

Naskah dikirim: 21/09/2024 – Selesai revisi: 15/10/2024 – Disetujui: 27/10/2024 – Diterbitkan: 1/11/2024

## Trauma Healing Kegiatan Bermain pada Anak Pasca Erupsi Gunung Ruang Kabupaten Sitaro

Susanti Ch. Aror<sup>1\*</sup>, Sherly F Lensun<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Japanese Language Education, Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia

e-mail: <sup>1\*</sup>[susantiaror@unima.ac.id](mailto:susantiaror@unima.ac.id), <sup>2</sup>[sherlylensun@unima.ac.id](mailto:sherlylensun@unima.ac.id)

### Abstrak

Gunung Ruang yang terletak di Kabupaten Sitaro, Sulawesi Utara kembali erupsi pada tanggal 30 maret 2024. Dampak bencana tidak hanya fisik sehingga aspek psikologis-sosial sekarang ini mulai mendapat perhatian dalam penanggulangan bencana secara keseluruhan. Letusan gunung berapi menghasilkan efek berbahaya bagi lingkungan, iklim, dan kesehatan orang yang terpapar, dan terkait dengan penurunan kondisi sosial dan ekonomi. Tujuan kegiatan yang ingin dicapai melalui kegiatan pengabdian ini adalah untuk pendampingan kepada masyarakat berupa kegiatan bermain sebagai metode trauma *healing* bagi anak-anak pasca erupsi Gunung Ruang di Kabupaten Sitaro, serta bagaimana pendekatan ini dapat diimplementasikan secara efektif dalam konteks masyarakat lokal. Melalui kegiatan ini, anak-anak dapat mengekspresikan perasaan mereka, membangun kembali kepercayaan diri, dan mengurangi kecemasan yang mereka alami. Selain itu, dukungan dari orang tua dan masyarakat sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung pemulihan anak-anak. Dengan memahami dampak psikologis dari bencana dan melibatkan semua pihak dalam proses pemulihan, kita dapat membantu anak-anak untuk tidak hanya pulih dari trauma, tetapi juga tumbuh menjadi individu yang lebih kuat dan resilien. Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan program-program trauma *healing* yang melibatkan kegiatan bermain dan partisipasi aktif dari orang tua serta masyarakat.

**Kata Kunci:** Erupsi, Gunung, Bahasa Jepang, Terapi, Bermain

### Abstract

Mount Ruang, located in Sitaro district, North Sulawesi, erupted again on March 30, 2024. The impact of disasters is not only physical, so social-psychological aspects are now beginning to receive attention in overall disaster management. Volcanic eruptions produce harmful effects on the environment, climate, and health of exposed people, and are associated with a decline in social and economic conditions. The objectives of this service activity are to provide assistance to the community in the form of play activities as a trauma healing method for children after the eruption of Mount Ruang in Sitaro Regency, and how this approach can be effectively implemented in the context of local communities. Through this activity, children can express their feelings, rebuild their confidence, and reduce the anxiety they experience. In addition, support from parents and the community is needed to create a safe and supportive



*environment for children's recovery. By understanding the psychological impact of disasters and involving all parties in the recovery process, we can help children to not only recover from trauma, but also grow into stronger and more resilient individuals. Therefore, it is important to continue developing trauma healing programs that involve play activities and active participation from parents and communities.*

**Keywords:** Eruption, Mountain, Japan Language, Therapy, Play

## Pendahuluan

Erupsi Gunung Ruang yang terjadi di Kabupaten Sitaro membawa dampak signifikan, terutama bagi anak-anak yang merupakan kelompok rentan. Menurut data Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), lebih dari 1.000 anak di daerah tersebut mengalami trauma akibat bencana ini (Republik Indonesia, 2024). Trauma yang dialami oleh anak-anak dapat berpengaruh pada perkembangan psikologis dan emosional mereka, mengganggu proses belajar dan interaksi sosial. Oleh karena itu, penting untuk melakukan intervensi yang tepat untuk membantu mereka pulih dari trauma tersebut.

