

TRAUMA HEALING PASCA GEMPA DI DESA TALAGA

Anisa Nurhidayati¹, Chikal Putri Panuntun², Fiqri Maulana Taufik³, Michelle Jessie Setyawan⁴, Muhammad Yasin⁵, Novita Julianti⁶, Novi Milliyanti Abidin⁷, Nurahma Amalia⁸, Nuriya Ariyanti⁹, Paramita Andiani¹⁰, Putri Panca Miharja¹¹, Ressa Prihasti N¹², Ricka Herdiyani¹³, Ridwan Abdul Mujib¹⁴, Rizkyansyah Ilman Nurachman¹⁵, Silvi Rahmawati¹⁶, Sinta Fitriani¹⁷, Siti Lailatul Rohmah¹⁸, Suhendrik Tunggal¹⁹, Verlian²⁰
1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15,16,17,18,19,20 Universitas Nusa Putra

2,6,7,8,9,10,11,12,13,14,15 Program Studi Managemant, 1,3,4 Program Studi Akuntansi,
5,16,17,18,19,20 Program Studi Teknik Mesin Sukabumi

*e-mail: ¹anisa.nurhidayati_ak20@nusaputra.ac.id, ²chikal.putri_mn20@nusaputra.ac.id,
³fiqri.maulana_ak20@nusaputra.ac.id, ⁴michelle.jessie_ak20@nusaputra.ac.id

Korespodensi: ¹anisa.nurhidayati_ak20@nusaputra.ac.id

Abstract

The feeling of trauma due to an earthquake arises because of an extraordinary incident that leaves wounds and feelings of pain in a person both physically, psychologically or a combination of the two. Usually it is children who are most affected and are in areas experiencing natural disasters that need special attention because considering the psychological condition of children who still need further treatment so that children can develop psychologically well. In practice, the village that we made the place for was Talaga Village. Talaga Village is one of the villages in Cugenang District and is at the epicenter of the earthquake.

Keywords: Trauma, Earthquake, Children

Abstrak

Rasa trauma akibat gempa bumi muncul karena adanya kejadian yang luar biasa yang meninggalkan luka serta perasaan sakit dalam diri seseorang baik secara fisik, psikis maupun gabungan keduanya. Biasanya anak-anaklah yang paling berdampak dan berada pada daerah yang mengalami bencana alam perlu diberi perhatian khusus karena mengingat kondisi psikologis anak-anak yang masih membutuhkan penanganan lebih lanjut agar anak-anak secara psikologis dapat berkembang dengan baik. Dalam pelaksanaannya desa yang kami jadikan tempat adalah Desa Talaga. Desa Talaga merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Cugenang dan berada di pusat gempa.

Kata Kunci: Trauma, Gempa Bumi, Anak-Anak

1. PENDAHULUAN

Gempa bumi dengan kekuatan 5,6 SR di hari Senin tanggal 21 November 2022 telah menghantam Cianjur, Jawa Barat. Berdasarkan data BMKG, hingga tanggal 22 November 2022 telah tercatat 140 gempa-gempa susulan (*aftershocks*) dengan magnitudo 1.2-4.2 dan kedalaman rata-rata sekitar 10 km, dimana 5 gempa diantaranya dirasakan oleh masyarakat sekitar. Gempa bumi utama (*mainshock*) 5.6 SR berdampak dan dirasakan di kota Cianjur dengan skala intensitas V-VI MMI (*Modified Mercalli Insensity*); Garut dan Sukabumi IV-V MMI; Cimahi, Lembang, Kota Bandung, Cikalong Wetan, Rangkasbitung, Bogor dan Bayah dengan skala intensitas III MMI; Tangerang Selatan, Jakarta dan Depok dengan skala intensitas II-III MMI [1], [2], [3]. Menurut informasi sementara dari BNPB sampai tanggal 22 November 2022 pukul 17.00 WIB bahwa gempa bumi ini menimbulkan 268 korban jiwa dan lebih dari 2.000 rumah mengalami kerusakan [1]. Khususnya di kawasan Kabupaten Cianjur sendiri mengalami kerusakan ringan sampai berat seperti kerusakan bangunan sekolah, rumah sakit, rumah-rumah warga, kantor desa dan lain-lain. Berdasarkan data yang

didapatkan, tidak sedikit memakan korban jiwa dan luka-luka dari luka ringan hingga luka berat. Selain menderita luka-luka serta cacat fisik, warga juga mengalami permasalahan psikologis seperti trauma [4].

