

Trauma Healing Bagi Santri Pasca Gempa di Desa Tulehu, Kecamatan Salahutu, Kabupaten Maluku Tengah

Andris Noya*¹, Johanna S. Talupun², Rukhama Aralaha³, Josias Taihutu⁴, Lunarina L. Salenus⁴

Keywords :

Trauma healing;
Santri;
Pasca gempa.

Correspondensi Author


* Psikologi, FISK Institut
Agama Kristen Negeri Ambon
Jl. Dolog Halong Atas,
Kecamatan Baguala, Kota
Ambon
Email: anoya335@gmail.com

History Artikel

Received: 21-Januari-2022
Reviewed: 15-Februari-2022
Revised: 17-Maret-2022
Accepted: 1-Agustus-2022
Published: 19-Agustus-2022

Abstrak. Gempa bumi yang terjadi di Provinsi Maluku pada tanggal 26 September 2019 mengakibatkan banyak anak yang mengalami trauma pasca gempa. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk membantu menangani santri yang mengalami trauma psikis pasca gempa. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah trauma healing. Untuk mengukur efektivitas pelaksanaan trauma healing, tim menggunakan alat tes yang diadopsi dari psychometric properties of the PTSD checklist (PCL) military, civilian, and specific versions. Berdasarkan hasil pre dan post test disimpulkan bahwa trauma healing efektif menurunkan tingkat trauma santri pasca gempa.

Abstract. The earthquake that occurred in Maluku Province on September 26, 2019 resulted in many children experiencing trauma after the earthquake. This community service activity aims to help deal with students who experience psychological trauma after the earthquake. The method used in this activity is trauma healing. To measure the effectiveness of trauma healing, the team used a test tool adopted from the psychometric properties of the PTSD checklist (PCL) military, civilian, and specific versions. Based on the results of the pre and post tests, it was concluded that trauma healing was effective in reducing the trauma level of students after the earthquake.

 This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara di kawasan Asia yang rawan terjadinya bencana gempa dan tsunami. Hal ini disebabkan karena Indonesia merupakan salah satu negara di kawasan Asia Pasifik yang menjadi bagian dari rangkaian cincin Api (The Ring of Fire). Salah satu faktor yang menjadikan Indonesia sebagai wilayah rawan gempa dan tsunami karena Indonesia masuk dalam zona tektonik yang sangat aktif, dimana Indonesia merupakan pertemuan antara 3 (tiga) lempeng di dunia, yaitu

lempeng Eurasia, lempeng Philippine, dan lempeng Pasific. Ketiga lempeng ini senantiasa bergerak dan bertumbuk menuju kestabilan. Pergerakan inilah yang menyebabkan terjadinya gempa dan tsunami (Madona & Irmansyah, 2013).

Provinsi Maluku merupakan salah satu wilayah di bagian timur Indonesia yang rawan terhadap gempa bumi dan tsunami. Dalam sebuah hasil penelitian dijelaskan bahwa kerentanan ini disebabkan karena zona subduksi ganda, yakni subduksi dari Lempeng Pasifik melalui busur Halmahera yang mendorong ke arah barat, dan subduksi

Lempeng Eurasia melalui busur Sangehe yang mendorong ke arah timur, sedangkan di sebelah selatannya terikat oleh Patahan Sorong. Subduksi ini membentuk palung yang cukup dalam, berkisar antara 4500 hingga 7000 meter. Wilayah palung ini merupakan zona tektonik aktif yang berpotensi membangkitkan tsunami apabila terjadi gempa bumi (Septiani & Pujiastuti, 2021).

Pada tahun 2019 diberitakan bahwa Provinsi Maluku diguncang gempa bumi sebanyak 5.100 kali (Maryati, 2020). Salah satu gempa yang cukup besar terjadi pada tanggal 26 September 2019 dengan kekuatan 6,5 magnitudo (Arif, 2019). Bahkan dilaporkan bahwa terjadi 3.089 kali gempa susulan setelah bulan September 2019 (Kholid, 2019). Gempa bumi yang terjadi pada tanggal 26 September 2019 ini mengguncang beberapa daerah di Provinsi Maluku, salah satunya yakni Desa Tulehu, Kecamatan Salahutu, Kabupaten Maluku Tengah.

