

ANALISA KEBUTUHAN PROGRAM *TRAUMA HEALING* UNTUK ANAK-ANAK PASCA BENCANA BANJIR DI KECAMATAN SUNGAI PUA TAHUN 2018 : IMPLEMENTASI MANAJEMEN BENCANA

Ade Rahman

Rahmanade370@gmail.com

Abstract

Sungai Pua sub-district is in mountainous area, at risk for landslide and flood. Recently there was a flood so the locals felt anxious, shocked and even traumatized. Trauma to victims of natural disasters can not be allowed to drag on. In order for disaster victims to continue their lives normally, trauma healing is required. The purpose of this research is to know how big the need of children in sub-district of pua river to program of trauma healing after flood disaster. Quantitative research type, the process of collecting data is done through questionnaire. The sample in the study was taken in total random sampling, and the number was 72 people. The results showed that 30 children (41.7%) needed entertainment as their need to heal themselves from trauma due to flood disaster, then 22 children (30.5%) need home visit, 12 children (16,7%) need sharing partners and 8 children (11.11%) require health services. It is hoped that with this program, it can reduce the trauma of children in the aftermath of the disaster, and can continue the research by using the results of this needs analysis to see how effective these programs are.

Key Words :*Natural disasters, trauma healing, children*

PENDAHULUAN

Bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/atau faktor nonalam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis (Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007).

Bencana alam adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor (WHO, 2018)

Seiring dengan berkembangnya waktu dan meningkatnya aktivitas manusia, kerusakan lingkungan hidup cenderung semakin parah dan memicu meningkatnya jumlah kejadian dan intensitas bencana hidrometeorologi (banjir, tanah longsor dan kekeringan) yang terjadi secara silih berganti di banyak daerah di Indonesia.

Bencana alam dapat mengakibatkan dampak yang merusak pada bidang ekonomi, sosial dan lingkungan. Kerusakan infrastruktur dapat mengganggu aktivitas sosial, dampak dalam bidang sosial mencakup kematian, luka-luka, sakit, hilangnya tempat tinggal dan kekacauan komunitas, sementara kerusakan lingkungan dapat mencakup hancurnya hutan yang melindungi daratan. Bencana seperti banjir pun dapat memakan korban yang signifikan pada komunitas manusia karena mencakup suatu wilayah tanpa ada peringatan terlebih dahulu dan dapat dipicu oleh bencana alam lain seperti hujan lebat.

Kecamatan Sungai Pua berada di wilayah pegunungan, diapit oleh gunung Merapi dan gunung Singgalang, dimana cuacanya dingin dan beresiko untuk terjadinya longsor dan banjir karena curah hujan yang tinggi di wilayah tersebut. Baru-baru ini terjadi banjir di wilayah sungai pua khususnya nagari Sariak akibat curah hujan yang tinggi di wilayah tersebut dan banyaknya got yang tersumbat sehingga aliran air menjadi tidak lancar. Nagari ini sebelumnya belum pernah mengalami bencana alam, sehingga penduduk setempat merasa cemas, kaget dan bahkan trauma.

Trauma pada korban bencana alam tidak bisa dibiarkan berlarut-larut. Agar korban bencana dapat terus melanjutkan kehidupannya secara normal, maka diperlukan terapi trauma/ pemulihan trauma (*trauma healing*). Trauma healing adalah salah satu kebutuhan utama bagi korban bencana. Dengan terapi trauma healing diharapkan korban bisa benar-benar sembuh dari traumanya dan dapat menjalani kehidupannya sebagaimana sebelum bencana terjadi.

Trauma Healing sangat diperlukan di Indonesia yang merupakan Negara rawan bencana alam, mulai dari banjir, tanah longsor, gempa dan lain sebagainya. Bencana alam tersebut banyak menimbulkan kerugian dan kesedihan pada korbannya. Bahkan tak jarang pula korban bencana alam mengalami trauma berat akibat bencana. Ketakutan terhadap bencana adalah reaksi yang sangat umum dialami oleh korban bencana. Terkadang korban bencana mengalami pengulangan ingatan mengenai bencana tersebut yang kemudian dapat berkembang lebih serius menjadi rasa hilangnya emosi, atau bahkan mengalami insomnia, dan waspada berlebihan. Pada anak-anak trauma terhadap bencana alam dapat merenggut keceriaan anak.

