

## **TRAUMA HEALING TERHADAP BALITA DAN ANAK-ANAK DI POSKO KORBAN ERUPSI GUNUNG SEMERU SMPN 2 PASIRIAN, KABUPATEN LUMAJANG**

---

Bintang Muhammad Sahara Efendi\*), Ilmia Pratiwi, Nirmala Ayunda Wizurai, M. Khoirul Annas Waladul Mufid

Universitas Negeri Malang

E-mail: [bintang.muhammad.1907416@students.um.ac.id](mailto:bintang.muhammad.1907416@students.um.ac.id)

### **ABSTRACT**

*At the end of 2021, Mount Semeru released hot clouds and ash rain that fell around it. The eruption of Mount Semeru caused damage in various aspects of the lives of the affected people. Many victims of the eruption of Mount Semeru have taken refuge in various emergency posts. Many victims were traumatized by this eruption, especially for toddlers and children. Therefore, the author together with a team of volunteers consisting of several students from Lumajang Regency took the initiative to hold trauma healing activities. The targets of this service are toddlers and children who are at the Command Post for the Victims of the Mount Semeru Eruption at SMPN 2 Pasirian. The purpose of this activity is to reduce or eliminate the intensity of trauma or concerns for toddlers and children as a result of the eruption of Mount Semeru. The form of service used is participatory and action which involves an interactive group learning process starting with the planning stage, preparation stage, and implementation stage. The method used is trauma healing with exercise, puzzles, playing, coloring, and distributing prizes. Based on the results of the service carried out, the volunteer team found out that several toddlers and children who were victims of the Mount Semeru eruption at SMPN 2 Pasirian experienced trauma and were helped to reduce trauma by the community service activities held. Suggestions for this trauma healing activity to be continued every day so that the trauma healing provided is not only completed during service.*

**keywords:** *eruption, mount semeru, trauma healing*

### **ABSTRAK**

Di akhir tahun 2021, Gunung Semeru mengeluarkan awan panas dan hujan abu yang turun di sekitarnya. Erupsi Gunung Semeru ini menyebabkan kerusakan diberbagai aspek dalam kehidupan masyarakat yang terdampak. Banyak korban dari erupsi Gunung Semeru telah mengungsi di berbagai posko-posko darurat. Banyak korban yang mengalami trauma akibat erupsi ini, terutama bagi balita dan anak-anak. Maka dari itu, penulis bersama dengan tim relawan yang terdiri dari beberapa mahasiswa dari Kabupaten Lumajang berinisiatif mengadakan kegiatan *trauma healing*. Sasaran dari pengabdian ini ialah balita dan anak-anak yang berada di Posko Korban Erupsi Gunung Semeru SMPN 2 Pasirian. Tujuan diadakannya kegiatan ini untuk mengurangi atau menghilangkan intensitas trauma atau kekhawatiran balita dan anak-anak akibat dari erupsi Gunung Semeru. Bentuk pengabdian yang digunakan yaitu *participatory and action* yang melibatkan proses belajar berkelompok secara interaktif dimulai dengan tahap perencanaan, tahap persiapan, dan tahap pelaksanaan. Metode yang dipakai ialah *trauma healing* dengan senam, teka-teki, bermain, mewarnai, dan pembagian hadiah. Berdasarkan hasil pengabdian yang diadakan, tim relawan mengetahui bahwasanya balita dan anak-anak korban erupsi Gunung Semeru di SMPN 2 Pasirian terdapat beberapa mengalami trauma dan

terbantu mengurangi trauma dengan kegiatan pengabdian yang diadakan. Saran untuk kegiatan *trauma healing* ini untuk terus dilanjutkan setiap hari agar *trauma healing* yang diberikan tidak hanya selesai pada saat pengabdian saja.

**Kata kunci:** *erupsi, gunung semeru, trauma healing*

## PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara yang terbentuk pada garis khatulistiwa dengan diapit oleh dua benua dan dua samudera. Letak Indonesia yang berada di atas lempeng benua dengan dikelilingi sejumlah gunung berapi yang masih aktif mengakibatkan Indonesia berada di jalur gempa teraktif di dunia. Kondisi geografis ini menjadikan Indonesia rentan mengalami bencana alam (Latif, 2020).

