

PENANGANAN TRAUMA PASCA BENCANA DI KABUPATEN KLATEN

Nur Tjahjono Suharto

Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Madani Klaten

fahrangga_cahya@yahoo.com

ABSTRAK

Dalam kejadian bencana alam maupun social, tidak jarang anak-anak menjadi korban psikologis diantaranya terkena stress karena factor lingkungan social. Oleh karena itu diperlukan penanganan khusus untuk mengembalikan kondisi anak pada kondisi normal (sebelum terjadi bencana).

Penelitian dengan metode Single Case Research ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Metode Bermain dapat digunakan untuk mengurangi atau menghilangkan trauma anak pasca bencana di Kabupaten Klaten. Tempat penelitian adalah di Kecamatan Cawas, Juwiring, Wonosari dan Bayat yang merupakan wilayah terdampak banjir, angin putting beliung, longsor dan gempa bumi. Waktu penelitian dari bulan November sampai dengan Maret, karena pada periode ini adalah masa tingginya curah hujan dan seringnya terjadi bencana angin putting beliung.

Penelitian dengan metode Single Case Research ini menunjukkan bahwa Metode Bermain dapat mengurangi dan menghilangkan trauma pada anak yang terkena dampak bencana alam. Dari ketiga anak yang diteliti dengan melalui eksperimen menunjukkan bahwa mereka dapat mengurangi trauma yang dialami secara signifikan.

Penelitian juga menunjukkan bahwa peran keluarga atau orang terdekat sangat berpengaruh terhadap pemulihan perilaku anak. Dukungan dan pengertian membuat mereka bisa melupakan kesedihannya.

Kata Kunci: Metode Bermain, Trauma Anak, Pasca Bencana

When natural and social disasters, it is not uncommon for children to become psychological victims, including being exposed to stress caused social environmental factors. Therefore, special handling is needed to restore the child's condition to normal conditions (before the disaster).

This study with the Single Case Research method aims to find out how the Play Method can be used to reduce or eliminate post-disaster child trauma in Klaten Regency. The research location is in the Districts of Cawas, Juwiring, Wonosari and Bayat which are areas affected by floods, cyclones, landslides and earthquakes. The research time is from November to March, because this period is a period of high rainfall and frequent hurricanes.

This study using the Single Case Research method shows that the Play Method can reduce and eliminate trauma to children affected by natural disasters. Of the three children studied through experiments showed that they can reduce the trauma experienced significantly.

Research also shows that the role of family or the closest person is very influential on the recovery of children's behavior. Support and understanding enable them to forget their grief.

Keywords: Child Trauma, Play Method, Post Disaster

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan supermarket bencana dunia dan menduduki ranking pertama dalam indeks ancaman bencana di dunia. Bencana alam, non alam, dan sosial bisa ditemui di Indonesia. Khususnya bencana alam, berbagai bencana regular maupun periodik melanda Indonesia

hampir setiap tahun. Posisi Indonesia di jalur *Ring of Fire* menempatkan Indonesia berada pada jalur gempa tektonik dan gunung berapi dari timur ke barat.

Definisi Bencana menurut Undang – Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana adalah serangkaian

peristiwa yang disebabkan oleh alam maupun non alam yang dapat mengakibatkan kerusakan, kerugian, korban jiwa, dan dampak psikologis. Oleh sebab itu, bencana yang melanda, periodik maupun regular, di samping menimbulkan kerusakan dan kerugian juga berdampak pada aspek psikologis penduduk yang terdampak termasuk anak-anak.

Bencana apapun yang terjadi di suatu tempat mesti menyisakan luka yang mendalam bagi mereka yang terkena, tidak terhindarkan bagi mereka yang mengalami bencana letusan gunung berapi. Kejadian letusan gunung Merapi yang hebat pada bulan Mei 2006 sampai sekarang masih menyisakan trauma bagi warga di sekitarnya. Anak berkebutuhan khusus yang ada di sekitar gunung Merapi merupakan bagian dari mereka yang mengalami kejadian tersebut. Bagi mereka kejadian letusan merupakan pengalaman pertama yang menyengsarakan dan tidak mungkin terlupakan selama hidupnya. Pengalaman mengerikan tersebut dapat berupa ketakutan yang berlebih, kehilangan orang yang paling dicintai (teman, keluarga, tetangga), dan ketidakpastian hidup. Kondisi ini menuntut kita untuk memberikan layanan psikologis yang sesuai. Salah satu layanan tersebut adalah bimbingan dan konseling. (Purwanto, 2010)

Bencana ini merupakan suatu kondisi katastrofik yaitu peristiwa yang terjadi secara tiba-tiba dalam suatu daerah yang luas. Sarafino (1994) menyebutkan bahwa peristiwa katastrofik ini merupakan salah satu sumber

timbulnya stres. Pengalaman katastrofik dapat diakibatkan oleh peperangan, pemerkosaan, dan bencana alam sehingga menyisakan ketakutan luar biasa (trauma) terhadap hal-hal yang menyebabkan atau berkaitan dengan peristiwa tersebut pada korban maupun saksi mata peristiwa itu. Salah satu bentuk trauma yang muncul setelah bencana seperti bencana tsunami adalah banyaknya anak-anak yang sangat ketakutan melihat air atau melakukan aktivitas yang menggunakan air seperti mandi. (Putri dan Rachmatan, 2005)

Dalam kejadian bencana alam maupun sosial, tidak jarang anak-anak menjadi korban psikologis diantaranya terkena stres karena faktor lingkungan sosial. Oleh karena itu diperlukan penanganan khusus untuk mengembalikan kondisi anak pada kondisi normal (sebelum terjadi bencana). Tentu tidak semua anak terdampak bencana mengalami kondisi kejiwaan yang sama, sehingga perlu pencermatan khusus pada mereka yang benar-benar menunjukkan perilaku stress atau tertekan pasca bencana.

