

## Psychological First Aid Pada Anak-Anak Korban Bencana Di Dusun Tambak Rejo Semarang

Menik Tetha Agustina<sup>1</sup>, Puspita Puji Rahayu<sup>2</sup>, Qurnia Fitriyatunur<sup>3</sup>, Isti Mayasari<sup>4</sup>  
Universitas Nasional Karangturi, Jl. Raden Patah 182-192 Kota Semarang  
Email :agustinatatha@gmail.com

### Kilas Artikel

Volume 2 Nomor 2  
Agustus 2022  
DOI:xxx/ejpm.v%i%.xxxx

### Article History

Submission: 21-07-2022  
Revised: 21-07-2022  
Accepted: 22-07-2022  
Published: 01-08-2022

### Kata Kunci:

PFA, Theraplay

### Keywords:

PFA, Theraplay

### Korespondensi:

Menik Tetha Agustina  
agustinatatha@gmail.com

### Abstrak

Psychological First Aid (PFA) merupakan pertolongan psikologis pertama, terdapat dalam tingkat masyarakat yang disediakan oleh keluarga, teman, relawan bagi mereka yang membutuhkan dukungan. Pemberian PFA memiliki ketrampilan sendiri dan jangkauan luas. Pendampingan yang diberikan pada anak-anak ini digunakan sebagai pengobatan rasa traumatis terhadap bencana yang menimpa. Theraplay digunakan sebagai suatu terapi dalam menangani rasa traumatis yang dirasakan oleh anak dalam menghadapi bencana.

### Abstract

PFA is psychological first aid, available at the community level provided by family, friends, volunteers for those who need support. PFA awarding has its own skills and wide reach. The assistance given to these children is used as a treatment for the traumatic feeling of the disaster that befell them. Theraplay is used as a therapy in dealing with the traumatic feelings felt by children in the face of disasters.

## 1. PENDAHULUAN

Bencana alam adalah hal yang tidak dapat dihindari oleh siapa pun karena dapat terjadi kapan pun dan di mana pun tanpa diduga. Dampak yang terjadi akibat bencana alam bukan hanya menjadi tanggung jawab pemerintah dalam penyelesaiannya, namun juga menuntut keterlibatan para ahli dari berbagai bidang untuk melakukan kajian sesuai dengan kapakarannya masing-masing. Kerja sama antarlintas disiplin ilmu untuk mengkaji bencana alam dan dampaknya ini sangat diperlukan demi sebuah solusi yang terbaik dan komprehensif. Salah satu dampak yang terjadi akibat bencana alam dan perlu dicarikan solusinya adalah masalah terganggunya kondisi emosional dan sosial berbagai pihak, baik orang dewasa, remaja, maupun anak-anak. Gangguan ini dapat berupa gangguan stress pascatrauma, yaitu reaksi maladaptif yang berkelanjutan terhadap suatu pengalaman traumatis yang dapat diderita berbulan-bulan bahkan bertahun-tahun. Kondisi demikian akan menurunkan kualitas hidup bagi penderitanya dalam jangka waktu yang lama. (Elita, Sholihah, and Sahiel 2017).

Post traumatic stress disorder (PTSD) ialah sebuah gangguan yang terjadi pada orang-orang pasca bencana, biasanya PTSD dapat ditangani jika langsung terdeteksi dengan tepat sehingga dapat diberikan penanganan waktu itu. Namun jika belum terdeteksi dan dibiarkan secara berkepanjangan tanpa ada penanganan khusus maka akan mengakibatkan komplikasi medis atau psikologis yang cukup serius bersifat permanen yang nantinya berakhir pada gangguan kehidupan sosial dan pekerjaan (Flannery, 1999). Biasanya PTSD dapat disembuhkan dengan adanya sebuah pendampingan terhadap korban yang terkena bencana untuk mengembalikan kondisi dan perilaku seperti awal mula. Perlindungan korban bencana



alam tidak hanya terkait dengan penyembuhan fisik, tetapi juga penanganan luka trauma akibat bencana. Karena pada umumnya anak-anak lebih rentan mendapat trauma yang berkepanjangan dibandingkan orang dewasa, maka penanganan trauma pada anak penting dilakukan untuk menghindari penurunan kualitas mental yang berimbas pada penurunan kualitas hidup mereka. (Nugroho et al. 2013).

