

# LAYANAN KONSELING TRAUMATIK BAGI KORBAN BENCANA BANJIR DI KONAWA UTARA

Sumarlin<sup>1</sup>, Hamdiansah<sup>2</sup>, Dodi Priyatmo Silondae<sup>3</sup>, Harlin Yusuf<sup>4</sup>

<sup>1234</sup>Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Halu Oleo

E-mail: [sumarlinjudet@uho.ac.id](mailto:sumarlinjudet@uho.ac.id)

## ABSTRAK

Traumatic counseling is a counselor's effort to help traumatized clients through the process of personal relationships so that clients can understand themselves in relation to the trauma they have experienced and try to overcome them as best they can. As a natural process, flooding occurs due to the very high flow of river water that exceeds the capacity of the river channel and then overflows into the surrounding area. Meanwhile, flooding can also occur due to human error. There are two possible assistance counseling services that can be applied to overcome post-trauma, namely: 1) psychological reconstruction through help to overcome the past, and 2) social reconstruction through restoring relationships. In its implementation, a communication facility team needs to be formed to provide services and activities regarding conflict for each victim. Therefore, the government should immediately dispatch volunteers who are tasked with providing traumatic counseling services in the form of trauma counseling services which is no less important for flood victims to prioritize.

*Keywords:* Traumatic Counseling, Victims, Flood Disaster



## PENDAHULUAN

Sepanjang sejarah kehidupan umat manusia dipermukaan bumi ini khususnya dalam kehidupan bermasyarakat manusia memiliki keberagaman persoalan yang muncul silih berganti seolah tidak pernah habis-habisnya, seperti konflik, kekerasan, pertumpahan darah, dsb. Itu belum lagi problematika kondisi alam yang sulit diperdiksi oleh manusia. Seperti bencana alam, gempa bumi, tsunami, meletus gunung api, tanah longsor, banjir, badai topan, dsb. Dengan adanya keberagaman peristiwa dan pengalaman yang menakutkan tersebut, selain telah memporak-porandakan kondisi fisik lingkungan hidup, juga merusak ketahanan fungsi mental manusia yang mengalaminya, baik secara langsung maupun tidak langsung dalam waktu yang singkat dan jangka panjang

Peristiwa tersebut dapat menciptakan trauma tersendiri bagi masyarakat di sekitar yang memiliki keberagaman persoalan seperti yang terungkap di atas. Hal ini diakibatkan oleh tekanan yang muncul dari rasa sakit yang

diderita saat kejadian, kehilangan orang tercinta serta hilangnya harta benda serta perubahan akan kegiatan sosial anak

Kondisi trauma (traumatics) biasanya berawal dari keadaan stres yang mendalam dan berlanjut yang tidak dapat diatasi sendiri oleh individu yang mengalaminya. Sejauh mana trauma berkembang, bagaimana sifat atau jenisnya. Bila keadaan trauma dalam jangka panjang, maka itu merupakan suatu akumulasi dari peristiwa atau pengalaman yang buruk dan memilukan. Dan, konsekuensinya adalah akan menjadi suatu beban psikologis yang amat berat dan mempersulit proses penyesuaian diri seseorang, akan menghambat perkembangan emosi dan sosial individu (anak) dalam berbagai aplikasi perilaku dan sikap, seperti dalam hal proses belajar mengajar (pendidikan) atau pemenuhan kebutuhan-kebutuhan individu (anak) lainnya secara luas.

Seiring berjalannya waktu, proses konseling tidak bisa berjalan sendiri perlu adanya dukungan dari berbagai pihak untuk menciptakan suasana konseling yang



representatif. Layanan konseling sebagai bagian yang integral dalam pendidikan, mempunyai peranan untuk memfasilitasi perkembangan anak sehingga potensi yang dimiliki anak dapat berkembang optimal. Terjadinya perilaku-perilaku seperti di atas dapat mempengaruhi potensi yang dimiliki individu (anak) tidak dapat berkembang secara optimal. Teknik dan ketrampilan konselor harus benar-benar dimiliki oleh setiap konselor. Dalam menumbuhkan klien pasca trauma, seorang konselor harus dapat berorientasi pada klien semaksimal mungkin. Oleh karena itu, pembimbing di sekolah dapat membantu individu mencapai perkembangan potensi yang optimal dengan memberikan layanan dengan setting pendidikan akademik yang menerapkan juga pencapaian perkembangan diri.

