

BAB I

PENDAHULUAN

Bab I menguraikan tentang latar belakang penelitian, identifikasi masalah, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi tesis.

1.1 Latar Belakang

Wilayah Indonesia adalah wilayah yang rentan akan bencana. Hal ini menimbulkan berbagai peristiwa traumatis bagi ribuan warga, bencana tersebut berupa banjir, tanah longsor, gempa bumi, tsunami, kecelakaan, dan lain sebagainya. Ribuan warga yang selamat dari kejadian tersebut, mengalami ketakutan yang irasional sehingga mengganggu kehidupannya. Secara kasat mata, mereka yang sembuh dari luka fisik, memiliki luka psikis yang masih mendalam dan tidak tahu kapan luka itu akan sembuh.

Dalam menanggapi kejadian yang luar biasa ini, setiap orang memiliki reaksi yang berbeda, ada yang kuat dalam prosesnya, dan ada juga individu-individu yang sulit menghadapinya. Bagi yang sulit menghadapi luka tersebut, akan berakibat pada efek jangka panjang penderita karena ketidakmampuan melakukan pertahanan terhadap tekanan emosional yang terjadi. Gangguan stress pasca trauma atau *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) terjadi karena kondisi tersebut.

PTSD adalah gangguan yang melampaui batas ketahanan orang biasa dan termasuk dalam sindrom kecemasan, *labilitas autonomic*, ketidak rentanan emosional, dan adanya ingatan yang menjadi kilas balik dari pengalaman yang traumatic yang membuat penderita mengalami stress fisik maupun emosi. Untuk penanganannya dapat dilakukan melalui pengobatan dengan menggunakan farmakoterapi dan psikoterapi (Kaplan dalam Yulianto 2015 hlm 71). Menurut Smith dan Segal, PTSD merupakan sebuah gangguan yang dapat terbentuk dari peristiwa traumatik yang mengancam keselamatan seseorang atau membuat seseorang merasa tidak berdaya (Smith dan Segal, 2008).

Menurut Sabani (2019) anak-anak bukanlah orang dewasa kecil, mereka berpikir dengan berbeda, mereka melihat dunia ini dengan berbeda. Anak-anak diharapkan untuk berkembang dalam mempelajari kemampuan-kemampuan yang penting, termasuk kemampuan menulis, membaca, mengeja, matematika, ilmu-ilmu sosial, ilmu pengetahuan alam, seni, musik, kesehatan, dan kegiatan fisik. Mereka harus berkembang sesuai dengan kecerdasan yang mereka miliki. Masa kanak-kanak adalah masa yang menyenangkan, dimana mereka belum ada beban yang harus dipikul dalam kehidupannya (Hatta, 2015).

Berbeda dengan anak yang mengalami trauma, korban anak yang mengalami stress karena trauma bencana alam seperti tanah longsor dapat mengakibatkan korban memiliki gangguan seperti: kecemasan, kewaspadaan berlebih, depresi, bahkan untuk tingkatan yang lebih parah, korban yang mengalami trauma dapat melakukan tindakan bunuh diri (Hawari, 2011). Seseorang yang mengalami trauma, bisa memiliki krisis dalam hidupnya, dan hal tersebut memiliki beberapa faktor pendukung. Krisis dapat terjadi pada individu apabila mengalami beberapa hal seperti gempa, badai, banjir, gunung meletus, dan badai tsunami. Geldard (1993) menyatakan bahwa seseorang yang memiliki krisis dalam hidupnya seringkali merasa tertekan perasaannya dengan peristiwa yang terjadi. Selain itu, krisis juga memiliki tingkatan bahaya seperti dapat meningkatkan stress.

Akibat dari bahaya trauma tersebut maka sebagai praktisi sosial sudah seharusnya memberikan solusi untuk orang-orang yang trauma pasca bencana, salah satu bentuk penawaran solusi dari Mulyasih (2019) ialah adanya sebuah trauma healing yang memiliki tujuan untuk memberikan kenyamanan, dukungan dan hiburan secara psikis untuk anak, sehingga dapat meminimalisir dampak traumatis yang cukup berat.

Peristiwa yang terjadi dan dialami pada kehidupan seseorang akan secara otomatis memberikan efek hidupnya di masa depan baik itu menyenangkan atau tidak menyenangkan (Hadianti, 2018). Orang yang mengalami PTSD selalu mencoba menghindari hal-hal yang dapat mengingatkan kembali akan peristiwa tersebut, merespon peristiwa traumatis yang dialami dengan ketakutan dan keputusasaan,

mereka akan terus mengenang peristiwa tersebut (Amin, MK., 2017 hlm 69). Secara umum gejala-gejala yang sering dialami korban PTSD terdiri dari: *Re-Experiencing Symptoms* (merasakan kembali peristiwa traumatik), *Avoidance Symptoms* (menghindari sumber trauma), dan *Hyperarousal Symptoms* (kewaspadaan yang meningkat tajam) (Nawangsih, 2014 hlm 166).