Ada banyak cara yang dapat ditempuh untuk melakukan trauma healing. Terapi trauma healing dapat dilakukan dengan pemberian obat atau terapi psikis. Pada prinsipnya trauma healing yang diberikan pada orang dewasa dan berbeda pada anak-anak. Pada anak-anak trauma healing dapat dilakukan melalui beberapa metode, yang pertama adalah melalui teknik play therapy pada anak. Dengan menggunakan play therapy pada anak akan diajak mengatasi traumanya melalui media permainan. Metode lain yaitu dengan terapi melalui tari, dengan tari anak dapat mengekspresikan emosi yang ada di dalam dirinya. Hal ini dikarenakan tari bersifat rekreatif.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kebutuhan anak-anak di kecamatan Sungai Pua terhadap program *trauma healing* pasca bencana banjir tahun 2018.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan analisa kebutuhan. Pada penelitian ini sampel yang diteliti adalah anak-anak pasca bencana banjir di nagari Sariak. Jumlah sampel adalah 72 orang yang didapat dengan metode *totally random sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan angket.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Sampel

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 72 orang anak-anak korban bencana banjir di nagari sariak kecamatan sungai pua.

Hasil

Analisa data menghasilkan empat kebutuhan program *trauma healing* bagian anak-anak pasca bencana banjir dapat dilihat pada table berikut.

No	Kegiatan	f	%
1.	Entertainment	30	41,7
2.	Home Visit	22	30,5
3.	Sharing partner	12	16,7
4.	Pelayanan Kesehatan	8	11,1
Total		72	100

Dari table di atas terlihat bahwa 30 orang anak (41,7%) membutuhkan entertainment sebagai kebutuhan mereka untuk menyembuhkan diri dari trauma akibat bencana banjir, selanjutnya 22 anak (30,5%) membutuhkan home visit, 12 anak (16,7%) membutuhkan sharing partner dan 8 anak (11,1%) membutuhkan pelayanan kesehatan.

Pembahasan

1. Entertainment

Tidak mudah memulihkan kesehatan psikis ataupun mental anak-anak korban bencana. Perlu waktu panjang serta metode yang tepat untuk menangani mereka. Dampak trauma mental yang dialami anak-anak lebih besar dibandingkan dengan dampak secara fisik. Anak-anak tidak saja kehilangan orangtua, tetapi juga kehilangan pendidikan, teman, saudara, keceriaan, kehilangan lingkungan tempatnya bermain dan yang paling mencemaskan adalah kehilangan masa depan mereka.

Terhadap anak-anak, program trauma healing dapat dilakukan dengan membangun kelompok bermain atau kegiatan-kegiatan bermain, belajar, membaca, melukis dan kegiatan seni lainnya. Dengan cara seperti ini maka anak-anak akan dapat mengekspresikan emosi yang ada di dalam dirinya.

Edwin (2017) telah melakukan metode ini kepada anak-anak korban bencana letusan gunung berapi, dia mendapatkan hasil bahwa ketika ditanya mengenai gunung meletus anak-anak tampak takut, ketika mereka telah bernyanyi, menggambar, mewarnai mereka tampak senang dan ekspresi dan ekspresinya ceria. Selain itu, memberikan permainan ular tangga, dan lomba balon berjalin, bermaksud memberikan edukasi kepada anak-anak tentang berharganya nilai kerjasama, kepemimpinan, persaudaraan, dan rasa memiliki. Apalagi disaat kejadian bencana seperti ini.

Menyibukkan anak-anak dengan kegiatan baru, sehingga anak-anak akan berlatih sabar dan melupakan kesedihan yang mereka alami (Nasution, 2014)

2. Home Visit

Menurut Albert Maramis, pakar kesehatan dari WHO, pada setiap kejadian bencana

alam, rata-rata penduduk yang mengalami masalah kejiwaan mencapai 50%. Oleh sebab itu, selain membutuhkan pasokan logistik, para korban bencana alam juga memerlukan terapi pemulihan stres dan trauma. Terlebih bagi anak-anak, Karena mereka sempat terkurung di barak-barak pengungsian dan tak bisa kemana-mana (termasuk bersekolah) selama bencana alam menerjang.

