

Konseling pada anak korban bencana alam: play therapy perspektif

Intan Sholihat^{1*}, Deni Dzulfaqori Nasrullah²

¹²IAIN Syekh Nurjati Cirebon, Cirebon, Indonesia.

Korespondensi: ✉ intansholihat.30@gmail.com

Abstract

Natural disaster is surely effecting various disadvantages, such as the victims, properties, sorrows, and deep scared. For the victims who are in that condition is surely feeling afraid, worried, nervous, and easy to be panic. The victims of disaster can come and happen to adult and children. For traumatic solving to the children is really different from the solving traumatic to adult. The children have a susceptible condition to the impact that is caused by an event and make a traumatic impact. This research aims to solve a traumatic impact after the disaster to the children. By qualitative, this paper describes the case thoroughly. Through observing and giving treatment to the children who are the victims of natural disaster, found that those who gets traumatic can be cured. In such away that the play therapy are considered to solve that trauma.

Kata kunci: Bencana, trauma, play therapy, anak-anak

Cara Mengutip Artikel: Sholihat, I & Nasrullah, D., D. (2017). Konseling pada anak korban bencana alam: play therapy perspektif. In Ifdil, I., Bolo Rangka, I., & Adiputra, S. (Eds.), *Seminar & Workshop Nasional Bimbingan dan Konseling: Jambore Konseling 3* (pp. 119–125). Pontianak: Ikatan Konselor Indonesia (IKI)

© 2017. This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

Pendahuluan

Bencana alam merupakan suatu peristiwa alam yang mengakibatkan dampak besar bagi populasi manusia. Beberapa bencana alam terjadi karena disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor alam dan manusia. Menurut Crowards (2000) bencana alam tersebut memiliki dampak terhadap bidang ekonomi, sosial, dan lingkungan. Kerusakan infrastruktur dapat mengganggu aktivitas sosial dan kerusakan lingkungan.

Ketika bencana alam terjadi, terdapat beberapa faktor yang harus diperhatikan, diantaranya yaitu kerugian material (fisik) dan nonmaterial (psikis). Kondisi mental dan psikis yang terjadi pada korban terutama pada anak-anak perlu mendapat perhatian khusus agar tidak terjadi gangguan mental dan psikis.

Dari berbagai kondisi yang dapat mengakibatkan ketidakseimbangan psikologis bisa dikaji dengan menggunakan teori Maslow ihwal hierarki kebutuhan. Maslow (dalam Mashar, 2011) menyatakan bahwa setiap individu yang dapat memenuhi kebutuhan fisik dan psikologinya dengan baik, mereka akan berkembang menjadi individu yang sehat. Namun ketika individu tersebut tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar seperti rasa aman, kasih sayang, dan harga diri, maka mereka juga belum dapat memenuhi kebutuhan untuk tumbuh yaitu aktualisasi diri dan berpasrah diri kepada tuhan.

Melihat kondisi korban bencana di pengungsian dan ketika mereka telah kembali ke desa masing-masing, penanganan tersebut masih belum mendukung para korban bencana untuk memenuhi kebutuhan dasar maupun kebutuhan untuk tumbuh.

Ancaman kerusakan lahan dan rumah, kehilangan mata pencaharian, serta dapat menimbulkan rasa tidak aman dan kecemasan pada korban, karena mereka harus keluar dari kehidupan sehari-hari. Lalu, mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Ironinya, anak-anak mengalami kondisi yang sama seperti pengungsi dewasa lainnya.

Keadaan cemas dan tidak aman tersebut, jika dibiarkan berlarut-larut akan mengganggu perkembangan psikis anak tersebut. Oleh karena itu, rasa cemas dan tidak aman tersebut kalau dibiarkan berlarut-larut maka dapat mengganggu perkembangan psikis anak-anak. Jadi, penanganan secara tepat perlu dilakukan agar mereka dapat melupakan dan menghilangkan pengaruh negatif yang ada, baik itu akibat bencana alam (longsor) maupun karena kondisi barak pengungsian dan tempat tinggal yang saat ini ini kurang memadai bagi anak untuk tumbuh dan berkembang secara optimal.

Bagi seseorang yang mengalami gangguan jiwa setelah terjadi bencana, dalam teori yang harus dilakukan tentunya berkaitan dengan kesehatan jiwa, baik itu saat terjadinya bencana ataupun setelah terjadinya bencana, telah banyak dibicarakan dalam literatur medis, media cetak, maupun elektronik. Dalam hal ini pemerintah dan masyarakat memiliki peran dan tanggung jawab dalam penanggulangan bencana dan pasca bencana.

