

---

## Trauma *Healing* Bagi Masyarakat Desa Mekkatta Kecamatan Malunda Kabupaten Majene Pasca Musibah Gempa Bumi

Fajriansyah<sup>1\*</sup>, Nurkhairi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Bagian Farmakologi dan Farmasi Klinik, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi, Makassar, Indonesia

<sup>2</sup>Bagian Teknologi Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi, Makassar, Indonesia

\*Email Korespondensi: [fajriansyah.fajrin@yahoo.com](mailto:fajriansyah.fajrin@yahoo.com)

Telp: +62-85299903000

---

---

### ABSTRAK

Dua gempa berkekuatan cukup besar mengguncang daerah Mamuju dan Majene, Sulawesi Barat dalam 2 hari secara berturut-turut membuat anak-anak menjadi trauma atas kejadian tersebut. Trauma *healing* merupakan metode penyembuhan pada gangguan psikologis yang dialami oleh seseorang karena lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan terapi bermain sebagai trauma *healing* kepada anak-anak. Kegiatan Trauma *Healing* yang dilaksanakan ini adalah sebuah partisipasi kami sebagai relawan yang berasal dari tim pengabdian STIFA Makassar. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi empat tahapan yaitu survei awal, penjajakan, persiapan dan pelaksanaan. Waktu Pelaksanaan kegiatan pada hari Selasa, tanggal 06 April 2021 dilaksanakan di Kantor Desa Mekkatta Kecamatan Malunda Kabupaten Majene Provinsi Sulawesi Barat. Total peserta yang hadir yaitu 76 orang terdiri dari anak-anak, orang tua dan perangkat desa. Kesimpulan dalam pengabdian ini adalah kegiatan trauma *healing* dapat membuat anak bahagia, mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya dan lebih percaya diri. Selain itu juga dapat membantu anak-anak dalam menghilangkan trauma yang dialami setiap anak atas kejadian yang menimpanya.

**Kata kunci:** Gempa Bumi; trauma *healing*; desa mekkatta

### ABSTRACT

Two earthquakes of quite large magnitude rocked the areas of Mamuju and Majene, West Sulawesi for 2 days in a row traumatizing the children. Healing trauma is a healing method for psychological disorders experienced by a person due to weak resilience of mental functions. This community service activity aims to provide play therapy as trauma healing to children. The healing trauma activity that was carried out was our participation as volunteers from the STIFA Makassar service team. The method of implementing this activity includes four stages; initial survey, assessment, preparation, and implementation. The implementation of the activity on Tuesday, April 6, 2021, at the Mekkatta Village Office, Malunda District, Majene Regency, West Sulawesi Province. The total participants who attended were 76 people consisting including children, parents, and village officials. The conclusion of this service is that healing trauma activities can make children happy - able to socialize with their peers and be more confident. In addition, it can help children eliminate the trauma experienced by each child for what happened to them.

**Keywords:** Earthquakes; healing trauma; mekkatta village

## 1. PENDAHULUAN

Gempa bumi adalah getaran asli dari dalam bumi, bersumber di dalam bumi yang kemudian merambat ke permukaan bumi akibat rekahan bumi pecah dan bergeser dengan keras.<sup>1</sup> Gempa bumi tektonik merupakan gempa bumi yang paling umum terjadi merupakan getaran yang dihasilkan dari peristiwa pematahan batuan akibat benturan dua lempeng secara perlahan-lahan itu yang akumulasi energi benturan tersebut melampaui kekuatan batuan, maka batuan di bawah permukaan.<sup>2</sup>

