

MODEL KONSELING TRAUMA PASCA GEMPA MELALUI TERAPI PERMAINAN KELOMPOK TERHADAP SISWA MADRASAH IBTIDAIYAH DAN MADRASAH TSANAWIYAH DI KOTA PADANG¹

Irman² & Hadiarni³

¹ Disampaikan pada *International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling”* Tanggal 6-7 Juni 2012 di STAIN Batusangkar-Indonesia

^{2&3}. Dosen Bimbingan dan Konseling di STAIN Batusangkar-Indonesia

Abstract: *This research was aimed at building students’ self confidence, improving their mental spiritual strengths, and learning motivation as well, and fixing their peer social interaction as the effects of huge earthquake taking place in Padang, on Wednesday, 30 September 2009. The focus of the research was the students of islamic elementary s (MI) and junior high schools (MTs) in Padang. To achieve the aims, Participatory Action Research (PAR) was employed. The data of the research were collected through in depth interview, observation and open-ended questionnaire which were addressed to students and teachers of the schools. Based on the data, the counseling team and the teachers conducted group play therapy based counseling. The findings of the research showed that group play therapy based counseling could help the students in handling post traumatic condition they had gone through. In general, those students who got the therapy showed better psychological conditions, such as feeling happier, getting new motivation, building positive and dynamic interaction, and empathy. They seemed more prepared for the possible issues dealing with earthquake and tsunami in Padang.*

Key Words: *Counseling model, traumatic, therapy, group play.*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk melahirkan kepercayaan diri siswa, meningkatkan kekuatan mental spiritual siswa, dan mendorong motivasi belajar siswa serta memulihkan interaksi sosial siswa dengan teman sebaya yang terganggu akibat gempa yang mengguncang Kota Padang, Rabu 30 September 2009. Pencapaian berbagai tujuan tersebut menggunakan rancangan penelitian *Participatory Action Reserach* (PAR). Fokus penelitian adalah siswa Madrasah Ibtidaiyah (MI) dan Madrasah Tsanawiyah (MTs) di Kota Padang. Data penelitian dikumpulkan melalui teknik wawancara, observasi, dan angket terbuka yang diberikan kepada siswa dan guru, kemudian tim bersama guru pendamping melakukan konseling melalui terapi permainan kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa permainan kelompok dapat membantu siswa dalam mengatasi trauma pasca gempa yang mereka alami. Rata-rata siswa yang mendapatkan terapi, terjadinya perubahan yang lebih baik seperti perasaan senang, lahirnya motivasi baru, terbangunnya interaksi yang positif dan dinamis, munculnya nilai-nilai empati, dan trauma yang dialami siswa dapat terentaskan dengan baik, serta terbangunnya kekuatan mental spritual dalam menghadapi berbagai kemungkinan dan berbagai isu gempa, tsunami yang berkembang di Kota Padang.

Kata Kunci: *Model Konseling, trauma, terapi, permainan kelompok*

A. LATAR BELAKANG

Gempa berkekuatan 7,9 Skala Richter yang mengguncang Sumatera Barat, yang terjadi pada hari Rabu, 30 September 2009 tepatnya jam 17.16 WIB, telah mengakibatkan 1.117 (seribu seratus tujuh belas) orang meninggal dunia, dan kerugian materil ditaksir mencapai 2 Triliun lebih. Akibat dari gempa tersebut, juga merusak ratusan ribu rumah penduduk, perkantoran, sarana kesehatan, fasilitas pendidikan, pasar dan fasilitas umum lainnya. Hal yang sangat vital akibat gempa adalah terganggunya pemenuhan kebutuhan hajat orang banyak, seperti; aliran listrik putus total, saluran air bersih tidak lagi berfungsi sebagaimana mestinya, jaringan komunikasi hilang seketika dan sebagian besar kota/kabupaten di Sumatera Barat menjadi lumpuh total seperti; Kota Padang, Kota Pariaman, Kabupaten Padang Pariaman, Kabupaten Agam, Kabupaten Pasaman dan kabupaten Pesisir Selatan.

Khusus Kota Padang yang menjadi pusat gempa, kondisinya sangat menecem. Harga kebutuhan hidup melambung naik dan susah untuk didapat. Bahan kebutuhan pokok sehari-hari bagaikan barang langka sehingga harga jualnya naik berkali-kali lipat, untuk mendapatkan premium dan air bersih harus sabar untuk

mengantri. Aktivitas perkantoran pemerintah maupun swasta terhenti. Masyarakat memilih untuk berdiam di rumah masing-masing, sambil berjaga-jaga akan adanya gempa susulan. Di samping itu masyarakat juga disibukan dengan aktivitas membersihkan puing-puing rumah yang hancur akibat gempa.

Banyak anak-anak terpaksa kehilangan orang tua kandung atau anggota keluarga lainnya. Rumah sakit tempat perawatan orang-orang yang cedera akibat gempa jumlahnya semakin bertambah dan para dokter kesulitan untuk melakukan perawatan. Ribuan kelas untuk sarana pendidikan tidak bisa digunakan lagi, karena hancur dan bahkan ada yang rata dengan tanah. Siswa-siswi terpaksa belajar di tenda-tenda dan sekolah darurat yang dibangun oleh pemerintah dan lembaga sosial dengan kondisi pembelajaran berjalan apa adanya. Sementara itu orang tua siswa selalu dihantui perasaan waswas ketika melepas anaknya pergi ke sekolah dan ada diantara orang tua yang memiliki kekhawatiran yang tinggi akan keselamatan anaknya, maka ia melarang anaknya untuk sementara waktu tidak usah pergi ke sekolah, hingga kondisi benar-benar sudah dianggap membaik. Kerusakan yang diakibatkan Gempa di Kota Padang, dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1
Rekapitulasi Dampak Bencana Gempa Tanggal, 9 September 2009