Lavers menyatakan bahwa individu yang terus mengembangkan PTSD (gangguan stres pasca trauma) setelah terpapar stres dan peristiwa traumatik menunjukkan tanda-tanda khas dari gangguan tersebut, yang meliputi *reexperiencing* (gejala mengalami kembali peristiwa yang menyebabkan trauma), menghindari dari lingkungan, dan *hyperarousal* (teragitasi) (levers, 2012). Kejadian trauma tidak terjadi setiap hari pada diri seseorang tetapi setiap orang pernah mengalami trauma setidaknya sekali dalam hidup mereka. Menurut Resick (2001) dalam penelitiannya bahwa ada 21% dan 39% orang dewasa telah dilaporkan pernah mengalami setidaknya sekali dalam trauma. Mereka pernah mengalami korban kejahatan (seperti diperkosa, dirampok dan pembantaian manusia), bencana alam, perang atau kecelakaan teknologi (Hatta, 2015)

Berdasarkan prosedur penanganan dampak bencana yang ada saat ini, penanggulangan dampak psikologis individu korban bencana tampaknya belum mendapat perhatian serius dari stakeholder pemangku kebijakan (Ruzek, J., *et al.* 2016) Padahal jika tidak ditanggulangi dengan baik, dampak psikologis akan berpengaruh buruk terhadap kualitas hidup individu penyintas bencana alam tersebut dalam jangka panjang. Post traumatic stress disorders (PTSD) merupakan salah satu kasus psikologis yang sering dialami oleh individu korban bencana alam dan menjadi perhatian utama dalam kesehatan masyarakat (Miner *et al.*, 2016).

Orang dengan PTSD akan mengalami mimpi buruk, kecemasan, serta hilangnya harapan hidup (Mulyadi, 2012 hlm 14) bahkan korban dapat melakukan tindakan bunuh diri (Hawari, 2011). Peristiwa yang terjadi dan dialami akan secara otomatis memberikan efek pada kehidupan di masa depan (Hadianti, 2018). Orang yang mengalami PTSD akan terus mengenang peristiwa tersebut (Amin, MK., 2017 hlm 69), menghindari sumber trauma yang dapat berlangsung dalam jangka panjang (Rice dalam Fahrudin, 2005).

Terdapat 1631 siswa yang mengalami PTSD (Latipun, 2014 hlm 281) Diperkirakan sebanyak 25% dari semua anak mengalami peristiwa traumatis (Costello *et al*, 2002). Bagi sebagian orang, trauma berpotensi mengganggu kehidupan (Perry, 1999). Adanya gangguan PTSD kemungkinan akan terlihat setelah berbulan-bulan setelah adanya pemaparan terhadap peristiwa traumatik (Tentama, F., 2012 hlm 135) dan menyebabkan kerusakan substansial terhadap psikis dan sosial yang menciptakan ketakutan dan rasa tidak berdaya (Benedek dan Ursano, 2009). Gejala utama PTSD kedalam tiga kategori yang terdiri dari: *Re-Experiencing Symptoms* (American Psychological Association/ APA., 2013), *Avoidance Symptoms* (Kertzman, Avital, Weizman, & Segal, 2014), dan *Hyperarousal Symptoms* (Hetti Zuliani, 2011).

1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah

Kabupaten Pangandaran berdasarkan kondisi geografis, geologis, dan demografis adalah wilayah rawan bencana. Sesuai dengan Undang-Undang No. 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, Bab 1, tentang ketentuan umum, pasal 1, jenis-jenis bencana dapat dikelompokkan menjadi bencana alam, antara lain (1) gempa bumi, (2) tsunami, (3) gunung meletus, (4) banjir, (5) kekeringan, (6) angin topan, (7) tanah longsor. Sedangkan bencana non alam, seperti (8) gagal teknologi, (9) gagal modernisasi, (10) epidemi, (11) wabah penyakit, dan bencana sosial (12) konflik sosial antar kelompok atau antar komunitas masyarakat, (13) teror. Gempa bumi, kebakaran, tsunami, banjir, tanah longsor, angin topan, kekeringan dan wabah penyakit adalah beberapa bencana yang mengancam di Kabupaten Pangandaran.

Bencana tanah longsor terjadi di Desa Pasirgeulis, Pangasinan, Kecamatan Padaherang, Kabupaten Pangandaran pada hari Senin, 27 Oktober 2020 disebabkan oleh hujan deras yang mengguyur daerah Kabupaten Pangandaran. Curah hujan yang tinggi sering kali mengakibatkan tanah longsor di beberapa daerah di Kabupaten Pangandaran, yaitu di daerah Kecamatan Parigi, Kecamatan Langkaplancar dan Kecamatan Padaherang. Salah satu wilayah yang terdampak longsor adalah daerah Blok Paliken Dusun Pangasinan Desa Pasirgeulis Kecamatan Padaherang. Pusdalops BPBD Jabar, Budi Budiman mengatakan bahwa longsor tersebut mengakibatkan

sebuah rumah yang dihuni dua orang mengalami rusak. Tak hanya itu, penghuni rumah juga meninggal dunia. Sementara itu, data terakhir pada Selasa 27 Oktober 2020, sedikitnya 963 Kepala Keluarga atau 4.428 jiwa terdampak longsor (CNN Indonesia, 28 Oktober 2021).