Gempa bumi yang terjadi menimbulkan berbagai dampak. Kerusakan yang ditimbulkan sangat besar karena gempa bumi tidak hanya terjadi di darat, tapi terjadi di dasar laut yang mengakibatkan gelombang tsunami. Kerugian material karena terjadi berbagai kerusakan infrastruktur dan korban jiwa. BNPB Provinsi Maluku mencatat sebanyak 2.675 unit rumah mengalami kerusakan akibat gempa, 852 diantaranya mengalami kerusakan berat yang mengakibatkan masyarakat harus ditampung pada lokasi-lokasi pengungsian. Sedangkan jumlah jiwa yang meninggal sampai dengan tanggal 30 September 2019 tercatat sebanyak 30 jiwa (Wibowo, 2019).

Pasca gempa yang terjadi, masyarakat Desa Tulehu umumnya memilih untuk sementara menempati tenda-tenda pengungsian yang disediakan oleh pemerintah. Sebagian besar masyarakat yang memilih untuk tinggal di lokasi pengungsian disebabkan karena trauma akibat gempa yang terjadi. Trauma merupakan suatu respon emosional individu terhadap situasi buruk dan tindakan tidak menyenangkan seperti kecelakaan, kejahatan maupun bencana alam (Salamor, Salamor, & Ubwarin, 2020). Trauma erat hubungannya dengan kondisi psikologis individu. Trauma umumnya berdampak pada kerusakan psikologis

seseorang dalam jangka waktu yang relative panjang (Setiawan et al., 2021). Trauma psikologis ini oleh masyarakat dan juga para santri Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu.

Bencana pada umumnya menempatkan anak-anak sebagai kelompok yang rentan sebagai korban dibandingkan orang dewasa (Dewi et al., 2021). Hal ini nampak jelas dalam wawancara tim PKM dengan pengasuh Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu. Dalam wawancara dinyatakan bahwa pascagempa, sebagian besar anak-anak terlihat murung, tidak ceria seperti hari-hari biasanya, ada yang berteriak-teriak bahkan menangis dengan suara yang keras ketika gempa susulan terjadi, ada yang takut tidur di malam hari, ada yang badannya gemetar ketika mendengar berita bahwa akan terjadi gempa susulan. Reaksi fisik dan psikis yang dialami oleh para santri di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu ini merupakan ciri-ciri trauma yang umumnya terjadi pada individu pasca gempa.

Menyikapi kondisi trauma pasca gempa yang terjadi pada santri di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu di atas, maka perlu adanya pendampingan psikologis. Pendampingan psikologis penting dilakukan dengan tujuan untuk memulihkan kondisi trauma psikis yang disebabkan oleh gempa. Salah satu bentuk pendampingan psikologis yang umumnya dilakukan adalah trauma healing. Trauma healing merupakan salah satu metode yang dapat dijadikan sebagai bentuk upaya pemulihan gangguan psikologis yang dialami individu karena lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental (Acim & Sa'i, 2018). Secara sederhana trauma healing dapat diartikan sebagai bentuk *accepting*. Penerimaan dalam diri korban gempa terjadi jika adanya dukungan psikologis yang diberikan oleh orang-orang yang hadir dan menyentuh mereka dengan hati. Dukungan psikologis pasca bencana alam seperti gempa bumi dibutuhkan agar membantu individu mengurangi tingkat trauma yang dialami (Salamor et al., 2020).