Bencana merupakan suatu proses atau peristiwa yang berasal dari alam maupun non alam serta mengakibatkan timbulnya korban jiwa, hilangnya harta benda dan terganggunya tatanan kehidupan (BNPB, 2017). Bencana alam adalah bencana yang disebabkan oleh terjadinya serangkaian peristiwa alam tanpa campur tangan manusia, seperti gempa bumi, gunung meletus, tanah longsor, dan erupsi gunung (Hermon, 2015). Bencana alam bisa terjadi kapan pun dan di mana pun sesuai dengan kehendak dan kekuasaan Tuhan Yang Maha Esa. Terjadinya bencana alam tidak hanya berdampak pada munculnya korban jiwa, melainkan juga mengakibatkan terganggunya sisi psikologis dari korban yang terselamatkan.

Kejadian erupsi Gunung Semeru pada tanggal 4 Desember 2021 telah memakan banyak korban. Bencana tersebut membuat warga yang berada di sekitar bukit harus turun dari lokasi dan mencari tempat pengungsian di beberapa titik wilayah yang telah ditentukan. Berdasarkan data dari Posko Tanggap Darurat, tercatat ada 9.977 orang yang mengungsi karena erupsi Gunung Semeru. Para pengungsi ini tersebar di 148 titik pengungsian di Kabupaten Lumajang (Baihaqi, 2021).

Dampak psikososial akibat dari bencana ini dapat menimbulkan trauma bagi para korban yang berada di posko pengungsian maupun tidak. Trauma adalah reaksi emosional yang timbul akibat adanya pengalaman atau kejadian buruk yang pernah dialami seseorang sehingga membekas dalam pikirannya seperti, kecelakaan, kekerasan, kejahatan, hingga bencana alam (Salamor et al., 2020). Kejadian traumatis berat yang dialami oleh seseorang akan berdampak pada kerusakan psikologis atau kejiwaan orang tersebut (Widyastuti et al., 2019). Adapun beberapa hal yang menandai seseorang mengalami stres atau gangguan dalam psikologisnya terdiri dari 4 aspek, yaitu: 1) Aspek fisik, seperti keadaan lesu; 2) Aspek kognitif, seperti merasa bingung atau kurang konsentrasi; 3) Emosional, seperti merasa takut dan gelisah; dan 4) Aspek perilaku, seperti pendiam (Pertama, 2004). Trauma psikologis merupakan pengalaman individu atau kondisi yang sedang dialami, di mana individu tersebut merasa kewalahan secara emosi, kognitif, dan fisik sehingga kemampuan untuk mengatasi kondisinya terganggu (Everly & Lating, 2005).

Di tengah situasi bencana erupsi Gunung Semeru yang melanda, banyak dari anak-anak yang kehilangan anggota keluarganya atau bahkan terpisah dari orang tuanya akibat menjadi korban guguran awan panas. Mengutip dari (Ameliya, 2021) Debby Kurniawan seorang anggota Komisi X DPR RI mengatakan bahwa anak-anak merupakan penerus bangsa, oleh karena itu kerentanan anak terdampak bencana jangan sampai dibiarkan melekat hingga dewasa, maka anak perlu mendapatkan perhatian serius. Rasa khawatir yang timbul dan dibiarkan secara terus-menerus akan berpengaruh pada psikologis anak. Banyak anak yang merasa murung, tertekan secara emosional, hingga memiliki emosi yang tidak stabil, sehingga upaya pemulihan rasa trauma perlu dilakukan atau yang dikenal dengan sebutan *trauma healing*.

Terapi bermain (*play therapy*) menjadi kegiatan yang paling sesuai untuk memulihkan rasa trauma pada anak. Melalui terapi bermain, anak akan merasa terhibur, beberapa permasalahan dan beban yang ada dalam pikirannya dapat dihilangkan, serta rasa cemas atau khawatir juga akan berkurang (Noverita et al., 2017). Sehingga *trauma healing* ini diharapkan dapat menjadi solusi dalam menghadapi lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental yang dimiliki individu korban bencana alam tersebut.

## METODE PELAKSANAAN

*Trauma healing* bertujuan untuk memberikan dukungan serta hiburan secara psikis supaya dapat meminimalisir dampak traumatis yang dihadapi pasca bencana. Menurut Appel dalam (Sururi & Mulyaningsih, 2017) menyatakan bahwa *Trauma healing* tergolong jenis pengabdian dalam bentuk *participatory learning and action* yang melibatkan proses belajar berkelompok secara interaktif. Bentuk-bentuk *participatory learning and action* yang dilakukan dalam metode *trauma healing* antara lain, senam, teka-teki, bermain, mewarnai, dan pembagian hadiah. Metode pelaksanaan dalam pengabdian ini dibagi menjadi beberapa tahap, sebagai berikut:

### 1. Tahap Perencanaan

Tahap persiapan dimulai dengan pembentukan tim relawan yang terdiri dari empat orang. Adapula susunan kegiatan dalam tahap perencanaan ini. Pertama, dilakukannya survei lokasi yang bertepatan di Posko Korban Erupsi Gunung Semeru SMPN 2 Pasirian, Kabupaten Lumajang. Kedua, analisis situasi yang menghasilkan konsep *trauma healing*. Ketiga, pengajuan perizinan untuk pelaksanaan kegiatan *trauma healing* terhadap balita dan anak-anak.