KAJIAN PUSTAKA

1. Metode Bermain

Wong (2000) mendefinisikan bermain sebagai cerminan kemampuan fisik, intelektual, emosional dan sosial dan bermain merupakan media yang baik untuk belajar karena dengan bermain, anak akan berkata-kata, belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan melakukan apa yang dapat dilakukan, dan

mengenal waktu, jarak, serta suara. Secara operasional pendekatan bermain pada penelitian ini adalah kegiatan berupa bermain lego, menggambar menggunakan pensil dan pensil warna, melipat kertas berwarna dan bercerita tentang kisah nabi. (Sumiati, Ambar Sulianti, 2016).

Menurut Wakenshaw (2001, dalam Cholidah 2005) terapi permainan adalah suatu pendekatan sistematis untuk mendapatkan kesadaran dalam dunia anak atau wawasan anak melalui wahana utama komunikasi mereka, yaitu bermain yang merupakan cara yang terbaik untuk anak mengekspresikan perasaannya. (Maslihah, 2013)

Cholidah (2005) menyatakan bahwa diantara tujuan terapi bermain adalah mengurangi atau menghilangkan gangguan-gangguan perilaku, fisik, psikis, social, sensori dan komunikasi dan mengembangkan kemampuan yang masih dimiliki secara optimal. (Maslihah, 2013)

Metode yang biasanya digunakan dalam kegiatan bermain termasuk: **Peran dan Drama**, Peran dan drama menyediakan kesempatan dalam bentuk kata-kata dan perbuatan untuk mengekspresikan perasaan. Metode ini dapat memberikan perasaan aman pada anak-anak dalam mengungkapkan masalah secara langsung atau tidak langsung. **Kesenian**, Kesenian adalah media yang tepat untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran yang sulit dibicarakan. Menciptakan hasil kesenian dapat secara tidak

langsung digunakan untuk berkomunikasi misalnya dengan menggunakan gambar. Lukisan atau gambar yang menggambarkan penderitaan atau trauma yang dialami dapat membantu anak-anak untuk mengerti lebih dalam apa yang telah mereka alami dan dapat membantu mereka mengembangkan cara untuk mengatasinya. Tujuan utama menggunakan kesenian adalah supaya anak-anak lebih mengerti tentang diri mereka sendiri melalui eksplorasi dengan menggunakan kesenian.

Olahraga . Partisipasi dalam olahraga dapat membantu mengembalikan anak-anak yang hidupnya kacau menjadi normal kembali. Dengan mengikuti peraturan dalam olahraga yang mereka sukai akan memberikan rasa disiplin apalagi bagi anak-anak yang dididik untuk menjadi tentara dan sudah tidak biasa lagi menjalani disiplin yang diajarkan kepada mereka. Olahraga juga mengajarkan kerjasama, mematuhi peraturan dan instruksi sambil bergembira dan bermain dalam suasana yang menyenangkan.

Musik. Terapi dengan menggunakan musik memberikan anak-anak kesempatan yang unik untuk menikmati berbagai macam musik yang dapat mempengaruhi sikap mereka. Musik adalah salah satu fasilitas untuk mengembangkan komunikasi mereka. Musik yang bernada santai dan menenangkan dapat membantu untuk mengatasi gangguan emosi, fisik dan stres. Kualitas dari pelajaran dengan memakai musik sebagai media dan partisipasi penuh anak-anak

dapat membantu menikmati kegiatan bermain mereka. Terapi dengan musik sangat penting dan bisa mencapai kesuksesan yang tinggi dalam membantu anak-anak ini.

Tempat Bermain. Tempat bermain dapat disediakan dengan desain spesial dan lengkap dengan peralatannya. Anak-anak dapat memakai mainan dan peralatan yang ada untuk mengungkapkan emosi, perasaan atau ikut dalam acara yang ada untuk membantu mengungkapkan masalah mereka. Di tempat bermain, mainan yang dipakai anak-anak dapat dilihat sebagai pengganti kata-kata dan permainan dapat dianggap sebagai bahasanya. Oleh karena itu pemilihan mainan harus sesuai dengan cara yang bisa digunakan oleh anak-anak untuk mengungkapkan perasaan dan emosi mereka. Mainan adalah simbol yang dipakai anak-anak dalam mengungkapkan masalah mereka.

Menggunakan mainan anak-anak dapat menggambarkan rasa marah, kecewa, impian dan rasa bersalah. Bermain dapat mengalihkan perhatian mereka dari masalah dan trauma yang mereka alami jadi mereka tidak menjadi stres. Dengan menggunakan mainan anak-anak dapat menggambarkan perasaan mereka sekaligus merubah situasi yang mereka alami menjadi situasi yang baik untuk mereka. Mereka dapat menggambarkan dengan simbol apa yang mereka alami melalui peralatan dan mainan yang tersedia.

Bermain dengan pasir, Bermain dengan pasir dapat digunakan sebagai cara untuk lebih

mendalami dunia anak-anak yang masih belum bisa berbicara banyak. Pasir dapat ditempatkan di nampan atau tempat tertentu di dalam maupun di luar ruangan. Sediakan juga air, boneka orang-orangan yang bisa dapat dipakai untuk menggambarkan orang tua, tentara, binatang, mainan, furnitur, jembatan, kendaraan, daun, bunga, batu dan kerang. Mainan yang dipilih dapat menggambarkan apa yang mereka alami dan apa yang terjadi. Dengan menggunakan pasir dan air untuk membentuk bangunan atau bentuk yang lain, dapat membantu anak-anak untuk mengontrol masalah mereka sekaligus membentuk cara untuk mengatasinya.

Menurut Purwanto (2010), beberapa media yang digunakan dalam membantu anak untuk mengatasi trauma adalah:

1. Buku/cerita
2. Tanah liat, plastisin
3. Konstruksi, gambar
4. Melukis
5. Permainan (*games*)
6. Perjalanan imajinatif
7. Permainan imajinatif
8. Bak pasir, boneka, miniatur.