Dua gempa berkekuatan cukup besar mengguncang daerah Mamuju dan Majene, Sulawesi Barat dalam 2 hari secara berturut-turut. Gempa pertama terjadi pada hari Kamis (14/1/2021) pukul 14.45 WITA dengan kekuatan M 5,9. Gempa dengan kekuatan lebih besar kembali terjadi keesokan harinya, yakni pada Jumat (15/1/2021) dini hari pukul 02.28 WITA. Kerusakan yang terjadi sangat besar yang menyebabkan kerusakan lebih dari 300 rumah tinggal dan korban jiwa lebih dari 27 orang. Gempa ini terjadi di tengah pandemi Covid-19 yang masih meningkat. Hal ini membuat penanganan bencana lebih menyulitkan. Selain itu, banyak anak-anak yang juga merasakan trauma akibat kejadian gempa bumi tersebut. Trauma psikologis merupakan pengalaman individu atau kondisi yang sedang dialami, dimana individu tersebut merasa kewalahan secara emosi, kognitif, dan fisik sehingga kemampuan untuk mengatasi kondisinya terganggu.<sup>3</sup>

Selama ini bantuan yang diberikan berfokus pada pemenuhan makanan, pakaian, kesehatan, dan perlengkapan lainnya. namun belum ada bantuan mengenai penanganan trauma pasca bencana terutama pada anak-anak. Apabila tidak ditanggulangi masalah psikologisnya maka akan dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan dari anak-anak tersebut. Berdasarkan kondisi permasalahan tersebut, tim pengabdian STIFA Makassar melakukan pengabdian masyarakat ini yang bertujuan untuk memberikan terapi bermain sebagai trauma *healing* kepada anak-anak. Trauma *healing* dapat dijadikan sebagai salah satu metode dan atau cara yang dianggap paling tepat dalam upaya penyembuhan pada gangguan psikologis yang dialami oleh seseorang karena lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental. Trauma *healing* merupakan metode penyembuhan pada gangguan psikologis yang dialami oleh seseorang karena lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental.<sup>4</sup> Individu yang mengalami trauma pasca bencana membutuhkan penanganan agar korban tidak terpuruk lebih mendalam akibat kerugian material atau mental.

## 2. METODE PELAKSANAAN

### 2.1. Solusi dan Target Luaran

Banyak anak-anak yang merasakan trauma akibat kejadian gempa bumi di Desa Mekkatta. Kegiatan trauma *healing* ini dapat dijadikan sebagai salah satu solusi yang dianggap paling tepat dalam upaya penyembuhan pada gangguan psikologis yang dialami oleh anak-anak yang diakibatkan atas kejadian musibah gempa bumi tersebut.

### 2.2 Lokasi Kegiatan Pelaksanaan

Waktu Pelaksanaan kegiatan pada hari Selasa, tanggal 06 April 2021 dilaksanakan di Kantor Desa Mekkatta Kecamatan Malunda Kabupaten Majene Provinsi Sulawesi Barat.

### 2.3 Metode Kegiatan

Kegiatan trauma *healing* yang dilaksanakan ini adalah sebuah partisipasi kami sebagai relawan yang berasal dari tim pengabdian STIFA Makassar. Metode pelaksanaan kegiatan ini meliputi empat tahapan yaitu survei awal, penjajakan, persiapan dan pelaksanaan.

#### 1. Survei Awal

Survei awal dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui secara langsung kondisi mitra pada lokasi pelaksanaan pengabdian dan melakukan identifikasi permasalahan pada mitra pengabdian (Kepala Desa).

#### 2. Penjajakan

Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan kemudian ditentukan solusi dan membuat kesepakatan antara tim pengabdian dengan Mitra dalam menentukan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian.

#### 3. Persiapan

Peralatan yang dipersiapkan pada kegiatan ini yaitu sound system, spanduk, balon, door prize, alquran, hand sanitizer, masker, dll.

