

## **TRAUMA HEALING PADA MASYARAKAT KORBAN BADAI SEROJA DI DESA FELAKDAELE, KUPANG, NUSA TENGGARA TIMUR**

**Matilda Bupu Ria, Brigita Dina Manek, Roslin E. M. Sormin, Mardiana Stefania Bhoko, Yosefa Sarlince Atok, Maria V. Nuhan, Clara Yunita Ina Ola, Merry F. Tumeluk**

Prodi DIII Kebidanan STIKES Maranatha Kupang NTT  
*matildabupuria19@gmail.com*

### **Abstract**

Disasters not only cause physical harm, but also psychological problems. The seroja storm that hit East Nusa Tenggara had a psychological impact on the victims, including the community in Felakdaele Village. The purpose of this service activity is to reduce trauma after the seroja storm disaster in the community of Felakdaele Village. A total of 94 people participated in this trauma healing activity, of which 51 were children and 43 were adults. This trauma healing method uses play therapy given to children and self-motivation given to adults. The children seemed enthusiastic when given various kinds of games, dancing and singing together, drawing, and telling stories. Adults are also very enthusiastic when given the motivation to be excited to get back up to live life after a disaster. All of these trauma healing activities went smoothly and the community felt a positive impact after this activity was completed.

*Keywords: disaster, trauma healing, play therapy, self motivation*

### **Abstrak**

Bencana tidak hanya menyebabkan terjadinya kerugian fisik, tapi juga masalah psikologis. Badai seroja yang menerjang Nusa Tenggara Timur telah memberikan dampak psikologis kepada para korban, termasuk masyarakat di Desa Felakdaele. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk mengurangi trauma pasca bencana badai seroja pada masyarakat Desa Felakdaele. Sebanyak 94 orang ikut berpartisipasi dalam kegiatan trauma healing ini, yaitu 51 orang adalah anak-anak dan 43 adalah orang dewasa. Metode trauma healing ini adalah menggunakan play therapy yang diberikan pada anak-anak dan self motivation yang diberikan pada orang dewasa. Anak-anak tampak antusias saat diberikan berbagai macam permainan, menari dan menyanyi bersama, menggambar, dan bercerita. Orang dewasa juga sangat antusias ketika diberikan motivasi agar bersemangat untuk bangkit kembali menjalani hidup pasca bencana. Seluruh kegiatan trauma healing ini berjalan lancar serta masyarakat merasakan dampak yang positif setelah kegiatan ini selesai.

*Kata kunci: bencana, penyembuhan trauma, terapi permainan, motivasi diri*

## PENDAHULUAN

Badai seroja yang terjadi di kota Kupang Nusa Tenggara Timur pada dini hari tanggal 4 April 2021 menyebabkan banyak sekali kehilangan, kesulitan, dan kerugian. Data yang dilaporkan hingga tanggal 8 April 2021 yaitu sebanyak 144 orang meninggal dunia, kemudian 129 orang mengalami luka-luka, 60 orang hilang, 13.226 orang (2.019 KK) mengungsi, dan 4.829 orang (1.700 KK) terdampak. Lebih lanjut, tercatat kerugian materil yaitu sebanyak 2.357 rumah terdampak, 154 rumah mengalami kerusakan ringan, 272 rumah mengalami kerusakan sedang, dan 688 rumah mengalami kerusakan yang berat, sedangkan pada fasilitas umum kerugian meliputi 87 fasilitas umum terdampak sedangkan 24 fasilitas umum lainnya mengalami kerusakan yang berat (Seo 2021).

Badai seroja yang terjadi di Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur (NTT), menyebabkan terjadinya cuaca ekstrem yang diikuti oleh kejadian angin kencang, banjir bandang, dan tanah longsor. Dampak dari bencana badai seroja di Kota Kupang ini tentu tidak hanya melulu soal kerugian fisik dan materil saja, namun juga hal ini berdampak pada kerugian psikologis. Salah satu dampak psikologis yang sering terjadi pada korban bencana alam adalah trauma pasca bencana (Indriana 2009). Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) diartikan sebagai suatu gangguan psikologis yang dialami oleh orang-orang yang mengalami kejadian yang tidak menyenangkan sehingga membuatnya cemas dan trauma (Mulyasih and Putri 2019). Gangguan PTSD dapat terjadi akibat kecelakaan, perang, pelecehan seksual, dan bencana alam (Flannery 2009).