No	Indikator	Kondisi		
		Rusak Berat	Rusak Sedang	Rusak Ringan
1	Rumah Penduduk	35.927	36.340	38.953
2	Rumah Sakit (kesehatan)	9	10	2
3	Kantor	59	19	14
4	Jalan	8	22	-
5	Jembatan	8	19	3
6	Irigasi	7	-	-
7	Rumah Ibadah	198	173	152
8	Pasar	5	11	4
9	Meninggal Dunia	312 Orang		
10	Luka Berat	181 Orang		
11	Luka Ringan	424 Orang		
12	Hilang	4 Orang		

Sumber: Kepala Bagian Kesbang Politik dan Linmas tanggal 9 Oktober 2009

Sementara itu data secara rinci, dapat dilihat gambarannya pada tabel tentang kerusakan sarana pendidikan yang diakibatkan oleh gempa di Kota Padang, berikut ini:

Tabel 2
Rekapitulasi Kerusakan Sekolah Pasca Gempa Tanggal, 30 September 2009

No	Kerusakan	Kondisi Kerusakan	Tingkatan			
			TK/SD	SMP	SMA	SMK
1	Ruangan Kelas	Berat	673	205	182	128
		Sedang	513	129	89	54
		Ringan	406	161	78	57
2	Perpustakaan	Berat	56	8	3	7
		Sedang	43	11	1	4
		Ringan	49	12	4	1
3	Labor	Berat	-	18	15	34
		Sedang	-	5	9	7
		Ringan	-	14	4	1
4	Kantor	Berat	128	24	7	16
		Sedang	73	14	11	8
		Ringan	70	15	16	4
5	WC	Berat	203	84	23	25
		Sedang	136	3	18	7
		Ringan	84	6	4	2
6	Peralatan	Berat	50	463	244	419
		Sedang	9	31	0	14
		Ringan	2	2	4	5
7	Pagar	-	10262 M	4162 M	-	1780
8	Tenda yang Dibutuhkan	-	418	110	57	77

Sumber: Diknas Kota Padang, tanggal 7 Oktober 2009

Di samping kerugian dan kerusakan material yang telah disebutkan di atas, masih banyak lagi kerugian non-material yang diderita oleh masyarakat pasca bencana gempa, bentuk kerugian tersebut adalah perasaan was-was, stres, trauma, depresi dan psikosomatis. Dampak psikologis ini dirasakan oleh berbagai lapisan masyarakat, baik orang tua maupun anak-anak. Khusus bagi siswa sekolah setingkat SD dan SLTP dari pemantauan Tim Pemberdayaan di lapangan, menunjukkan bahwa siswa kehilangan semangat belajar dan rendahnya motivasi belajar, serta ketakutan yang besar akan munculnya gempa susulan dengan kekuatan yang lebih besar.

Secara spesifik, kondisi yang masih dirasakan oleh siswa pasca gempa tanggal 30 September 2009 di Kota Padang, adalah sebagai berikut:

1. Kondisi mental siswa yang tidak stabil, dengan ciri-ciri: (a) perasaan cemas dan takut (*nervous*) akan munculnya gempa yang memiliki kekuatan yang lebih besar masih dialami siswa, (b) pikiran galau dan tidak menentu (c) suasana batin kacau (*shock*), (d) percaya diri menjadi rendah, (e) pikiran irasional muncul, tumbuh dan berkembang seiring dengan mengapungnya berbagai isu-isu yang tidak bertanggung jawab.

2. Motivasi belajar siswa terganggu, dengan ciri-ciri: (a) tidak bersemangat pergi ke sekolah, (b) siswa sering terlambat ke sekolah, (c) banyak bingung ketika belajar, (d) kurang bergairah dalam belajar
3. Interaksi sosial siswa dengan teman sebaya masih terganggu, hal ini terlihat ketika mereka berinteraksi dengan teman sebaya

Berbagai persoalan yang telah disebutkan di atas, khususnya masalah psikologis yang dialami siswa, tentu sangat membutuhkan penanganan yang cepat dan serius dari berbagai lapisan masyarakat baik pemerintah maupun swasta. Seperti Pemerintahan Daerah, Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM), Ormas, perguruan tinggi dan kalangan profesional yang menekuni bidang persoalan ini, diantaranya kalangan pekerja sosial, muballigh/ulama, psikolog, psikiater dan praktisi bimbingan konseling (konselor).

Dengan penanganan yang tepat sasaran dan profesional sesuai bidang-bidang yang disebutkan di atas, diharapkan siswa yang berada dalam kondisi trauma pasca gempa dan berpengalaman trauma akan dapat dilayani dengan baik, menuju kearah yang lebih baik. Sehingga siswa memiliki kekuatan mental spritual dan dapat beraktivitas dalam kehidupan sehari hari sejalan dengan tugas-tugas perkembangan yang dimilikinya.

B. KAJIAN TEORI

Trauma berasal dari bahasa Yunani yang berarti luka. Kata tersebut sering digunakan untuk menggambarkan situasi akibat peristiwa yang dialami seseorang atau sekelompok orang. Para psikolog dan konselor menyatakan, bahwa trauma dalam istilah psikologi berarti suatu benturan atau suatu kejadian yang dialami seseorang yang meninggalkan bekas psikologis. Sehingga peristiwa tersebut sangat sulit untuk dihilangkan dan

mengganggu aktivitas kehidupan sehari-hari.

Secara istilah trauma merupakan guncangan jiwa yang terjadi pada diri seseorang, mengakibatkan terganggunya tugas-tugas perkembangan yang dilaluinya. Sedangkan menurut Schiraldi (2000) trauma adalah gangguan psikologis dan luka emosional yang dialami oleh individu yang mengalami suatu peristiwa tragis dan luar biasa.