### 2. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan selama tiga hari sebelum hari pelaksanaan kegiatan. Pertama, pembuatan *WhatsApp Group* untuk memudahkan komunikasi antar anggota relawan. Kedua, perekrutan tim relawan melalui ajakan verbal kepada beberapa mahasiswa yang bertempat di Kabupaten Lumajang. Ketiga, pembelian bahan dan alat untuk pelaksanaan kegiatan.

### 3. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dilakukan pada Kamis, 23 Desember 2021. Proses pelaksanaan dilakukan kurang lebih memakan waktu sekitar 3 jam dimulai pukul 07.30 – 10.30 WIB. Pertama, tim relawan mengkonfirmasi kedatangan dan pelaksanaan kegiatan kepada relawan bagian administrasi dan perizinan di posko tersebut. Kedua, tim relawan mulai berbaur dengan balita dan anak-anak yang menjadi sasaran *trauma healing*. Ketiga, tim relawan berbaur sekaligus dengan kegiatan senam pagi bersama dengan balita dan anak-anak. Keempat, tim melakukan pembukaan, sekaligus bermain tebak-tebakan dengan balita dan anak-anak. Kelima, tim relawan membagikan alat dan bahan untuk kegiatan mewarnai oleh balita dan anak-anak. Keenam, tim relawan memberikan hadiah, sekaligus menutup kegiatan *trauma healing*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

SMP Negeri 2 Pasirian menjadi salah satu posko pengungsian korban erupsi Gunung Semeru. Berdasarkan data di lapangan terdapat 30 balita dan 62 anak serta puluhan orang dewasa hingga lansia yang mengungsi di SMP tersebut. Kebanyakan dari mereka berasal dari Desa Sumberwuluh, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lumajang. Erupsi yang terjadi menimbulkan trauma yang mendalam bagi para korban, terutama di kalangan balita dan anak-anak. Untuk itu, para balita dan anak-anak yang menjadi korban bencana sangat memerlukan pendampingan langsung, supaya mereka merasa lebih diperhatikan dan juga mereka merasa lebih aman dan nyaman (Mulyadi, 2012). Melihat hal tersebut, beberapa mahasiswa di Kabupaten Lumajang berinisiatif menjadi relawan dengan mengadakan *trauma healing*.

*Trauma healing* dapat diartikan sebagai usaha menyembuhkan seseorang dari trauma. Tujuan dari *trauma healing* yaitu untuk membuat seseorang dapat menerima kesedihan dan membentuk kehidupan yang baru dengan keyakinan yang baru (Boone et al., 2007). Penyembuhan melalui *trauma healing* adalah langkah untuk dapat menggerakkan tiga hal di antaranya, yaitu 1) perasaan menolak kondisi menjadi menerima kondisi; 2) perasaan terisolasi pada kemampuan membangun hubungan

sosial; dan 3) perasaan bahaya menjadi perasaan nyaman dan aman (Direja, 2011). *Trauma healing* sendiri merupakan salah satu kebutuhan utama bagi korban bencana. Dengan terapi *trauma healing* diharapkan korban benar-benar sembuh dari traumanya sehingga dapat menjalani kehidupannya sebagaimana bencana belum terjadi (Rahman, 2018). *Trauma healing* pada balita dan anak dapat dilakukan dengan membangun kelompok bermain atau kegiatan bermain seperti mewarnai, senam pagi, menari dan bernyanyi. Dengan kegiatan tersebut diharapkan mampu melatih kesabaran mereka dan juga membantu melupakan kesedihan yang mereka alami (Nasution et al., 2018)

*Trauma healing* salah satunya diadakan di Posko SMPN 2 Pasirian pada Kamis, 23 Desember 2021. Dengan diawali pelaksanaan kegiatan senam pagi bersama mengikuti iringan musik ceria “kewer-kewer” yang sangat disukai anak-anak. Mereka begitu semangat mengikuti senam pagi dengan melakukan gerakan yang energik seperti yang dicontohkan instruktur senam. Selain itu, mereka juga sangat antusias mengikuti senam dari awal hingga akhir kegiatan. Senam pagi sendiri dapat memberikan banyak manfaat bagi anak, tidak hanya bagi kesehatan tubuh saja tetapi juga dapat membantu anak dalam mengekspresikan diri melalui gerakan sehingga dapat meluapkan rasa kesedihan yang sedang mereka alami.



