

**Trauma Healing Berbasis Cerita Keagamaan Bagi Anak-Anak  
Terdampak Gempa Bumi Di Desa Lembah Sari**

***Trauma Healing Based on Religious Stories for Children Affected by  
the Earthquake in Lembah Sari Village***

<sup>1</sup>Riadi, <sup>2</sup>Nurul Hidayati Indra Ningsih

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Mataram

<sup>1</sup> [riadisaepudin@yahoo.com](mailto:riadisaepudin@yahoo.com) <sup>2</sup> [Indraningsih21@gmail.com](mailto:Indraningsih21@gmail.com)

**ABSTRAK**

Musibah gempa berkekuatan 7.0 SR yang terjadi tepatnya pada tanggal 5 Agustus 2018 telah meluluhlantangkan pulau Lombok yang mengakibatkan ratusan warga yang meninggal dunia, ribuan rumah dan fasilitas umum rusak, perekonomian lumpuh, aktifitas pendidikan pun ikut lumpuh. Gempa yang terjadi benar-benar menyisakan perasaan trauma yang begitu mendalam bagi warga Lombok pada umumnya dan warga desa Lembah Sari secara khusus. Dalam situasi itu, anak-anak memiliki potensi trauma yang berlebih dibanding dengan para orang tua. Anak-anak sebagaimana usia perkembangannya yakni belajar sambil bermain maka sangat menjadi penting ketika memberikan perhatian serius untuk diberikan edukasi-edukasi yang memberikan ketenangan psikologis melalui pemberian trauma healing dalam bentuk kegiatan positif termasuk dengan cerita-cerita keagamaan. Trauma Healing Berbasis Cerita Keagamaan ini maksudnya adalah pemberian terapi kepada anak-anak dengan menyajikan cerita yang bersumber dari cerita yang penuh dengan nilai agama. Dari cerita tersebut anak-anak didorong untuk mampu mengambil peran, mengambil pelajaran dan kesimpulan lalu dari pelajaran yang disimpulkan itu dapat diterapkan dalam kehidupan nyata.

Kegiatan pelaksanaan trauma healing berbasis cerita keagamaan dapat memberikan dampak positif bagi anak-anak di pengungsian terutama bagi kesehatan jiwa, mental dan kepekaan terhadap situasi dan kondisi gempa. Dari kegiatan ini anak-anak merasa lebih stabil dan rasa cemas berkurang, mental lebih tangguh dan siap menghadapi kenyataan serta kepekaan terhadap situasi sosial sekitar.

**Kata Kunci :** Trauma Heling, Gempa Bumi

**ABSTRACT**

*An earthquake measuring 7.0 on the Richter scale that occurred on August 5, 2018, devastated the island of Lombok, which resulted in hundreds of people dying, thousands of houses and public facilities damaged, the economy paralyzed, and educational activities paralyzed. The earthquake that occurred really left a feeling of deep trauma for the people of Lombok in general and the villagers of Lembah Sari in particular. In that situation, children have more potential for trauma than parents do.*

*Children according to their developmental age, namely learning while playing, it is very important when giving serious attention to be given education that provides psychological calm through providing trauma healing in the form of positive activities including religious stories. Trauma Healing Based on Religious Stories means giving therapy to children by presenting stories that come from stories full of religious values. From these stories, children are encouraged to be able to take roles, take lessons and conclusions and then the lessons that are concluded can be applied in real life.*

*Trauma healing activities based on religious stories can have a positive impact on children in evacuation, especially for mental, mental health and sensitivity to earthquake situations and conditions. From this activity, the children feel more stable, feel less anxious, mentally more resilient and ready to face reality, and are sensitive to social situations around them.*

