

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/325298612>

IMPLEMENTASI KONSELING KRISIS TERINTEGRASI SUFI HEALING UNTUK MENANGANI TRAUMA ANAK USIA DINI PADA SITUASI KRISIS PASCA BENCANA

Conference Paper · May 2018

CITATIONS

2

READS

6,446

1 author:



[Hayatul Khairul Rahmat](#)

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta

16 PUBLICATIONS 89 CITATIONS

[SEE PROFILE](#)

IMPLEMENTASI KONSELING KRISIS TERINTEGRASI SUFI HEALING UNTUK MENANGANI TRAUMA ANAK USIA DINI PADA SITUASI KRISIS PASCA BENCANA

Hayatul Khairul Rahmat¹, Ela Nurmalasari², dan A. Said Hasan Basri³

¹Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,
Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta 55281, Indonesia, email; hayatulkhairul@gmail.com

²Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta,
Jl. Marsda Adisucipto, Yogyakarta 55281, Indonesia, email; elanurmalasari05@gmail.com

³Dosen Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, Jl.
Marsda Adisucipto, Yogyakarta 55281, Indonesia, email; shasaid@gmail.com

ABSTRACT

Indonesia is an archipelagic country located in geographic, hydrological, and demographic positions that are prone to disasters. That are because Indonesia is located in the Pacific Ring of Fire and serves as a meeting center for several Earth Plates such as the Indo-Australian Plate, Eurasian Plate, and Pacific Plate. This is the cause of Indonesia vulnerable to disaster. It can not be denied that any of these disasters will have a psychological or non-psychological impact. This psychological impact is more deeply traumatic in early childhood. For that, we need to minimize the traumatic aspects caused by natural disasters that is through crisis counseling conducted by the counselor. In this implementation is done during a post-disaster crisis situation with a form of play therapy that is integrated with the Sufi healing. Hopefully, with the implementation of crisis counseling integrated by Sufi healing can reduce traumatic in early childhood so as not to disrupt the tasks of child development.

Keywords : Implementation, Crisis Counseling, Sufi Healing, Trauma, Early Children, Situation of Post Disaster Crisis.

ABSTRAK

Indonesia adalah negara kepulauan yang berada pada posisi geografis, hidrologis, dan demografis yang rawan bencana. Hal ini terjadi karena Indonesia terletak di jalur ring of fire kawasan Pasifik dan menjadi pusat pertemuan beberapa lempeng bumi seperti lempeng Indo-Australia, lempeng Eurasia, dan lempeng Pasifik. Hal inilah yang menjadi penyebab Indonesia rawan akan bencana. Tak dapat dipungkiri, setiap bencana ini akan memberikan dampak baik psikologis atau non psikologis. Dampak psikologis ini berupa traumatis yang lebih mendalam pada anak usia dini. Untuk itu perlu usaha untuk meminimalisir aspek traumatis yang disebabkan oleh bencana alam itu yaitu melalui konseling krisis yang dilaksanakan oleh konselor. Dalam pelaksanaan ini dilakukan pada saat situasi krisis pasca bencana dengan bentuk play therapy yang diintegrasikan dengan sufi healing. Harapannya, dengan pelaksanaan konseling krisis terintegrasi sufi healing dapat menurunkan traumatis pada anak usia dini sehingga tidak terganggu tugas-tugas perkembangan anak tersebut.

Kata Kunci : Implementasi, Konseling Krisis, Sufi Healing, Trauma, Anak Usia Dini, Situasi Krisis Pasca Bencana.

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan yang berada pada posisi geografis, hidrologis, dan demografis yang rawan bencana (Soemantri, 2012: 1). Dengan demikian, bencana alam sudah menjadi bagian dalam kehidupan penduduk Indonesia, karena kejadian bencana alam di Indonesia hampir setiap hari terjadi. Seperti contoh adalah terjadinya gempa bumi sedikitnya satu kali dalam sehari. Di samping kejadian alam yang muncul setiap hari, juga masih ada kejadian seperti banjir bandang, longsor, angin puting beliung, dan letusan gunung berapi.

Menurut Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana menyebutkan bahwa bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/ atau faktor non alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis.