Gempa tanggal 30 September 2009, merupakan pengalaman yang luar biasa dan sangat menakutkan yang dialami oleh siswa di Kota Padang. Gempa memporak porandakan bangunan rumah, gedung dan perkantoran serta banyaknya korban yang berjatuh, hal ini mengakibatkan terjadinya guncangan jiwa yang hebat dan luka psikologis yang terjadi pada diri siswa. Adapun bentuk luka psikologis yang dirasakan oleh siswa diantaranya: rasa takut yang mendalam, cemas, trauma dan stress, yang berujung terganggunya aktivitas belajar, hal ini ditandai dengan menurunnya motivasi belajar dan melemahnya interaksi antara sesama siswa.

Untuk pemulihan kondisi trauma yang dialami siswa dibutuhkan, sebuah pelayanan melalui konseling. Menurut C. Patterson (1959) mengemukakan bahwa konseling adalah proses yang melibatkan hubungan antar pribadi antar seorang terapis menggunakan metode-metode psikologis atas dasar pengetahuan sistematis tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan tentang kepribadian manusia dalam upaya meningkatkan kesehatan mental klien.

Djumhur dan Mohammad Surya dalam Anas Salahudin (2009) menyatakan bahwa konseling adalah suatu proses pemberian bantuan yang terus menerus dan sistematis kepada individu untuk memecahkan masalah yang dihadapinya, dengan demikian individu memiliki kemampuan untuk memahami dirinya (*self understanding*), kemampuan untuk menerima dirinya (*self acceptance*), kemampuan untuk mengarahkan dirinya

(*realization*) sesuai dengan potensi dan kemampuannya dalam mencapai penyesuaian diri dengan lingkungan, baik keluarga, sekolah dan masyarakat.

Selanjutnya, Kathryn Geldard dan David Gildard (2007) menyatakan bahwa konseling adalah proses pemberian bantuan atau pertolongan yang sistematis dari pembimbing (konselor) kepada konseli (siswa) melalui pertemuan tatap muka atau hubungan timbal balik antara keduanya untuk mengungkapkan masalah konseli sehingga konseli mampu melihat masalah sendiri, mampu menerima dirinya, sesuai dengan potensinya, dan mampu melihat masalah yang dihadapinya.

Adapun tujuan dari konseling adalah terjadinya perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik, kesehatan mental, pemecahan masalah yang dialami oleh klien, terciptanya pribadi-pribadi yang efektif dan lain-lain sebagainya. Adapun secara rinci dijelaskan oleh Shertzer & Stone, dalam Soli Abimayu dan Thayeb Manrihu (1996) bahwa tujuan dari konseling adalah: (1) perubahan tingkah laku, perubahan respons-respons khusus terhadap orang lain atau terhadap diri sendiri sehingga terbuka kemungkinan untuk hidup produktif dan memuaskan dengan tidak mengabaikan pembatasan-pembatasan yang dituntut oleh masyarakat, (2) kesehatan mental, tercapainya integrasi, penyesuaian diri dan identifikasi positif dengan orang lain, (3) pemecahan masalah yang dialami oleh klien, (4) keefektifan pribadi, mampu mengendalikan dorongan-dorongan dari dalam dan memberikan respons-respons yang layak terhadap frustrasi, permusuhan dan keterpaksaan, (5) pengambilan keputusan, berkaitan dengan memilih alternatif tindakan, mengetahui mengapa dan bagaimana ia melakukan, belajar mengestimasi konsekuensi-konsekuensi yang mungkin terjadi, belajar memperhatikan dan mempertimbangkan nilai-nilai yang dianut secara sadar dalam pengambilan keputusan.

Sedangkan, Thohari Musnamar (2008) menyatakan bahwa tujuan dari konseling adalah untuk membantu klien menyelesaikan problem yang mengganggu mereka, mengembangkan beragam cara yang lebih positif untuk menyikapi hidup, menumbuhkan dan mengembangkan keterampilan pribadi, memecahkan masalah-masalah klien dan menumbuhkan kekuatan mereka dalam menyikapi hidup.

Diharapkan melalui kegiatan konseling, siswa yang mengalami trauma atau yang berpengalaman trauma, dapat dientaskan dengan baik, melalui beberapa jenis layanan yang ada dalam konseling, sebagaimana yang diungkapkan oleh Prayitno (1999) sembilan jenis layanan tersebut adalah: (1) layanan orientasi, (2) layanan Informasi, (3) layanan penempatan dan penyaluran, (4) layanan penguasaan konten, (5) layanan konseling perorangan, (6) layanan bimbingan kelompok, (7) layanan konseling kelompok, (8) layanan konsultasi, dan (9) layanan mediasi.

Dari sembilan jenis layanan yang disebutkan, khusus penanganan siswa berpengalaman trauma, ataupun siswa yang mengalami trauma akibat gempa. Sangat tepat dilakukan konseling melalui terapi permainan kelompok. Karena melalui permainan akan melahirkan rasa senang, gembira dan siswa bisa mengekspresikan dirinya. Sehingga kebekuan dan luka psikologis bisa disembuhkan dengan baik.

Menurut Dockett, dalam Ifa H. Misbach (2006), bermain merupakan kegiatan spontan, tanpa beban, dan tanpa aturan yang mengikat. Ketika bermain anak bereksplorasi, menemukan sendiri hal yang sangat membanggakannya. Hal ini menjadi sarana yang sangat baik bagi anak untuk mengembangkan diri, baik perkembangan emosi, sosial, fisik maupun intelektualnya.