**Key words:** *Trauma Heling, Earthquake*

**Submitted :** 29 Maret 2021

**Revision :** 19 April 2021

**Accepted :** 29 Mei 2021

## **PENDAHULUAN**

Musibah gempa berkekuatan 7.0 SR yang terjadi tepatnya pada tanggal 5 Agustus 2018 telah meluluhlantangkan pulau Lombok yang mengakibatkan ratusan warga yang meninggal dunia, ribuan rumah dan fasilitas umum rusak, perekonomian lumpuh, aktifitas pendidikan pun ikut lumpuh. Gempa yang terjadi benar-benar menyisakan perasaan trauma yang begitu mendalam bagi warga Lombok pada umumnya dan warga desa Lembah Sari secara khusus. Jumlah korban gempa yang tinggal dipengungsian saat ini adalah terdiri dari 225 KK atau sejumlah dengan 735 jiwa. Dari jumlah keseluruhan tersebut terdiri atas 72 Balita, 69 Jompo, 115 anak-anak, 24 ibu hamil, 445 dewasa dan remaja.<sup>1</sup>

Gempa yang terjadi saat itu bukanlah gempa yang pertama kali terjadi di pulau Lombok melainkan pernah terjadi puluhan tahun yang lalu. Oleh karena itu, gempa yang terjadi itu bukanlah pangalaman pertama bagi para orang tua di pulau Lombok, akan tetapi tidak dengan para anak-anak umuran sekolah/madrasah. Perbedaan pengalaman yang dirasakan oleh para orang tua dan anak-anak, mengakibatkan pada perbedaan tingkat trauma yang dirasakan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa anak-anak memiliki resiko yang terhadap *Stres Pascatrauma* (Doherty dalam Pynoos 2001). Mulyadi (2004)

---

<sup>1</sup> Dikutip dari sumber data pengungsi di dusun Tibu Ambung, tanggal 8 Agustus 2018.

juga mengemukakan bahwa bencana yang datang silih berganti dapat berisiko untuk melahirkan generasi-generasi yang emosional, menyelesaikan masalah dengan jalan pintas serta rentan terhadap frustrasi. Dalam situasi itu, anak-anak memiliki potensi trauma yang berlebih dibanding dengan para orang tua. Memahami situasi dan kondisi seperti itu, para donatur bergerak cepat memberikan bantuan yang dibutuhkan oleh semua korban gempa. Bantuan mengalir dari berbagai daerah di tanah air, tampak pula bantuan dari luar Negeri.

Esther Giller, Sidran Institute (2018) mendeskripsikan “*A traumatic event or situation creates psychological trauma when it overwhelms the individual’s ability to cope, and leaves that person fearing death, annihilation, mutilation, or psychosis.*” Trauma psikologis merupakan pengalaman individu atau kondisi yang sedang dialami, di mana individu tersebut merasa kewalahan secara emosional, kognitif, dan fisik sehingga kemampuan untuk mengatasi kondisinya terganggu.

*Trauma healing* atau Pemulihan trauma kepada anak-anak pasca bencana bertujuan untuk mencegah munculnya gangguan psikologis yang lebih berat. Selain itu pemberian pelayanan psikologis yang intensif baik secara individu, kelompok maupun komunitas bagi korban bencana dapat meningkatkan ketahanan (*resiliensi*) sehingga kelak anak-anak menjadi lebih tangguh dan siap menghadapi permasalahan yang ada. Namun proses pemulihan ini membutuhkan waktu yang tidak instan dan harus melibatkan sumber daya yang memadai dan profesional seperti psikolog, pekerja sosial, pekerja kreatif, relawan dan lain-lain.

Anak-anak sebagaimana usia perkembangannya yakni belajar sambil bermain maka sangat menjadi penting ketika memberikan perhatian serius untuk diberikan edukasi-edukasi yang memberikan ketenangan psikologis melalui pemberian trauma healing dalam bentuk kegiatan positif termasuk dengan cerita-cerita keagamaan.