Dalam melakukan konseling trauma, keberadaan konsep deteksi awal akan menjadi hal yang penting untuk dipahami dan diperhatikan oleh pemberi bantuan sehingga tergambar berbagai sifat atau jenis trauma yang diderita korban, seperti trauma ringan, sedang dan berat. Namun, tidak semua peristiwa atau pengalaman yang dialami manusia itu bermuara pada trauma. Biasanya kejadian dan pengalaman yang buruk, mengerikan, menakutkan atau mengancam keberadaan individu yang bersangkutan, maka kondisi ini akan berisiko memunculkan rasa trauma. Sementara, peristiwa dan pengalaman yang baik atau menyenangkan, orang tidak menganggap itu suatu kondisi yang trauma.

Kondisi trauma (traumatics) biasanya berawal dari keadaan stres yang mendalam dan berlanjut yang tidak dapat diatasi sendiri oleh individu yang mengalaminya. Stres adalah suatu respon/reaksi yang diterima individu dari rangsangan lingkungan sekitar, baik yang berupa keadaan, peristiwa maupun pengalaman-pengalaman, yang menjadi

beban pikiran terus menerus dan pada akhirnya bermuara pada trauma.

Metode-metode yang digunakan konselor dalam menangani klien juga berbeda, hal ini wajar karena setiap orang berbeda-beda dalam memahami orang lain. Dalam pendekatannya ada yang menggunakan pendekatan persuasif ada juga yang menggunakan pola intensif dan lain-lain. Dalam hal ini, kepiawaian seorang konselor ditunjukkan profesionalnya dalam menghadapi konseli atau klien.

Dalam menumbuhkan klien pasca trauma, konselor tidak hanya memiliki satu teknik dan strategi saja, namun harus mengglobal agar dalam menghadapi dan menyikapi konseli tepat sesuai dengan yang diharapkan. Maka dari itu sangat diperlukan teknik dan strategi yang relevan dalam menumbuhkan klien pasca trauma.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Konawe (lokasi banjir). Pelaksanaan kegiatan rencananya dilaksanakan pada bulan september-oktober tahun 2019. Data dalam kegiatan ini dikumpulkan menggunakan Focus Group Discussion (FGD) dan dianalisis secara deskriptif kualitatif.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini dilaksanakan pada korban banjir yang terletak di Kab. Konawe Utara telah terlaksana dengan capaian hampir 100%. Kegiatan tersebut mencakup kegiatan teknis dan non teknis. Program yang telah dilaksanakan sesuai dengan hasil survei pada masyarakat Kab. Konawe Utara yang berjumlah sekitar 61 kepala keluarga dan merupakan korban banjir pada bulan juni lalu.

Berdasarkan hasil survei bencana banjir yang melanda kabupaten tersebut memberikan dampak yang sangat besar



bagi masyarakat yang bermukin, mulai dari kerugian dalam hal finansial dan yang paling parah adalah dalam segi psikologisnya.

### **Dampak Bencana Banjir Kepada Masyarakat**

Bencana banjir yang melanda Kabupaten Konawe Utara, Sulawesi Tenggara tepatnya pada bulan juni lalu. Namun bukan berarti masalah yang dihadapi juga selesai, meski upaya terus dilanjutkan. Bencana ini menimbulkan dampak yang cukup besar hingga rusaknya berbagai infrastruktur yang ada, mulai dari gedung-gedung sekolah, tempat mata pencaharian masyarakat seperti kebun dan peternakan, jalur transportasi terputus dan menyebabkan jalur transportasi yang panjang akibat akses utama terputus. Bencana berarti juga terhambatnya laju pembangunan. Berbagai hasil pembangunan ikut menjadi korban sehingga perlu adanya proses membangun ulang. Kehidupan sehari-hari juga menjadi tersendat-sendat. Para siswa dan mahasiswa yang tinggal di Kab. Konawe Utara harus berjuang keras dalam menempuh pendidikannya karena jalur transportasi yang rusak. Kenyataan seperti ini berarti pula muncul kemungkinan kegagalan di masa mendatang. Pemenuhan kebutuhan sehari-hari juga menjadi sulit padahal penggantian juga tidak bisa diharapkan segera ada.

