



Pemulihan Trauma pada Anak Pasca Bencana Banjir Berbasis Psikososial

Mila Amelia¹, Nina Fitriyani²

Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Indonesia

e-mail: ¹ 201520143.mila@uinbanten.ac.id , ² nina.fitriyani@uinbanten.ac.id

Info Artikel: Diterima: 30 April 2023; Disetujui: 12 Mei 2023; Dipublikasikan: 28 Juni 2023;

Keywords

Disaster;
Trauma;
Psychosocial

Abstract

Disasters cause disruption of community functions, environmental functions, and the economy. The purpose of this research is to understand the appropriate interventions that can be given to individuals to overcome psychological problems, especially the most severe for the most vulnerable group of people. The methods used were a systematic literature review for an article used published in a peer-reviewed journal in the twelfth year. Four databases were used including Science Direct, ProQuest, Scopus, and PubMed. The PRISMA criteria were used in the screening process, and 12 articles were used as the main content. In the filtering process, and 12 articles used as the main content. Based on the assessment of the 12 articles that were criticized, each article received a positive rating. Article quality was assessed using the Joanna Briggs Critical Assessment Tool (JBI). In the assessment of the 12 articles that were criticized, each article received a positive rating.

Kata Kunci

Bencana;
Trauma;
Psikososial

Abstrak

Bencana menyebabkan terganggunya fungsi masyarakat, fungsi lingkungan, dan ekonomi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami intervensi yang tepat yang dapat diberikan kepada individu untuk mengatasi masalah psikologis, khususnya yang paling parah bagi kelompok orang dari paling rentan. Metode - metode yang digunakan adalah tinjauan literatur sistematis untuk sebuah artikel yang digunakan diterbitkan dalam jurnal peer-review di tahun kedua belas. Empat database yang digunakan termasuk Science Direct, ProQuest, Scopus, dan PubMed. Kriteria PRISMA digunakan dalam proses penyaringan, dan 12 artikel digunakan sebagai konten utama. Di dalam proses penyaringan, dan 12 artikel digunakan sebagai konten utama. Berdasarkan penilaian terhadap 12 artikel yang dikritik, masing - masing artikel mendapatkan penilaian positif. Kualitas artikel dinilai menggunakan Alat Penilaian Kritis Joanna Briggs dinilai (JBI). Pada penilaian terhadap 12 artikel yang dikritik, masing - masing artikel mendapatkan penilaian positif.

* Correspondensi Penulis: ✉ 201520143.mila@uinbanten.ac.id

How to Cite (APA Style):

Amelia, M., Fitriyani, N. (2023). Pemulihan Trauma Pada Anak Pasca Bencana Banjir Berbasis Psikososial. *Jurnal Hawa: Studi Pengarus Utama Gender dan Anak*, 5(1), 96-101. <http://dx.doi.org/10.29300/hawapsga.v5i1.10873>



PENDAHULUAN

Menjadi ancaman serius bagi kehidupan manusia, bencana mencakup sejumlah faktor seperti gangguan ekologis, banyaknya korban jiwa, serta ekonomi, materi, ekonomi, dan lingkungan diluar batas kemampuan komunitas atau masyarakat sehingga tidak dapat menggunakan hari memasok sumber daya korban bencana hanya mengalami masalah fisik dan sosial, tetapi mereka juga mengalami masalah psikologis, seperti cemas, stres, depresi, dan trauma (Ferguson et al. 2014). Hasil survei menyebutkan sebanyak 15-20% populasi mengalami masalah kesehatan mental seperti PTSD (post-traumatic stress disorder), dan sekitar 3-4% mengalami masalah kesehatan mental seperti psikosis, depresi berat, dan kecemasan tinggi (Sherchan et al ., 2017). Masalah kesehatan mental ini termasuk trauma terkait stres, pasca trauma gangguan stress, dan psikosis.