Menurut relawan Rumah Zakat Cirebon (2017) yang terjun ke daerah yang terkena bencana longsor, menyatakan bahwa korban bencana kebanyakan mengalami gangguan stress secara psikologis pasca bencana. Dalam dunia kesehatan disebut *post traumatic stress disorder* (PTSD).

PTSD secara umum dapat diatasi apabila mendapatkan penanganan yang tepat. Apabila telah diketahui bahwa seseorang mengalami *PTSD* dan tidak segera ditangani, maka akan mengakibatkan komplikasi secara medis dan psikologis yang bersifat permanen. Hingga pada akhirnya akan mengganggu kehidupan sosial maupun pekerjaan si penderita (Flannery, 1999). National Institute for Health and Care Excellence (2005) (dalam Mashar, 2011) mendukung bahwa *PTSD* dapat disembuhkan apabila korban mendapat pendampingan dalam mengembalikan kondisi seperti sediakala.

Berdasarkan penjelasan tersebut, anak-anak yang menjadi korban bencana rentan untuk mengalami PTSD, serta perlu mendapat penanganan yang serius agar tidak mengalami dampak berkepanjangan dan menghambat perkembangan. Bagi mereka, korban bencana, terdapat karakteristik yang khas, sehingga memerlukan bentuk-bentuk intervensi yang sesuai dengan karakteristik dan tahap perkembangannya. Hal tersebut untuk menurunkan stress pasca trauma yang dialami oleh mereka.

Salah satu cara yang efektif serta dapat diterapkan yaitu konseling melalui *Play Therapy*. Menurut Sukmaningrum (2001) melalui terapi bermain, anak diberi kesempatan dalam dunia naturalnya, dalam artian posisinya sebagai anak-anak. Dengan terapi tersebut anak akan merasa aman ketika mereka berekspreasi dan bereksplorasi terhadap diri mereka sendiri, baik dalam perasaan, pikiran, pengalaman, maupun tingkah laku. Hal tersebut dikarenakan, anak tidak berhadapan langsung dengan dengan kondisi yang mengingatkan mereka pada trauma yang dialaminya. Namun dalam hal ini haruslah menggunakan materi yang bersifat simbolik (Landreth, 2001). Sedemikian sehingga, terapi bermain yang diterapkan pada anak yang mengalami gangguan stress pasca trauma longsor bertujuan untuk menurunkan gangguan

tersebut dengan membantu mereka dalam belajar menerima keadaan, belajar mengembalikan kontrol diri, serta belajar untuk bebas mengekspresikan diri.

Adapun penelitian ini mengkaji ihwal pengaruh *play therapy* terhadap anak-anak korban bencana longsor yang terjadi di Ciwaru, Kabupaten Kuningan.

Metode

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan paradigma penelitian kualitatif interpretatif. Data diperoleh dengan cara observasi, wawancara, dokumentasi, dan memberikan *treatment* terhadap anak-anak korban bencana longsor. Hal tersebut dilakukan untuk mendapatkan informasi akurat ihwal dampak traumatik pasca bencana.

Data yang diperoleh kemudian dianalisis berdasarkan persepektif *play therapy*. Dari analisis yang dilakukan, diperoleh jawaban atas apa yang menjadi pertanyaan dari penelitian ini. Dari jawaban yang didapatkan, kemudian ditarik kesimpulan dari seluruh rangkaian pemaparan dalam penelitian ini.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini merupakan kajian dari kasus yang menimpa beberapa anak korban bencana longsor di Dusun Cimeong, Desa Cilayung, Kecamatan Ciwaru, Kabupaten Kuningan – Jawa Barat. Menurut Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kabupaten Kuningan, terdapat 55 kepala keluarga korban bencana longsor yang mengalami trauma, kerugian material, kehilangan tempat tinggal, dan mata pencaharian. Para pengungsi bencana tersebut ditempatkan di Posko Bencana yang bertempat di SDN 1 Cilayung.

Ihwal masalah traumatik yang menimpa anak-anak, peneliti melakukan observasi dan memberikan *treatment* terhadap anak-anak tersebut. Tetapi peneliti hanya mengambil dua sampel, diantaranya yaitu M (11) dan A (8) (inisial nama anak korban trauma) keduanya merupakan korban bencana longsor tersebut. Mereka sempat mengalami trauma atas kejadian bencana longsor yang terjadi di lingkungannya.