Trauma healing merupakan salah satu metode penyelesaian trauma anak pasca gempa yang dipandang efektif. Dalam kegiatan "Simulasi dan Trauma Healing Pasca Gempa pada Peserta Didik SD Negeri 1 Sambik Bangkol Kabupaten Lombok

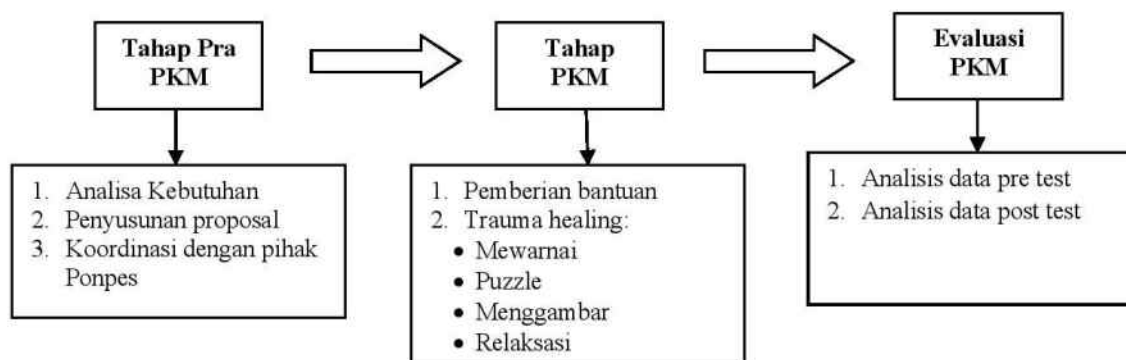
Utara” oleh mahasiswa KKN Tematik Tanggap Bencana 2019 dari Universitas Negeri Malang, ditemukan bahwa trauma healing mampu memulihkan kondisi psikologi anak, meningkatkan motivasi belajar anak pasca gempa, serta mengajarkan anak agar siap siaga menghadapi bencana dengan menyelamatkan diri jika terjadi gempa (Murdiono, 2020). Trauma healing juga dipandang efektif dalam membantu menyelesaikan trauma yang dialami oleh anak-anak korban gempa di Desa Waai, Kecamatan Salahutu, Kabupaten Maluku Tengah. Dalam kegiatan PKM yang diselenggarakan oleh dosen dan mahasiswa Universitas Pattimura saat itu, trauma healing dilakukan dalam bentuk *play therapy*. Kegiatan ini menawarkan permainan-permainan edukatif sebagai bentuk terapi. Permainan edukatif dapat membantu mengalihkan fokus anak dari situasi yang mencekam maupun mengkhawatirkan. Terapi bermain paling tidak mampu menyiapkan mental anak untuk menerima kondisi yang dihadapi pasca gempa, dimana mereka kehilangan harta benda bahkan kehilangan orang-orang yang dicintai (Salamor et al., 2020).

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada santri di Pondok Pesantren Darul Qur’an Al Anwariyah Tulehu dan hasil-hasil kegiatan PKM terdahulu yang pernah dilakukan, maka tim PKM Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Ambon berinisiatif untuk melaksanakan kegiatan trauma healing sebagai bentuk pendampingan psikologis kepada santri pasca gempa.

METODE

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan di lapangan, maka kegiatan PKM di Pondok Pesantren Darul Qur’an Al Anwariyah Tulehu ini dilaksanakan dalam bentuk *trauma healing* yang bertujuan untuk membantu santri dalam proses pemulihan trauma pasca gempa. Kegiatan *trauma healing* yang dilakukan oleh tim PKM dalam dua pendekatan yakni relaksasi otot progresif dan *recreational therapy* atau yang sering disebut dengan *play therapy*.

Kegiatan PKM ini dilaksanakan melalui tiga tahapan utama. Tahapan pelaksanaan PKM dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Bagan 1: Tahapan Pelaksanaan PKM

Pada tahap 1 atau pra PKM, tim turun ke lokasi kegiatan untuk menghimpun data terkait kebutuhan di lapangan. Setelah data terkumpul, tim melakukan analisis kebutuhan berdasarkan hasil di survey lapangan. Hasil analisis kebutuhan kebutuhan dituangkan kedalam proposal PKM. Setelah proposal PKM rampung, langkah selanjutnya yang dilakukan oleh tim yakni melakukan koordinasi dengan pihak Pondok Pesantren

Darul Qur’an Al Anwariyah Tulehu. Koordinasi yang dilakukan terkait dengan waktu pelaksanaan kegiatan.