Yang telah teridentifikasi berkontribusi terhadap psikologi korban bencana termasuk kurangnya fasilitas dasar yang memadai, lingkungan sosial yang memburuk, dan kondisi sanitasi yang buruk. Yang semuanya membuat penduduk kurang sehat dan meningkatkan kemungkinan sakit dan munculnya anggota keluarga yang khawatir dan kemungkinan trauma yang berulang dapat dikatakan bahwa individu yang emosinya tidak stabil sering mengalami sakit emosi yang hebat.

Kelompok - kelompok orang yang paling mungkin mengalami masalah psikologis akibat trauma adalah mereka yang renta, seperti bayi, lansia, orang dewasa yang baru saja mengalami kerontokan orang dan orang yang sedang menyusui. Kelompok - kelompok ini juga lebih mungkin masalah kesehatan, karena mereka memiliki kondisi psikologis yang tidak stabil serta masalah psikologis yang terus - menerus berkaitan dengan perilaku masyarakat balititan terdekat yang terus menerus mereka amati menderita karena jalur yang telah berkembang.

Pfefferbaum, Sweeton, Nitiéma, dkk . (2014), mengungkapkan bahwa anak - anak dan orang

dewasa di Turki mengalami peningkatan PTSD, depresi, dan kecemasan akibat mengalami bencana gempa bumi, yang menjadi penyebab gangguan psikologis ini. Menurut Te Brake dan Dückers (2013), data dari Taiwan menunjukkan bahwa 21,7% dari 233 orang di sana mengalami stres dan trauma akibat PTSD. Setelah mengalami masalah masalah psikologis, anak - anak dan dewasa muda akan terus mengalami gejala trauma dalam waktu yang lama. Hal ini akan menyebabkan mereka mengembangkan gejala yang lebih parah jika masalah tersebut tidak dikenali dan ditangani segera setelah muncul. Masalah ini harus ditangani dengan hati-hati dan terus-menerus. Trauma akibat kekerasan masa lalu harus mendapatkan intervensi dan simulasi yang aman dan efektif. Berdasarkan penelitian, pentingnya intervensi yang tepat dan efektif untuk populasi yang kurang beruntung, penulis berangkat untuk melakukan tinjauan literatur sistematis untuk memahami yang tepat intervensi yang harus diberikan kepada orang-orang untuk mengatasi masalah psikologis, terutama yang lazim di antara kelompok yang kurang beruntung . Istilah ketentuan "trauma" mengacu pada situasi yang mengakibatkan parah yang mengakibatkan efek fisik dan psikologis efek fisik dan psikologis parah.

Trauma dapat akibat dari setiap kejadian, insiden menindaklanjuti lanjutan, atau keadaan lanjutan yang digambarkan oleh seseorang sebagai hal yang berbahaya secara fisik, emosional, psikologis, atau spiritual (SAMHSA, 2012). Gejala terkait trauma dapat terwujud dalam berbagai cara. Secara umum disepakati bahwa jika suatu peristiwa berlangsung selama beberapa jam, atau bahkan hari, identitas korban dapat berubah. Namun, hal ini tidak selalu terjadi. Sepanjang rentang waktu tersebut waktu, peristiwa traumatis tersebut berulang kali diakui. Seperti kejadian sebelumnya, korban akan berada dalam bahaya. Jika hal ini terjadi, terjadi korban akan mengalami penderitaan yang sangat besar dimana efeknya akan lebih terasa daripada efek fisiologisnya.

METODE

Metode saat ini adalah tinjauan literatur yang melakukan pekerjaan pendahuluan awal tentang tentang penelitian asli. Bagian pertama esai ini berlanjut dengan merenungkan dan membahas sebuah kasus yang menjadi masalah selama proses penulisan artikel ini. Hasil yang diperoleh dari pencarian digunakan untuk menekan kerangka pemikiran dalam satu. Sesuai dengan data PICO yang baru saja diperbarui dan terhubung menggunakan operator AND dan OR Boolean. Artikel - artikel yang digunakan dalam penelitian ini dicari di Pubmed, Scopus , ProQuest studi inidand Science Direct , dan database lainnya. Istilah penyembuhan trauma, intervensi kesehatan mental, strategi kesehatan mental , intervensi psikososial atau strategi psikososial, serta bencana dan komunitas digunakan dalam judul artikel database. Artikel yang digunakan dievaluasi berdasarkan beberapa kriteria, seperti artikel yang diterbitkan antara tahun 2011 dan dievaluasi yang ditulis dalam bahasa Inggris. Menurut sejumlah kriteria, seperti artikel yang diterbitkan antara tahun 2011 dan 2020 yang ditulis dalam bahasa Inggris.