Dalam penelitian ini, metode bermain yang digunakan adalah dengan permainan (*games*) untuk melihat perubahan pada subyek penelitian dari sebelum intervensi dan setelah intervensi.

Permainan adalah bahasa pertumbuhan anak-anak. Melalui permainan anak-anak dapat menggambarkan emosi, perasaan, pertumbuhan dan cara belajar mereka. Main juga salah satu

cara untuk mempelajari kemampuan yang baru dan menambah pengalaman dalam untuk berkembang. Melalui permainan ini pengasuh dapat memahami, melihat serta mengamati pikiran dan dunia anak. Bermain adalah kesempatan untuk anak-anak menggambarkan dan memperlihatkan perasaan, emosi yang mereka alami dengan cara mereka bermain. Walaupun kemampuan anak-anak untuk mengekspresikan perasaan mereka terbatas tapi mereka dapat merasakan emosi sama dengan orang dewasa. Riset menunjukkan bahwa anak-anak yang dapat bermain dengan baik dapat beradaptasi dengan baik seperti layaknya orang dewasa. Dengan bermain anak-anak dapat memasuki kembali masa pertumbuhan yang terhambat oleh trauma yang dialami sebelumnya. Bermain dapat membantu memulihkan anak-anak dari trauma dan dapat memberi harapan pada pengasuh untuk memasuki dunia anak-anak.

Berbeda dengan terapi orang dewasa yang berdasarkan pengertian, terapi anak-anak menggunakan permainan untuk belajar dari pengalaman. Dalam permainan anak-anak menggambarkan dirinya dalam situasi yang mereka alami. Oleh karena itu, ketidakteraturan dan pendalaman dianjurkan, kerapian tidak diperlukan, kesabaran dalam menghadapi mereka sangat penting. Permainan teratur tidak boleh berupa hubungan bebas karena hal ini tidak memberikan rasa keamanan, dihargai atau diterima. Fungsi dari permainan ini adalah untuk membantu anak-anak mengatasi masalah yang

tidak bisa mereka atasi di dunia nyata menjadi masalah yang bisa mereka atasi. Keadaan ini dapat dicapai dengan menggunakan simbol untuk menggambarkan masalah yang mereka hadapi sehingga mereka bisa belajar untuk mengatasinya. Membantu anak-anak untuk mengambil keputusan pada waktu bermain dapat mempersiapkan mereka untuk mengambil keputusan dalam mengatasi masalah waktu mereka dewasa nantinya.

2. Stress dan Trauma

Stress adalah kata yang sangat umum dipakai dewasa ini. Mulai dari anak kecil hingga orang dewasa. Bagi mereka stres mungkin berarti keadaan yang berjalan tidak sesuai dengan kemauan mereka. Menurut Mudjaddid, ketua Divisi Psikosomatik Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI IRSCM, stres adalah respon nonspesifik terhadap sesuatu yang tidak menyenangkan atau bahaya. Stres juga dapat timbul jika keinginan tidak terpenuhi. Contoh sumber stres adalah terperangkap dalam pola hidup yang monoton atau tidak diinginkan, berada dalam kondisi khusus tertentu seperti ragu-ragu atau bingung atau karena tertimpa musibah. Lazarus (1976) mengungkapkan bahwa stres terjadi jika pada individu terdapat urutan yang melampaui sumber daya yang dimiliki individu untuk menyesuaikan diri. Hal ini berarti kondisi stres terjadi bila terdapat ketidakseimbangan atau kesenjangan antara

tuntutan dan kemampuan. (Putri dan Rachmatan, 2005)

Stress akibat bencana ini tidak hanya dialami oleh mereka yang mengalami langsung bencana. Stres juga dialami oleh mereka yang berada di luar daerah bencana, terutama mereka yang memiliki keluarga yang ikut terkena musibah. Reaksi psikologis yang dapat muncul terhadap stres antara lain : 1) kecemasan, merupakan respon paling umum terhadap stresor. Menurut Drever (dalam Wibisono, 2002) kecemasan adalah suatu keadaan emosi yang kompleks yang diiringi kekhawatiran dan ketakutan sebagai komponen utamanya; diekspresikan dengan berbagai bentuk kegelisahan dan gangguan-gangguan kejiwaan. Hadfield (dalam Wibisono, 2000) menyatakan bahwa kecemasan adalah takut yang frustrasi, 2) kemarahan dan agresi, hal ini terjadi jika seseorang merasa tidak mampu melakukan sesuatu untuk menghalangi atau menyelesaikan masalah akibat stresor, 3) apati dan depresi, hal ini terjadi jika stres terus berjalan dan tidak dapat diatasi. (Putri dan Rachmatan, 2005)

3. Trauma pada Anak Pasca Bencana

Trauma merupakan suatu kejadian yang sangat membekas dan amat mendalam pada diri anak karena anak pernah menyaksikan, mengalami, dan merasakan langsung kejadian yang secara aktual mengerikan, menakutkan atau bahkan mengancam jiwanya. Seperti peristiwa kecelakaan, bencana alam, kebakaran, kematian

seseorang, kekerasan fisik maupun seksual, pertengkaran hebat orangtua, perceraian, dan sebagainya. Bagi anak-anak, kejadian seperti ini biasanya akan membekas dalam ingatannya dan tak mudah untuk dilupakan. Bencana alam yang melanda sebagian tempat akhir-akhir ini, seperti banjir di Wasior, tsunami di Mentawai atau meletusnya gunung Merapi merupakan kejadian yang datangnya tiba-tiba dan membuat perubahan secara mendadak dalam kehidupan anak-anak sehari-hari. Kehidupan yang biasanya tenang, tempat tinggal yang nyaman, tiba-tiba harus berpindah dan tinggal di bawah tenda atau tempat pengungsian. Tidak hanya itu, kehilangan sesuatu yang sangat bernilai, seperti orang-orang yang dicintai, hubungan sosial dan komunitas secara tiba-tiba bisa jadi akan menimbulkan stres dan trauma. (Zulia Ilmawati, 2011)