Bercerita adalah suatu kegiatan yang dilakukan seseorang secara lisan kepada orang lain dengan alat atau tanpa alat tentang apa yang harus disampaikan dalam bentuk pesan, informasi atau hanya sebuah dongeng untuk didengarkan dengan rasa menyenangkan oleh karena orang yang menyajikan cerita tersebut menyampaikan

dengan menarik.<sup>2</sup> Oleh karena itu, dalam bercerita apa saja, maka diperlukan keahlian dari penyaji cerita, selain isi dari cerita itu sendiri menarik.

Menurut Pelowski dalam Takwin (2005:3-4), mendongeng adalah seni atau keterampilan pengisahan cerita dari naskah puitis dan atau prosa, sebagai sesuatu yang ditampilkan atau diarahkan satu orang di hadapan pemirsa, cerita-cerita yang dikisahkan dapat disampaikan dalam bentuk tuturan kata, didendangkan atau dinyanyikan, dengan atau tanpa iringan musik, gambar, dan atau pelengkap lainnya serta dapat dipelajari dari sumber lisan, tertulis atau rekaman dan salah satu tujuan dari mendongeng ini adalah sebagai hiburan.

Sebagai usaha untuk mengoptimalkan perkembangan moral pada anak untuk mencapai kematangan adalah melalui dongeng. Dengan dongeng anak diperkenalkan pada moral melalui dunia imajinasi. Melalui imajinasi ini nilai-nilai dan norma-norma dapat diselipkan sebagai upaya pengembangan aspek moral pada anak Ayah-Bunda (dalam Ardini: 2012:45).

Anak-anak dengan segala keterbatasan pengetahuannya terhadap proses teradanya gempa, akan dengan sendirinya membangun bahkan menerima cerita-cerita fiktif yang tidak ilmiah terhadap gempa. Dalam situasi demikian, penting disajikan kepada anak-anak cerita-cerita yang memiliki nilai edukasi yang bersumber dari nilai keagamaan. Selama ini trauma healing diberikan kepada anak dalam bentuk permainan-permainan, jarang sekali terlihat penanganan trauma healing dengan memberikan sebuah cerita yang dapat memberikan hiburan dengan mendengarkan dan mengambil pelajaran dari sebuah cerita. Disisi lain, dapat pula disajikan cerita-cerita yang menambah hazanah kemanusiaan dan hazanah keilmuan agar anak-anak menjadi pribadi yang lebih baik.

Trauma Healing Berbasis Cerita Keagamaan ini maksudnya adalah pemberian terapi kepada anak-anak dengan menyajikan cerita yang bersumber dari cerita yang penuh dengan nilai agama. Dari cerita tersebut anak-anak didorong untuk mampu mengambil peran, mengambil pelajaran dan kesimpulan lalu dari pelajaran yang disimpulkan itu dapat diterapkan dalam kehidupan nyata.

---

<sup>2</sup> www. Melyloelhabox.blogspot.com. akses tanggal 15 Agustus <sup>2</sup> Dikutip dari sumber data pengungsi di dusun Tibu Ambung, tanggal 8 Agustus 2018.  
2018.

## **METODE**

Sesuai dengan focus pengabdian yang diangkat yakni pendampingan trauma healing berbasis cerita keagamaan maka pengabdian ini dilaksanakan dengan metode cerita dengan menyampaikan cerita-cerita keagamaan. Cerita yang disajikan adalah cerita-cerita yang sesuai dengan usia anak, konteks masalah dan sarat nilai-nilai kemanusiaan. Agar pengabdian ini lebih kontekstual maka pengabdian ini dilaksanakan di tempat-tempat pengungsian. Ada dua tempat yang dijadikan lokasi pengabdian yakni RT 1 dan RT 3 dusun Tibu Ambung Desa Lembah Sari.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian diadakan pada tanggal 15 dan 16 Agustus tahun 2018 dari pukul 17.00-22.00 bertempat di musola darurat Riadiyah dusun Tibu Ambung Desa Lembah Sari, dihadiri oleh Bapak dusun, tokoh agama dan tokoh masyarakat, mahasiswa UMMat yang serta pengurus posko.