Banyak hal yang dapat dilakukan untuk menangani trauma pasca bencana bagi anak-anak, salah satunya telah dirumuskan dari aspek psikologi, yaitu melalui terapi bermain (*play therapy*). Terapi bermain dapat dijadikan salah satu program penanganan dampak psikologis anak korban bencana dan lingkungan tempat tinggal anak perlu disediakan sarana permainan yang disesuaikan budaya setempat. (Mukhadiono, Widyo Subagyo 2016). Aktivitas bermain merupakan kebutuhan yang tidak bisa dipisahkan dari dunia anak dan merupakan salah satu kebutuhan dasar untuk dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Anak yang mendapat kesempatan cukup untuk bermain akan menjadi orang dewasa yang mudah berteman, kreatif, dan cerdas bila dibandingkan dengan mereka yang masa kecilnya kurang mendapat kesempatan bermain.

*Theraplay* menurut Dzulfaqori (2017) ialah sebuah teknik yang mampu menangani anak pasca trauma bencana untuk menghibur dan mengatasi masalah yang diderita anak melalui bermain. Masykur (2006) mengatakan bahwa anak-anak yang terkena korban bencana memiliki berbagai karakter yang khas, sehingga sangat dibutuhkan bentuk-bentuk intervensi yang selaras dengan karakteristik dan perkembangan anak agar gangguan trauma dapat menurun.

*Theraplay* merupakan terapi bermain yang direktif dan interaktif antara anak dan orang dewasa (Wettig, Franke dan Fjordbak, 2006). *Theraplay* dapat diberikan secara individual maupun kelompok. Sesi-sesi di dalam *theraplay* bertujuan untuk membangun 4 dimensi yang dianggap sebagai pilar dalam hubungan yang sehat yakni: *structure, engagement, nurture dan challenge* (Kumalasari et al. 2019). Lebih lanjut Kumalasari menjelaskan dalam dimensi *structure*, kegiatan bermain haruslah memberikan rasa aman bagi anak dan memiliki aturan yang jelas, baik bagi anak maupun orang dewasa. Dalam dimensi *engagement*, Kegiatan yang akan membuat anak dapat terlibat aktif adalah kegiatan yang penuh dengan interaksi, melibatkan aktivitas fisik dan ada kegembiraan yang dirasakan secara bersama-sama. Dalam dimensi *nurture*, aktivitas mengayomi akan membantu mengatur dan menenangkan anak, menguatkan pesan untuk anak bahwa mereka berharga dan menyediakan berbagai pengalaman dari berbagai respon empatik untuk memenuhi kebutuhan anak akan rasa nyaman. Dalam dimensi *challenge*, Aktivitas yang menantang akan mengarahkan pada rasa kompeten dan penguasaan keterampilan tertentu. Selain itu, bermain merupakan suatu aktivitas yang memberikan stimulasi dalam kemampuan melakukan atau mempraktikkan keterampilan, kognitif, dan afektif, memberikan ekspresi terhadap pemikiran, menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku dewasa. (Atik Pramesti W, Leny Andiyanti 2017).

Berdasarkan latar belakang tersebut, kami mengajukan untuk menyelenggarakan sosialisasi masyarakat berupa "*Psychological First Aid* Pada Anak Korban Bencana di Dusun Tambak Rejo Semarang" kegiatan ini dirancang sebagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat, sebagai salah satu upaya mempersiapkan masyarakat untuk melakukan pendampingan psikis secara mandiri kepada anak-anak pasca bencana. Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini berupa sosialisasi masyarakat dalam bentuk pendampingan akan disajikan oleh dosen fakultas Psikologi Universitas Nasional Karangturi.