Kegiatan bermain sebagai metode terapi telah terbukti efektif dalam membantu anak-anak mengatasi trauma. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Karimah (2015), kegiatan bermain tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga membantu anak-anak mengekspresikan perasaan mereka. Melalui bermain, anak-anak dapat mengatasi kecemasan dan ketakutan yang mereka alami pasca bencana. Hal ini penting untuk mendukung pemulihan psikologis mereka. Dalam konteks pasca bencana, kegiatan bermain dapat diintegrasikan dengan pendekatan kreatif untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung. Sebagai contoh, di desa Tagulandang, kegiatan kreatif terapi bermain dilakukan dengan melibatkan berbagai elemen seni, seperti menggambar dan bercerita. Kegiatan ini tidak hanya membantu anak-anak merasa terhibur, tetapi juga memberikan kesempatan bagi mereka untuk berinteraksi dan membangun kembali kepercayaan diri mereka yang mungkin hilang akibat pengalaman traumatis. Selain itu, penting untuk melibatkan orang tua dan masyarakat dalam proses pemulihan anak-anak. Menurut Martam (2009), dukungan sosial dari orang tua dan komunitas sangat berpengaruh terhadap proses penyembuhan anak. Oleh karena itu, kegiatan bermain juga harus melibatkan partisipasi orang tua agar mereka dapat memahami dan mendukung proses pemulihan anak-anak mereka.

## Metode

Kegiatan ini dilaksanakan di Desa Tagulandang, Kabupaten Sitaro, Provinsi Sulawesi Utara, Indonesia, dengan Ibukota Ondong Siau pada tanggal 19 dan 20 September 2024. Kegiatan ini juga dilakukan di tempat pengungsian di Balai Kerja Kota Bitung.

Metode kegiatan bermain dalam trauma *healing* melibatkan berbagai pendekatan yang dirancang untuk membantu anak-anak mengatasi pengalaman traumatis mereka. Pendekatan yang digunakan adalah *approche communicative* dengan metode langsung yakni : mendengar rekaman, ceramah, tanya jawab dan

bermain peran dengan menggunakan media dan bahan pelatihan berupa buku sumber, LCD Projector, dan komputer.

## Hasil dan Pembahasan

### 1. Dampak Psikologis Erupsi Gunung Ruang

Erupsi Gunung Ruang tidak hanya menyebabkan kerugian fisik, tetapi juga dampak psikologis yang mendalam pada anak-anak. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mendatu (2010), anak-anak yang mengalami bencana sering kali mengalami gejala-gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*), seperti mimpi buruk, kecemasan berlebihan, dan kesulitan berkonsentrasi. Data dari BNPB menunjukkan bahwa sekitar 30% anak-anak yang mengalami bencana menunjukkan tanda-tanda PTSD dalam jangka waktu panjang (Republik Indonesia, 2007).

Dampak psikologis ini dapat mengganggu perkembangan sosial dan emosional anak. Anak-anak yang mengalami trauma cenderung menarik diri dari interaksi sosial, yang dapat menyebabkan isolasi dan kesepian. Hal ini diperparah oleh kurangnya pemahaman orang tua dan masyarakat tentang trauma yang dialami anak-anak. Sebuah studi yang dilakukan oleh Putra dan Dwilestari (2013) menunjukkan bahwa banyak orang tua tidak menyadari bahwa anak-anak mereka membutuhkan dukungan emosional pasca bencana. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi kepada orang tua dan masyarakat tentang dampak psikologis bencana dan pentingnya dukungan emosional. Kegiatan bermain dapat menjadi sarana untuk membangun kesadaran ini. Melalui kegiatan ini, orang tua dapat belajar untuk memahami perasaan anak-anak mereka dan memberikan dukungan yang diperlukan. Sebagai contoh, program pelatihan bagi orang tua tentang cara berkomunikasi dengan anak-anak mereka setelah bencana dapat membantu mereka lebih peka terhadap kebutuhan emosional anak.