Masalah yang menimpa M (11) dan A (8) bersumber langsung dari dirinya dan orang tuanya. Untuk diketahui, M (11) merupakan seorang anak yang berprestasi, rajin beribadah, dan peduli terhadap sesama. Sedangkan A (8) merupakan seorang anak yang aktif dalam segala hal, serta memiliki semangat belajar. Berikut adalah percakapan antara peneliti dan M (11):

Peneliti: "De kumaha damang, kunaon, nangis, Sok nyarita ka Teteh"

M (11) : "Muhun Teh, ieu ade sedih ningali bumi rusak. Buku-buku oge rusak pedah longsor. Ade sieun upami kaditu deui".

Pertanyaan serupa juga diajukan kepada A (8):

Peneliti: "De kumaha damang, kunaon, nangis, Sok nyarita ka Aa"

M (8) : "Alhamdulillah cageur A, tapi sedih ningali bumi rusak, kumaha ngke sakolana ?"(berkaca-kaca)

Pasca bencana longsor, keduanya mengalami perubahan yang signifikan dalam kehidupan sehari-hari. Mereka yang biasanya aktif dan semangat melakukan aktivitas, sekarang terlihat murung dan menyendiri. Mereka merasa cemas, ketakutan dan trauma ketika melihat rumahnya rusak diterjang bencana longsor. Hal tersebut sungguh memilukan ketika melihat seorang anak-anak bisa berpikir seperti orang dewasa, walaupun dalam konteks yang berbeda.

Melihat kondisi beberapa anak yang mengalami trauma pasca bencana, peneliti memberikan *treatment* terhadap anak-anak korban bencana longsor tersebut. Didapati bahwa teknik *play therapy* dirasa mampu untuk menangani anak yang mengalami trauma pasca bencana. Teknik *play therapy* dapat membantu anak merasa lebih nyaman dalam berproses dengan pengalaman traumatiknya. Swalm (2005) (dalam Mashar, 2011) menyatakan bahwa dalam proses *play therapy* antar sesama anak akan saling menceritakan tentang pengalaman trauma mereka, kemudian mereka akan saling memberikan penguatan satu sama lain.

Metode *play therapy* berperan untuk menghibur anak-anak agar bisa melupakan traumanya, mengembangkan kemampuan untuk mengatasi masalah, sehingga tercipta perasaan yang lebih baik. *Play therapy* merupakan terapi yang membutuhkan media sebagai alat bermain. Landreth, (1991) menyatakan bahwa *Play therapy* memberikan rasa aman bagi anak dalam mengekspresikan dan melakukan eksplorasi terhadap diri mereka baik itu perasaan, pikiran, pengalaman, dan tingkah laku. Hal tersebut dilakukan dengan media komunikasi natural anak yaitu bermain. Sukmaningrum (2001) mendukung bahwa permainan memiliki makna simbolis. Makna tersebut dapat membantu terapis dalam mendeteksi sumber permasalahan anak.

Dalam melakukan terapi terhadap anak-anak korban bencana longsor, peneliti memberikan *play therapy* yaitu bernyanyi bersama Lagu "Naik Kereta Api" dan Bermain *Games* bersama yaitu "Kereta-keretaan" Berikut adalah lirik lagu "Naik Kereta Api":

Naik kereta api ... tut ... tut ... tut
Siapa hendak turut
Ke Bandung ... Surabaya
Bolehlah naik dengan percuma
Ayo temanku lekas naik
Keretaku tak berhenti lama

Peneliti mengajak bernyanyi bersama kepada anak-anak korban bencana agar mereka terhibur dan bisa melupakan kejadian bencana tersebut.

Selanjutnya yaitu ihwal *games kereta-keretaan* Berikut adalah alur permainan tersebut:

1. Anak-anak melingkar, membentuk formasi lingkaran.
2. Kami peneliti, mencari dua orang anak untuk berperan sebagai tikus dan kucing.
3. Nanti, yang kalah dalam permainan, maka harus menjadi terowongan kereta-keretaan.

Makna dari permainan tersebut yaitu untuk menghadirkan keceriaan para pengungsi anak-anak, dimana mereka bisa tertawa lepas di posko pengungsian, setelah seharian merasa jaenuh. Lalu, permainan tersebut juga bermaksud untuk menjalin kebersamaan antar pengungsi korban bencana longsor, anak-anak, mereka yang tadinya tidak mengenal satu sama lain, dengan permainan ini bisa ceria bersama, menikmati permainan. Trauma dan cemas yang diakibatkan bencana longsor, perlahan dapat diatasi dengan *play therapy* ini, karena pada usia mereka, terutama anak-anak permainan menjadi alternative solusi untuk menjadi perantaranya. Tak mungkin, kita menggunakan metode ceramah, atau penyuluhan dalam mengatasi trauma, ataurasa cemas dan gelisah anak-anak korban bencana longsor.