Tahap 2 atau pelaksanaan PKM. Kegiatan PKM ini berlangsung di lokasi pengungsian santri Pondok Pesantren Darul Qur’an Al Anwariyah Tulehu. Saat bencana gempa, para santri diungsikan ke halaman kampus Universitas Darusalam yang berlokasi di Desa Tulehu. Kegiatan

dilaksanakan pada tanggal 06 Desember 2019.

Tahap 3 atau tahap evaluasi merupakan tahapan dimana tim PKM melakukan analisis data hasil *pre test* dan *post test*. Agar proses terapi relaksasi berjalan dengan baik, maka tim membutuhkan beberapa alat penunjang diantaranya beberapa buah *speaker aktif*, alat pengeras suara, serta alat tulis ketika peserta mengisi lembar *pres-post test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM ini diawali dengan analisa kebutuhan. Untuk mengetahui kebutuhan di lapangan, tim PKM melakukan survey lapangan. Tim berkunjung ke Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu. Dalam kesempatan ini, tim disambut baik oleh pengelola pondok pesantren. Tim berdiskusi dan mencoba menanyakan kondisi para santri pasca gempa yang terjadi pada tanggal 26 September 2019 lalu. Dari hasil diskusi bersama pengelola pondok pesantren dan pengamatan tim di lapangan, ada beberapa kebutuhan santri yang perlu dipenuhi yakni kebutuhan selimut karena santri saat ini menginap di tenda pengungsian, kebutuhan perlengkapan sekolah, serta pendampingan secara

psikologis untuk menyembuhkan trauma yang dialami oleh para santri.

Setelah tim melakukan survey lapangan dan analisa kebutuhan, maka langkah selanjutnya yang dilakukan adalah penyusunan proposal PKM. Pada bagian ini tim juga menentukan fasilitator yang akan terlibat langsung dalam kegiatan PKM. Setelah proposal PKM selesai disusun, tim kemudian mempersiapkan seluruh perlengkapan dan kebutuhan kegiatan PKM. Akhir dari tahap pertama ini yakni tim kembali berkunjung ke Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu untuk menginformasikan waktu pelaksanaan kegiatan PKM yang telah ditentukan oleh tim dalam rapat bersama.

Pelaksanaan PKM di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah, Desa Tulehu, Kecamatan Salahutu, Kabupaten Maluku Tengah pada tanggal 06 Desember 2019. Tim PKM menuju lokasi kegiatan menggunakan mini bus dengan membawa perlengkapan dan bantuan yang akan diserahkan kepada para santri. Tim PKM terdiri dari dosen dan mahasiswa yang berjumlah 20 orang. Perjalanan dari kampus IAKN Ambon menuju Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah memakan waktu \pm 45 menit.



Gambar 1: Perjalanan Tim Menuju Lokasi PKM

Setelah tiba di lokasi kegiatan, tim disambut oleh beberapa guru dan para santri Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu. Setelah mempersiapkan lokasi, kegiatan PKM dimulai pada Pkl. 10.00 WIT. Kegiatan ini dibuka secara langsung oleh Kepala Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) IAKN Ambon, Dr. Johanna S. Talupun, M.Th.

Dalam arahan membuka kegiatan, kepala LPPM IAKN Ambon menyatakan bahwa kegiatan PKM yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah ini merupakan bagian dari Tridharma Perguruan Tinggi yang memang wajib dilaksanakan. Memang PKM yang dilaksanakan saat ini bertepatan dengan situasi gempa yang terjadi. Sehingga IAKN Ambon melalui LPPM melakukan koordinasi

untuk bekerjasama dengan pihak pondok pesantren, sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dihari ini. Diakhir sambutannya, kepala LPPM membuka secara resmi kegiatan PKM dengan tema “Mengabdikan dan Berbagi Kasih Dengan Saudara, Dari Kampus ke Masyarakat.” Setelah ketua LPPM IAKN Ambon membuka secara resmi kegiatan PKM, acara dilanjutkan dengan sambutan yang disampaikan oleh perwakilan Pondok Pesantren Darul Qur’an Al Anwariyah, Ustad Zul Fahmi. Ustad Zul Fahmi merupakan salah satu Pembina yang mengabdikan diri di Pondok Pesantren Darul Qur’an Al Anwariyah. Dalam sambutannya, Ustad Zul Fahmi mewakili pengurus,