Sedangkan Menurut Nandang Rusman (2009) ada tujuh alasan menggunakan permainan dalam kelompok,

yaitu: (1) mengembangkan diskusi dan partisipasi, penggunaan permainan dalam kelompok sering kali dapat meningkatkan partisipasi anggota kelompok dengan cara memberikan mereka pengalaman umum, bermain dapat menjadi cara untuk menstimulasi minat dan energi anggota kelompok, (2) memfokuskan kelompok, suatu permainan dapat digunakan untuk memfokuskan anggota pada suatu isu atau topic yang umum, (3) mengangkat suatu fokus, konselor bisa juga menggunakan permainan untuk mengangkat suatu fokus saat ia merasa sebuah topik baru dibutuhkan, (4) memberikan kesempatan untuk pembelajaran eksperiensial, (5) memberi konselor informasi yang berguna, permainan juga berguna untuk mendapatkan informasi dari anggota kelompok yang akan digunakan trainer dalam diskusi, dalam hal ini permainan rounds sering kali digunakan, (6) memberikan kesenangan dan relaksasi, permainan tertentu dapat melonggarkan suasana dalam kelompok melalui canda tawa dan relaksasi, (7) meningkatkan level kenyamanan.

Hal ini juga dipertegas oleh De Porter & Hernacki (1992) yang menyatakan bahwa sistem kognisi dan emosi anak berkembang melalui permainan, peniruan, dan cerita. Selanjutnya dijelaskan Wilcox (1986) mengemukakan bahwa permainan simulasi dapat menjadi instrumen yang sangat efektif bagi peningkatan aspek pribadi dan antar pribadi siswa.

Melalui permainan kelompok siswa mendapatkan berbagai perolehan dan keuntungan, diantaranya, sebagaimana dijelaskan oleh Sweeney and Homeyer dalam Nandang Rusman (2009), ada sembilan keuntungan dari terapi permainan kelompok, yaitu (1) kelompok dapat meningkatkan spontanitas anak sehingga level partisipasi mereka juga tinggi, (2) terapi permainan kelompok dapat merespon dua persoalan sekaligus yaitu dimensi *intrapsikis* dan *interpersonal* anak, (3) dalam adengan kelompok

memungkinkan untuk terjadinya refleksi dan katarsis, (4) terapi permainan kelompok merupakan kesempatan bagi anak untuk mencapai *self-growth* dan *self exploration*, (5) melalui terapi permainan kelompok (*group play therapy* lebih didekatkan dengan realitas kehidupan sebenarnya, (6) karena terapi permainan kelompok ibarat miniatur masyarakat maka anak akan memahami makna kehadirannya bagi anak-anak yang lain, (7) adengan dalam terapi permainan kelompok dapat mengurangi kecendrungan anak berfantasi dalam menyelesaikan masalah yang dialaminya, (8) anak memiliki peluang untuk mempraktekkan pada kehidupan sehari-hari pengalaman yang diperoleh dalam terapi permainan kelompok, dan (9) kehadiran satu atau beberapa orang anak mungkin dapat membantu dalam pengembangan hubungan terapeutik bagi beberapa orang anak.

Dari berbagai keuntungan melalui permainan kelompok yang telah disebutkan di atas, seorang konselor juga harus memperhatikan faktor-faktor yang sangat berperan penting melahirkan suatu perubahan pada diri siswa. Menurut Sweeney and Homeyer (1999) menjelaskan ada dua faktor yang sangat berperan penting dalam melahirkan perubahan sikap melalui terapi permainan kelompok, yaitu (1) terapi melalui permainan kelompok telah mengembangkan suatu teori sistematis dengan prinsip yang dapat diuji melalui metode ilmiah dan memiliki akar epistemologi yang jelas sehingga mendorong banyak ahli terapi untuk mencobakan terapi permainan kelompok sebagai upaya untuk memenuhi tuntutan yang berkembang, (2) tujuan terapi permainan kelompok memberikan efek perubahan dasar bagi keseimbangan yang intrapsikis individu, melalui hubungan, perolehan kelegaan, kekuatan fikiran, pengujian realitas dan sublimasi. Terapi juga mendorong timbulnya keseimbangan baru dalam struktur kepribadian, ego yang semakin kokoh, superego yang diserasikan, dan cita-cita yang semakin membaik,

pengalaman pribadi yang diperoleh menjanjikan efek-efek penyembuhan.

Dalam terapi konseling melalui permainan kelompok, seorang konselor dapat mengamati perubahan-perubahan yang lahir pada diri siswa, Menurut Rus (dalam Nandang Rusman, 2009), dengan mengamati proses permainan, konselor dapat melihat ekspresi dari sejumlah proses kognisi, afeksi dan proses interpersonal. Proses kognisi berkenaan dengan: (1) *organisasi*, adalah proses psikologis yang terkait dengan kemampuan untuk mendeskripsikan suatu fenomena dengan logis dan sistematis, (2) *berpikir divergen*, berkaitan dengan kemampuan individu untuk mengembangkan sejumlah gagasan, tema cerita dan symbol secara kreatif, (3) *simbolisme*, berkaitan dengan kemampuan untuk mentransformasi objek-objek biasa (balok, logo) kedalam representasi-representasi objek-objek lain, (4) *fantasi/khayalan*, berkaitan dengan kemampuan untuk terlibat dalam perilaku bermain.

Sedangkan proses afeksi berkaitan dengan: (1) *ekspresi emosi* merujuk pada kemampuan individu untuk mengekspresikan keadaan-keadaan dalam situasi bermain, (2) *ekspresi tema-tema afeksi* merujuk pada kemampuan untuk mengekspresikan bayangan-bayangan bermuatan afeksi dan tema khusus dalam bermain, (3) *aturan emosi dan modulasi afeksi*, merupakan kemampuan untuk memuat dan mengatur emosi positif maupun emosi negative, (4) integrasi kognitif dan afeksi, merujuk pada kemampuan untuk mengintegrasikan afeksi kedalam suatu konteks kognitif.