Korban anak dikategorikan sebagai kelompok yang rentan pada kerusakan, kehilangan, penderitaan, dan kematian dalam bencana (Wisner, 2008), mereka belum bisa menyelamatkan dan memulihkan diri dari rasa trauma (Sarwono, 2001) dan peluang menjadi korban lebih lanjut menjadi besar (Mulyadi, 2012 hlm 14). Sehingga perlu mendapat penanganan yang serius (Sholihat dan Nasrullah, 2017). Daya ingat sanggup merekam fakta suatu peristiwa berkesan dalam otak (Rahmat, 1998) perlu proses belajar untuk mengalihkan perhatian kepada hal-hal yang membuat anak-anak trauma (Hunt, 1982) sehingga memerlukan bentuk-bentuk intervensi yang sesuai (Masykur, 2006).

Play therapy bermanfaat bagi anak dalam menghadapi bencana (Melisha dalam Mukhodiono *et al*, 2016) serta dapat meningkatkan kemampuan sosialisasi (Nuryani, 2014), anak juga dapat mengekspresikan diri mereka (Pratiwi, S., 2017). *Play therapy* menjadi alternatif penanganan yang cukup juga tidak secara langsung mengingatkan anak dengan peristiwa traumatik yang dialami (Landreth, 2001) karena dilakukan dengan menggunakan materi-materi simbolik yang digunakan berbagai media sesuai kebutuhan anak (Madyawati, *et al.*, 2016) sehingga dapat membantu anak lebih merasakan nyaman dalam berproses dengan pengalaman traumatiknya (Ayuningtyas, 2017). Berdasarkan pemaparan pada latar belakang, peneliti merumuskan pokok permasalahan yang akan dibahas adalah mengenai efektivitas play therapy bagi anak yang mengalami PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*).

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah yang dikembangkan dalam penelitian yaitu “Bagaimana efektivitas play therapy bagi anak yang mengalami PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) akibat Tanah Longsor pada siswa kelas 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis Pangandaran Tahun Ajaran 2021/2022”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian adalah menguji efektivitas play therapy dalam membantu anak yang mengalami PTSD (Post Trauma Stress Disorder) akibat tanah longsor peserta didik kelas 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis Pangandaran Tahun Ajaran 2021/2022.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Memperoleh data empiris PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) akibat tanah longsor peserta didik kelas 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis Pangandaran Tahun Ajaran 2021/2022;
- 1.3.2.2 Merumuskan program BK dengan teknik *Play Therapy* untuk mengurangi kondisi traumatis yang dialami peserta didik kelas 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis Pangandaran Tahun Ajaran 2021/2022;
- 1.3.2.3 Menguji Efektivitas *Play Therapy* dalam membantu anak yang mengalami PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) akibat tanah longsor peserta didik kelas 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis Pangandaran Tahun Ajaran 2021/2022;

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian dapat dilihat dari dua segi kepentingan, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis, berikut penjelasannya.

1.4.1 Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah dan pengetahuan serta membantu perkembangan keilmuan dalam bidang Bimbingan dan Konseling, terutama masalah yang berkaitan dengan PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) menggunakan *play therapy*.

1.4.2 Praktis

Penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1.4.2.1 Bagi 5 SD Negeri 2 Pasir Geulis diharapkan dapat menjadikan hasil penelitian sebagai bahan pertimbangan dalam pelaksanaan bimbingan dan konseling di sekolah.

1.4.2.2 Bagi peneliti selanjutnya, sebagai pertimbangan dalam melakukan penelitian lebih lanjut khususnya yang berkaitan dengan pengembangan *play therapy* dalam kaitannya dengan PTSD.

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Penelitian disusun dalam bentuk karya tulis ilmiah tesis yang terdiri dari lima bab, yaitu Bab I pendahuluan berisi latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan penelitian, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian serta struktur organisasi penelitian. Bab II bimbingan pribadi dengan permainan menggambar, puzzle dan boneka tangan berisikan kajian teori yang menyuguhkan konsep *play therapy*, *post traumatic stress disorder*, dan bimbingan kelompok dengan teknik *play therapy*. Bab III metodologi penelitian berisikan rinci dari penjabaran mengenai metode dan desain penelitian, pendekatan penelitian, partisipan, lokasi, populasi dan sampel penelitian, pengembangan instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisa data. Bab IV temuan dan pembahasan penelitian atas hasil analisis data serta Bab V penutup yang berisikan simpulan, implikasi dan rekomendasi penelitian.