Proses penelitian ini dapat dijelaskan secara rinci dalam bagian Preferred Reporting Elements for Systematic Review and Meta -Analyses (PRISMA). Pengumpulan data independen menjadi hal penting untuk mengidentifikasi poin - poin utama artikel. Artikel yang ditemukan dalam database disaring berdasarkan judul, kata kunci, dan abstrak dengan mencantumkan kriteria berdasarkan tindakan pelatihan atau simulasi berupa intervensi psikososial yang dilakukan pada masyarakat atau komunitas yang terkena bencana. "Judul, kata kunci, dan abstrak dengan pencantuman kriteria "tindakan pelatihan atau simulasi berupa intervensi psikososial yang dilakukan pada masyarakat atau komunitas yang terkena bencana". Analisis dilakukan untuk desain, model intervensi, desain, karakteristik partisipan, dan informasi kuantitatif lainnya yang digunakan dalam penelitian.

Artikel - artikel harus melalui penyaringan teks lengkap untuk mengidentifikasi artikel yang sesuai dan dapat digunakan untuk pustaka saat ini. Artikel yang tidak memenuhi syarat dikutip dengan sejumlah peringatan, termasuk kurangnya penelitian asli, desain atau metodologi dengan dipertanyakan, dan protokol penelitian. Berdasarkan pada hasil full - text screening, sekitar 5 artikel hingga 12 artikel dikeluarkan dari tinjauan literatur. Setiap pengeditan artikel berkualitas yang kami lakukan menggunakan teknik evaluasi kritis yang dikembangkan oleh Joanna Briggs Institute (JBI). Pada penilaian terhadap 12 artikel yang dikritik, masing- masing artikel mendapatkan penilaian positif

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Literatur utama yang digunakan dalam yang digunakan dalam ulasan ini terdiri dari studi yang dilakukan di sepuluh negara berbeda, termasuk dua artikel dari Indonesia , dua dari Filipina , satu dari Myanmar , satu dari Vietnam, satu dari Los Angeles, satu dari California, satu dari Chili, satu dari Cina, satu dari Taiwan, dan satu dari Iran.

Artikel intervensi yang berbeda telah dibandingkan dan dimasukkan ke dalam tabel sintesis. Setiap artikel bertanggal antara 2010 dan 2020. Rancangan desain meliputi wawancara, wawancara semi-terstruktur, uji coba terkontrol studi acak, eksperimen semu , studi deskriptif - analitik , dan metode campuran. Dua jenis intervensi yang akan dibahas dalam penelitian ini yaitu tindakan individu dan tindakan organisasi

Tindakan pribadi

Ketika suatu bencana terjadi, seseorang dapat mengalami berbagai masalah baik secara fisik maupun mental. Pasca bencana, seseorang harus meningkatkan sistem ketahanan dirinya untuk menyelaraskan, menciptakan, atau menggunakan sistem yang dapat harus meningkatkan pengembangan diri. Tiga prinsip psikologis adalah kontrol,

koherensi, dan komunikasi. Individu memiliki pilihan untuk mencari sumber daya tambahan atau jaringan pendukung, seperti yang ada di internet yang memberikan informasi tentang untuk mencari yang ditargetkan serta intervensi yang berfokus pada peningkatan kognisi emosi, persepsi, aktivitas fisik, dan kemampuan beradaptasi dengan lingkungan (Hechanova et al., 2018 ; Cheng et al., 2012; Price et al., 2013).