Beberapa gejala trauma pada anak pasca bencana, menurut Badan Nasional Penanggulangan Bencana (2014) adalah Takut pisah dari orang tua atau orang dewasa, selalu mengikuti orang tuanya, ketakutan orang asing, ketakutan berlebihan pada "monster" atau binatang. 1. Kesulitan tidur atau menolak untuk pergi tidur. 2. Kompulsif, bermain berulang-ulang yang merupakan bagian dari pengalaman bencana. 3. Kembali ke perilaku sebelumnya, seperti mengompol atau menghisap jempol. 4. Mudah menangis dan menjerit. 5. Menarik diri, tidak ingin bermain bersama anak-anak lain. 6. Ketakutan, termasuk mimpi buruk dan ketakutan suara tertentu, pemandangan, atau benda terkait

bencana. 7. Agresif dan lekas marah. 8. Mudah curiga. 9. Mengeluh sakit kepala, sakit perut atau nyeri. 10. Masalah di sekolah, menolak untuk pergi ke sekolah dan tidak mampu berkonsentrasi.

Berdasarkan riset yang pernah dilakukan, ditemukan bahwa kebanyakan trauma psikologis akan muncul setelah 2-3 minggu setelah bencana. Mengatasi trauma pasca bencana pada anak dapat dilakukan dengan mengajak mereka bermain dengan permainan yang dapat mengekspresikan perasaannya. Atau kegiatan lain yang bersifat fun (menyenangkan) seperti menggambar dan aneka permainan yang disenangi anak-anak. Kegiatan seperti ini, diharapkan akan dapat memberikan terapi pada anak, meledakkan emosinya yang dibalut dengan aneka permainan sehingga berkurang kecemasan dan traumanya. Aneka permainan ini kelihatannya memang sederhana, namun akan memberikan manfaat yang luar biasa karena anak akan kembali bergembira, ceria sehingga diharapkan akan mampu melupakan pengalaman traumatiknya. Selain itu, orang tua juga harus tetap terus memberikan dukungan. Seperti misalnya dengan membuat anak selalu merasa nyaman dan tenang, bantulah mereka untuk bisa bersikap sabar atas situasi yang sedang mereka alami. Jangan panik, karena akan membuat anak semakin panik dan merasa takut. Besarkan hati anak supaya kuat menghadapi cobaan. Yakinkan mereka bahwa mereka tidak sendiri dan cobaan itu akan dihadapi bersama-sama. (Zulia Ilmawati, 2011)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Kasus Tunggal (*Single Case Research*), Pada desain Penelitian Kasus Tunggal pengukuran variabel terikat atau target behavior dilakukan berulang-ulang dengan periode waktu tertentu misalnya perminggu, perhari, atau perjam. Perbandingan tidak dilakukan antar individu maupun kelompok tetapi dibandingkan pada subjek yang sama dalam kondisi yang berbeda. Kondisi di sini adalah kondisi baseline dan kondisi eksperimen (intervensi).

Baseline adalah kondisi dimana pengukuran target behavior dilakukan pada keadaan natural sebelum diberikan intervensi apapun. Kondisi eksperimen adalah kondisi dimana suatu intervensi telah diberikan dan target behavior diukur di bawah kondisi tersebut. Pada penelitian dengan desain subjek tunggal selalu dilakukan perbandingan antara fase baseline dengan sekurang-kurangnya satu fase intervensi (Sunanto, Takeuchi, & Nakata, 2005: 54).

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain A-B-A yang memiliki 3 fase. Desain A-B-A merupakan salah satu pengembangan dari desain dasar A-B, desain A-B-A ini menunjukkan adanya hubungan sebab akibat antara variabel terikat dan variabel bebas. Prosedur dasarnya tidak banyak berbeda dengan desain A-B, hanya saja telah ada pengulangan fase baseline. Mula-mula target behavior diukur

secara kontinyu pada kondisi baseline (A1) dengan periode waktu tertentu kemudian pada kondisi intervensi (B).

Berbeda dengan desain A-B, pada desain A-B-A setelah pengukuran pada kondisi intervensi (B) pengukuran pada kondisi baseline kedua (A2) diberikan. Penambahan kondisi baseline kedua (A2) ini dimaksudkan sebagai kontrol untuk fase intervensi sehingga memungkinkan untuk menarik kesimpulan adanya hubungan fungsional antara variabel bebas dan variabel terikat. Struktur dasar desain A-B-A adalah seperti digambarkan dibawah ini (Sunanto, Takeuchi, & Nakata, 2005: 59)

Subyek penelitian adalah anak-anak terdampak bencana yang teridentifikasi mempunyai gejala stress dan trauma setelah terjadi bencana alam banjir, angin puting beliung dan tanah longsor di Kabupaten Klaten. Bencana ini adalah bencana alam regular yang terjadi setiap tahun serta menimbulkan kerusakan kerugian harta benda, dapat menimbulkan korban jiwa dan dampak kejiwaan pada anak-anak. Tempat penelitian adalah di Kecamatan Cawas, Juwiring, Wonosari dan Bayat yang merupakan wilayah terdampak banjir, angin puting beliung, longsor dan gempa bumi.

Pada penelitian dengan *Single Case Research* (SCR) pada umumnya menggunakan teknik statistik deskriptif yang sederhana untuk memaparkan hasil temuan penelitian. Statistik deskriptif menurut Subagyo (1985) ialah bagian statistik mengenai pengumpulan data, penyajian,

penentuan nilai-nilai statistik, yang disajikan dalam bentuk diagram, grafik atau gambar mengenai suatu hal sehingga mudah dibaca dan dipahami.

Mengenai Analisis Data ini, Merten (2015), mengatakan bahwa, *“Traditionally, data analysis of single-case researcher results has consisted of a visual display of the data in graph form and the researcher’s skilled personal judgment to decide what the experiment shows”*.

Menurut Hasan (2002), “grafik data disebut juga diagram data adalah penyajian data dalam bentuk gambar-gambar”. Grafik ini yang menunjukkan perubahan sebelum dan setelah intervensi.