Kejadian bencana alam di Kota Kupang Nusa Tenggara Timur tentu

banyak meninggalkan trauma di hati masyarakat Kupang, baik itu anak-anak, remaja, hingga orang dewasa dan lanjut usia. Apalagi badai seroja yang terjadi ini seakan telah menyapu bersih hampir seluruh kawasan Kota Kupang. Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNBP) menyatakan bahwa badai seroja yang menyebabkan terjadinya banjir bandang di NTT ini merupakan yang terparah sepanjang 10 tahun terakhir (Aranditio 2021).

Salah satu Desa yang terdampak dari bencana badai seroja ini adalah Desa Felakdaele yang terletak di bagian Kupang Timur. Ratusan orang mengungsi dan tidak sedikit pula yang mengalami kehilangan sanak saudaranya. Pasokan listrik dalam sekejap mengalami mati total, begitupun dengan akses internet sudah tak bisa diharapkan lagi. Rumah-rumah banyak yang roboh diterjang angin kencang, banjir, dan tanah longsor. Apalagi barang-barang di dalam rumah, entah bisa diselamatkan atau tidak. Anak-anak tidak bisa sekolah karena gedung sekolah mereka rusak diterjang banjir, begitupula dengan fasilitas umum lainnya. Ya, begitulah kira-kira kondisi dan situasi Desa Felakdaele pasca badai seroja yang terjadi di Kota Kupang pada awal april 2021 dini hari.

Hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan kepada beberapa warga Desa Felakdaele yaitu mereka menyatakan merasa trauma akan kejadian yang telah mereka alami beberapa waktu lalu, apalagi kejadian ini berlangsung pada malam hari saat mereka terlelap dalam tidur. Beberapa orang menyatakan bahwa mereka sulit untuk tidur karena khawatir akan ada badai susulan. Anak-anak juga banyak sekali yang rewel karena merasa bosan di tempat pengungsian. Keceriaan anak-anak korban bencana juga mendadak

hilang karena takut akan terjadi lagi hal yang serupa.

Bencana memang akan selalu menyebabkan kerusakan fisik dan psikologis. Pemerintah telah melakukan langkah cepat dalam memperbaiki kerusakan fisik yang terjadi khususnya di Desa Felakdaele. Pemerintah juga dengan sigap telah memenuhi kebutuhan pokok warga, seperti makan, minum, air bersih, dan lain-lain. Akan tetapi, pemerintah nampaknya lebih fokus pada perbaikan yang bersifat fisik, namun perbaikan yang bersifat psikis seperti rasa trauma dan kecemasan yang dialami oleh masyarakat nampak kurang menjadi perhatian.

Trauma healing merupakan salah satu cara untuk mengurangi dampak psikologis seseorang akibat bencana. Beberapa kegiatan terdahulu seperti yang dilakukan oleh Mulyasih and Putri (2019) menyimpulkan bahwa kegiatan trauma healing yang dilakukan di daerah Kec. Sumur Provinsi Banten cukup efektif untuk mengurangi dampak trauma pasca bencana tsunami.. Sedangkan kegiatan yang dilakukan oleh Murdiono, et al. (2020) menunjukkan bahwa anak-anak SDN 1 Sambik Bangkol merasa senang karena mendapatkan trauma healing sehingga kecemasan yang dialami oleh mereka pasca terjadinya bencana gempa di Nusa Tenggara Barat.

Trauma pasca bencana yang dialami oleh masyarakat Desa Felakdaele jika tidak ditangani dan dibiarkan berkepanjangan tanpa dilakukan penanganan khusus, maka hal tersebut dapat menyebabkan terjadinya komplikasi fisik dan psikologis yang cukup serius. Komplikasi akibat trauma pasca bencana ini dapat menjadi permanen seperti terganggunya fungsi individu dan terganggunya kesejahteraan pada kehidupan sosial,

spiritual, pekerjaan, dan emosional individu (Flannery 2009; Samhsa 2014).