#### 4. Pelaksanaan

Pelaksanaan dari kegiatan pengabdian ini berupa terapi bermain sebagai trauma *healing*. Terapi yang diberikan terdiri dari 2 jenis terapi yaitu :

a. Terapi relaksasi yaitu dengan bermain games *outbound* sederhana

b. Terapi kebahagiaan yaitu dengan bernyanyi dan pembagian *door prize*

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Gejala psikologis yang apda umumnya terjadi karena tekanan emosional dalam diri seseorang yang disebabkan oleh kejadian atau pengalaman yang melukai atau kurang menyenangkan yang berkaitan dengan hal yang merusak mental atau kesehatan psikis seseorang disebut dengan trauma.<sup>5</sup> Kegiatan trauma *healing* merupakan salah satu dari rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat. Trauma *healing* yang dilakukan bertujuan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan mengembalikan kondisi emosional anak-anak pasca bencana gempa bumi dengan berbagai macam permainan yang dilakukan secara individu maupun kelompok. Total peserta pengabdian dihadiri sebanyak 76 anak sebagai korban bencana gempa bumi. Acara ini juga turut dihadiri oleh orang tua, perangkat desa dan kecamatan serta dosen dan Mahasiswa STIFA Makassar. Acara dimulai pada pukul 13.00 - 16.00 WITA.

Dunia anak merupakan dunia yang hampir keseluruhannya berupa tindakan dan aktifitas. Bermain merupakan bahasa anak, anak akan memiliki imajinasi yang sangat luas dengan dunia bermainnya sendiri. Karenanya bermain menjadi salah satu metode yang cukup baik dalam mengatasi kecemasan pada anak. Beberapa studi dan riset yang berkenaan dengan peran dan fungsi permainan bagi proses perkembangan anak banyak ditemukan. Bermain setidaknya dapat mempersiapkan mental anak untuk menerima situasi yang dihadapi sekarang. Sehingga bila digunakan pada situasi dan kondisi yang tepat dapat bermakna sebagai kegiatan fisik sekaligus sebagai terapi.<sup>6</sup>

Kegiatan diawali dengan perkenalan tim pengabdian kepada anak-anak dengan cara perkenalan yang menarik yaitu dengan cara membentuk lingkaran dan bergandengan tangan serta memperkenalkan dirinya kepada semua peserta, kemudian peserta yang lain akan menyebutkan salam diikuti nama dan mengangkat tangan kanannya dengan menggerakkan ke kiri dan ke kanan. Kegiatan tersebut dilakukan untuk menjalin kedekatan kepada sesama peserta dan kepercayaan diri. dilakukan dengan memulai terapi bermain yaitu dengan terapi bermain kebahagiaan.

1. Terapi bermain kebahagiaan

a. Bernyanyi

Permainan bernyanyi yaitu dengan menyanyikan lagu “apa kabar”. Permainan ini dilakukan dengan cara berpasangan. Kemudian masing-masing pasangan akan bernyanyi

disertai gerakan. Di akhir permainan pasangan ini akan berpisah dan cepat-cepat mencari pasangan yang lain. Siapa yang tidak mendapatkan pasangan maka dia akan keluar dari permainan ini. Permainan ini mayoritas diikuti anak-anak dari usia 4-8 tahun. Masa usia dini (0-6 tahun) merupakan masa keemasan (*golden age*) dimana stimulasi seluruh aspek perkembangan berperan penting untuk tugas perkembangan selanjutnya.<sup>7</sup> Respon dari permainan ini, semua anak terlihat tertawa bahagia memainkan permainan ini. Hal ini sesuai penelitian yang dilakukan Djohan (2016) yang menyatakan bahwa bernyanyi, untuk membantu perkembangan anak dalam artikulasi pada keterampilan bahasa, irama, dan kontrol pernapasan.<sup>8</sup> Kemudian apabila diikuti dengan gerak ritmis, maka gerak ritmis tersebut bermanfaat untuk mengembangkan jangkauan fisiologis, menggabungkan mobilitas/ketangkasan/ kekuatan, keseimbangan, koordinasi, konsistensi, pola-pola pernapasan, dan relaksasi otot.<sup>7</sup> Kemudian permainan tersebut juga peserta diwajibkan untuk mendengarkan nyanyian mereka. Mendengarkan musik melalui nyanyian peserta permainan tersebut dapat menstimulasi keterampilan kognisi, seperti memori dan konsentrasi.<sup>8</sup>