## 2. METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan secara offline dengan kerjasama antara Fakultas Psikologi Universitas Nasional Karangturi dengan PMI Kota Semarang. Adapun beberapa tahapan yang dilakukan antara lain terlampir pada gambar berikut



**Gambar 1.** Bagan Tahapan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Pada tahap 1: Pembentukan Tim Panitia

Dosen selaku narasumber memilih tiga (3) mahasiswa atas nama Erwiena Tessa Ayuhinta Pawestri, Wulan Febiana dan Martha Citra Pradana, untuk membantu kepanitiaian, dengan pembagian tugas yaitu pendampingan pada anak-anak yang terdampak bencana dan *design* MMT. Tim bekerjasama dalam mengarahkan partisipan, mendampingi partisipan dari dimulai acara hingga penutupan acara.



**Gambar 2.** Poster Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Nasional Karangturi Bekerjasama Dengan PMI Kota Semarang

Pada Tahap 2: Persiapan Kegiatan

Persiapan pelaksanaan kegiatan dilakukan sebelum kegiatan dengan melakukan gladi bersih, diantaranya pembuatan rundown acara, simulasi kegiatan, *share* materi yang akan di sampaikan, menyiapkan perlengkapan permainan seperti media menggambar dan kartu *flashcard*.



**Gambar 3.** Salah satu peralatan yang digunakan dalam *therapy* pada anak-anak



### Pada Tahap 3: Pelaksanaan Kegiatan

Tahap pelaksanaan kegiatan berlangsung sesuai dengan rundown kegiatan telah dipersiapkan. Adapun pendampingan yang diberikan pada anak-anak korban bencana banjir rob antara lain: *theraplay* berupa menggambar dan mewarnai, bernyanyi bersama, bermain bersama serta penggunaan media flashcard untuk mengungkapkan perasaan para anak-anak yang menjadi korban bencana banjir rob di Dusun Tambak Rejo Kota Semarang. Adapun pemilihan *theraplay* sebagai *psychological first aid* pada anak-anak memiliki tujuan agar para anak-anak bisa mengurangi rasa trauma maupun depresi saat menghadapi musibah banjir rob yang sering terjadi di daerah mereka. *Theraplay* merupakan terapi bermain yang direktif dan interaktif antara anak dan orang dewasa (Wettig, Franke dan Fjordbak, 2006).



**Gambar 4.** Pelaksanaan Pendampingan pada anak-anak korban bencana banjir rob di Dusun Tambak Rejo Kota Semarang

### 3. HASIL & PEMBAHASAN

Kegiatan yang telah dilaksanakan tanggal 16 Juli 2022 tersebut, diikuti kurang lebih 50 peserta anak-anak penduduk Dusun Tambak Rejo Kota Semarang. Kegiatan ini memberikan manfaat bagi anak-anak dalam membantu penanganan trauma yang dialami mereka ketika terdampak banjir rob. Adapun pelaksanaan kegiatan terlihat dalam gambar sebagai berikut:



**Gambar 5.** Pelaksanaan Kegiatan *Psychological First Aid* dengan menggunakan *Theraplay*

Kegiatan yang dilakukan berjalan sesuai dengan *rundown* acara. Proses pendampingan pada anak-anak yang terdampak bencana banjir rob dinilai berhasil mengurangi rasa trauma pada anak-anak saat menghadapi banjir rob yang datang. Selain kegiatan pendampingan pada anak-anak korban banjir rob, kegiatan ini juga dihadiri oleh Ibu Wa Wali Kota Semarang Ibu Hevearita Gunaryanti Rahayu (Ibu Ita) dengan acara dapur umum cegah stunting yang dihadiri oleh peserta ibu-ibu dari dusun setempat. Ibu Wawali menyajikan 1000 Porsi makanan untuk dibagikan ke warga Dusun Tambak Rejo Semarang. Kerjasama antara PMI Kota Semarang, Undip dan Universitas Nasional Karangturi berjalan apik dan tepat sasaran. Pendampingan bagi anak-anak oleh Fakultas Psikologi Universitas Nasional Karangturi berhasil meningkatkan semangat anak-anak dan anak-anak terlihat senang karena *theraplay*





yang diberikan oleh dosen dan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Nasional Karangturi.