Rasa trauma ini muncul karena adanya kejadian yang luar biasa yang meninggalkan luka serta perasaan sakit dalam diri seseorang baik secara fisik, psikis maupun gabungan keduanya. Yang dapat diberikan kepada seseorang yang mengalami trauma untuk mengatasi traumanya adalah dengan diberikan dukungan sosial. Melalui dukungan sosial ini diharapkan dapat mengurangi dan menghilangkan gejala stres serta mengurangi dampak yang bisa terjadi akibat stress yang sering kali dialami oleh korban yang mengalami peristiwa bencana alam [5]. Oleh karena itu, salah satu bentuk dari dukungan yang dapat diberikan kepada korban bencana alam yang mengalami permasalahan psikologis adalah trauma *healing*. Mengingat bahwa anak-anak yang begitu rentan untuk mengalami permasalahan psikologis yang dapat berdampak pada perkembangan psikologis.

Anak-anak yang terdampak dan berada pada daerah yang mengalami bencana alam perlu diberi perhatian khusus karena mengingat kondisi psikologis anak-anak yang masih membutuhkan penanganan lebih lanjut agar anak-anak secara psikologis dapat berkembang dengan baik [6], [7]. Pada kondisi ini anak-anak membutuhkan perhatian lebih agar dapat mengekspresikan perasaannya. Jika kondisi ini terabaikan, maka akan berdampak jangka panjang seperti memiliki nafsu makan yang buruk, suka menyendiri, mudah sedih hingga sulit tidur [8], [9]. Terapi bermain sambil belajar menjadi salah satu hal yang dapat dilakukan untuk memulihkan trauma berkepanjangan yang terjadi akibat peristiwa bencana alam. Karena bermain merupakan hal yang penting dan dibutuhkan dalam proses tumbuh kembang anak. Terapi bermain ini bertujuan agar anak-anak dapat mengekspresikan perasaannya dan dirinya secara bebas, dapat berempati kepada anak-anak lain, serta dapat juga memecahkan dan menyelesaikan persoalan-persoalan menggunakan cara-cara yang baik dan positif.

Dalam pelaksanaannya desa yang kami jadikan tempat adalah Desa Talaga. Desa Talaga merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Cugenang dan berada di pusat gempa [10]. Terdapat banyak masalah yang ada di desa tersebut diantaranya Trauma terhadap gempa, maka dari itu kami di Desa Talaga akan memberikan *trauma healing* untuk Masyarakat di Desa Talaga agar masyarakat di Desa Talaga bangkit dan semangat lagi. Selain permasalahan Trauma terhadap gempa yaitu aliran listrik yang selalu mengalami pemadaman, sumber mata air yang mengering. Di Desa Talaga juga ada sebuah UMKM yang memproduksi jamur, sale, kue, peye, hidroponik, dan pengelasan yang membutuhkan pembinaan dan peningkatan. Dilihat dari beberapa permasalahan di atas kami selaku mahasiswa menggunakan metode sosialisasi, wawancara dan aksi nyata membantu penduduk setempat dalam proses pemulihan pasca gempa, dalam peristiwa bencana gempa banyak menyebabkan puluhan rumah dan infrastruktur lainnya rusak dan banyak menimbulkan korban jiwa. Akibatnya banyak warga yang mengungsi karena rumahnya roboh dan takut terjadi gempa susulan yang masih sering terjadi serta pengalaman traumatis masih dirasakan hingga saat ini, untuk permasalahan UMKM kita memanfaatkan UMKM yang sudah ada di lokasi, dan membantu UMKM untuk lebih maju dan berkembang dalam menjalankan manajemen strategi pemasarannya. Sasaran dari pelaksanaannya program dan solusi yang disarankan dalam pelaksanaan KKN kami yaitu masyarakat setempat seperti anak-anak, Pemuda, Pelajar, dan bahkan orang tua. Dengan sasaran serta program-program yang telah dirancang, diharapkan mampu membangun minat masyarakat Desa Talaga untuk terus bangkit dan memaksimalkan potensi desa talaga itu sendiri maupun sumber daya manusianya.