Menurut Hasan (2002 : 96) pengertian kedua jenis grafik tersebut: Grafik garis adalah grafik data berupa garis, diperoleh dari beberapa ruas garis yang menghubungkan titik-titik pada batang bilangan (sistem salib sumbu). Pada grafik garis digunakan dua garis yang saling berpotongan dan saling tegak lurus. Pada garis horizontal (sumbu-X) ditempatkan bilangan-bilangan yang sifatnya tetap, seperti tahun dan ukuran-ukuran.

Pada garis tegak (sumbu-Y) ditempatkan bilangan-bilangan yang sifatnya berubah-ubah, seperti harga, biaya, dan jumlah. Data yang telah dikumpulkan, disusun dan disajikan ke dalam grafik, kemudian dianalisis menggunakan teknik visual grafik (Visual Analisis Of Grafik Data). Teknik analisis visual grafik (Visual Analisis Of Grafik Data) terdiri dari analisis dalam kondisi

dan analisis antar kondisi. Analisis visual yang digunakan yaitu analisis dalam kondisi ialah menganalisis perubahan data dalam satu kondisi misalnya kondisi baseline atau kondisi intervensi.

Cara menghitung tingkat perubahan level yaitu selisih antara data pertama dengan data terakhir pada setiap kondisi. Kemudian menentukan arah dengan memberi tanda (+) membaik, (-) memburuk, atau (=) tidak ada perubahan. Pada penelitian ini hasil penelitian akan dianalisis dengan statistik deskriptif sederhana dengan memberikan tabel dan grafik garis yang berisi data hasil pengukuran pada kondisi baseline 1, intervensi 1, baseline 2 dan intervensi 2.

Data perubahan tiap kondisi baseline 1, intervensi 1, baseline 2 dan intervensi 2 kemudian dianalisis lebih lanjut menggunakan analisis dalam kondisi. Masing-masing komponen analisis visual dalam kondisi lalu dimasukkan ke dalam tabel rangkuman hasil analisis visual dalam kondisi. Langkah terakhir yaitu penarikan kesimpulan dengan membandingkan data-data hasil pengukuran pada tiap kondisi baseline 1, intervensi 1, baseline 2 dan intervensi 2, sehingga dapat diketahui sejauh mana pengaruh penggunaan metode Bermain terhadap trauma pada anak pasca bencana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian *Single Case Research* ini dilakukan pada tiga orang anak yang terkena dampak psikologis pasca bencana banjir dampak

meluapnya sungai Dengkeng di Kabupaten Klaten. Tiga anak tersebut adalah Asri Triyani, 9 tahun, Kec. Wedi; Dita Murni Asih, 11 tahun, Kec . Bayat; dan Heru Dwi Harli, 10 tahun, Kec. Cawas.

Hasil penelitian menunjukkan karakter sebagai berikut:

Tabel 1. Karakter Anak Yang Terkena Dampak Psikologis Pasca Bencana

Nama	Dampak Bencana	Jenis Trauma
Asri	1. Rumah terendam banjir 2. Buku dan peralatan sekolah tidak bisa dipakai 3. Seragam sekolah hanyut terbawa air 4. Tidak sekolah lagi	a. Murung b. Pendiam c. Menyendiri d. Suka marah e. Sering mimpi buruk
Dita	1. Rumah terendam banjir 2. Peralatan sekolah hilang 3. Orang tua kehilangan pekerjaan 4. Tidak bersekolah	a. Murung b. Pendiam c. Menyendiri d. Suka marah e. Memisahkan diri
Heru	1. Rumah terendam banjir 2. Peralatan sekolah rusak tidak dapat dipakai 3. Orang tua kehilangan pekerjaan 4. Malu untuk sekolah	a. Murung b. Pendiam c. Menyendiri d. Suka marah e. Menarik Diri

Berdasarkan hasil eksperimen diperoleh data sebagai berikut:

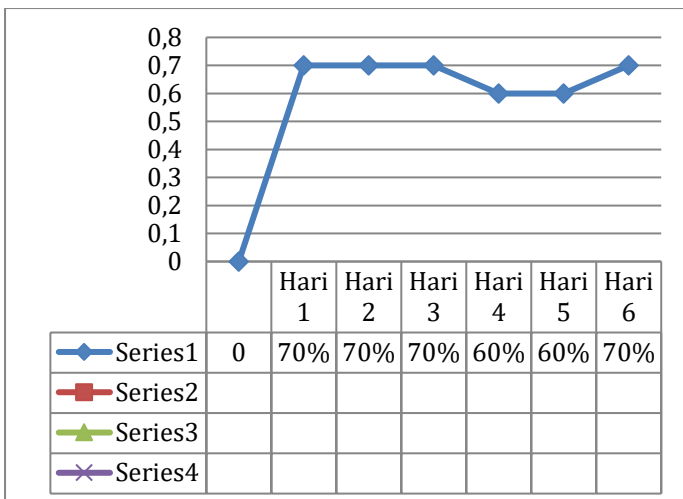
1. Asri Triyani (Asri)

a. Kondisi Baseline (A1)

Sifat Asri, menurut orang tuanya adalah periang dan mudah bergaul. Menurut Ibu nya

yang sehari-hari bekerja sebagai buruh tani, Asri berubah murung ketika terjadi bencana banjir yang merendam rumahnya, sehingga peralatan sekolahnya tidak bisa dipakai lagi, sementara mereka tidak punya biaya untuk membeli buku atau peralatan sekolah yang rusak. Sejak peristiwa itu, Asri berubah pendiam, murung dan tidak mau sekolah lagi karena malu bila tidak memakai seragam dan catatan sekolah dalam buku pelajaran telah rusak.

Grafik berikut adalah kondisi psikis Asri yang teramati selama enam hari sebelum adanya intervensi metode bermain.