Dampak utama dan menimbulkan trauma besar hingga saat ini dan membekas di hati masyarakat adalah dampak psikologis seperti, Trauma dan Depresi. Berangkat dari berbagai masalah seperti itu menyebabkan timbulnya bekas dalam jiwa. Karena bekas itu seperti luka jadinya, maka sakit yang ditimbulkannya juga banyak menyangkut kejiwaan. Apalagi bila kejadian ini juga dialami langsung, pengalaman itu bisa menjadi traumatis. Sulit mencari perbandingan pengalaman traumatis ini dengan pengalaman lain.

Sebab kata traumatis itu sendiri sudah mengandung arti yang menyangatkan, walaupun kondisi sebenarnya mungkin tidak sangat berarti, tetapi bagi yang merasakan memiliki arti yang sangat mendalam. Pengalaman traumatis bisa menyebabkan berbagai dampak yang ringan, misalnya adalah menjadi peragu dalam berbuat sesuatu. Keragu-raguan ini disebabkan rasa takut mengalami peristiwa yang sama. Masih beruntung bila takutnya tidak digeneralisir. Pada kenyataannya ketakutan karena trauma sering menjalar ke berbagai hal.

Berdasarkan hasil wawancara Pada beberapa masyarakat di Kab.Konawe Utara yang terkena banjir sering mengalami takut yang berlebihan apabila melihat langit yang tiba-tiba mendung atau terjadi hujan yang turun sangat deras, merasa takut melewati jembatan serta melihat arus sungai yang deras.

### **Kondisi Psikologis Masyarakat Korban Banjir di Kab.Konawe Utara Sebelum diberikan Layanan Konseling Traumatik**

Terjadinya bencana banjir pada Kab. Konawe utara pada bulan Juni lalu tentu tidak hanya berdampak pada pembangunan tetapi yang lebih mengkhawatirkan adalah kondisi psikologis masyarakat itu sendiri. Pada korban bencana banjir terutama pada korban yang banyak kehilangan harta benda serta korban yang berada pada pengungsian mengalami suasana yang mencekam dan rasa cemas yang tinggi berada pada kondisi krisis. Pengalaman ini bisa menyebabkan berbagai dampak yang ringan, misalnya adalah menjadi peragu dalam berbuat sesuatu. Keragu-raguan ini disebabkan rasa takut mengalami peristiwa yang sama. Masih beruntung bila takutnya tidak digeneralisir. Pada kenyataannya ketakutan karena trauma sering menjalar ke berbagai hal. Masyarakat yang terkena musibah banjir di Kab. Konawe ini sering



merasa takut jika melihat sungai sehingga takut pula melewati jembatan.

Salah satu ciri emosi takut adalah usaha untuk menghindari sumber atau yang diasosiasikan sebagai sumber ketakutan. Dengan demikian orang yang bersangkutan memiliki lingkup gerak yang lebih sempit. Akibat lebih lanjut adalah terhambatnya peluang untuk mengembangkan diri. Masih lumayan mereka yang membatasi diri karena ketakutan, berarti kemungkinan-kemungkinan masih bisa dikembangkan.

Bencana tidak hanya menimbulkan ketakutan tetapi juga bisa menghilangkan dorongan, dorongan untuk kerja, untuk maju, dan berkembang. Bahkan bisa melenyapkan dorongan untuk hidup. Ini seperti yang dialami oleh segelintir masyarakat Kab. Konawe yang telah kehilangan harta bendanya seperti rumah yang di tinggalinya sudah tidak layak, kebun yang di garapnya habis rusak oleh banjir serta ternak mereka yang habis terbawah arus banjir. Depresi atau kesedihan yang mendalam ini berkembang menjadi keputusasaan mereka merasa bahwa segala usaha dan miliknya telah tiada. Mereka beranggapan bahwa tidak ada guna segala usaha bila akhirnya hanya akan musnah.

#### **Kondisi Psikologis Masyarakat Konawe Utara Setelah diberikan Layanan Konseling Traumatik.**

Berdasarkan hasil penelitian memperlihatkan bahwa layanan konseling traumatic yang telah dilakukan dalam penelitian ini, diperoleh bahwa konseling trauma yang telah dilakukan oleh korban banjir di Kab. Konawe Utara memberikan dampak positif kepada korban seperti mampu untuk mengendalikan emosi, mampu mengendalikan kecemasan atau ketakutan pada arus air sungai ketimbang sebelum diberikan layanan mulai mengambil dampak positif dan hikmah dari musibah yang terjadi.