Salah satu intervensi, yaitu The Skills for Life Adjustment and Resilience (SOLAR) dilakukan dengan skala besar dengan pelatih yang sudah memiliki keterampilan yang relevan. Intervensi SOLAR menawarkan lebih banyak pendidikan tentang ikatan sosial, perubahan dalam kehidupan sehari-hari, peningkatan diri, dan peningkatan kapasitas seseorang untuk diri sendiri. Selain itu, ada pula Hope Intervention, yaitu intervensi yang ditujukan untuk meningkatkan penilaian subjek secara keseluruhan dan terdiri dari beberapa komponen seperti ekspektasi, kebermaknaan hidup dan harga diri. Tiga komponen utama dari proses Intervensi Harapan adalah menetapkan tujuan, dari strategi, dan memberikan motivasi untuk mencapai tujuan tersebut (Retnowati et al., 2015 ; O'Donnell et al., 2020).

Pembahasan

Inisiatif penyembuhan trauma sedang dilakukan, dengan seorang anak yang menunjukkan rehabilitasi bencana, banjir sebagai fokus utamanya. akibat dari bencana tidak hanya menimbulkan trauma fisik, tetapi juga psikologis. Orang dewasa lebih mungkin mengalami trauma, yang mengakibatkan penurunan kesehatan mental yang tercermin dalam penurunan dibandingkan orang dewasa lebih mungkin mengalami trauma, yang mengakibatkan penurunan kesehatan mental yang tercermin dari penurunan kualitas gaya hidup . Untuk ini , fokus telah bergeser ke pemulihan traumatis (Penanganan Trauma) (Nugroho, 2012: 98).

Pemulihan trauma pasca bencana pada anak dapat dilakukan dengan bermain, menggambar,

dan berbagai kegiatan yang anak - anak lainnya. Metode bermain ini dipercaya dapat mengurangi rasa trauma pasca bencana banjir yang telah dialami anak tersebut. Hal ini dikarenakan dengan metode tersebut, anak dapat mengekspresikan dirinya melalui kegiatan yang dapat menghibur dan menyenangkan sehingga dapat mengurangi masalah psikologis yang terjadi pada anak pasca bencana. Permainan yang dapat dilakukan meliputi beberapa permainan tradisional yang kemudian dapat diakhiri dengan permainan game yang dapat membantu anak - anak pulih dari trauma akibat bencana. Game yang dimainkan juga harus ada hubungannya dengan pemahaman dan kemampuan untuk mengekspresikan diri.

Aturan - aturan umum dalam memberikan perlindungan psikologis ketika berada dalam situasi berbahaya untuk memastikan bahwa informasi tersebut relevan dapat dilakukan dengan menyediakan sesuatu yang bermakna dan bermanfaat bagi masyarakat. Keluarga sering digambarkan sebagai "sumber kekuatan", dan dalam konteks jejaring sosial, ini termasuk kerabat - kerabat lainnya. Keluarga korban secara signifikan akan berdampak mempengaruhi hubungan mereka dengan rekan satu tim dan anggota komunitas mereka. Prevalensi gejala PTSD di antara orang yang selamat dari bencana meliputi gejala gejala somatik (nyeri tubuh, sakit kepala, palpitasi), emosional (kecemasan, ketakutan, lekas marah), kognitif (rasa bersalah karena bertahan hidup, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, keputusan), dan gejala perilaku (ketidakmampuan untuk tidur, perilaku maladaptif seperti alkohol dan penggunaan narkoba) (Hechanova et al., 2016).

KESIMPULAN

Sejumlah intervensi spesifik direkomendasikan dalam tinjauan pustaka ini. Intervensi yang dirancang telah menunjukkan hasil yang efektif dalam membangun ketangguhan masyarakat pasca bencana, yaitu Skills for Life Adaptation and Resilience (SOLAR), Hope Intervention, Mental

Health and/or Psychosocial Support (MHPSS), Psychosocial Capacity Building (PCB), Counseling and Psychosocial Support dan Terapi Perilaku Kognitif untuk Stres Pascabencana (CBT-PD).