Gambar 1. Kegiatan Senam Pagi oleh Tim Relawan Bersama dengan Balita dan Anak-anak

Setelah kegiatan senam pagi, dilanjutkan dengan pembukaan oleh para tim relawan yang diawali dengan perkenalan satu persatu dengan para anak dan balita yang ada di posko. Kemudian bernyanyi bersama menyanyikan lagu anak yang berjudul “Naik Kereta Api” dan “Bintang Kecil”. Mereka bernyanyi dengan semangat menggunakan suara lantang. Bahkan ada sebagian dari mereka yang ikut berjoget atau menari. Setelah bernyanyi, dilanjutkan dengan bermain tebak-tebakan yang dapat mengasah pikiran mereka serta menambah keseruan. Anak-anak pun terlihat sangat antusias dalam menjawab pertanyaan yang telah kami berikan. Hal tersebut terbukti dari mereka yang aktif mengangkat tangan dan berebut menjawab pertanyaan.



Gambar 2. Bermain Tebak-tebakan, sekaligus Pembukaan oleh Tim Relawan bersama dengan Balita dan Anak-anak



Kegiatan selanjutnya yaitu mewarnai. Mewarnai merupakan salah satu cara yang cukup efektif untuk menghilangkan trauma pada anak. Dengan mewarnai anak dapat dengan bebas menuangkan kreasi mereka seperti memilih warna, mengaplikasikan warna pada gambar, dan dapat mengeluarkan imajinasi mereka dalam suatu karya yang mereka ciptakan. Sehingga, secara perlahan anak-anak mampu keluar dari perasaan sedih dan takutnya (Mulyasih & Putri, 2019). Mereka sangat antusias mengikuti kegiatan mewarnai dari awal hingga akhir. Bahkan mayoritas dari mereka dapat dikatakan cukup pandai dalam mewarnai, hal tersebut terbukti dari hasil mewarnai mereka yang sangat bagus. Dalam kegiatan tersebut mereka didampingi langsung oleh kami selaku tim relawan dengan tujuan supaya mereka merasa lebih diperhatikan, aman, dan nyaman.



Gambar 3. Kegiatan Mewarnai untuk Balita dan Anak-anak Didampingi oleh Tim Relawan

Setelah kegiatan mewarnai, dilanjutkan dengan pembagian hadiah sebagai bentuk apresiasi dari kami atas semangat mereka yang telah aktif mengikuti terapi *trauma healing* yang kami berikan. Pembagian hadiah ini sekaligus penutup dari rangkaian kegiatan dari awal hingga akhir. Sebelum meninggalkan posko, tidak lupa kami memberikan kata-kata semangat serta kalimat motivasi kepada para balita dan anak-anak. Hal tersebut bertujuan supaya mereka lebih semangat dan selalu bersyukur menghadapi segala masalah dan cobaan yang mereka hadapi. Kemudian kami tim relawan mengajak para balita dan anak-anak untuk berfoto bersama mengabadikan kenangan serta momen yang tidak akan terlupakan. Melihat balita dan anak-anak yang terlihat sangat senang membuat kami juga turut bahagia, setidaknya dengan terapi *trauma healing* yang kami lakukan dapat membantu mereka melupakan kesedihan meskipun bersifat sementara.



Gambar 4. Pembagian Hadiah, sekaligus Menutup Kegiatan oleh Tim Relawan

## SIMPULAN

Kegiatan *trauma healing* terhadap balita dan anak-anak korban erupsi Gunung Semeru ini dilaksanakan di Posko Korban Erupsi Gunung Semeru SMPN 2 Pasirian, Kabupaten Lumajang dengan empat kegiatan. Pertama, senam pagi oleh tim relawan bersama anak-anak dan balita. Kedua, bermain tebak-tebakan oleh tim relawan bersama balita dan anak-anak. Ketiga, kegiatan mewarnai untuk balita dan anak-anak yang didampingi oleh tim relawan. Keempat, pembagian hadiah oleh tim relawan. Tujuan dilaksanakannya kegiatan *trauma healing* ini untuk menurunkan tingkat kecemasan dan membuat anak-anak dan balita kembali dalam kondisi emosional yang baik, seperti sebelum bencana erupsi Gunung Semeru terjadi. Adanya kegiatan ini menjadi salah satu bentuk pengabdian yang dilakukan oleh tim relawan yang beranggotakan mahasiswa dari Lumajang terhadap daerah asalnya sendiri. Saran untuk pengabdian yang telah dilakukan agar untuk terus dilanjutkan setiap harinya. Hal itu berguna agar *trauma healing* yang diadakan tidak sia-sia dan intensitas trauma yang dialami oleh balita dan anak-anak di Posko Korban Erupsi Gunung Semeru SMPN 2 Pasirian dapat berkurang.