Oleh karena itu, perlu dilakukan trauma healing pada masyarakat Desa Felakdaele agar trauma yang dialami pasca bencana badai seroja bisa sembuh, atau setidaknya sedikit berkurang.

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk memberikan dukungan dan hiburan bagi masyarakat Desa Felakdaele dalam rangka mengurangi dampak psikologis akibat trauma pasca bencana badai seroja.

## **METODE**

Metode trauma healing yang diterapkan pada masyarakat Desa Felakdaele yang terdampak bencana badai seroja dengan menggunakan metode play therapy (permainan) dan selft motivation (motivasi diri).

Kegiatan trauma healing yang dilakukan menekankan kepada berbagai jenis permainan yang syarat akan muatan edukasi, namun tetap menyenangkan dilakukan. Anak-anak di Desa Felakdaele akan diajak untuk melakukan berbagai macam permainan dan aktivitas lain yang dapat menjadi jembatan untuk mengekspresikan emosi mereka dan menyenangkan hati mereka sehingga anak-anak merasa bahagia meskipun dalam kondisi bencana.

Para orang dewasa diberikan trauma healing berupa konseling dan selft motivation. Konseling yang diberikan berupa konsultasi khusus tentang masalah-masalah kesehatan yang dialami pasca bencana. Sedangkan motivasi diri ini berupa pemberian semangat, dukungan, dan support kepada masyarakat Desa Felakdaele agar mereka memiliki motivasi yang kuat untuk dapat bangkit dari situasi sulit ini dan kembali berkarya dalam

rangka membangun kembali masa depan yang lebih baik.

Adapun rincian dari tahapan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Survei lokasi yang akan dilakukan trauma healing
2. Pengumpulan data tentang permasalahan yang terjadi lokasi sasaran
3. Konsultasi dan perizinan untuk melakukan trauma healing
4. Penyusunan materi, metode, dan alat yang digunakan untuk trauma healing
5. Pelaksanaan kegiatan
6. Evaluasi pelaksanaan
7. Pemberian bantuan bahan makanan pokok kepada korban badai seroja.

Media yang digunakan saat sosialisasi adalah MS. power point, sound system, keyboard, kertas, pulpen, dan alat permainan edukatif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Lokasi dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu di Desa Felakdaele, Kecamatan Kupang Timur, Kabupaten Nusa Tenggara Timur.

Sasaran kegiatan trauma healing ini adalah seluruh warga RT 007 RW 003 Desa Felakdaele. Sebanyak 94 masyarakat ikut bergabung dalam kegiatan ini. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 21 April 2021.

Kegiatan trauma healing ini bertujuan untuk mengurangi dampak psikologis akibat bencana badai seroja yang terjadi di NTT tepatnya di Desa Felakdaele dengan menggunakan permainan dan motivasi diri.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini disambut dengan sangat

baik oleh Kepala Desa Felakdaele, Oktavianus Lesiani. Masyarakat yang mengikuti kegiatan trauma healing ini mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Mereka semua nampak antusias dengan kehadiran para pengabdian.

Pelaksanaan trauma healing dilakukan di lapangan Desa Felakdaele, sebanyak 51 anak berkumpul untuk melakukan berbagai macam kegiatan dan permainan untuk mengekspresikan emosi mereka. Play therapy merupakan pilihan dalam metode penanganan trauma pasca bencana pada anak karena bermain adalah cara yang alami untuk dapat digunakan dalam rangka mengungkapkan emosi dan ekspresi anak, sehingga anak-anak dapat kembali ceria seperti sebelum terjadi bencana.

Ketika dilakukan play therapy, anak-anak diajak untuk melakukan berbagai permainan, bernyanyi, menggambar, bercerita dan berbagai aktivitas lainnya sehingga mendorong anak-anak menjadi lebih kreatif dan ceria.