Cerita adalah salah satu cara untuk menarik perhatian anak. Biasanya yang disukai anak, biasanya cerita yang berkaitan dengan dunia binatang. Akan tetapi dalam pengabdian ini ditekankan pada cerita keagamaan. Metode bercerita merupakan salah satu metode yang banyak dipergunakan bagi anak-anak, yaitu salah satu strategi pembelajaran yang dapat memberikan pengalaman belajar bagi anak. Cerita yang dibawakan pengabdian secara lisan harus menarik, dan mengundang perhatian anak dan tidak lepas dari tujuan pendidikan bagi anak.

Pencapaian tujuan trauma healing bagi anak-anak dapat ditempuh dengan strategi pembelajaran melalui bercerita. Bagi anak mendengarkan cerita yang menarik dan dekat dengan lingkungannya merupakan kegiatan yang mengasyikkan. Penyaji dapat memanfaatkan kegiatan bercerita untuk menanamkan nilai-nilai positif pada anak. Kegiatan ini juga memberikan sejumlah pengetahuan social, nilai-nilai moral dan keagamaan. Pembelajaran dengan bercerita memberikan pengalaman belajar untuk mendengarkan. Dengan mendengarkan, anak dapat mengembangkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotorik. Membantu anak untuk membangun bermacam-macam peran yang mungkin dipilih oleh anak.

Penggunaan bercerita sebagai salah satu strategi pembelajaran bagi anak-anak telah memenuhi hal-hal sebagai berikut:

1. Isi cerita harus terkait dengan dunia kehidupan anak terutama dalam kontekstualisasi gempa dan pengungsian
2. Kegiatan diusahakan dapat memberikan perasaan gembira, lucu, dan mengasyikkan sesuai dengan dunia kehidupan anak yang penuh suka cita
3. Kegiatan harus diusahakan menjadi pengalaman bagi anak PAUD-anak SD yang bersifat unik dan menarik.

## **SIMPULAN**

Kegiatan pelaksanaan trauma healing berbasis cerita keagamaan dapat memberikan dampak positif bagi anak-anak di pengungsian terutama bagi kesehatan jiwa, mental dan kepekaan terhadap situasi dan kondisi gempa. Dari kegiatan ini anak-

anak merasa lebih stabil dan rasa cemas berkurang, mental lebih tangguh dan siap menghadapi kenyataan serta kepekaan terhadap situasi sosial sekitar.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Layne, C. M., Pynoos, R. S., & Cardenas, J. (2001). *Wounded adolescence: School-based group psychotherapy for adolescents who sustained or witnessed violent injury*. In M. Shafii & S. L. Shafii (Eds.), *School violence: Assessment, management, prevention* (p. 163–186). American Psychiatric Association.
- Clay, R. (2008, June). Science vs. ideology: Psychologists fight back about the misuse of research. *Monitor on Psychology*, 39(6). Diunduh dari: <http://www.apa.org/monitor/> tanggal 10 Agustus 2012.  
Melyloelhabox.blogspot.com.
- Pellowski, A. (1997). *The World of Storytelling*. New York: R.R.Bowker.
- Chirzin, M. (2007). *Belajar dari Kisah Kearifan Sahabat: Ikhtiar Pengembangan Pendidikan Islam*, Yogyakarta: Pilar Media
- Esther Giller. Sidran Institute. 2018. What is Psychological Trauma? (<https://www.sidran.org/resources/forsurvivors-and-loved-ones/what-ispsychological-trauma/>).
- Ardini Pupung Puspa. (2012). Pengaruh Dongeng dan Komunikasi Terhadap Perkembangan Moral Anak Usia 7-8 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak*, 1(1), 44-58. Doi : <https://doi.org/10.21831/jpa.v1i1.2905>