Selain itu, kegiatan bermain juga dapat membantu anak-anak untuk mengekspresikan perasaan mereka. Melalui permainan, anak-anak dapat menggambarkan pengalaman traumatis mereka dengan cara yang lebih aman dan menyenangkan. Hal ini dapat membantu mereka memproses perasaan yang sulit dan mengurangi kecemasan yang mereka rasakan. Sebuah penelitian oleh Moeslichatoen (2004) menunjukkan bahwa permainan yang melibatkan bercerita dan menggambar dapat menjadi media yang efektif untuk mengekspresikan emosi anak-anak.

Dengan memahami dampak psikologis yang dialami anak-anak pasca erupsi, kita dapat merancang kegiatan bermain yang lebih efektif dan relevan untuk mendukung proses pemulihan mereka. Kegiatan ini tidak hanya akan membantu anak-anak merasa lebih baik, tetapi juga memperkuat ikatan antara mereka dan orang tua serta komunitas.

### 2. Permainan Kreatif

Bermain merupakan kegiatan yang spontan dilakukan oleh anak (Andayani, 2021). Bermain merupakan kegiatan mengekspresikan diri tanpa paksaan dengan perasaan senang. Pada anak usia dini, bermain dapat memberikan banyak manfaat terhadap perkembangannya. Adapun manfaat bermain dapat mengembangkan aspek moral, motorik, kognitif, bahasa, serta perkembangan sosial anak. Manfaat

bermain tidak hanya dirasakan ketika dilakukan bersama sekelompok teman, namun bermain sendiri juga dapat memberikan manfaat tersendiri bagi anak-anak untuk menyisipkan unsur edukasi dalam setiap kegiatan bermain anak. Tanpa disadari anak-anak, kegiatan bermain yang anak-anak lakukan dapat memberikan suatu penilaian kepada pendidik atau orangtua. Sampai ditahap manakah perkembangan anak tersebut? Penilaian tersebut, dapat dilihat ketika anak-anak sedang asyik bermain dan tanpa disadari oleh anak bahwa ia sedang diamati proses tumbuh kembangnya.

Bermain adalah hak setiap anak. Bermain merupakan lahan anak-anak dalam mengekspresikan segala bentuk tingkah laku yang menyenangkan dan tanpa paksaan. Pada mulanya, bermain dianggap sebagai kegiatan yang dipandang sebelah mata. Awalnya kegiatan bermain belum mendapat perhatian khusus dari para ahli ilmu jiwa, mengingat masih kurangnya pengetahuan tentang psikologi perkembangan anak dan kurangnya perhatian terhadap perkembangan anak pada masa lalu (Sugianto 1995:4). Namun, dengan kemajuan teknologi dan dukungan hasil penelitian mutakhir menjadikan kegiatan bermain menempati urutan wahid pada kegiatan untuk anak-anak. Kegiatan bermain selalu kita temui dimana ada anak-anak, baik di sekolah, di rumah, maupun di tempat fasilitas umum. Anak-anak dan bermain bagi dua sisi mata uang yang tak terpisahkan. Anak-anak tak akan lepas dengan kegiatan bermain dan bermain tidak akan terjadi ketika tidak ada anak-anak yang ingin bersenda gurau. Bagi orang dewasa kegiatan bermain yang dilakukan anak-anak merupakan hal sepele dan membuang waktu. Namun, tidak untuk anak-anak, dengan bermain mereka dapat mengembangkan aspek sosial, membangun kreativitas, serta mengasah kemampuan fikir dan kebahasaan anak dalam berkomunikasi. Melalui bermain pula anak memahami kaitan antara dirinya dan lingkungan sosialnya (Sugianto 1995: 11).

Salah satu metode yang populer adalah penggunaan permainan kreatif, di mana anak-anak diajak untuk berpartisipasi dalam aktivitas yang merangsang imajinasi dan kreativitas mereka. Menurut Morrison (2012), permainan kreatif dapat membantu anak-anak mengekspresikan diri dan membangun keterampilan sosial yang penting. Dalam konteks pasca bencana, kegiatan bermain dapat mencakup berbagai aktivitas, seperti menggambar, bercerita, dan permainan kelompok. Misalnya, dalam kegiatan menggambar, anak-anak dapat diminta untuk menggambarkan perasaan mereka tentang pengalaman bencana. Aktivitas ini tidak hanya memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk mengekspresikan perasaan mereka, tetapi juga memungkinkan pendamping untuk memahami lebih baik apa yang mereka alami.