Pembina dan para santri mengucapkan terima kasih atas kasih dan kepedulian IAKN Ambon yang dinyatakan melalui kegiatan PKM ini. Baginya, kegiatan ini sangat membantu para Pembina dalam menangani para santri, secara khusus santri yang mengalami trauma pasca gempa yang terjadi.

Setelah sambutan disampaikan oleh perwakilan pondok pesantren, acara dilanjutkan dengan pemberian bantuan secara simbolis dari IAKN Ambon kepada santri di pondok pesantren. Pemberian bantuan diwakili oleh kepala LPPM IAKN Ambon kepada Ustad Zul Fahmi selaku perwakilan pondok pesantren.



Gambar 2: Acara Pembukaan Kegiatan PKM dan Pemberian Bantuan Secara Simbolis

Setelah acara pembukaan selesai dilaksanakan, kegiatan dilanjutkan dengan *trauma healing*. Untuk kegiatan *trauma healing*, para santri dibagi dalam tiga kelompok besar. Kelompok pertama yakni anak usia TK sampai SD kelas 3. Untuk kelompok ini, *trauma healing* dilakukan dengan metode *play therapy*. *Play therapy* dilakukan dalam bentuk mewarnai gambar dan permainan edukatif menyusun *puzzle*. Untuk mewarnai gambar, panitia menyiapkan peralatan yang dibutuhkan seperti pensil warna dan media gambar yang siap untuk diwarnai. Media gambar dan *puzzle* yang digunakan dalam kegiatan ini bertemakan lingkungan hidup. Tema ini sengaja diangkat oleh tim PKM dengan tujuan agar para santri tetap mencintai lingkungan tempat mereka tinggal sekalipun tempat tinggal mereka telah hancur disebabkan oleh gempa yang terjadi.

Dalam sebuah penelitian dijelaskan bahwa penanganan gangguan stress pasca trauma (PTSD) akibat gempa pada anak-anak

dengan menggunakan media gambar sangat efektif dan membantu mengurangi gangguan stress pasca trauma yang dialami anak-anak (Tasijawa et al., 2020). Sedangkan dalam sebuah penelitian lain yang meneliti tentang efektivitas psikoterapi seni (*art therapy*) dalam mengurangi simptom PTSD pada anak-anak penyintas bencana gempa di Lombok. Dalam pelaksanaan *art therapy*, media yang digunakan adalah media gambar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *art therapy* dapat menurunkan simptom PTSD pada subjek penelitian. *Art therapy* membantu memfasilitasi subjek untuk bisa mengekspresikan diri dengan menyampaikan apa yang dirasakan dan dialami secara terbuka (Rizkya, Purwono, & Abidin, 2020). Sedangkan dalam suatu kegiatan PKM yang menggunakan metode *trauma healing* bagi siswa SD korban gempa di Desa Midang Gunung Sari, Lombok Barat dinyatakan bahwa permainan *puzzle* efektif menyembuhkan luka trauma akibat bencana

gempa bumi (Mariyati, Rahman, & Muhardini, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian yang ada, maka dalam kegiatan PKM ini, tim melakukan *trauma healing* bagi santri korban gempa dengan menggunakan metode *play therapy* menggunakan media gambar dan *puzzle*. Anak-anak difasilitasi dengan media gambar yang sudah ada dan mereka diberikan tugas untuk mewarnai gambar tersebut. Hasil akhir dari kegiatan pada kelompok TK-SD kelas 3 ini adalah anak dapat menceritakan



apa yang menjadi imajinasi dan harapannya terhadap gambar yang diwarnai.