#### **Tatacara Pelaksanaan Layanan Konseling Traumatik**

Pada pelaksanaan program layanan Konseling traumatik terdapat empat tahapan yang harus dilalui. Tahapan-tahapan tersebut sebagai diantaranya :

##### a. Pembukaan

Pada tahapan ini konselor atau peneliti mulai berkenalan kepada para korban banjir dan membangun rapport pada korban. Pada tahapan ini merupakan titik penentu pembanguna kepercayaan terhadap klien/korban banjir terhadap konselornya.

##### b. Peralihan

Pada tahapan peralihan sering juga disebut tahapan penggalian masalah karena pada tahapan ini konselor mengeksplorasi permasalahan trauma klien dengan :

- 1) Meminta klien untuk menggambarkan kejadian traumatik yang mereka alami, apa yang mereka lihat dan dengar.
- 2) Meminta klien untuk menggambarkan reaksi kognitifnya terhadap peristiwa traumatik tersebut.
- 3) Menolong klien untuk mengenali emosi-emosi yang menyertai kejadian tersebut.
- 4) Menanyakan reaksi klien setelah kejadian

##### c. Inti

Tahapan ketiga dalam konsling adalah tahapan inti atau tahap kerja dimana pada tahapan ini klien mencari solusi terhadap masalah trauma yang dialaminya.

- 1) Menginformasikan kepada klien bahwa trauma yang telah diceritakan adalah suatu bentuk dari memori, trauma cenderung membuat memori menjadi beku dan membekukan klien sehingga sering membuat mereka tidak mampu mengambil tindakan lebih lanjut.
- 2) Klien diajak untuk berani menghadapi perasaannya ditekan akibat trauma.



- 3) Mengajak klien melakukan bentuk coping lainnya tidak hanya bertahan pada mekanisme pertahanan diri saja.
- 4) Menolong klien untuk mengidentifikasi pemicu reaksi-reaksi traumanya.

## KESIMPULAN

Layanan konseling traumatic klien adalah upaya konselor untuk membantu klien yang mengalami trauma melalui proses hubungan pribadi sehingga klien dapat memahami diri sehubungan dengan masalah trauma yang dialaminya dan berusaha untuk mengatasinya sebaik mungkin. Sebagai proses alam, banjir terjadi karena debit air sungai yang sangat tinggi hingga melampaui daya tampung saluran sungai lalu meluap ke daerah sekitarnya.

Banjir juga dapat terjadi karena kesalahan manusia. Ada dua kemungkinan layanan konseling bantuan yang dapat diterapkan untuk mengatasi pasca trauma, yaitu: 1) rekonstruksi psikologis melalui bantuan untuk mengatasi masa lalu, dan 2) rekonstruksi sosial melalui pemulihan hubungan. Dalam pelaksanaannya perlu dibentuk tim fasilitas komunikasi untuk menyediakan layanan dan aktivitas mengenai konflik untuk setiap korban. Oleh karena itu, seyogyanya pemerintah sesegera mungkin menerjunkan relawan yang bertugas memberikan layanan konseling traumatik berupa layanan konseling trauma merupakan kebutuhan yang tidak kalah penting untuk diprioritaskan korban banjir.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aminudin. 2013. Mitigasi dan Kesiapsiagaan Bencana Alam. Bandung: Angkasa Bandung.
- APA. 2013. Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder. American Psychiatric Association: Washington DC.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana (2013): Bencana di Indonesia 2012.
- Cavanagh, Michael.E. 1982. The Counseling Experience: A Theoretical and Practical Approach. Long Grove, Illinois: Waveland Press
- Lonergan, B.A. 1999. The Development of Trauma Therapist : A Qualitative Study of the Therapist's Perspectives and Experiences. Colorado : Counselling Psychology.
- Nurihsan, Ahmad Juntika. 2010. Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling. Bandung: PT. Refika Aditama
- Pickett, G.Y. 1998. Therapist Distress: An Integrative Look at Burnout, Secondary Traumatic Stress and Vicarious Traumatization. Dissertation. University of Missouri-St. Louis.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2010. Ilmu Kebidanan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sutirna. 2013. Bimbingan Konseling: Pendidikan Formal, Nonformal, dan Informal Yogyakarta: CV. Andi OFFSET.