2. METODE

Metode yang terkait dengan kegiatan trauma *healing* adalah sosialisasi, dan tanya jawab yang disampaikan kepada masyarakat, serta permainan (*play therapy*), dan *self motivation* yang dilakukan kepada anak-anak sekolah dasar. Adapun tahapan pelaksanaan kegiatan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Observasi, dilakukan kepada masyarakat yang ada disekitar Desa Talaga, warga akan dimintai pendapatnya berdasarkan pengalaman yang mereka alami saat terjadi gempa bumi di daerah Cianjur.
2. Perencanaan dimana tim KKN Universitas Nusa Putra berkoordinasi dengan kepala sekolah beserta guru-guru SDN Talaga 1 untuk menyusun rencana pelaksanaan kegiatan yang meliputi penyuluhan dan tanya jawab. Tujuannya sebagai upaya pemberian informasi mengenai penanganan yang tepat diberikan bagi siswa pasca gempa bumi.
3. Pelaksanaan, Dimana ini merupakan tahap pengimplementasian dalam bentuk nyata melalui permainan dan *self motivation*.

Kegiatan trauma healing ini lebih ditekankan kepada anak-anak sekolah dasar yakni, belajar sambil bermain, tujuannya adalah agar anak-anak atau murid bisa menikmati suasana atau situasi yang terjadi disekitar mereka. Walaupun tidak sebaik dan senyaman sebelum terjadi bencana alam gempa bumi. Selanjutnya, metode yang digunakan adalah motivasi diri (*self motivation*).

Self motivation memiliki tujuan utama yaitu untuk meningkatkan motivasi pada diri setiap siswa yang menjadi korban bencana alam gempa bumi, terkhusus mereka yang terdampak langsung agar bangkit untuk maju dan kembali bersemangat untuk meraih masa depan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan trauma healing yang dilakukan kepada masyarakat mencakup sosialisasi dan wawancara. Ada banyak sekali tanggapan-tanggapan yang disampaikan oleh para masyarakat pasca terjadinya bencana gempa bumi. Salah satunya yang disampaikan oleh Bu Mumun, beliau menyampaikan, “Ketika terjadi gempa kita sekeluarga merasa ketakutan, saking takutnya kita sampai kesulitan untuk bergerak. Dari seluruh keluarga ada satu anak saya yang terkena dampaknya, karena dia terkena reruntuhan, sehingga mengalami cedera di tangan”.

Selain itu, ada juga warga yang walaupun merasa dikagetkan dengan peristiwa gempa bumi ini, tapi beliau tidak merasakan trauma sama sekali, yaitu Bapak Ujang. Beliau menyampaikan, “Alhamdulillah bapak dan keluarga tidak merasakan trauma yang berarti, hanya saja selepas terjadinya bencana gempa, ada beberapa bagian rumah yang rusak serta lemari yang ada di ruang kamar jatuh, tapi alhamdulillah tidak mengenai anggota keluarga kami.”