Ketika gempa terjadi pada tanggal 26 September 2019, sebagian santri mengalami kecemasan yang tinggi. Kecemasan merupakan signal karena adanya respon individu akibat stress. Stress yang terjadi jika tidak ditangani akan menyebabkan kecemasan meningkat terutama dalam diri anak korban bencana. Kecemasan merupakan persoalan psikologis yang hendaknya ditangani dengan pemberian terapi.



Gambar 3: Santri Kelompok TK s.d Kelas 3 SD Saat Kegiatan Play Therapy

Kelompok kedua adalah anak usia sekolah kelas 4 – 6 SD. *Trauma healing* yang diadakan bagi kelompok ini adalah terapi melalui menggambar. Dengan memberikan kesempatan kepada anak-anak menggambar apa saja yang mereka ingat sehubungan dengan peristiwa gempa pada tanggal 26 September 2019, fasilitator memandu anak-anak untuk keluar dari emosi-emosi negative serta menanamkan emosi-emosi positif dalam diri anak. Untuk kegiatan ini, panitia menyiapkan pensil dan kertas HVS yang digunakan oleh santri sebagai media menggambar.

Dalam sebuah penelitian terkait dengan pelaksanaan *play therapy* dalam

menurunkan gejala PTSD pada anak korban bencana kebakaran di Kelurahan Alalak Selatan, Banjarmasin, ditemukan bahwa *play therapy* yang dilaksanakan dalam bentuk menggambar efektif menurunkan gejala PTSD yakni kecemasan dalam diri anak (Sapariah & Margaretha, 2020). Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan terhadap anak-anak korban gempa di Lombok yang mengalami kecemasan, dinyatakan bahwa menggambar merupakan salah satu metode *play therapy* yang sangat efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan anak (Thoyibah, Dwidiyanti, Mulianingsih, Nurmayani, & Wiguna, 2019).



Gambar 4: Santri Kelompok Kelas 4 s.d 6 SD Saat Kegiatan Play Therapy

Secara khusus pada kelompok santri kelas 4 s.d 6 SD, setelah mereka menyelesaikan tugas menggambar serta mewarnai gambar, beberapa anak diminta kesediaannya untuk menceritakan hasil gambarnya. Dalam penyampaian hasil gambar terlihat jelas ada beberapa anak yang terbata-bata dalam menyampaikan hasil gambarnya karena menahan sedih. Beberapa gambar yang dijelaskan yakni gambar tentang rumah dan lingkungan tempat tinggal yang porak poranda, anggota keluarga mereka yang menjadi korban gempa, bahkan ada yang menggambar lokais pengungsian dan ingin secepatnya kondisi pulih dan segera meninggalkan lokasi pengungsian. Tujuan dari santri diminta untuk berceritera tentang gambar yang dilukis, agar mereka mengeluarkan emosi-emosi negative seperti sedih, ketakutan, kecemasan yang merupakan dampak psikologis dari gempa bumi yang terjadi. Emosi negative ini terpendam dan melalui terapi menggambar dan bercerita,

santri mampu mengeluarkannya. Menurut beberapa santri, setelah mereka mengeluarkan emosi negative yang terpendam, mereka menjadi lebih tenang dan kecemasan mereka menjadi berkurang.

Sedangkan kelompok ketiga adalah anak-anak usia jenjang SMP dan SMA. Untuk kelompok ini, trauma healing diadakan dalam bentuk terapi relaksasi. Dalam sebuah penelitian dinyatakan bahwa relaksasi merupakan salah satu metode yang dapat dilakukan dalam penanganan korban bencana (Safitri, 2018). Dalam sebuah penelitian dinyatakan bahwa teknik relaksasi bermanfaat dalam meregulasi emosi dan fisik seseorang dari emosi negative seperti kecemasan, ketegangan, stres dan lainnya (Sari & Subandi, 2015). Hal senada dinyatakan dalam sebuah penelitian bahwa teknik relaksasi mampu mengatasi masalah fisik maupun masalah psikologis (Fitriani & Alsa, 2015).