## REFERENSI

- Ameliya, T. M. (2021, December 6). Anggota DPR: "Trauma healing" penting bagi anak korban erupsi Semeru. *Antaraneews.com*. <https://www.antaraneews.com/berita/2568205/anggota-dpr-trauma-healing-penting-bagi-anak-korban-erupsi-semeru>
- Baihaqi, A. (2021, December 13). Update Erupsi Semeru, 48 Orang Meninggal 9.997 Masih Mengungsi. *Detriknews*. <https://news.detik.com/berita-jawa-timur/d-5853591/update-erupsi-semeru-48-orang-meninggal-9997-masih-mengungsi>
- BNPB. (2017). Definisi Bencana . <https://www.bnpb.go.id/definisi-bencana>
- Boone, J. E., Gordon-Larsen, P., Adair, L. S., & Popkin, B. M. (2007). Screen time and physical activity during adolescence: longitudinal effects on obesity in young adulthood. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 4(26), 26. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-4-26>
- Direja, A. H. (2011). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Jiwa*. Nuha Medika
- Everly, G. S., & Lating, J. M. (2005). The Defining Moment of Psychological Trauma: What Makes a Traumatic Event Traumatic? *Personality-Guided Therapy for Posttraumatic Stress Disorder.*, 33–51. <https://doi.org/10.1037/10649-003>
- Hermon, D. (2015). *Geografi Bencana Alam*. Rajawali Pers. <http://repository.unp.ac.id/1232/1/BukuDediHermongeografi%20bencana%20alam%201.pdf>
- Latif, K. (2020). Penerapan Metode Pemulihan Trauma ( Trauma Healing ) Terhadap Anak-anak Usia 6-12 Tahun ( Peserta Didik Sekolah Dasar ) Korban Gempa Bumi Desa Liang Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah. <http://repository.iainambon.ac.id/972/>
- Mulyadi, M. (2012). *Perkembangan Anak* (11th ed.). Erlangga.
- 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), 32–39. <https://doi.org/10.30656/ps2pm.v1i1.1042>
- Nasution, M. L., Wahyuni, S. E., & Daulay, W. (2018). Penatalaksanaan Dampak Psikologis pada Anak Korban Bencana Melalui Terapi Bermain (Studi Kasus: Erupsi Gunung Sinabung). *Universitas Sumatera Utara*. <https://repository.usu.ac.id/handle/123456789/3115>
- Noverita, N., Mulyadi, M., & Mudatsir, M. (2017). Terapi Bermain Terhadap Tingkat Kecemasan pada Anak Usia 3–5 Tahun yang Berobat di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(2), 67–78. <http://202.4.186.66/JIK/article/view/10539>
- Pertama, D. P. (2004). *Modul Intervensi Psikopedagogis bagi Siswa dan Guru yang Mengalami Trauma*. Departemen Pedidikan Nasional
- Rahman, A. (2018). Analisa Kebutuhan Program Trauma Healing untuk Anak-Anak Pasca Bencana Banjir di Kecamatan Sungai Pua Tahun 2018 : Implementasi Manajemen Bencana. *Menara Ilmu*, 12(7), 1–6. <https://doi.org/10.33559/MI.V12I7.843>
- Salamor, A. M., Salamor, Y. B., & Ubwarin, E. (2020). TRAUMA HEALING DAN EDUKASI PERLINDUNGAN ANAK PASCA GEMPA BAGI ANAK-ANAK DI DESA WAAI. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 317–321. <https://doi.org/10.31004/CDJ.V1I3.1015>
- Sururi, A., & Mulyasih, R. (2017). Pemberdayaan Masyarakat melalui Inovasi Perencanaan Pembangunan berbasis 4R (Rembug, Rencana, Realialisasi, dan Rawat) di Desa Cilacap Kecamatan Wanasalam sebagai Pilar Utama Kebijakan Partisipatif dan Gotong Royong. *Engagement Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2)
- Widyastuti, C., Widha Lialatul, & Aulia, A. R. (2019). PLAY THERAPY SEBAGAI BENTUK PENANGANAN KONSELING TRAUMA HEALING PADA ANAK USIA DINI. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam*, 16(1), 100–111. <https://doi.org/10.14421/HISBAH.2019.161-08>