Gambar 1. Kegiatan observasi kepada masyarakat Desa Talaga

Kegiatan trauma healing yang dilakukan bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan mengembalikan kondisi emosional anak-anak (yaitu siswa-siswi SDN Talaga 01) pasca bencana gempa bumi, kegiatan yang dilakukan dengan berbagai macam permainan yang diberikan agar menghibur setiap anak yang ada di sekolah dasar tersebut. Tentunya kegiatan ini disambut baik oleh Kepala Sekolah serta Para Guru yang ada di SDN Talaga 01. Kegiatan yang dilaksanakan di posko yang dijadikan kelas ini, diharapkan mampu memberikan dampak kepada para siswa/i, terkhusus yang merasakan trauma pasca terjadinya gempa bumi.



Gambar 2. Kegiatan belajar mengajar kepada siswa/i

4. KESIMPULAN

Dari kegiatan yang telah dilakukan dapat diketahui beberapa hal yang penting untuk diperhatikan, terutama dalam hal yang menjadi faktor trauma yang dialami oleh masyarakat dan siswa/i. Ada beberapa dari mereka yang merasakan trauma yang begitu mendalam, dan ada juga yang tidak merasakan trauma sama sekali. Tapi, terlepas dari itu semua kita melihat usaha dari masyarakat Desa Talaga yang masih ingin berjuang untuk bangkit dalam keterpurukan yang mereka alami.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] P. Supendi, J. Jatnika, D. Sianipar, and Y. H. Ali, "Analisis Gempa bumi Cianjur (Jawa Barat) Mw 5, 6 Tanggal 21 November 2022," *Kelompok Kerja Sesar Aktif Dan Katalog Gempabumi Badan Meteorol. Klimatologi, Dan Geofis. (BMKG), Novemb.*, pp. 13–16, 2022.
- [2] R. D. Rahmawati, F. H. Rahman, S. Juleha, and S. Setiyawan, "Trauma Healing Perawat Pada Korban Bencana Gempa Bumi Cianjur," *J. Pengabdi. Perawat*, vol. 2, no. 1, pp. 86–92, 2023.
- [3] R. Dini, S. J. Juleha, and F. H. R. Rahman, "PERAN PERAWAT PADA BENCANA GEMPA BUMI DI CIANJUR," *Adi Widya J. Pengabdi. Masy.*, vol. 7, no. 1, pp. 23–34, 2023.
- [4] D. R. D. A. D. Puspongoro and A. Sujudi, *Kegawatdaruratan dan bencana: solusi dan petunjuk teknis penanggulangan medik & kesehatan*. PT. Rayyana Komunikasindo, 2016.
- [5] W. Rahmanishati, R. Dewi, and R. I. Kusumah, "Hubungan Dukungan Sosial Dengan Post Traumatic Syndrome Disorder (Ptsd) Pada Korban Bencana Tanah Longsor Di Desa Sirnaresmi Kecamatan Cisolok Kabupaten Sukabumi," *J. Heal. Soc.*, vol. 10, no. 1, 2021.
- [6] F. Aulia, "Art Therapy Bencana Sebagai Upaya Penanganan Trauma Anak Pasca Gempa Lombok," *Sarwahita*, vol. 16, no. 02, pp. 116–128, 2019.
- [7] J. S. Siregar and A. Wibowo, "Upaya pengurangan risiko bencana pada kelompok rentan," *J. Dialog dan Penanggulangan Bencana*, vol. 10, no. 1, pp. 30–38, 2019.
- [8] N. I. Putri and B. B. Raharjo, "DAMPAK PANDEMI COVID-19 TERHADAP TINGKAT STRESS YANG DIALAMI ATLET DAN PELAJAR," *Kesehat. Masy.*, no. 3, 2022.
- [9] M. Ulfa, *Beragam Gangguan Paling Sering Menyerang Anak*. Flash Books, 2015.
- [10] N. G. WIJAYA, "Kajian Spasial Status Hak Tanah Pada Kawasan Rawan Bencana Gempa Di Kecamatan Cugenang Kabupaten Cianjur," *Pros. FTSP Ser.*, pp. 1287–1292, 2023.