Gambar 5: Santri Kelompok SMP s.d SMA Saat Kegiatan Relaksasi

Untuk kelancaran proses terapi relaksasi, maka tim PKM menyediakan beberapa peralatan seperti laptop dan speaker

aktif. Laptop berfungsi untuk memutar instrument yang akan mengiringi proses relaksasi, sedangkan speaker aktif digunakan

sebagai pengeras suara indrumen. Kegiatan ini dipandu oleh dosen dan mahasiswa.

Setelah kegiatan *trauma healing* dilaksanakan di kelompok masing-masing, para santri dikumpulkan kembali di tenda



utama untuk mengikuti acara penutupan. Kegiatan ini ditutup secara langsung oleh Kepala LPPM IAKN Ambon. Kegiatan PKM ini ditutup dengan foto bersama.



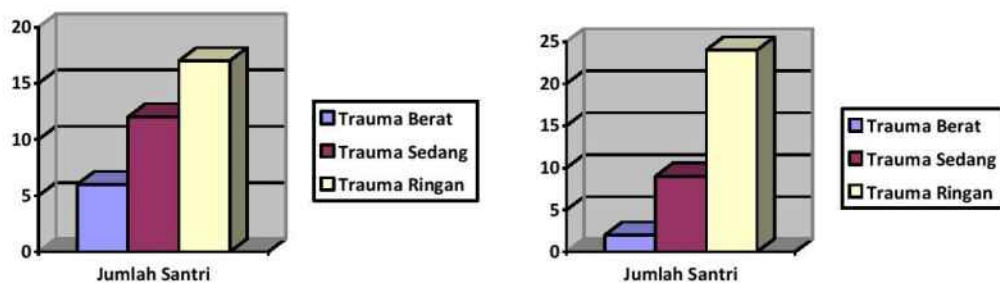
Gambar 6: Foto Bersama TIM PKM dan Para Santri

Tahapan terakhir dari kegiatan PKM di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu adalah evaluasi kegiatan. Tujuan dari tahapan ini agar tim dapat mengukur tingkat keberhasilan kegiatan PKM yang telah dilaksanakan.

Dalam kegiatan PKM kali ini tim mengukur tingkat keberhasilan pelaksanaan kegiatan melalui tes awal (*pre test*) dan tes akhir (*post test*). Sebelum kegiatan *trauma healing* berlangsung, tim PKM memberikan tes awal kepada peserta. Alat tes yang digunakan dalam tes awal dan tes akhir berupa pertanyaan-pertanyaan seputar keadaan psikis yang dialami oleh santri. Alat tes ini diadopsi dari *synthesis of the psychometric properties of the PTSD checklist (PCL) military,*

civilian, and specific versions. Pertanyaan-pertanyaan yang ada kemudian disederhanakan oleh tim dan disesuaikan dengan situasi dan kondisi santri di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu. Karena evaluasi ini dalam bentuk angket yang harus dibaca, dimengerti dan diberi tanda centang (\checkmark), maka evaluasi hanya ditujukan kepada santri yang sudah bisa membaca dan memahami setiap pertanyaan dengan baik dan benar. Oleh sebab itu tim PKM mengambil sampel pada santri kelas 5 SD s.d SMA. Jumlah santri yang mengisi lembar evaluasi (*pre dan post test*) sebanyak 35 orang.

Hasil *pre dan post test* dapat dilihat pada grafik berikut ini:



Grafik 1. Hasil Pre dan Post Test Kegiatan PKM

Berdasarkan hasil *pre test* terhadap 35 orang santri, diketahui bahwa 6 orang mengalami trauma berat, 12 orang mengalami trauma sedang dan 17 orang mengalami trauma ringan. Setelah tim melaksanakan *trauma healing*, para santri diberikan tes akhir dengan menggunakan alat

tes yang sama. Hasil tes akhir menunjukkan bahwa dari 6 orang yang awalnya mengalami trauma berat setelah mengikuti *trauma healing* berkurang menjadi 2 orang, dari 12 orang yang mengalami trauma sedang setelah mengikuti *trauma healing* berkurang menjadi 9 orang, dan setelah mengikuti kegiatan *trauma*

healing ada 24 orang yang mengalami trauma ringan. Dengan kata lain, kegiatan *trauma healing* yang dilaksanakan di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah Tulehu efektif menurunkan tingkat trauma santri pasca gempa 26 September 2019.