Berdasarkan defenisi di atas, disebutkan bahwa bencana disebabkan oleh faktor alam, non alam, dan manusia. Dalam hal ini, dapat dikategorikan bencana itu menjadi bencana alam, bencana non alam, dan bencana sosial. Bencana alam merupakan bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang disebabkan oleh alam antara lain berupa gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, angin topan, dan tanah longsor. Bencana non alam adalah bencana yang disebabkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa non alam yang antara lain berupa gagal teknologi, gagal modernisasi, epidemi, dan wabah penyakit. sedangkan, bencana sosial adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang diakibatkan oleh manusia yang meliputi konflik sosial antar kelompok atau antar komunitas masyarakat dan teror.

Dalam penelitian ini, bencana yang dimaksud adalah bencana alam yaitu bencana yang disebabkan oleh faktor alam itu sendiri seperti banjir, gempa bumi, tsunami, tanah longsor, letusan gunung meletus. Masih teringat dalam benak kita sebagai warga negara Indonesia, bencana alam gempa bumi dan tsunami yang terjadi di Aceh tahun 2004. Pada waktu itu, sekitar pukul 07.58 WIB, gempa dengan kekuatan 9,1 SR menghantam Aceh, Pantai Barat Semenanjung Malaya, Thailand, Pantai Timur India, Sri Lanka, bahkan sampai Pantai Timur Afrika. Beberapa menit saja kemudian, gelombang tsunami menerjang dengan dahsyatnya (Gunawan, 2014). Peristiwa tersebut menelan jutaan korban jiwa yang tidak hanya di Indonesia saja tetapi juga sampai menelan korban warga negara lain.

Selain itu, masih ingat juga bencana alam tsunami yang terjadi di Kepulauan Mentawai pada 25 Oktober 2010 dengan kekuatan 8,3 SR. Selain itu, masih banyak lagi bencana yang melanda dan terjadi di Indonesia. Bencana alam ini tidak hanya sekedar meninggalkan luka yang dalam bagi warga yang menjadi korban serta keluarga yang ditinggalkan, tetapi juga meninggalkan sisi traumatis bagi korban bencana alam tersebut. Traumatis ini tidak hanya terjadi pada orang dewasa saja

tetapi anak usia dini pun merasakan trauma akan bencana yang melanda dan menimpa mereka.

Dapat dipahami bahwa dampak yang muncul akibat bencana yaitu dampak psikologis dan non psikologis. Dampak non psikologis secara jelas dapat dikatakan bahwa hancurnya keseimbangan alam, kerusakan lingkungan, jatuhnya korban jiwa, korban harta benda, dan rusaknya keteraturan ekosistem. Bencana ini juga dapat mengakibatkan hilangnya suatu unsur budaya dalam masyarakat, pergeseran norma-norma sosial, perubahan kebijakan politik, dan perubahan pola interaksi antar individu (Veitch dan Arkelin, 1995: 201). Dampak kedua adalah sisi psikologis. Kondisi psikologis dipengaruhi oleh interaksi perubahan atau gangguan fisik, psikologi, situasi sosial, dan masalah yang bersifat material. Sebagian besar korban bencana akan terlihat panik walaupun sangat sedikit yang tampak tenang dan berusaha bersikap rasional. Korban bencana akan mengalami gangguan tidur, mimpi buruk, kehilangan kekeluargaan dalam beraktivitas, tercabutnya dari hubungan sosialnya teratur sehingga korban mengalami *stressfull*.

Trauma dalam hal ini disebut dengan (*post-traumatic stress disorder PTSD*) yaitu gangguan psikologis yang terjadi dan muncul setelah bencana terjadi dan lebih berbahaya dibandingkan stress yang dialami pada saat bencana (Veitch dan Arkelin, 1995: 212). Apabila tidak terdeteksi dan dibiarkan tanpa penanganan, maka dapat mengakibatkan komplikasi medis maupun psikologis yang serius yang bersifat permanen yang akhirnya mengganggu kehidupan sosial maupun pekerjaan penderita (Flannery, 1999).

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa anak usia dini korban bencana memiliki kecenderungan mengalami trauma. Hal ini perlu diatasi jika tidak akan berdampak buruk pada tugas perkembangan seorang anak tersebut. Dalam hal ini, perlu diberikan layanan konseling kepada anak usia dini yang mengalami trauma terhadap bencana alam. Menurut Prayitno (2009), konseling adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli yang disebut konselor kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah yang disebut klien yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi oleh klien.