Selain itu, permainan kelompok dapat membantu anak-anak membangun kembali hubungan sosial yang mungkin terganggu akibat trauma. Menurut Mendatu (2010), interaksi sosial yang positif dapat membantu anak-anak merasa lebih aman dan mendukung proses pemulihan mereka. Dengan bermain bersama, anak-anak dapat belajar untuk saling mendukung dan memahami satu sama lain, yang sangat penting dalam konteks pemulihan pasca bencana. Penting juga untuk melibatkan elemen edukasi dalam kegiatan bermain. Sebagai contoh, melalui permainan yang mengajarkan tentang kebencanaan, anak-anak dapat belajar tentang

cara menghadapi situasi darurat di masa depan. Hal ini tidak hanya memberikan rasa aman, tetapi juga membantu mereka merasa lebih siap dan percaya diri. Sebuah studi oleh Rahayu (2013) menunjukkan bahwa anak-anak yang terlibat dalam kegiatan edukatif pasca bencana cenderung memiliki pemahaman yang lebih baik tentang situasi darurat.

Dengan demikian, metode kegiatan bermain yang dirancang dengan baik dapat menjadi alat yang efektif dalam proses trauma healing bagi anak-anak pasca erupsi Gunung Ruang. Melalui pendekatan yang kreatif dan edukatif, anak-anak tidak hanya dapat mengatasi trauma mereka, tetapi juga mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang penting untuk masa depan mereka.

### 3. Peran Orang Tua dan Masyarakat dalam Trauma Healing

Peran orang tua dan masyarakat sangat penting dalam proses trauma healing anak-anak pasca bencana. Dukungan dari lingkungan terdekat dapat mempercepat proses pemulihan psikologis dan emosional anak. Menurut penelitian oleh Karimah (2015), keterlibatan orang tua dalam kegiatan bermain dapat meningkatkan rasa aman dan kepercayaan diri anak. Hal ini menunjukkan bahwa orang tua tidak hanya sebagai pengamat, tetapi juga sebagai pendukung aktif dalam proses pemulihan anak.



Gambar 1. Kegiatan bermain di Sekolah

Orang tua perlu dilibatkan dalam setiap tahap kegiatan trauma healing. Mereka dapat diberikan pelatihan tentang cara mendukung anak-anak mereka selama proses pemulihan. Misalnya, orang tua dapat diajarkan untuk mengenali tanda-tanda trauma pada anak dan cara berkomunikasi yang efektif. Dengan memahami kebutuhan emosional anak, orang tua dapat memberikan dukungan yang lebih baik. Sebuah studi oleh Putra dan Dwilestari (2013) menunjukkan bahwa orang tua yang tereduksi mengenai trauma lebih mampu membantu anak-anak mereka dalam mengatasi rasa cemas dan ketakutan.



Gambar 2. Kegiatan bermain di tempat Pengungsian BLK Bitung

Masyarakat juga memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pemulihan anak. Kegiatan komunitas yang melibatkan anak-anak, seperti festival atau acara bermain, dapat membantu anak-anak merasa lebih terhubung dengan lingkungan mereka. Hal ini dapat mengurangi rasa isolasi yang sering dialami anak-anak pasca bencana. Menurut Martam (2009), dukungan sosial dari komunitas dapat mengurangi dampak negatif dari trauma.