Adapun proses interpersonal yang diekspresikan melalui proses bermain meliputi: (1) empati, merujuk pada ekspresi kepedulian dan perhatian terhadap orang lain, (2) skema interpersonal/representasi diri, merujuk pada kapasitas individu untuk mempercayai orang lain, dan (3) komonikasi, merujuk kepada kemampuan

untuk berkomonikasi, mengekspresikan gagasan, dan emosi pada orang lain.

Melalui pengamatan konselor dan guru di sekolah dapat melakukan evaluasi dari kegiatan konseling yang telah dilakukan, diantaranya: evaluasi program, evaluasi proses, evaluasi kegiatan dan evaluasi hasil yang diperoleh dari konseling melalui terapi permainan kelompok.

C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). Abdul Halim Hanafi (2010:222-223) menjelaskan bahwa PAR adalah pradikma yang melihat masalah sebagai hal yang kompleks dan harus dipecahkan secara kolaboratif antara peneliti dengan kolaborator atau antara peneliti dengan partisipator sehingga terjadi perubahan dan peningkatan yang lebih baik dari yang ada. Sedangkan menurut Biklen dkk, (1990:285) penelitian tindakan adalah pengumpulan informasi secara sistematis untuk menghasilkan perubahan sosial.

Mengacu kepada pendapat di atas, penelitian ini dilakukan untuk mengumpulkan informasi tentang kondisi siswa pasca trauma gempa untuk selanjutnya membantu siswa dalam menanggulangi trauma pasca gempa melalui terapi bermain yang melibatkan guru dan konselor.

Dalam penelitian tindakan ada beberapa langkah yang mesti dilakukan, menurut Mc Niff (dalam Abdul Halim Hafi 2010:230) langkah tersebut adalah (1) rencana tindakan (*planning*) misalnya mendefinisikan masalah, dan menyusun rencana tindakan, (2) melaksanakan tindakan (*acting*), (3) pengamatan hasil-hasil tindakan (*observing*) refleksi (*reflecting*) melakukan evaluasi proses dan tindakan, (5) mengidentivikasi temuan-temuan penelitian (tindak lanjut serta perencanaan tindakan kembali).

Sedangkan menurut Hopkin (dalam Emzir 2010:234) kerangka kerja penelitian tindakan merupakan yang paling sesuai untuk para partisipan yang mengenali eksistensi kekurangan dalam aktivitas pendidikan mereka dan bermaksud mengadopsi beberapa pendirian awal yang berhubungan dengan masalah, merumuskan rencana, melaksanakan intervensi, mengevaluasi hasilnya, dan mengembangkan strategi lebih lanjut.

Pendapat di atas menggambarkan, bahwa penelitian tindakan memiliki langkah-langkah yang sistematis dalam mencapai tujuan penelitian yang sudah dirumuskan. Sesuai dengan tujuan program yang sudah dirumuskan dalam penelitian ini, maka strategi yang digunakan mengacu pada arah pemberdayaan, adapun jabaran dari strategi terurai dalam aksi-aksi berikut ini :

1. Melakukan studi pendahuluan ke sekolah MI dan MTs yang ada di Kota Padang, untuk mengumpulkan data siswa yang mempunyai pengalaman trauma pasca gempa, berkaitan dengan jenis trauma, sebab-sebab terjadinya trauma dan intensitas trauma
2. Melakukan identifikasi trauma yang dialami siswa MI dan MTs yang ada di Kota Padang
3. Melakukan klarifikasi persoalan yang dialami oleh siswa yang mempunyai pengalaman trauma pasca gempa dan melakukan kesepakatan tentang perencanaan program dan pelaksanaan kegiatan
4. Merumuskan model konseling trauma pasca gempa melalui terapi permainan kelompok, yang tepat untuk siswa MI dan MTs di Kota Padang
5. Menetapkan model konseling trauma pasca gempa melalui terapi permainan kelompok untuk siswa MI dan MTs di Kota Padang

6. Melakukan konseling trauma pasca gempa, melalui terapi permainan kelompok untuk siswa MI dan MTs di Kota Padang dan didampingi oleh Guru Madrasah, sebagai kelanjutan dari penanganan trauma pasca gempa yang dialami siswa
7. Selanjutnya melakukan evaluasi efektivitas model konseling trauma pasca gempa melalui terapi permainan kelompok
8. Memonitor pelaksanaan program
9. Melakukan tindak lanjut konseling trauma pasca gempa melalui terapi permainan kelompok terhadap siswa MI dan MTs di Kota Padang

D. HASIL PENELITIAN

Penelitian yang berkaitan dengan model konseling trauma pasca gempa melalui terapi permainan kelompok terhadap siswa MI dan MTs di Kota Padang, terungkap beberapa temuan diantaranya:

1. Kondisi psikologis siswa pasca gempa

Berdasarkan hasil wawancara dan angket yang diberikan kepada siswa dan guru, diperoleh temuan tentang kondisi psikologis yang dialami siswa pasca gempa. Siswa mengalami goncangan jiwa yang hebat dan luka psikologis yang mendalam, diantaranya adalah: (1) siswa mengalami perasaan cemas yang amat mendalam dan rasa takut (*nervous*) yang sangat tinggi, (2) perasaan was-was akan terjadi gempa yang lebih besar serta berpotensi tsunami, (3) suasana batin kacau (*sock*) dan tidak menentu, (4) lahirnya tindakan-tindakan yang kurang terkontrol dan munculnya pemikiran yang irrasional dalam menyikapi munculnya berbagai isu-isu tentang gempa dan tsunami, (5) siswa menjalani aktivitas sehari-hari dalam kondisi tidak nyaman, (6) motivasi belajar yang dimiliki siswa menurun.