Terdapat berbagai macam bentuk layanan konseling yang salah satunya konseling krisis. Konseling krisis dirasa tepat untuk diberikan kepada anak usia dini korban bencana alam karena diasumsikan bahwa masalah traumatis yang dialami oleh mereka perlu diatasi sesegera mungkin. Hal ini dilakukan agar anak usia dini korban bencana tidak terlalu lama mengalami traumatis sehingga tugas perkembangan mereka bisa berjalan sesuai dengan usia mereka.

Dalam praktiknya akan diintegrasikan dengan *sufi healing* yang harapannya dengan menggunakan pendekatan keagamaan juga lebih mempermudah menangani trauma anak usia dini pada situasi krisis pasca bencana tersebut.

Pada tulisan ini akan dijabarkan dan dijelaskan bentuk konseling krisis yang digunakan dan diterapkan yang diintegrasikan dengan *sufi healing* dalam meminimalisir traumatis anak usia dini korban bencana pada situasi krisis pasca bencana.

2. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan tipe deskriptif kualitatif. Dalam penelitian ini menggambarkan dan menganalisis bagaimana penggunaan konseling krisis yang terintegrasi dengan *sufi healing* untuk menangani trauma anak usia dini pada situasi krisis pasca bencana. Jenis data yang digunakan adalah data-data sekunder yang diperoleh dari literatur, buku, jurnal, laporan, dan informasi dari guru BK di lapangan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah studi kepustakaan (*library research*) dengan mencari dan mengumpulkan data-data sekunder yang bersumber dari berbagai referensi baik buku, internet, siswa, dan guru BK yang mana validitasnya dapat dipertanggungjawabkan. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menjelaskan dan menganalisis dari sumber-sumber yang ada, setelah itu berbagai referensi dikaitkan dengan penelitian yang dilakukan.

3. HASIL DAN PEMERIKSAAN

Untuk memahami bagaimana penerapan konseling krisis yang terintegrasi dengan *sufi healing* maka dirasa perlu untuk memahami beberapa hal berikut.

3.1 KONSELING KRISIS

Pengertian krisis menurut James (2008) yaitu persepsi atau pengalaman akan suatu peristiwa atau situasi sebagai kesulitan yang tidak dapat ditoleransi, yang melebihi sumber daya dan kemampuan seseorang untuk mengatasinya pada saat ini. Sedangkan, menurut Gladding (2012), konseling krisis adalah penggunaan beragam pendekatan langsung dan berorientasi pada tindakan, untuk membantu individu menemukan sumber daya di dalam dirinya dan atau menghadapi krisis secara eksternal. Konseling krisis bertujuan pada memberikan bantuan segera dalam berbagai bentuk kepada orang yang membutuhkan apa yang terjadi selama krisis menentukan apakah krisis itu akan menjadi suatu wabah penyakit yang akan berubah menjadi suatu kondisi yang kronis dan bersifat jangka panjang atau tidak (James, 2008).

Empat tahap dalam keterampilan konseling krisis adalah sebagai berikut: (1) menilai atau menentukan kondisi konseli saat ini dan keparahan permasalahan; (2) konselor kemudian harus memutuskan jenis konseling yang paling dibutuhkan saat ini berdasarkan penilaian dari keterampilan penyesuaian konseli; (3) bertindak secara langsung dalam pelaksanaan konseling; dan (4) melakukan

pemantauan tindakan nyata konseli menerapkan hasil konseling dengan bertindak nyata dalam kehidupan sehari-hari (Brammer, 1979).

Konseling krisis memiliki bentuk diantaranya *play therapy*. Dalam hal ini, seorang konselor harus memperhatikan beberapa hal seperti (1) lebih efektif dilakukan di dalam ruangan yang dirancang khusus untuk tujuan tersebut; (2) anak-anak dapat diberikan konseling dalam lingkup yang fasilitas khusus; (3) menggunakan terapi bermain (*play therapy*); dan (4) media sudah seyogyanya tersedia di dalam ruangan (Purwanta, 2010: 3-4).

3.2 Sufi Healing

Sufi healing yang disebut juga dengan pengobatan sufi adalah salah satu cara yang digunakan para sufi dalam pengobatan dan penyembuhan, dimana pengobatan dan penyembuhan tersebut menggunakan metode-metode yang berdasarkan keagamaan yaitu dengan membangkitkan potensi keimanan kepada Tuhan, lalu menggerakkannya ke arah pencerahan batin atau pencerahan rohani yang pada hakikatnya menimbulkan kepercayaan diri bahwa Tuhan Yang Maha Esa adalah satu-satunya kekuatan penyembuh dari penyakit yang diderita (Rahman, 2012: 5).