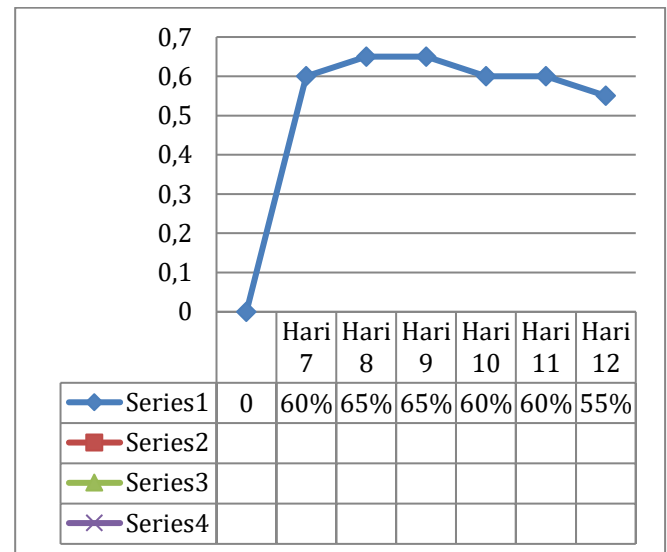


Pada pengamatan sebelum dilakukan intervensi selama 6 hari, terlihat bahwa kondisi Asri masih labil. Pada hari keempat dan kelima terjadi penurunan perilaku negative (-), artinya agak lebih baik dari sebelumnya, namun pada hari keenam perilaku negative kembali terjadi.

b. Kondisi Intervensi (B)

Setelah melihat kondisi tersebut, maka dilakukan intervensi berupa terapi metode bermain yang dilakukan selama enam hari

berikutnya, dan hasilnya dapat tergambar sebagai berikut:

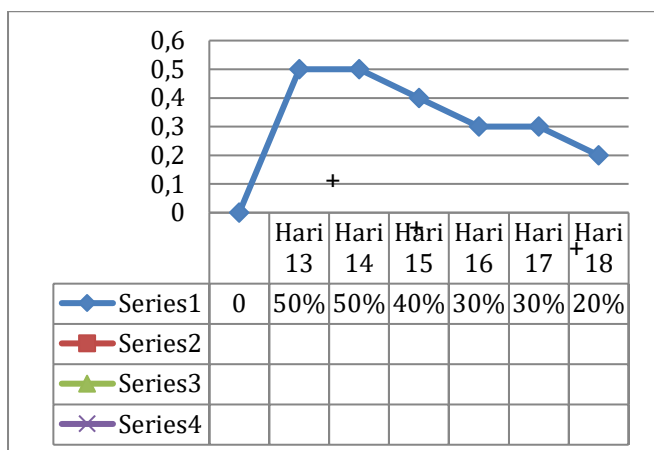


Pada kondisi intervensi terjadi perubahan secara bertahap namun cukup signifikan. Terdapat penurunan perilaku negative sekitar 5% dan 10% dari perilaku sebelumnya (70%). Tren positif ini terus terjadi sampai dengan hari ke duabelas dimana terjadi penurunan perilaku negative menjadi 55%.

Dari hasil wawancara dengan orangtuanya, Ibunya mengatakan bahwa Asri mulai bisa “agak ceria” dibanding sebelumnya. Metode bermain yang diterapkan cukup efektif untuk Asri membaur dengan teman-temannya dan mulai melupakan kejadian atau kesedihannya.

c. Kondisi Baseline (A2)

Setelah dilakukan intervensi dengan metode bermain, dilakukan pengamatan kembali terhadap kondisi Asri untuk mengetahui efektivitas metode bermain dalam mengurangi trauma anak pasca bencana.



Dari hasil intervensi dilihat bahwa kondisi Asri semakin menunjukkan trend positif dan pada hari kedelapanbelas perilaku negative tinggal 20%. Menurut keterangan Ibunya, memang Asri belum sepenuhnya bisa melupakan kesedihannya, namun sudah ingin sekolah dan lebih terbuka.

2. Dita Murni Asih (Dita)

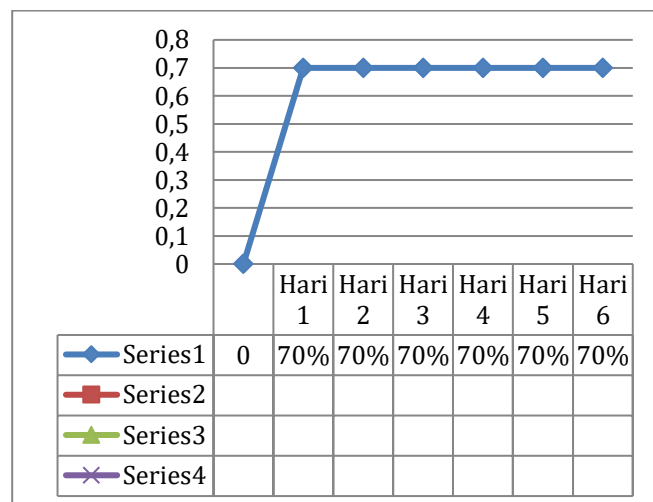
a. Kondisi Baseline (A1)

Dita adalah anak yang lebih banyak berada di dalam rumah. Berdasarkan wawancara dengan kakaknya, Irna, sosok Dita adalah anak yang cerdas karena sering membaca buku dan rajin mengerjakan tugas sekolah. Sebagai anak yang tergolong cerdas, kebiasaan Dita adalah belajar dan membantu orang tuanya untuk mencukupi kebutuhan sekolah, karena ia memiliki cita-cita yang tinggi.

Dengan adanya kejadian bencana yang dialami dan berdampak pada hilangnya peralatan sekolah termasuk seragam sekolah, berakibat pada perilaku Dita yang semakin tertutup, kesedihan yang berkepanjangan membuat tidak ada semangat sekolah, terlebih ayahnya

kehilangan pekerjaan sebagai penggarap sawah karena terendam banjir dan terjadi gagal panen.