Luka psikologis yang dialami siswa, akan melahirkan efek terhadap aktivitas belajar dan terganggunya tugas-tugas perkembangan yang dimilikinya, hal ini sebagaimana yang ditegaskan oleh Ammerman & Hersen (1997) bahwa gangguan stres pasca trauma pada masa anak-anak mengandung risiko yang berhubungan dengan masalah psikososial, gangguan belajar, dan hambatan perkembangan.

Lebih lanjut juga ditegaskan oleh Kaplan dkk (1997) bahwa anak memiliki risiko terbesar untuk mengalami efek dari trauma sebab mereka belum memiliki kematangan identitas diri dan kemampuan mereka untuk melakukan koping terhadap stres masih sangat terbatas, sehingga jika trauma psikis terjadi pada masa anak-anak, biasanya dihasilkan perhentian perkembangan emosional.

Kondisi psikologis siswa ketika mendengar isu gempa

Adapun temuan yang kedua berkenaan dengan kondisi psikologis siswa ketika mendengar isu-isu akan terjadinya gempa dengan kekuatan yang lebih besar dan akan mengakibatkan gelombang tsunami. Siswa mengalami guncangan jiwa yang cukup hebat, hal ini terungkap dari hasil angket dan wawancara yang dilakukan terhadap siswa, kondisi psikologis yang dialami siswa cukup bervariasi, diantaranya: (1) terjadinya luka psikologis yang mendalam, sehingga siswa mengalami perasaan cemas, rasa takut, panik, khawatir yang cukup tinggi, kaget, terkejut, badan bekeringat, tubuh gemetar dan menggigil, jantung berdebar-debar, susah untuk tidur dan gelisah, (2) siswa menyikapi dengan sikap yang bervariasi diantaranya: dalam bentuk pasrah, selalu waspada, masa bodoh, bersiap-siap dan siaga selalu, berhati-hati dalam beraktivitas, selalu berserah diri kepada Allah, dan banyak-banyak berdo'a mudah-mudahan tidak terjadi gempa.

Sikap-sikap yang muncul pada diri siswa akan mengakibatkan perilaku-perilaku

lain, bila tidak ditanggulangi dengan baik. Sebagaimana ditegaskan oleh Delamater, dkk (1999) bahwa gangguan stres pasca trauma dialami oleh individu setelah merasakan, menyaksikan, atau terlibat dengan kejadian-kejadian yang menyebabkan stres dan mengancam jiwa. Respon individu berupa ketakutan, kecemasan, ketidakberdayaan dan pada anak-anak berupa perilaku tidak terorganisasi dan agitasi

2. Model konseling pasca trauma melalui terapi permainan kelompok

Berbagai permasalahan psikologis yang dialami oleh siswa, akibat yang ditimbulkan oleh gempa dan isu-isu akan munculnya gempa dengan kekuatan yang lebih besar. Ada beberapa pendekatan yang dapat digunakan untuk proses terapi permasalahan tersebut, Menurut Nandang Rusman (2009) pendekatan umum yang dapat digunakan dalam penanganan gangguan kecemasan pasca trauma adalah (1) *cognitive-behavioral therapy* yang bertujuan untuk mengubah emosi, pikiran dan perilaku individu behavioral therap, (2) *pharmacotherapy* untuk mengurangi kecemasan, depresi, sulit tidur, distress dan mati rasa yang kadang-kadang menggunakan obat-obatan, (3) *eye movement desentization and reprocessing* yang mengkombinasikan *exposure therapy and cognitive behavioral* dengan mengerakkan beberapa organ tubuh, (4) *group treatment* (sebagai model ideal) karena adanya kesempatan untuk berbagi rasa empati, kohesi dan rasa aman, (5) *brief psychodynamic psychotherapy* yang berfokus pada konflik emosional yang disebabkan oleh peristiwa trauma.

Dari beberapa pendekatan di atas, dapat disimpulkan bahwa, terapi kelompok adalah pendekatan yang paling efektif untuk menangani trauma pasca gempa. Salah satu terapi kelompok yang dapat dilaksanakan terhadap siswa adalah melalui permainan. Sweeney dan Homeyer (1999)

menjelaskan tentang terapi permainan sebagai berikut:

a dynamic interpersonal relationship between a child and a therapist trained in play therapy procedures who provided selected play materials and facilitates the development of safe relationship for the child to fully express and explore self (feelings, thought, experiences and behaviors) through the child's natural medium of communication, play.

Pendapat di atas menjelaskan tentang terapi permainan kelompok merupakan hubungan dinamis antara terapis dengan anak melalui permainan sehingga mereka mampu mengekspresikan dan mengeksplorasi perasaan-perasaan mereka yang paling dalam sehingga memungkinkan untuk menurunkan permasalahan dan beban psikologis yang dirasakan anak. Terapi bermain dalam bentuk berkelompok (*supportive group*) dengan pertimbangan untuk sekaligus menjadi media bagi anak dalam melatih dan mengembangkan kompetensi diri (*sense of competence*) dan mekanisme koping yang digunakan anak lainnya serta mengeksplorasi kehilangan dan menormalkan reaksi anak dengan cara berbagi (*sharing*) pengalaman.

Berbagai pendapat yang telah disebutkan di atas dijadikan landasan dalam merumuskan konseling melalui terapi permainan kelompok. Langkah awal peneliti mencoba merumuskan tentang model konseling melalui terapi permainan kelompok, mengacu kepada permasalahan psikologis yang dialami siswa pasca gempa. Selanjutnya dilakukan uji coba model, sehingga terjadi berbagai perubahan terhadap model yang telah dirumuskan. Model yang telah melewati uji coba dilapangan, kemudian juga dilakukan uji pakar, sehingga model dipandang layak dan dapat diterapkan untuk penanganan trauma yang dialami siswa pasca gempa.

