



PENINGKATAN KESEHATAN MENTAL MASYARAKAT DESA HANTAKAN PASCA BENCANA BANJIR MELALUI PROGRAM TRAUMA HEALING

**Hardiyanti Ulfa Trianur ¹⁾, Nurul Afisa ²⁾, Dinda Eldina Aulia Rahmadanti ³⁾,
Khairunnisa Rahmi ⁴⁾, Tiara Nur Laila ⁵⁾**

- ¹⁾ Mahasiswa (Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung) email ulfa.dalboster@gmail.com
²⁾ Mahasiswa (Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung) email nurulafisa464@gmail.com
³⁾ Mahasiswa (Program Studi Hukum Tata Negara, Fakultas Syariah dan Hukum Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung) email dindaeldina85@gmail.com
⁴⁾ Mahasiswa (Program Studi Sastra Inggris, Fakultas Adab dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung) email khairunnisa.theye@gmail.com
⁵⁾ Mahasiswa (Program Studi Sejarah Peradaban Islam, Fakultas Adab dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung) email thiaranur99@gmail.com

Abstrak

Desa Hantakan, Kecamatan Hantakan, Kabupaten Sungai Hulu Tengah merupakan wilayah dataran yang rendah. Menurut Satu Data Banua, Provinsi Kalimantan Selatan, Kabupaten Sungai Hulu Tengah memiliki ketinggian wilayah sekitar 9 meter di atas permukaan laut. Pada awal tahun 2021, Desa Hantakan mengalami musibah banjir yang besar sehingga mengakibatkan dampak psikologis paska bencana bagi warga seperti adanya rasa cemas, takut bahkan mengalami trauma apabila hujan turun dengan intensitas yang lama. Trauma terhadap korban bencana alam tidak bisa dibiarkan berlarut-larut. Agar korban bencana dapat melanjutkan hidupnya secara normal diperlukan trauma healing. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengedukasi masyarakat korban banjir tentang tata cara mengatasi dan menurunkan tingkat kecemasan yang dialami warga. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini dilakukan secara online maupun offline. Metode online dilakukan pada kegiatan pembuatan materi pamflet edukasi dan sosialisasi, sedangkan metode offline dilakukan pada kegiatan penyebaran pamflet di beberapa titik kumpul Desa Hantakan dan juga kegiatan yang bertujuan menurunkan tingkat kecemasan dan trauma seperti bermain, belajar bersama anak-anak, senam bersama warga usia lanjut dan beberapa kegiatan lainnya. Hasil dari pengabdian ini sebanyak 40% dari target warga yang mengalami trauma telah memperoleh pengetahuan tentang tata cara mengatasi dan menurunkan tingkat kecemasan paska bencana dan diharapkan menjadi bekal warga untuk pencegahan resiko trauma paska kejadian bencana.

Kata Kunci: banjir, trauma, edukasi.

Abstract

Hantakan Village is located in the Hantakan Subdistrict of the Hulu Tengah River Regency. Hulu Tengah River Regency is roughly 9 meters above sea level, according to Satu Data Banua, South Kalimantan Province. As a result, it is a lowland area in the province of South Kalimantan. Hantakan Village was hit by a flood in early 2021 that was severe enough to inflict people post-disaster psychological effects such as worry, terror, and possibly trauma if it rained for long enough. Natural disaster victims must be permitted to suffer in silence. Trauma healing is required for disaster victims to resume their usual lives. The goal of this research is to educate flood victims through socialization, counseling via pamphlet media that includes information on how to overcome and reduce the level of anxiety experienced by Hantakan Villagers, as well as other activities such as playing and learning with children, learning, gymnastics with parents, and so on. So that the community's trauma from the flood preparation of materials and pamphlets, online stages are used. After that, flyers were distributed to different meeting areas in Hantakan Village. As a result of this dedication, it comes out that roughly 40% of the targets who had post-disaster stress were able to absorb the information delivered.

Keywords: *flood, trauma, education*

A. PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2021, terjadi bencana banjir yang cukup besar di Provinsi Kalimantan Selatan. Hal ini mengakibatkan 70 Kecamatan dari 11 Kabupaten/ Kota terkena imbas dari bencana banjir tersebut. Kabupaten Hulu Sungai Tengah merupakan kabupaten yang terdampak cukup parah dari bencana banjir ini. Salah satu desa yang terkena imbas dari bencana banjir ini merupakan Desa Hantakan, Kecamatan Hantakan, Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Bencana banjir tersebut mengakibatkan banyak kerugian bagi masyarakat Desa Hantakan seperti: rusaknya rumah warga, barang elektronik yang rusak dan hilang, dokumen milik sekolah yang hilang, memakan satu korban jiwa dan juga mengakibatkan trauma yang membekas di masyarakat terutama bagi para orang tua.

Dalam hal ini trauma tersebut masih membayangi masyarakat saat terjadinya hujan yang cukup lama. Kejadian ini terjadi pada salah satu warga Desa Hantakan, jika terjadi hujan dengan intensitas cukup lama, bapak tersebut bergegas ke daerah yang lebih tinggi dengan membawa barang-barang penting yang ingin diselamatkan. Hal ini dapat dilihat bahwa bapak tersebut memiliki trauma yang cukup mendalam dari tragedi bencana banjir ini.