Kemudian penulis mengadakan pengamatan selama enam hari terhadap kondisi dan perilaku Dita selama enam hari sebagai berikut:

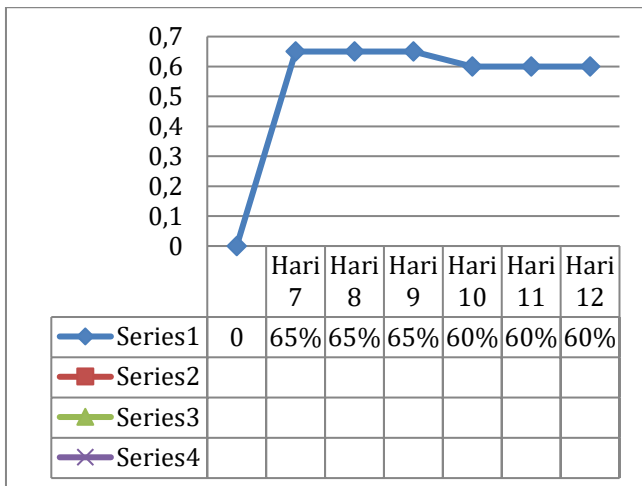


Selama enam hari pengamatan, kondisi perilaku Dita tetap sama pada posisi 70% karena sifatnya yang sering berada dirumah sebelumnya, sehingga saat trauma lebih banyak mengurung diri dan tidak menunjukkan perkembangan berarti.

b. Kondisi Intervensi (B)

Setelah melakukan pengamatan terhadap perilaku Dita selama enam hari, maka dilakukan intervensi berupa metode bermain dan diamati perkembangannya selama enam hari berikutnya.

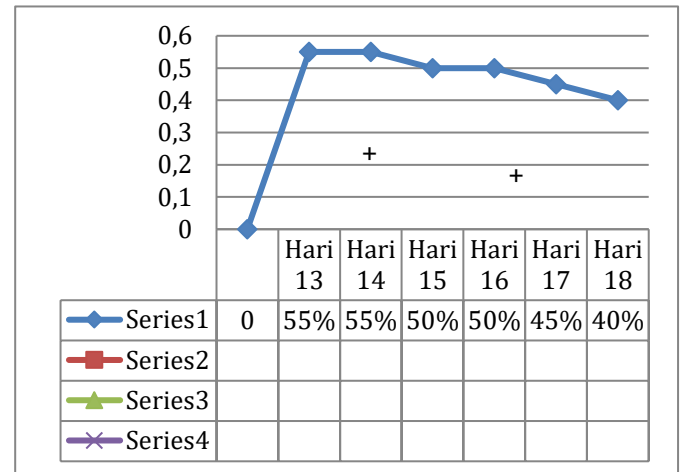
Grafik berikut adalah kondisi perilaku Dita selama enam hari intervensi.



Setelah melakukan pengamatan dan eksperimen serta wawancara dengan pihak keluarga, beberapa factor yang menyebabkan anak dapat pulih secara mental dan mengembalikannya pada perilaku semula, mengurangi trauma adalah:

1. Sifat dasar anak ikut menentukan cepat lambaynya pemulihan trauma pasca bencana
2. Dukungan anggota keluarga atau orang terdekat yang juga memberikan support untuk melupakan kesedihan pasca bencana.
3. Kondisi lingkungan sangat membantu dalam mengembalikan perilaku.

c. Kondisi Baseline (A2)



Setelah dilakukan intervensi dengan metode bermain, terlihat bahwa terdapat tren positif perilaku Dita yang lebih terbuka dan mulai bisa melupakan kesedihannya. Kakak Dita, Irna, mengungkapkan bahwa Dita sudah mulai bisa keluar kamar dan bercengkerama dengannya dan orangtuanya, mulai bisa melupakan kesedihannya. Pada hari kedelapanbelas penurunan perilaku negative sampai taraf 40%.

3. Heru Dwi Harli (Heru)

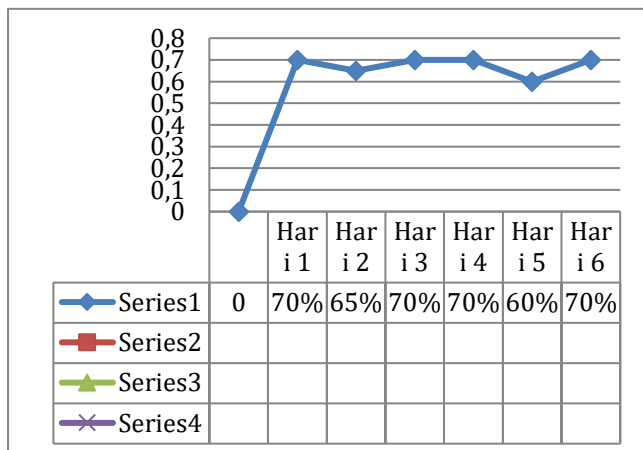
a. Kondisi Baseline (A1)

Heru, menurut Ibunya adalah sosok yang cerdas dan periang. Heru selalu menjadi rujukan teman-temannya ketika belajar atau mengerjakan soal pekerjaan rumah. Bagi teman-temannya, Heru adalah inspirasi dan selalu bisa menjadi penggerak teman-temannya ketika bermain bersama.

Namun setelah terjadi bencana banjir, perilaku Heru agak murung dan jarang mau diajak keluar teman-temannya. Hal ini

disebabkan beberapa peralatan sekolah yang rusak dan tidak bisa digunakan, sehingga semua catatan pelajaran sekolah juga hilang/tidak terpakai lagi. Dilain pihak, orangtua Heru belum bisa membeli atau mengganti semua peralatan yang diperlukan untuk sekolah, padahal bulan depan adalah saat ujian tengah semester (UAS). Akibatnya adalah Heru menjadi murung dan pendiam, dimana ini bukan sifat aslinya.

Berikut adalah kondisi Baseline sebelum adanya intervensi:



Pada kondisi baseline perilaku Heru cenderung labil dan pada hari keenam kembali pada kondisi semula, yaitu murung dan pendiam.