Menurut Syukur, metode pengobatan sufi (*sufi healing*) diantaranya: (1) dzikir; (2) doa; (3) shalat; (4) membaca shalawat; dan (5) mendengarkan musik.

Sufi healing tersebut memiliki fungsi utama yaitu fungsi pemahaman (*understanding*), fungsi pengendalian (*controlling*), fungsi peramalan (*prediction*), fungsi pendidikan (*education*), dan fungsi pengembangan (*development*) (Bakry, 2004: 51-54).

3.3 Trauma dan Post Traumatic Stress Disorder

Trauma merupakan suatu kejadian fisik atau emosional serius yang menyebabkan kerusakan substansial terhadap fisik dan psikologis seseorang dalam rentang waktu yang relatif lama (Weaver, Flannelly, dan Preston, 2003). Selain itu, trauma adalah satu kondisi emosional yang berkembang setelah suatu peristiwa trauma yang tidak mengenakkan, menyedihkan, menakutkan, mencemaskan, dan mencengkelkan, seperti peristiwa pemerkosaan, peperangan, kekerasan dalam keluarga, kecelakaan, bencana alam, dan peristiwa tertentu yang membuat batin tertekan (Lawson, 2001; Kinchin, 2007). Trauma ini memiliki kecenderungan menjadi *Post Traumatic Stress Disorder* yang akan mengganggu korban tersebut.

Post Traumatic Stress Disorder dipengaruhi oleh faktor peristiwa. Di samping itu, faktor yang lain yang memicu PTSD adalah ketidakberdayaan individu (Goleman, 1995).

Berdasarkan penjelasan di atas, bisa disimpulkan anak-anak cenderung lebih mudah terkena PTSD dibandingkan dengan orang tua. Hal ini didasarkan bahwa anak kurang memiliki kemampuan dalam menghadapi bahaya dibandingkan dengan orang tua. Faktor selanjutnya adalah *fear conditioning* (pengkondisian rasa

takut) yaitu pengkondisian sesuatu yang awalnya sama sekali tidak ditakuti menjadi sesuatu yang menakutkan bagi individu. Pengkondisian rasa takut ini dilakukan oleh orang dewasa kenada anak-anak (Goleman, 1995).

3.4 Anak Usia Dini

Anak usia dini merupakan tahap perkembangan anak yang sangat kompleks. Beberapa ahli mendefinisikan berbagai pengertian anak usia dini. Defenisi pertama anak usia dini adalah anak yang berusia nol tahun atau sejak lahir sampai berusia kurang lebih delapan tahun (0-8 tahun). Defenisi kedua menurut Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 Butir 14 menyebutkan pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lanjutan. Dari dua defenisi ini ditarik kesimpulan bahwa anak usia dini adalah anak yang berusia nol sampai 6 atau 8 tahun yang mengalami pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani. Karakteristik anak usia dini adalah (1) bersifat egosentris naif; (2) relasi sosial yang primitif; (3) kesatuan jasmani dan rohani yang hampir tidak terpisahkan; dan (4) sikap hidup yang disiognomis (Kartini Kartono dalam Marsudi, 2006: 6).

Anak usia dini merupakan usia yang mempunyai beberapa karakteristik lainnya yaitu rasa ingin tahu yang besar, pribadi yang unik, suka berfantasi dan berimajinasi, merupakan masa yang potensial untuk belajar, menunjukkan egosentris, memiliki daya konsentrasi yang rendah, sebagai makhluk sosial dan sebagainya (Aisyah dkk., 2012).

3.5 Pembahasan

Anak usia dini merupakan masa golden age yang memiliki potensi yang luar biasa dalam perkembangan di setiap aspek perkembangan. Bencana alam menjadi momok yang menimbulkan traumatis pada anak usia dini. Traumatis anak usia dini jika tidak segera diidentifikasi dan diatasi tentu akan menjadi penghambat perkembangan potensi anak usia dini. Salah satu caranya adalah dengan implementasi konseling krisis dalam bentuk terapi bermain (*play therapy*).

Saputra dan Setianingrum (2016) menyatakan metode bermain adalah alat bagi konselor untuk menangani permasalahan anak melalui layanan konseling, termasuk dalam hal ini adalah masalah traumatis anak usia dini korban bencana alam. Dalam implementasi ini diintegrasikan dengan *sufi healing* dalam bentuk mendengarkan musik. Mendengarkan musik yang dimaksud adalah nada-nada yang indah dalam rangka mengagungkan Allah SWT.