**Gambar 1. Kegiatan anak-anak menyanyi sambil bermain gilir bola**



**Gambar 2. Kegiatan anak-anak ketika diminta untuk menggambar dan menceritakan tentang cita-cita mereka**

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmat et al. (2018) menyatakan bahwa kebutuhan entertainment atau hiburan pada anak-anak korban bencana efektif untuk mengurangi terjadinya trauma pada anak. Hiburan yang dapat diberikan pada anak pasca bencana bisa dilakukan melalui play therapy yang dapat meningkatkan 41,7% keceriaan pada anak.

Kegiatan-kegiatan seperti menari, menyanyi, menggambar, mewarnai, bermain peran, mendongeng, dan aktivitas ringan lain yang sejenis merupakan aktivitas rekreasi. Aktivitas ini dapat dilakukan oleh siapa saja, mulai dari anak-anak hingga dewasa dan lansia. Play therapy merupakan salah satu bentuk aktivitas rekreasi yang tidak hanya bermanfaat untuk mengurangi rasa bosan dan mengisi waktu luang saat di tenda pengungsian, namun juga bermanfaat sebagai sebuah sarana untuk mengidentifikasi secara dini para korban bencana yang mengalami trauma (Yuwanto et al. 2018).

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka pendekatan trauma healing

melalui metode play therapy pada anak merupakan hal yang tepat dilakukan sebagai upaya untuk mengurangi dampak negatif psikologis anak pasca bencana.

Anak-anak tampak senang dan antusias melakukan berbagai kegiatan yang diberikan oleh pengabdian, bahkan mereka tampak lebih ceria setelah sesi ini berakhir. Berikut ini merupakan foto bersama dengan para anak-anak di Desa Felakdaele.



**Gambar 3. Raut wajah bahagia anak-anak setelah mengikuti trauma healing**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak hanya diberikan kepada anak-anak saja, namun juga diberikan kepada orang dewasa korban badai seroja di Desa Felakdaele. Sebanyak 43 orang dewasa ikut bergabung dalam trauma healing yang diadakan.

Pertama-tama, masyarakat diajak untuk mengikuti sesi self motivation dimana para pengabdian memberikan materi yang berkaitan dengan motivasi-motivasi sehingga diharapkan masyarakat dapat memperoleh kembali semangat mereka untuk membangun hidup mereka lagi dari awal. Para orang dewasa juga diminta untuk mengikhlaskan kepergian orang-orang terkasihnya, sehingga diharapkan mereka tidak lagi

terkungkung dalam kesedihan yang mendalam akibat dari kehilangan seseorang. Selain itu, masyarakat diberikan motivasi untuk selalu bersyukur atas apa yang mereka miliki saat ini. Setelah sesi pertama selesai, dilanjutkan dengan sesi kedua yaitu mempersilahkan ibu dan/atau bapak jika ada permasalahan kesehatan yang perlu disampaikan secara pribadi melalui konseling.

Masyarakat tampak sangat antusias mengikuti jalannya kegiatan trauma healing yang diadakan oleh pengabdi. Pada sesi self motivation, masyarakat banyak yang menyampaikan keluhan kesah, kecemasan, dan ketakutan akan masa depan pasca bencana. Kemudian, disambut oleh kami tim para pengabdi dan masyarakat yang ikut memberikan semangat dan alternatif solusi atas semua trauma yang dialami. Nampaknya, masyarakat terlihat begitu kompak untuk saling membantu dan menyemangati satu sama lainnya.

Pada sesi konseling, hanya 1 (satu) orang yang mengikuti sesi tersebut. Seorang wanita yang tengah hamil muda mengkonsultasikan tentang kesehatan janin yang berada dalam kandungannya.



**Gambar 4. Antusiasme masyarakat mengikuti kegiatan self motivation**



**Gambar 5. Sesi foto bersama pasca konseling**

Yuwanto et al. (2018) menyatakan bahwa kegiatan self motivation melalui aktivitas bersyukur dapat membuat seseorang menjadi berpikir lebih positif dan jernih, membuat seseorang menjadi lebih bersemangat dan bahagia menjalani kehidupan, apapun kondisinya.