Adapun temuan yang diperoleh, tentang model konseling melalui terapi

permainan kelompok, dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Membangun jembatan silaturahmi, dengan melakukan pengenalan dan rangkaian nama.
- b. Fasilitator dan guru pendamping menjelaskan kepada siswa, tentang kegiatan konseling melalui terapi permainan kelompok, yang akan dilakukan, berkaitan dengan hakikat, tujuan dan manfaat yang akan diperoleh.
- c. Memberikan pemahaman kepada siswa tentang hakikat gempa dan tsunami, perspektif nilai-nilai Islam.
- d. Menjelaskan langkah-langkah permainan yang akan dilaksanakan dalam terapi konseling, melalui permainan kelompok, diantaranya: (a) siswa dibagi dalam beberapa kelompok (satu kelompok paling banyak 20 orang), (b) setiap kelompok didampingi oleh satu orang fasilitator dan satu orang guru pendamping, (c) fasilitator dan guru pendamping menjelaskan tujuan dan tatacara permainan yang akan dilakukan.
- e. Pemberian permainan kepada siswa yang dilakukan fasilitator bersama guru pendamping, adapun bentuk-bentuk permainan yang dapat diterapkan adalah: (a) rangkaian nama, (b) saya tahu, yakin siap melakukan, (c) marina menari, (d) pipet dan karet gelang, (e) *sevent boom*, (f) gajah dan semut, (g) darat, laut dan udara, (h) kapal tenggalam, (i) *connecting dots (think out of the box game)*, (j) penjelajah sukses, (k) *stand beside me because*, (l) serine oh serine, (m) disensitisasi, (n) pengendalian emosi, dan (o) beberapa permainan lainnya yang sengaja dilahirkan dari inspirasi siswa, berdasarkan arahan dan dorongan yang diberikan oleh fasilitator dan guru pendamping.

- f. Melakukan pembahasan bersama tentang permainan yang telah dilakukan, adapun bentuk kegiatan yang dilakukan adalah: (a) fasilitator dan guru pendamping menyatakan bahwa permainan telah berakhir, (b) pemberian penguatan terhadap peserta, (c) melakukan pembahasan nilai-nilai yang terkandung dalam permainan, (d) menjelaskan hikmah yang dapat diambil dari permainan, dan (e) mengaitkan pembahasan dengan kondisi yang dialami siswa hari ini.
- g. Meminta komitmen siswa, tentang pemahamannya terkait dengan gempa, berkaitan dengan sikap dan tindakan-tindakan penyelamatan diri yang akan diambil, jika terjadi gempa baik yang berpotensi tsunami atau pun tidak.
- h. Melakukan kontrak dengan siswa (rencana lanjutan dari kegiatan yang telah dilakukan).
- i. Pengakiran, dalam pengakhiran fasilitator dan guru pendamping menyimpulkan kegiatan yang telah dilakukan dan mengulangi kontrak yang sudah diambil.

Temuan konseling melalui terapi permainan kelompok yang telah disebutkan di atas, memberikan manfaat yang cukup besar dalam penanggulangan trauma yang dialami siswa pasca gempa. Hal tersebut dipertegas oleh Landreth (1991) bahwa terapi bermain memberikan relasi yang aman bagi anak untuk mengekspresikan dan melakukan eksplorasi terhadap diri mereka (perasaan, pikiran, pengalaman, dan tingkah laku) melalui media komunikasi natural anak.

3. Kondisi psikologis siswa pasca terapi konseling melalui permainan kelompok

Temuan hasil yang diperoleh terhadap siswa, setelah mengikuti kegiatan konseling melalui terapi permainan

kelompok, cukup signifikan membawa perubahan kearah yang lebih baik. Hal tersebut ditemukan melalui angket yang disebarkan kepada siswa pasca terapi permainan kelompok, hasil wawancara dengan siswa dan guru serta pengamatan yang dilakukan oleh peneliti bersama personil sekolah. Adapun hasil yang diperoleh sebagai berikut:

- a. Siswa terlihat lega, tenang dan bahagia karena kegiatan yang diikuti sangat menyenangkan
- b. dari sikap siswa terlihat adanya energi baru yang dipeoleh setelah mengikuti kegiatan konseling
- c. Ketika ia berinteraksi dengan teman sebaya, siswa memperlihatkan komunikasi yang sangat baik
- d. Adanya perkataan spontan dari beberapa orang siswa, setelah mendapatkan konseling melalui terapi permainan kelompok "kami sangat senang dan kapan kegiatan ini dilakukan lagi" perkataan yang sama seperti ini juga dilontarkan oleh siswa di sekolah yang berbeda

Adapun temuan peneliti, terkait pengakuan siswa setelah mengikuti kegiatan konseling melalui terapi permainan kelompok, adalah: (1) dapat menghilangkan perasaan sedih, (2) meringankan beban kepala dari permasalahan sehari-hari, (3) dapat melupakan ketakutan yang sedang dilami, (4) mengurangi beban pikiran, (5) permainan yang menarik dan dapat mengasah otak, (6) dapat meningkatkan konsentrasi, (7) melahirkan perasaan senang, (8) menghilangkan kebosanan dan jenuh dalam belajar, (9) rilek, lega dan otak menjadi fresh, (10) melahirkan kecepatan berfikir dan bertindak, dan (11) melahirkan pandangan dan sikap positif terhadap bencana

Berbagai temuan, yang telah disebutkan di atas, bahwa konseling melalui terapi permainan kelompok sangat tepat diterapkan dalam penanggulangan trauma yang dialami siswa pasca gempa. Hal ini

dipertegas oleh Fardana dkk (2003), menyatakan bahwa melalui terapi bermain, anak dapat belajar menerima dan mempercayai orang lain, dapat membentuk kelekatan dengan terapis, dan dapat menggunakan proses bermain sebagai media penenang karena di dalam terapi ini terkandung unsur *play and fun* (bermain dan bersenang-senang)