Dalam hal ini, bacaan ayat suci Al-Quran, suara azan, dan zikir jahr yang dikategorikan sebagai terapi musik. Mendengarkan musik ini memberikan manfaat diantaranya (1) dapat menghilangkan sampah batin dan sekaligus dapat

melahirkan dampak penyaksian terhadap Allah di dalam hati; (2) dapat menguatkan hati dan cahaya rohani; (3) dapat melepaskan seorang sufi dari berbagai urusan yang bersifat lahir serta membuat seorang sufi cenderung untuk menerima cahaya dan rahasia-rahasia batin; (4) mendengarkan musik dapat menggembirakan hati dan roh; dan (5) menyebabkan ekstasi dan tertarik kepada Allah serta menampakkan rahasia-rahasia ketuhanan (Muhaya, 2003: 95-97).

Beberapa gagasan dan penelitian telah menunjukkan bahwa *play therapy* dapat digunakan untuk menurunkan traumatis anak usia dini pada situasi krisis pasca bencana. Penelitian yang dilakukan oleh Indriyani (2011) menyatakan bahwa *play therapy* merupakan teknik layanan konseling yang dapat digunakan untuk pembelajaran mitigasi bencana tanah longsor pada anak berkebutuhan khusus.

Play therapy sebagai salah satu bentuk konseling krisis yang diintegrasikan dengan sufi healing dapat disimpulkan menjadi salah satu usaha potensial untuk menurunkan traumatis pada anak usia dini korban bencana pada situasi krisis pasca bencana. Dalam pencapaian ini, perlu beberapa personal yang terlibat yaitu konselor, guru, orang tua, petugas lainnya, serta anak itu sendiri. Dalam pelaksanaannya akan lebih membantu jika menggunakan menggunakan media sehingga dapat meminimalisir traumatis yang terjadi pada anak usia dini pada situasi pasca bencana.

4. KESIMPULAN

Yang menjadi perhatian dalam penanganan anak usia dini pasca bencana adalah hal traumatis. Karena jika tidak diidentifikasi dan diatasi akan memperlambat tugas perkembangannya. Salah satunya dengan usaha konseling krisis dengan bentuk *play therapy* yang diintegrasikan dengan sufi healing. Harapannya dengan konseling krisis berbentuk *play therapy* yang terintegrasi dengan *sufi healing* dapat menurunkan traumatis anak usia dini korban bencana pada situasi krisis pasca bencana.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Muhaya. 2003. *Bersufi Melalui Musik sebuah Pembelaan Musik Sufi oleh Ahmad Al Ghazali*. Yogyakarta: Gamamedia, 95-97.
- Edi Purwanta. 2010. *Bimbingan Sebagai Layanan Psikologis bagi Anak yang Mengalami Trauma Healing*. Diklat Pendampingan Anak Berkebutuhan Khusus Korban Erupsi Merapi, 3-4.
- Goleman. 1995. *Emotional Intelegence*. New York: Bantam Book.
- Herman Nirwana. 2012. *Konseling Trauma Pasca Bencana*. Tadib. 15 (2), 124-126.
- Kinchin. 2007. *A Guide to Psychological Debriefing*. London: Jessica Kingsley Publisher.
- Latipun. 2014. *Pemulihan Trauma Berbasis Komunitas: Pengalaman Indonesia dalam Intervensi Trauma Masal*. Jurnal Sains dan Praktik Psikologi. 2 (3), 278-280.

- M. Amin Syukur. 2012. *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*. Jakarta: Erlangga, 20-25.
- M. Ulil Absor. 2011. *Penanganan Anak Dalam Masa Tanggap Darurat Bencana Alam: Tinjauan Konvensi Hak Anak dan Undang-Undang Perlindungan Anak*. Jurnal Dakwah. 11 (1), 17-20.
- Prima Suci Rohmadheny, dkk. 2016. *Layanan Konseling Krisis Bagi Anak Usia Dini Korban Bencana*. Prosiding Seminar Nasional Konseling Krisis Universitas Ahmad Dahlan, 10-16.
- Sri Banun Haksasi. 2010. *Konseling Krisis*. Semarang: Amanah, 9-10.
- William L. Getz. 1974. *Fundamentals of Crisis Counseling*. Michigan: Lexington Book, 15.