Berdasarkan hal tersebut maka, metode self motivation dan konseling yang diberikan pada orang dewasa korban badai seroja di Desa Felakdaele merupakan metode trauma healing yang tepat untuk mengurangi dampak psikologis pasca bencana.

Setelah sesi self motivation dan konseling ini berakhir, masyarakat menyatakan sangat puas dan lega karena telah menyampaikan “unek-unek” mereka. Selain itu, mereka menyatakan lebih semangat untuk menjalani hidup pasca bencana ini. Mereka yakin akan bisa melalui ini semua dan bangkit lagi serta merasa bersyukur karena telah diberikan kesempatan untuk hidup, dan berusaha untuk mensyukuri apa yang mereka miliki saat ini bukan memikirkan apa yang telah hilang.

Terakhir, tim pengabdi memberikan bantuan berupa bahan makanan pokok seperti beras, telur, mie instan, dan lain sebagainya kepada

masyarakat Desa Felakdaele. Harapannya, bantuan ini akan dapat bermanfaat bagi masyarakat Desa Felakdaele.



**Gambar 6. Penyerahan bantuan bahan makanan pokok**

Secara umum, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berjalan dengan lancar. Masyarakat Nampak sangat antusias dalam mengikuti jalannya kegiatan, bahkan kepala desa Felakdaele juga sangat berterimakasih atas tersenggaranya acara ini karena telah menampung keluh kesah, menebarkan kebahagiaan, dan bantuan kepada para korban badai seroja.

## **SIMPULAN**

Masyarakat Desa Felakdaele masih merasakan trauma atas kejadian badai seroja yang menimpanya awal april 2021 lalu. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah trauma healing untuk mengurangi dampak psikologis para korban pasca bencana. Kegiatan trauma healing dilakukan dengan metode play therapy untuk anak-anak dan self motivation untuk orang dewasa. Setelah dilakukan kegiatan, anak-anak menjadi lebih ceria dan orang dewasa menjadi lebih bersemangat dalam menjalani hidup.

Diharapkan, pengabdian berikutnya dapat melakukan trauma healing yang disertai dengan pemeriksaan kesehatan dan pengobatan gratis.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kepada STIKES Maranatha Kupang yang telah memberikan dana untuk dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Terimakasih kepada kepala desa dan seluruh masyarakat Felakdaele atas partisipasi dan antusiasme selama kegiatan ini berlangsung.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aranditio, S. 2021. Banjir Bandang NTT Awal April 2021 Terparah Dalam 10 Tahun Terakhir. [www.suara.com](http://www.suara.com).
- Flannery, R. 2009. Psychological Trauma and Post Traumatic Stress Disorder. *Journal of Emergency Mental Health*.
- Indriana, F. 2009. Aktifitas Rumah Ceria Anak Yogya Dalam Mengatasi Trauma Anak Korban Bencana Alam. Yogyakarta.
- Mulyasih, Rahmi and Liza Diniarizky Putri. 2019. Trauma Healing Dengan Menggunakan Metode Play Terapy Pada Anak-Anak Terkena Dampak Tsunami Di Kecamatan Sumur Propinsi Banten. *Bantenese - Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1(1).
- Murdiono, A et al. 2020. Simulasi Dan Trauma Healing Pasca Gempa Pada Peserta Didik SDN 1 Sambik Bangkol Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Karinov* 3(2):0-4.
- Rahmat, H. K. et al 2018. Analisa Kebutuhan Program Trauma Healing Untuk Anak-Anak

Pasca Bencana Banjir Di  
Kecamatan Sungai Pua Tahun  
2018. *Jurnal Menara Ilmu*  
12(7):1–6.

Samhsa. 2014. SAMHSA's Concept of  
Trauma and Guidance for a  
Trauma-Informed Approach.  
(July).

Seo, J. 2021. Banjir Bandang Di NTT:  
Petugas Masih Mencari 60  
Orang Yang Hilang. *Tempo*.

Yuwanto, L et al. 2018. Intervensi  
Psikologi Bagi Penyintas  
Bencana.