Maya Safira, terapis kesehatan holistik L' Ayurveda menjelaskan bahwa gangguan stres pascatrauma disebut *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Pengalaman menakutkan itu berulang secara terus-menerus (*re-experience*). Bentuknya berupa khayalan, mimpi, halusinasi, dan flash back. Seolah peristiwa tersebut sungguh terulang kembali di benaknya. Alhasil, korban akan bereaksi panik. Lama-kelamaan tekanan batin/depresi tersebut dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari seseorang, termasuk anak-anak.

Dari aspek psikologis, anak-anak memang rentan gangguan psikis. Memori-memori traumatis saat bencana datang niscaya mengendap di alam bawah sadar mereka. Gejalanya berupa rasa murung, susah tidur (*insomnia*), dan nafsu makan berkurang. Bila tak segera mendapatkan terapi, dampaknya bisa terbawa hingga generasi penerus bangsa itu beranjak dewasa (Astuti, 2012).

Anak-anak korban bencana memerlukan pendampingan langsung, untuk mereka bisa berbagi, mereka merasa diperhatikan, sehingga anak-anak korban bencana yang trauma bisa merasa lebih aman dan nyaman dan resiko-resiko seperti yang di jelaskan di atas bisa dihindari (Mulyadi, 2016).

Home visit merupakan suatu program yang bisa dilakukan pada korban bencana alam, apalagi anak-anak. Dengan kita mengunjungi anak-anak ke rumah mereka ataupun tenda-tenda pengungsian mereka akan merasa lebih diperhatikan, dan bersemangat lagi dalam menjalani hidup karena mereka merasa tidak sendirian.

Home visit merupakan salah satu layanan pendukung dari kegiatan bimbingan dan konseling yang dilakukan konselor dengan mengunjungi tempat tinggal korban. Kegiatan dalam kunjungan rumah dapat berbentuk pengamatan dan wawancara, terutama tentang kondisi fisik dan psikis pasca bencana. Masalah anak yang dibahas dapat berupa bidang bimbingan pribadi, sosial, belajar, dan bidang bimbingan membangun masa depan kembali.

3. Sharing Partner

Sharing Partner merupakan saat di mana satu orang mencoba untuk menceritakan sesuatu kepada orang-orang yang dianggap dekat, dan biasanya yang diceritakan itu masalah personal. Misal tentang pekerjaan, pasangan, keluarga, dan lain sebagainya. Dalam sharing partner berarti orang butuh pendapat orang lain guna mencari solusi untuk masalahnya (Haryadi, 2016).

Anak-anak biasanya suka bercerita mengenai hal-hal yang dialaminya kepada orang tua, maupun teman-teman di sekolahnya. Dalam program trauma healing ini anak-anak juga membutuhkan orang yang bisa di ajak untuk bercerita dan mendengarkan cerita, keluh kesah, perasaan yang mereka alami pasca bencana banjir.

Dr. David Spiegel, ketua psikiatri dan ilmu perilaku di Stanford University mengatakan;

“faktanya, berbicara dengan seseorang dapat membantu meringankan beban dan mengurangi stres. Anak – anak juga merupakan makhluk sosial, sehingga berbicara dengan orang lain dapat menjadi sumber dukungan dan bantuan.

Penelitian telah lama melihat bahwa dukungan sosial dapat membantu seseorang membangun ketahanan terhadap stres dan menjadi alat yang berguna untuk membuat perubahan hidup.

Kemampuan untuk benar-benar mendengarkan anak adalah suatu seni. Mendengarkan dengan sepenuh hati menunjukkan perhatian kita, rasa care kita kepadanya. Jangan memotong ketika anak sedang bercerita atau menghakiminya, ini akan mematikan rasa percaya dirinya. Biarkan mereka menyelesaikan ceritanya baru kemudian berikan komentar dengan kalimat yang halus dan bijak.

Bercerita berarti belajar merangkai kata menjadi kalimat yang mempunyai makna/arti. Lewat kegiatan ini anak juga berlatih untuk menggunakan kata dan kalimat yang baik. Bertutur kata atau berbahasa membutuhkan pembiasaan, dan belajar paling efektif bagi anak adalah mendengarkan. Anak yang gemar bercerita, imajinasinya mudah berkembang dibanding dengan anak yang cenderung pendiam dan menutup diri. Ia juga akan menjadi anak yang kreatif dan pandai berorasi di depan orang banyak.