E. KESIMPULAN

1. Berdasarkan temuan dilapangan, pasca gempa tanggal 30 September 2009 menyisakan berbagai permasalahan psikologis dan guncangan jiwa yang dialami oleh siswa diantaranya; perasaan cemas, takut, was-was, trauma dan stress. Akibatnya interaksi dan motivasi belajar siswa terganggu
2. Siswa MI dan MTs yang berada di Kota Padang, khususnya madrasah yang terletak pada zona merah, mengalami trauma yang cukup tinggi. Hal ini terkait dengan dengan tingginya ancaman bahaya tsunami yang akan menimpa dirinya
3. Rumusan model konseling melalui terapi permainan kelompok, sangat efektif dalam penanggulangan trauma yang dialami siswa pasca gempa di Kota Padang
4. Siswa yang mendapatkan konseling melalui terapi permainan kelompok, menunjukkan perubahan yang sangat signifikan kearah yang lebih baik, adapun perolehan yang mereka dapatkan adalah: (1) perasaan tenang, rileks, lega, beban pikiran menjadi berkurang dan perasan takut mulai hilang, (2) perasaan bosan, jenuh dalam belajar mulai hilang dan otak menjadi fresh, (3) siswa mendapatkan keterampilan dalam menyikapi situasi yang sulit dan, (4) siswa mendapatkan kekuatan mental spritual dalam menyikapi bencana yang akan muncul

F. REKOMENDASI

1. Guru hendaknya lebih peduli dalam menanggapi kondisi psikologis siswa, terutama sekali terkait dengan rasa cemas, takut, trauma dan stress yang dialami siswa pasca gempa
2. Kepala sekolah hendaknya memberdayakan seluruh potensi guru dan personil sekolah, dalam menyikapi kondisi psikologis anak terkait dengan isu-isu gempa dan tsunami.
3. Penanggulangan bencana yang dialami siswa, dipandang perlu masuk dalam kurikulum sekolah, khusus di Kota Padang dan umumnya di Indonesia
4. LSM, Akademisi, praktisi dan pengambil kebijakan, hasil penelitian ini dapat dijadikan pijakan dan data awal untuk penanggulangan trauma pasca gempa yang dialami siswa.
5. Kementerian Agama RI perlu menambah tenaga konseling di madrasah-madrasah daerah rawan bencana.

DARTAR PUSTAKA

- Abdul Halim Hanafi. *Metodologi Penelitian Bahasa*. Batusangkar: STAIN Batusangkar Press. 2010.
- Ammerman, R. T & Hersen, M. (1997). *Handbook of Prevention and Treatment with Children and Adolescents. Intervention in the Real World Context*. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Anas Salahudi. *Bimbingan dan Konseling*. Cet. I .Bandung: CV Pustaka Setia. 2010.
- Biklen, Knopp Sari, dan Robert Bogdan. *Qualitative Research for Education*, Boston: Massahusset. 1982.
- Delamater, A., Applegate, B., Kerdyk, L., & Shaw. (1999). *PTSD in Head Start Children After Hurricane*.

- Journal of The American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 33, 80–93.
- De Porter & Hernacki. M. (1992), *Quantum Learning: Unleashing The Genius in You*, New York: Bantam Doubledey Dell Publishing Group, Inc.
- Emzir. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif & Kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. 2010.
- Fardana, N. A., Suminar, E. R., & Yoenanto, N. H. (2003), *Efektivitas Art Therapy untuk Menurunkan Tingkat Gangguan Stres Pasca Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD) pada Anak-anak Korban Kerusuhan (Laporan Penelitian)*. Tidak Diterbitkan. Fakultas Psikologi Unair.
- Ifa H. Misbach, *Peran permainan Tradisional yang Bermuatan Edukatif dalam Menyumbang Pembentukan Karakter Identitas Bangsa*, Bandung: Jurusan Psikologi UPI. 2006.
- Kaplan, H.I., Sadock, B.J., & Grebb, J.A. (1997), *Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*, Jilid 2. Edisi Ke-7. Alih Bahasa: Dr. Widjaja Kusuma. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Kathryn Geldard dan David Gildard, *Membantu Memecahkan Masalah Orang Lain Dengan Teknik Konseling*, Pen. Pustaka Pelajar, Yogyakarta. 2008.
- Landreth, G.L. (1991), *Play Therapy: The Art of the Relationship*, Indiana: Accelerated Development Inc.
- Nandang Rusman, *Konseling Kelompok Bagi Anak Berpengalaman Traumati*, Cet I. Bandung: Rizqi Press. 2009.
- _____. *Permainan (Game & Play) Untuk Para Pendidik, Pembimbing, Pelatih dan Widyaiswara*. Cet I. Bandung: Rizqi Press. 2009.
- Patterson. C.H. (1959), *Counseling and Psychotherapy; theory and Practice*, New york: Harper & Brothers.
- Prayitno. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Cet. I. Jakarta: PT Rineka Cipta. 1999.
- Sweeney and Homeyer (1999), *Handbook of Group Play Therapy*, How to Do it, How it Work, Whom it,s Bes For, San Fransisco: jossey-Bass Publisher.
- Schiraldi, Glenn R (2000), *The Post Traumatic stress Disorder, Sourcebook, Guid to Healing, Recovery and Growth*. Lowell house.
- Soli Abimayu dan Thayeb Manrihu. *Tehnik dan Laboratorium Konseling*, Jakarta: Depdikbut Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. 1996.
- Tohirin, *Bimbingan dan Konseling di Sekolah dan Madrasah (berbasis Integrasi)*, Pen. PT Raja Grasindo Persada, Jakarta. 2007.
- Wilcox, R.R. (1986), *Simulation Games. Dalam Witrtrock, M.C. (ed.). Handbook of Research on teaching.* (hal 635). London: Collier Macmilillan Publishers.