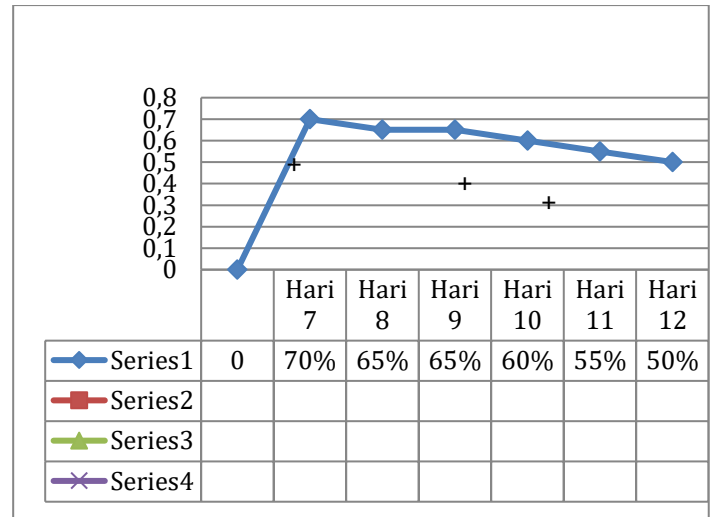
Kemudian dilakukan intervensi untuk mengetahui perilaku Heru, apakah dapat kembali ke sifatnya semula atau tidak.

b. Kondisi Intervensi (B)

Pada kondisi intervensi terlihat bahwa terjadi trend positif, dimana terdapat penurunan yang signifikan dimana pada hari keduabelas telah mencapai penurunan pada level 50%.

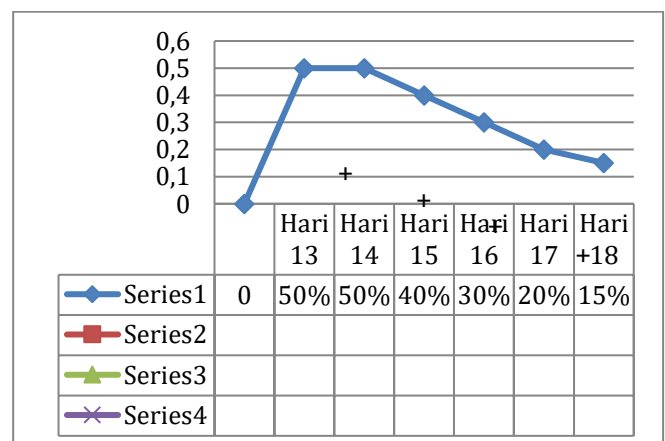
Penurunan yang signifikan ini disebabkan oleh sifat dasar Heru yang memang lebih terbuka.

Hanya saja saat terjadi bencana dan semua peralatan sekolah hilang dan tidak dapat dipakai, keluarganya tidak tau bagaimana caranya untuk membuat Heru kembali ceria.



c. Kondisi Baseline (A2)

Pada kondisi setelah intervensi terjadi perubahan yang sangat signifikan. Kondisi perilaku Heru hamper kembali pulih sepenuhnya, dengan menggunakan metode bermain yang memang sangat membantu mengembalikan sifat daar Heru dan menghilangkan trauma kesedihan yang dialaminya.



4. Pembahasan

Metode bermain memang efektif digunakan dalam mengurangi atau menghilangkan trauma pada anak, terutama metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah: 1. Buku/cerita. 2. Konstruksi, gambar. 3. Melukis. 4. Permainan (games). 5. Perjalanan imajinatif. 6. Permainan imajinatif. 7. Bak pasir, boneka, miniatur.

Anak-anak yang terkena trauma sebagai akibat bencana alam memang membutuhkan penanganan khusus yang tepat sesuai dengan usianya. Metode bermain efektif karena mengajak anak berimajinasi sebagaimana layaknya imajinasi anak. Imajinasi yang dibangun saat trauma pasca bencana akan membangun lagi mimpi atau cita-cita yang berhenti saat bencana. Dengan adanya imajinasi yang pulih akan menumbuhkan lagi semangat pada diri anak.

KESIMPULAN

Penelitian dengan metode *Single Case Research* ini menunjukkan bahwa Metode Bermain dapat mengurangi dan menghilangkan trauma pada anak yang terkena dampak bencana alam. Dari ketiga anak yang diteliti dengan melalui eksperimen menunjukkan bahwa mereka dapat mengurangi trauma yang dialami secara signifikan.

Penelitian juga menunjukkan bahwa peran keluarga atau orang terdekat sangat berpengaruh terhadap pemulihan perilaku anak. Dukungan dan pengertian membuat mereka bisa melupakan kesedihannya.

REFERENSI

- Merten, Donna M, 2015. *Research and Evaluation in Education and Psychology*. Sage Publication, Inc. California
- Purwanto, Edi, 2010. *Bimbingan sebagai layanan psikologis bagi Anak yang mengalami trauma healing*. makalah disampaikan pada Diklat Pendampingan Anak Berkebutuhan Khusus Korban Erupsi Merapi 5 November 2010
- Paramitha, Suci, 2011. *Mendongeng Sebagai Metode Pemulihan Trauma Pada Anak-anak di Daerah Pasca Bencana: Sebuah Analisis Life History Pustkawan Pendongeng*. Skripsi. Universitas Indonesia.
- Putri, Dona Eka & Risana Rachmatan, 2005. *Metode-metode Dalam Mengatasi Stres Akibat Tsunami Pada Keluarga Korban Tsunami Aceh*. Proceeding. Seminar Nasional PESAT 2005. Universitas Gunadarma
- Sunanto; Takeuchi & Nakata (2005). *Pengantar Penelitian Dengan Subyek Tunggal*. Center for Research on International Cooperation in Educational Development (CRICED) University of Tsukuba
- Zulia Ilmawati, 2011. (<http://mediaumat.com/konsultasi/2294-46-trauma-anak-pasca-bencana.html>)