Ekonomika Unika Atma Jaya, Jakarta*, 2(2), 209–223.
- Wula, Z., Handayani, S. L., Arifin, A. A., Hakim, F., & Abdulrahman, I. A. (2021). Trauma Healing Berbasis Bermain Sambil Belajar Bagi Anak-Anak Pasca Badai Seroja Di Pulau Kera. *Abdi Wiralodra : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 71–82. <https://doi.org/10.31943/abdi.v3i1.37>