Dibawah ini merupakan hasil dokumentasi ketika peneliti melakukan observasi ke tempat terjadinya bencana longsor.



Gambar 1. Anak-anak korban bencana longsor membuat formasi lingkaran bermain kucing dan tikus.



Gambar 2. Anak-anak korban bencana longsor bermain kereta-keretaan setelah bermain kucing dan tikus.



Gambar 3. Anak-anak bernyanyi sambil berjoget.

Melalui *play therapy*, hadir untuk menangani masalah yang di hadapi oleh M (11), A (8), dan anak-anak lainnya. Hal tersebut dikarenakan metode *play therapy* dapat memberikan bantuan

bagi konseli, anak-anak yang mengalami korban bencana, agar bisa melupakan masalah dan melupakan bencana longsor yang telah terjadi. Masalah yang di hadapi M (11) dan A (8) merupakan masalah yang bisa saja terjadi pada anak-anak. Berikut adalah hasil wawancara kepada M (11) dan A (8) setelah diberikan *treatment* dengan metode *play therapy*:

Peneliti:

“De, kumaha sonten ayeuna tiasa ameng ?”

M: “Bahasa Sunda!”

“Alhamdulillah seneng A, di dieu jadi hente bosen ti tadi mindel wae, ngantosan Ema Sareng Bapa Ti Sawah”.

Selanjutnya, wawancara juga diberikan kepada A (11)

Peneliti: “A, di dieu bosen hente tadi tos ameng sareng nyani-nyanyi ?”

A: “Seneng pisan A, jadi hente sare wae, kamari mah, A ceurik wae”.

Dari hasil wawancara pada keduanya, membuktikan bahwa *play therapy* efektif untuk mengatasi kejenuhan, cemas dan rasa takut pada anak korban bencana longsor tersebut.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa penerapan konseling pada anak, mempunyai karakteristik perkembangan dan perilaku yang berbeda dengan orang dewasa. Hal ini secara tidak langsung dituntut untuk memberikan pelayanan yang sesuai dengan karakteristik tersebut. Penerapan *play therapy* merupakan salah satu solusi yang dapat digunakan untuk anak korban bencana. Lalu, bagi anak yang mengalami stress pasca bencana, melalui *play therapy* dengan melibatkan orang dewasa yang ada di sekitarnya akan lebih mempermudah penyembuhan trauma tersebut. Meskipun demikian, penerapan *play therapy* mempunyai hambatan yang berkaitan dengan hubungan anak dan orang tua. Hal ini dikarenakan orang tua dari mereka notabene adalah seorang petani. Jadi, orang tua jarang mengiseng waktu bermain dengan anak-anaknya.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis dihaturkan kepada Branch Manager Rumah Zakat Cirebon yang telah memberikan kontribusi dalam penelitian ini. Selanjutnya kepada Dekan Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, kepada Kaprodi Bimbingan dan Konseling Islam dan Kaprodi Tadris Bahasa Inggris IAIN Syekh Nurjati Cirebon, yang telah menginisiasi terlaksananya penelitian sederhana ini. Tidak lupa pula kepada kedua orang tua kami yang telah menyemangati dan mendukung penelitian ini, kami haturkan terima kasih.

Daftar Rujukan

- Crowards, Tom. (2000). Comparative Vulnerability to Natural Disasters in the Caribbean. *Paper workshop on Vulnerability Assessment Techniques* Charleston, South Carolina. Staff working paper No. 1/100.
- Flannery, R.B. (1999). Psychological trauma and post traumatic stress Disorder: a review, *International Journal of Emergency Mental Health*. 1 (2) p 77 – 82.
- Landreth, G.L. (1991). *Play therapy: The Art of the Relationship*. Indiana: Accelerated Development Inc.

Landreth, G.L. (2001). *Innovations in Play therapy:Issues, Process, and Special Populations*. BrunnerRoutledge: Taylor & Francis.

Mashar, Riana. (2011). *Konseling Pada Anak Yang Mengalami Stress Pasca Trauma Bencana Merapi Melalui Play Therapy*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.

Suharsaputra, Uhar. (2012). Metode Penelitian, 1 (2) p 209 Violence) Pada Anak. *Jurnal Psikologi*. Vol. 8. No. 2, 14-23.

Sukmaningrum, E. (2001). Terapi Bermain sebagai Salah Satu Alternatif Penanganan Pasca Trauma Karena Kekerasan (Domestic Violence) Pada Anak. *Jurnal Psikologi*. Vol. 8. No. 2, 14-23.