Permainan berikutnya yaitu “bernyanyi mencari teman”. Cara bermainnya yaitu peserta dalam posisi membuat lingkaran, kemudian seluruh peserta menyanyikan lagu “gembira di hati” diikuti dengan seluruh peserta berjalan sambil bertepuk tangan. Kemudian salah satu peserta akan menjadi pemimpin dan akan menentukan jumlah teman yang harus dicari dalam suatu kelompok. Ketika salah satu kelompok jumlah anggotanya tidak sesuai dengan jumlah yang ditentukan, maka kelompok tersebut kalah. Permainan ini membuat anak-anak senang dan tertawa gembira. Hal ini sesuai dengan pedoman Kemendikbud (2018) yang menyatakan bahwa permainan penemuan seperti menemukan teman ini mengharuskan dapat membantu anak-anak menjadi lebih bahagia.<sup>9</sup> Kegiatan permainan tersebut juga didukung oleh Sholehudin (2016) yang menyatakan manfaat bernyanyi yaitu memberi ketenangan somatik, menumbuhkan rasa humor, merangsang kemampuan berpikir, mengembangkan rasa harga diri, mendukung keberhasilan pelajaran yang lain, mengatasi kesulitan-kesulitan tertentu yang dialami anak.<sup>10</sup> Kegiatan ditutup dengan pembagian buah tangan dalam bentuk bingkisan. Para peserta pengabdian terlihat sangat bahagia dan antusias.

## GAMBAR, ILUSTRASI DAN FOTO



**Gambar 3.1.** Kegiatan Perkenalan Diri



**Gambar 3.2.** Kegiatan Trauma *healing* (Bernyanyi, *games*, dan *outbound*)

#### 4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan maka dapat disimpulkan bahwa trauma *healing* dapat membuat anak bahagia, mampu bersosialisasi dengan teman sebayanya dan lebih percaya diri. Selain itu juga dapat membantu anak-anak dalam menghilangkan trauma yang dialami setiap anak atas kejadian yang menimpanya.

#### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada perangkat Desa, Kecamatan dan Warga Desa Mekkatta Kecamatan Malunda Kabupaten Majene yang telah

menerima kami dengan ramah dan baik, mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Farmasi Makassar yang ikut serta dalam persiapan dan pelaksanaan pengabdian masyarakat sehingga kegiatan berjalan lancar.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Royani, L., & Madlazim. Studi Tentang Estimasi Awal Terjadinya Gempa Bumi Menggunakan Metode B-Value dan Z-Value. *Inovasi Fisika Indonesia*. 2017; 06, 97–103.
2. Khawiendratama, B. P. Analisa Perubahan Kecepatan Pergeseran Titik Akibat Gempa Menggunakan Data SuGar (Sumatran GPS Array). *Jurnal Teknik ITS*. 2016: 5(2). Available from <https://doi.org/10.12962/j23373539.v5i2.17595>.
3. World Health Organization. ICD-10 Version: 2010. Retrieved December 7, 2014, Available from: <http://apps.who.int/classifications/icd10/browse/2010>
4. KBBI. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI). 2016.
5. Habibah, L. U. Penanganan untuk menurunkan post traumatic stress disorder (PTSD) pada anak korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT): study kasus pada Dinas Sosial Jawa Tengah. UIN Walisongo. 2018.
6. Endah Nawangsih. Play Therapy Untuk Anak-anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*. 2014; 1(2), 164-178.
7. Trianto. Model-Model Pembelajaran Inovatif Berorientasi Konstruktivistik. Jakarta: Prestasi Pustaka.
8. Djohan. 2016, Terapi Musik “Teori dan Aplikasi, Galang Press: Yogyakarta. 2011.
9. Kemendikbud. Modul Bimbingan Teknis Pemulihan Trauma (*Trauma Healing*) Bagi Kepala Sekolah dan Pengawas Sekolah Pasca Bencana Kota Palu, Kab. Donggala, Kab. Sigi Provinsi Sulawesi Tengah. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan Direktorat Pembinaan Tenaga Kependidikan. 2018.
10. Sholehudin. Konsep Dasar Pendidikan Prasekolah. Bandung: IKIP. 2016.