Selain itu, masyarakat dapat berperan dalam memberikan informasi dan sumber daya yang diperlukan untuk mendukung proses pemulihan. Misalnya, masyarakat dapat bekerja sama dengan lembaga pemerintah atau organisasi non-pemerintah untuk mengadakan kegiatan trauma healing. Dengan melibatkan berbagai pihak, proses pemulihan anak-anak dapat menjadi lebih efektif dan berkelanjutan. Dengan melibatkan orang tua dan masyarakat dalam proses trauma healing, kita tidak hanya membantu anak-anak pulih dari trauma, tetapi juga memperkuat ikatan sosial yang ada di dalam komunitas. Hal ini penting untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak, sehingga mereka dapat tumbuh dan berkembang dengan baik meskipun mengalami bencana.



Gambar 3. Kegiatan PKM di Kabupaten Sitaro

## Simpulan dan Saran

### 1. Simpulan

Kegiatan bermain memiliki peran yang sangat penting dalam proses trauma healing bagi anak-anak pasca erupsi Gunung Ruang di Kabupaten Sitara. Melalui kegiatan ini, anak-anak dapat mengekspresikan perasaan mereka, membangun kembali kepercayaan diri, dan mengurangi kecemasan yang mereka alami. Selain itu, dukungan dari orang tua dan masyarakat sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung pemulihan anak-anak.

Dengan memahami dampak psikologis dari bencana dan melibatkan semua pihak dalam proses pemulihan, kita dapat membantu anak-anak untuk tidak hanya pulih dari trauma, tetapi juga tumbuh menjadi individu yang lebih kuat dan resilien. Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan program-program trauma healing yang melibatkan kegiatan bermain dan partisipasi aktif dari orang tua serta masyarakat.

### 2. Saran

Besarnya manfaat dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat menjadi contoh atau panduan untuk kegiatan pengabdian berikutnya, seperti (1) selalu mengadakan pendampingan untuk para korban bencana karena bermanfaat untuk pemulihan mental korban, dan (2) melakukan kesinambungan program kegiatan pendampingan masyarakat.

## Daftar Pustaka

- Andayani, B. (2007). Recovery Kawasan Bencana: Perwujudan Trauma Healing Melalui Kegiatan Psikologi dan Rohani. *Unisia*, (63), 3-14.
- Andayani, S. (2021). Bermain sebagai sarana pengembangan kreativitas anak usia dini. *JURNAL AN-NUR: Kajian Ilmu-Ilmu Pendidikan Dan Keislaman*, 7(01), 230-238.
- Karimah, Resa. 2015. *Trauma Healing Oleh Muhammadiyah Disaster Management Center Untuk Anak Korban Bencana*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Martam, Irma S. 2009. *Mengenali Trauma Pasca Bencana*. [http://disasterchannel.co/wp-content/uploads/2015/06/news\\_letter\\_14.pdf](http://disasterchannel.co/wp-content/uploads/2015/06/news_letter_14.pdf), diunduh 4 Agustus 2024 pukul 16:03.
- Mendatu, Achmanto. (2010). *Pemulihan Trauma*. Yogyakarta: Panduan.
- Moeslichatoen. 2004. *Metode Pengajaran Di Taman Kanak-Kanak*. Rineka Cipta.
- Morrison. 2012. *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini (Paud)*. Indeks.
- Putra, M. A. (2023). Efek Psikologis dari Perubahan Iklim dan Bencana Alam. *literacy notes*, 1(2).
- Putra, Nusa dan Ninin Dwilestari. 2013. *Penelitian Kualitatif PAUD: Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Rajawali Pers.

- Rasdini, I. A. (2019). Intervensi kognitif terhadap kecemasan remaja paska erupsi gunung agung. *Jurnal Gema Keperawatan*, 12(2).
- Republik Indonesia. 2007. Undang-Undang No. 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan
- Wahyuningtyas, N., Adi, K. R., Yaniafari, R. P., Sa'id, M., & Rizki, M. G. (2022). Dukungan Psikososial Bagi Penyintas Bencana Pasca Erupsi Gunung Semeru. *JPM (Jurnal Pemberdayaan Masyarakat)*, 7(2), 925-933.
- Wetik, S. V., & Polii, G. B. (2023). Play Therapy Berbasis Trauma Healing Pasca Bencana Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(4), 385-391.
- Widha, L., & 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.