B. METODOLOGI PENGABDIAN

Metode KKN DR Sisdamas adalah pemberdayaan masyarakat, memadukan penelitian dan pengabdian, menggunakan tahapan: 1) refleksi sosial, 2) perencanaan program, 3) pelaksanaan program dan 4) evaluasi program.

Adapun yang menjadi objeknya anak- anak dan orang tua yang mengalami trauma paska bencana banjir.

Berdasarkan kutipan di atas, KKN ini akan dilakukan di lingkungan tempat tinggal peneliti, yaitu Kabupaten Hulu Sungai Tengah Provinsi Kalimantan Selatan dengan objek spesifik di Desa Hantakan, dalam pelaksanaannya peneliti tetap mengikuti anjuran dari LP2M yaitu dengan memberdayakan masyarakat demi kebaikan masyarakat itu sendiri.

C. PELAKSANAAN KEGIATAN

Pelaksanaan kegiatan KKN Sisdamas yang dilakukan adalah dengan melakukan kerjasama bersama Kepala Desa Hantakan. Pelaksanaan KKN pada program kerja penyebaran pamflet trauma *healing* ini berlangsung sejak 2 Agustus – 21 Agustus 2021. Adapun tahapan kegiatan yang berlangsung sebagai berikut:

D. Tahap I: Refleksi Sosial

Tahap refleksi sosial merupakan tahapan awal dalam pelaksanaan KKN DR Sisdamas yang dilaksanakan pada tanggal 2 Agustus - 7 Agustus 2021.

Sebelum memulai kegiatan KKN, peneliti mengidentifikasi masalah yang terjadi di Desa Hantakan. Peneliti berasma bagian BPBD mengunjungi lokasi terjadinya bencana banjir di awal tahun 2021. Tempat tinggal warga yang kehilangan rumah sementara diberi bantuan berupa HUNTARA (Hunian Sementara) setiap kepala keluarga, di mana setiap anggota keluarga yang meninggal akan diberi dana bantuan sebesar Rp50 juta.



Gambar 1. HUNTARA (Hunian Sementara)

Pada 7 Agustus 2021, peneliti bersama warga Desa Hantakan berdiskusi mengenai trauma yang dihadapi jika terjadi hujan dalam intensitas yang lama. Trauma tersebut masih membekas hingga sekarang. Setelah itu, peneliti berdiskusi mengenai program kerja yang dapat menurunkan tingkat kecemasan dari warga Desa Hantakan.



Gambar 2. Survei Wilayah Bencana Banjir

Tahap II: Perencanaan Program

Tahap perencanaan program dilakukan setelah peneliti melakukan identifikasi permasalahan yang terjadi dan menyusun rencana yang akan dilakukan untuk penyelesaian masalah tersebut. Tahapan ini dilaksanakan pada tanggal 8 – 10 Agustus 2021. Sebelum peneliti melakukan perencanaan program pada 8 Agustus, peneliti menyusun kerangka materi sebagai bahan program kerja. Pada tanggal 9 – 10 Agustus 2021, peneliti mulai mencari materi tentang trauma *healing*. Proses pengumpulan materi tersebut dilakukan dengan mencari bahan dari internet dan berdiskusi bersama.

E. Tahap III: Pelaksanaan Program

Setelah melaksanakan tahap perencanaan maka tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan dari rencana yang telah ditetapkan. Tahap ini dilaksanakan pada 15 - 21 Agustus 2021. Sebelum melakukan penyebaran pamflet, peneliti mencetaknya terlebih dahulu. Kemudian penyebaran pamflet dilakukan di beberapa titik tempat berkumpul warga Desa Hantakan, seperti: di majalah dinding sekolah dasar, posyandu, Kantor Desa Hantakan, Kantor Kecamatan Hantakan. Selain itu, cara untuk menurunkan tingkat kecemasan pada anak-anak di wilayah Desa Hantakan mengajak mereka bermain dan berkompetisi dalam rangka Hari Kemerdekaan Republik Indonesia. Perayaan 17-an di Desa Hantakan sudah vacuum kurang lebih 2 tahun belakang dengan alasan biaya yang seharusnya dialokasikan ke perlombaan 17-an namun biaya tersebut digunakan untuk penanganan *covid-19*. Kegiatan positif lainnya, peneliti

bermain dan belajar disetiap sore hari. Tujuannya untuk memperbanyak kegiatan anak-anak di Desa Hantakan agar dapat melupakan trauma yang dialami.



Gambar 3. Penyebaran Pamflet di Beberapa Titik Desa Hantakan



Gambar 4. Bermain Bersama Anak-anak Desa Hantakan

F. Tahap IV: Evaluasi Program

Dari pelaksanaan program yang peneliti laksanakan, peneliti melakukan evaluasi untuk mengetahui kekurangan dari program yang dijalankan. Media penyebaran pamflet sekitar 40% dari target sasaran yang mengalami trauma yang dapat memahami edukasi mengenai pemulihan trauma dan penurunan tingkat kecemasan. Baiknya mengundang pemateri yang ahli dibidang trauma *healing* untuk mengedukasi masyarakat secara langsung agar program tersebut bisa menjadi lebih efektif.

G. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil diskusi yang dilakukan saat pelaksanaan kegiatan telah diketahui beberapa faktor yang dapat menyebabkan trauma paska banjir itu muncul. Faktor utama yang menyebabkan trauma, yaitu: hujan berlangsung dengan intensitas yang lama dan hujan disertai angin kencang. Sehingga dari program tersebut ditujukan untuk menurunkan tingkat kecemasan warga dengan memberikan edukasi

melalui sosialisasi dan penyuluhan tentang bagaimana cara memulihkan trauma dan menurunkan tingkat kecemasan yang ada pada diri warga-warga Desa Hantakan.

Dari program penyuluhan dan sosialisasi trauma healing ini didapatkan sekitar 40% dari target sasaran yang mengalami trauma dapat memahami edukasi yang diberikan. Peneliti mengetahui hal tersebut dari menanyakan secara langsung kepada warga dan anak-anak yang mengalami trauma seputar edukasi yang telah diberikan.

Dari program ini trauma yang dialami oleh masyarakat Desa Hantakan lambat laun akan menurun dengan sendirinya. Penurunan tingkat kecemasan tersebut dapat terus menurun jika edukasi yang diberikan dapat dipahami dan memperbanyak kegiatan anak-anak Desa Hantakan sehingga trauma yang membekas akan berkurang.

H. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih ini diucapkan kepada semua pihak yang telah membantu melancarkan kegiatan KKN DR ini: Pembimbing KKN Ibu Ira Ryski Wahyuni, M.T., Pembakal Desa Hantakan Ibu Srie Ruswidawati, S.Pd., Kepala Satgas Covid-19 Desa Hantakan Bapak Rudiansyah, Sekretaris Ibu PKK Ibu Rohimah, Bapak Madi, Ibu Iyang, Ibu Sari, dan Ibu Asih.

I. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa telah adanya peningkatan kesadaran warga mengenai edukasi dalam menurunkan tingkat kecemasan melalui program sosialisasi, penyuluhan dengan menggunakan media pamflet dan juga kegiatan lainnya seperti bermain, belajar, senam bersama dan lain sebagainya yang dilakukan dengan orangtua, anak-anak serta warga desa Hantakan. Hasilnya dari 40% target sasaran yang mengalami trauma dapat memahami edukasi yang diberikan.

J. Saran

Agar lebih efektif sebaiknya mengundang pemateri ahli dibidang trauma *healing* untuk mengedukasi secara langsung kepada masyarakat Desa Hantakan yang mengalami trauma paska bencana.

K. DAFTAR PUSTAKA

Andriani, M. 2018. *Pemanfaatan Media Pembelajaran Untuk Mengatasi Trauma Healing Bagi Anak-Anak Usia Sekolah Di Pengungsian Pasca Letusan Gunung Sinabung Sumatera Utara*. Jurnal Kapita Selektu Geografi. 1(2).

- Humaira & Lamusiah, S. 2018. *Psikososial Sebagai Bentuk Trauma Healing Untuk Anak-Anak Terdampak Gempa Di Dusun Tanjung, Kabupaten Lombok Utara, NTB*. Jurnal Pengabdian. 1(1).
- Maruti, S, E, dkk. 2021. *Upaya Penyembuhan Trauma Pascabencana Pada Anak-Anak Desa Banaran Ponorogo Dengan Permainan Tradisional Dan Tembang Dolanan*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JURPIKAT). 2(1).
- Muliani, Nurintan. 2019. *Trauma Healing Perspektif Islam dan Barat (Sufi Healing dan Konseling Traumatik)*. Jurnal Bimbingan Konseling Islam. 1(2).
- Nawangsih, E. 2014. *Playtheraphy Untuk Anak-Anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Disorder/PTSD)*. Jurnal Ilmiah Psikologi (Psychopathic). 1(2).
- Qodim, Husnul, dkk. 2021. *Petunjuk Teknis Kuliah Kerja Nyata Dari Rumah*. LP2M Uin Sunan Gunung Djati Bandung. Bandung
- Rahman, Ade. 2018. *Analisa Kebutuhan Program Trauma Healing Untuk Anak-Anak Pasca Bencana Banjir di Kecamatan Sungai Pua Tahun 2018 : Implementasi Manajemen Bencana*. 12(7).
- Salamor, M, A, dkk. 2020. *Trauma Healing Dan Edukasi Perlindungan Anak Pasca Gempa Bagi Anak-Anak Di Desa Waa*. Jurnal Pengabdian Masyarakat. 1(3).
- Wula, Z, dkk. 2021. *Trauma Healing Berbasis Bermain Sambal Belajar Bagi Anak-Anak Pasca Badai Seroja Di Pulau Kera*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. 3(1).