4. Pelayanan Kesehatan

Bencana alam yang menimpa suatu daerah, seringkali menimbulkan korban jiwa dan kerusakan, baik itu korban meninggal, korban luka luka maupun kerusakan fasilitas umum dan harta benda masyarakat. Selain itu, terjadinya bencana alam sering mengakibatkan wilayah terkena dampak menjadi terisolasi sehingga sulit dijangkau oleh para relawan untuk memberikan pertolongan dan bantuan. Selain jatuhnya korban jiwa dan korban luka, permasalahan lain yang terkait dengan kondisi kesehatan masyarakat adalah munculnya berbagai penyakit setelah bencana.

Selain rentan terhadap berbagai penyakit, sebagian korban juga mengalami trauma kejiwaan. Kondisi traumatik tersebut sangat beragam bentuknya, namun gejala umum yang diderita para korban menunjukkan reaksi ketakutan. Apalagi pada anak-anak yang pertama kali menghadapi bencana, mereka akan mengalami trauma baik fisik maupun psikisnya.

Dalam masa tanggap darurat petugas kesehatan dari Puskesmas mampu berperan melaksanakan fungsinya melakukan penanganan gawat darurat dan pelayanan kesehatan lanjutan serta memfasilitasi kegiatan pelayanan kesehatan yang dilakukan oleh para relawan. Pelayanan tersebut dilakukan dengan segala keterbatasan sumber daya manusia, alat kesehatan dan obat-obatan dan sarana penunjang lainnya yang sangat tidak memadai karena rusak akibat bencana alam.

Anak-anak yang masih dalam masa pertumbuhan rentan sekali terhadap penyakit-penyakit yang mungkin muncul pada saat bencana. Seperti diare, ISPA, penyakit kulit dan lain sebagainya. Karena keadaan anak-anak menjadi sulit mendapatkan pengobatan di pelayanan kesehatan. Sehingga anak-anak menjadi trauma karena melihat seperti ada darah, anggota tubuh yang luka akibat bencana. Oleh karena itu, dalam analisa kebutuhan ini, anak-anak juga membutuhkan pelayanan kesehatan , pengobatan yang segera dalam kondisi pasca bencana banjir (Kar, 2011).

SIMPULAN

Anak-anak pasca trauma bencana banjir membutuhkan program trauma healing untuk mengatasi rasa trauma dalam diri mereka. Dari hasil angket yang dibagikan, dan dianalisa kebutuhan anak-anak dalam program trauma healing tersebut, maka anak-anak membutuhkan antara lain; entertainment, home visit, sharing partner dan pelayanan kesehatan. Diharapkan dengan adanya program ini, dapat mengurangi rasa trauma pada anak pasca bencana, dan dapat dilanjutkan penelitian dengan menggunakan hasil analisa kebutuhan ini untuk melihat seberapa efektif program-program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2007. Undang undang No 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana
- Astuti, R.T. (2012). Pengalaman Traumatic Remaja Perempuan Akibat Banjir Lahar Dingin Pasca Erupsi Gunung Merapi Dalam Perspektif Tumbuh Kembang Di Hunian Sementara Kabupaten Magelang. Tesis.
- Edwin. 2017. Pemulihan Anak Pasca Bencana: Pelibatan Komunitas untuk Hasil Intervensi yang Efektif. Medan: Fakultas Psikologi USU
- Haryadi (2016). Hubungan Peran Orang Tua Terhadap Perkembangan Psikososial Anak Usia Sekolah. Riau: FIK Universitas Riau.
- Kar (2011). Psychological Impact of Disaster on Children: Review of Assessment And Interventions <http://www.wjpch.com/uploadfile/9-005.pdf>
- Nasution, Wahyuni, & Daulay. (2014). Penatalaksanaan Dampak Psikologis Pada Anak Korban Bencana Melalui Terapi Bermain (Studi Kasus Erupsi Gunung Sinabung). Jurnal.
- Mulyadi. (2012). Perkembangan Anak, Edisi 11. Jakarta: Erlangga
- WHO. (2018). Defenisi bencana Alam. Diambil tanggal 29 Juni 2018 dari <http://WHO/read/2018/10/2187/1859061/defenisibencanaalam>.