Ungkapan perasaan melalui media gambar dan *flashcard* berhasil digunakan sebagai sarana *theraplay* yang diberikan pada anak-anak untuk pengungkapan ekspresi maupun perasaan mereka. Hasil respon dalam kegiatan *theraplay* bermacam-macam ada yang “sedih” saat banjir rob datang, ada yang “takut” ketika banjir rob datang karena banyak hewan melata yang akan muncul ke permukaan, ada juga yang “senang” karena ketika banjir rob datang beberapa dari mereka bisa berenang didepan rumah dengan gratis. Namun dari hasil kesimpulan yang diambil banyak dari anak-anak disana merasa “sedih” dengan kondisi dilingkungannya namun kesedihan mereka sudah sangat dalam sehingga rasa sedih tergantikan dengan sikap yang biasa saja ketika banjir rob di Dusun Tambak Rejo Kota Semarang datang. Hal tersebut terjadi karena memang daerah tempat tinggal mereka rawan banjir rob dan hampir setiap hari banjir rob.

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan oleh Dosen dan Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Nasional Karangturi dengan PMI Kota Semarang adalah bahwa kegiatan pendampingan pada anak-anak sangat diperlukan dalam mengatasi rasa trauma ataupun depresi tentang kondisi lingkungan tempat tinggalnya. Pemberian *theraplay* pada anak-anak sesuai dengan hasil yang diinginkan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Pengungkapan ekspresi secara verbal maupun gambar menjadi solusi yang tepat untuk mengurangi rasa trauma pada anak-anak sehingga kegiatan ini berjalan dengan lancar.

#### 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada warga Dusun Tambak Rejo Semarang yang telah bersedia menerima kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan oleh PMI Kota Semarang yang bekerjasama dengan Undip dan Universitas Nasional Karangturi Semarang. Terimakasih kepada Ibu Wawali Kota Semarang yang sudah berkolaborasi dan demo masak bersama warga setempat. Terimakasih kepada anak-anak Dusun Tambak Rejo Semarang yang sudah kooperatif dalam mengikuti pendampingan *psychological first aid* yang menggunakan media *theraplay* sebagai alat bantu mengurangi rasa trauma menghadapi bencana banjir rob.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Atik Pramesti W, Leny andiyanti, Achmad Effendi. (2017.)” Jurnal Keperawatan Muhamadiyah 2(2).
- Dzulfaqori, I. S. (2017). Konseling pada Anaka Korban Bencana Alam: Play Therapy Perspektif. Proceedings Jambore Konselor 3 Seminar dan Workshop Nasional Bimbingan dan Konseling (p. 122). Cirebon: Indonesian Counselor Assosiation (IKI).
- Elita, Yessy, Afifatul Sholihah, and Syahrman Sahiel. (2017). “Acceptance and Commitment Therapy (ACT) Bagi Penderita Gangguan Stress Pasca Bencana.” Jurnal Konseling dan Pendidikan 5(2): 97.
- Flannery, R. (1999). Psychological Trauma and Post Traumatic Stress Disorder. journal of Emergency Mental Health, 28.
- Kumalasari, Dewi, Rina Rahmatika, Titi Sahidah Fitriana, and Fakultas Psikologi. (2019).



“Pendekatan Theraplay Untuk Meningkatkan Pengetahuan Dan Keterampilan Bermain Dengan Anak Penyandang Kanker.” *DINAMISIA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3(1): 118-23.

Masykur, A. M. (2006). "Potret Psikososial Korban Gempa 27 Mei 2006 (Sebuah Studi Kualitatif di Kecamatan Wedi dan Gantiwarno, Klaten)". *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* Vol.3 No. 1, Juni.

Mukhadiono, Widy Subagyo, Wahyudi. (2016). “Pemulihan Ptsd Anak-Anak Korban Bencana Tanah Longsor dengan Play Therapy.” *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)* 11(1).

Nugroho, Dwi Utari, Nurulia Unggul P R, Nur Shinta Rengganis, and Putri Asmita Wigati. (2013). “Sekolah Petra ( Penanganan Trauma ) Bagi Anak Korban Bencana Alam.” *Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 2(2): 97-101.

Wettig, H. H. G., Franke, U., & Fjordbak, B. S. (2006). Evaluating the Effectiveness of theraplay. In C. E. Schaefer & H. G. Kaduson (Eds.), *Contemporary play therapy: Theory, research, and practice* (pp. 103-135). New York, NY, US: Guilford press.