Pemulihan pasca trauma dilakukan, dan faktor terpenting dalam proses ini adalah terapi trauma pada anak yang menderita bencana banjir. Secara umum, anak-anak lebih mungkin-mungkin mengalami trauma daripada orang dewasa, yang mengakibatkan penurunan kesehatan mental yang tercermin dari penurunan kualitas gaya hidup. Pemulihan trauma pasca bencana pada anak dapat dilakukan dengan melakukan berbagai permainan. Permainan dapat mencegah krisis psikologis yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup, oleh karena itu pengembangan karakter anak diperlukan untuk meningkatkan standar tersebut. Satu-satunya metode paling efektif untuk mengembangkan karakter anak adalah melalui permainan dan pembelajaran dari bahan yang etis.

Keluarga juga berperan penting dalam pemulihan trauma anak pasca bencana. Hal ini dikarenakan keluarga sering disebut dengan "sumber kekuatan" manusia, maka sangat penting bagi anggota keluarga turut serta dalam membantu pemulihan trauma pasca bencana pada anak, hal yang dapat dilakukan oleh keluarga cukup hanya dengan memberi semangat dan dukungan anak untuk segera pulih dari traumanya, dengan memberikan dukungan positif dari keluarganya, maka anak akan memiliki semangat untuk segera pulih dari trauma pasca bencana yang dialaminya.

DAFTAR PUSTAKA

- Berkowitz, S. J., Stover, C. S., & Marans, S. R. (2021). The Child and Family Traumatic Stress Intervention: secondary prevention for youth at risk of developing PTSD. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*, 52(6), 676-685.
- Cheng, S. F., Cheng, C. W., Hsieh, W. C., Chi, M. C., Lin, S. J., & Liao, Y. T. (2019). Effects of individual resilience intervention on indigenous people who experienced Typhoon Morkot in Taiwan. *Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 28(2), 105-110.
- Yuwanto, L., Hartanti, Tjiong, Y. W., Eunike, P., Widyakristi, K. V., & Halim, V. (2018). *Intervensi Psikologi bagi Penyintas Bencana* (L. Yuwanto, Ed.). Cerdas Pustaka Publisher
- Wade, D., Crompton, D., Howard, A., Stevens, N., Metcalf, O., Brymer, M., Ruzek, J., Watson, P., Bryant, R., & Forbes, D. (2015). Skills for Psychological Recovery: Evaluation of a post-disaster mental health training program. *Disaster Health*, 2(3-4), 138-145.
- Pfefferbaum, B., Sweeton, J. L., Newman, E., Varma, V., Noffsinger, M. A., Shaw, J. A., Chrisman, A. K., & Nitiéma, P. (2014). Child disaster mental health interventions, part II. *Disaster Health*, 2(1), 58-67.
- Eskash, H., Moradipour, M., Nazari Kamal, M., Sarafzade, S., Rouhollahi, M., Arghaai, A., & Samouei, R. (2016). The Effectiveness of Reengineering Moheb Project to Improve Knowledge, Attitude, and Performance of Individuals & Local Communities in Response to Earthquake: A Case Study. *Health in Emergencies and Disasters Quarterly*, 1(4), 193-199.
- Fergusson, D. M., Horwood, L. J., Boden, J. M., & Mulder, R. T. (2014). Impact of a major disaster on the mental health of a well-studied cohort. *JAMA Psychiatry*, 71(9), 1025-1031.
- Hechanova, M. R. M., Waelde, L. C., & Ramos, P. A. P. (2016a). Evaluation of a Group-Based Resilience Intervention for Typhoon Haiyan Survivors. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 10, 1-10.
- Hechanova, R. M., Ramos, P. A. P., & Waelde, L. (2015). Group-based mindfulness-informed psychological first aid after Typhoon Haiyan. *Disaster Prevention and Management*, 24(5), 610-618.

- Hadianti, A.N. 2018. Trauma (Post Traumatic Disorde) on Chiid Victims of Natural Disaster. Proceeding of InternationalConference on Child-Friendly Education: Surakarta, Hal 66.
- Sugianto, Akhmad. 2020. Workshop Penguatan Pendidikan Karakter bagi GuruBimbingan dan Konseling SMP. JurnalIlmiah Pengabdian kepada Masyarakat, Vol. 6 No. 1 Hal. 93.