SIMPULAN DAN SARAN

Gempa bumi yang terjadi pada tanggal 26 September 2019 di Provinsi Maluku meninggalkan trauma psikologis bagi masyarakat yang mengalami musibah. Desa Tulehu merupakan salah satu desa yang mengalami dampak akibat gempa. Melalui kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dalam bentuk trauma healing yang diselenggarakan di Pondok Pesantren Darul Qur'an Al Anwariyah efektif menurunkan tingkat trauma yang dialami oleh santri pasca gempa.

Trauma healing merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk menyelesaikan trauma psikis bagi korban gempa. Ada berbagai macam pendekatan yang dapat digunakan ketika melakukan kegiatan trauma healing. Disarankan bagi kegiatan PKM selanjutnya untuk memperhatikan pendekatan trauma healing yang belum digunakan dalam kegiatan PKM saat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Acim, S. A., & Sa'i, M. (2018). Trauma healing bagi masyarakat terdampak gempa Desa Gumantar Kecamatan Kayangan Lombok Utara. *TRANSFORMASI: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 14(1), 1–12. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v14i1.570>
- Arif, A. (2019). Gempa Dangkal M 6,5 di Ambon Berpotensi Merusak. Retrieved January 5, 2022, from www.kompas.id website: <https://www.kompas.id/baca/utama/2019/09/26/gempa-dangkal-m-65-di-ambon-berpotensi-merusak>
- Dewi, N. S., Nurrahima, A., Andriany, M., Widiastut, R. H., Mu'in, M., Sari, I. I., ... Natasha, G. M. (2021). Peningkatan Kesiapsiagaan Bencana Pada Anak Usia Dini Melalui Program Komunitas Anak Tanggap Bencana. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 27(4), 323–328. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jpkm.v27i4.23472>
- Fitriani, Y., & Alsa, A. (2015). Relaksasi Autogenik Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Pada Siswa SMP. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology*, 1(3), 149–162. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.9391>
- Kholid, I. (2019). Ambon 3.089 Kali Gempa Susulan Sejak September 2019. Retrieved January 5, 2022, from news.detik.com website: <https://news.detik.com/berita/d-4895312/ambon-3089-kali-gempa-susulan-sejak-september-2019-ini-analisis-bmkg>
- Madona, E., & Irmansyah, M. (2013). Aplikasi Metode Nearest Neighbor Pada Penentuan Jalur Evakuasi Terpendek Untuk Daerah Rawan Gempa dan Tsunami. *Jurnal Elektron*, 5(2), 39–46. <https://doi.org/https://doi.org/10.30630/eji.5.2.52>
- Mariyati, Y., Rahman, N., & Muhardini, S. (2018). Trauma Healing Siswa SD Korban Gempa Di Desa Midang Gunungsari. *Jurnal Sinergi*, 1(1), 8–11. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/sjpu.v1i1.685>
- Maryati. (2020). Maluku Hadapi 5.100 Gempa Sepanjang 2019. Retrieved January 3, 2022, from www.antaraneews.com website: <https://www.antaraneews.com/berita/1233583/maluku-hadapi-5100-gempa-sepanjang-2019>
- 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. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.17977/um045v3i2p74-78>
- Rizkya, I., Purwono, R. U., & Abidin, Z. (2020). Efektivitas Person-Centered Art

- Therapy Untuk Mengurangi Simtom Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pada Penyintas Bencana Gempa Di Lombok. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 106–115. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.24930>
- Safitri, N. (2018). Crisis and Disaster Counseling: Peran Konselor Terhadap Korban Yang Selamat Dari Bencana Alam. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 1(2), 66–76. <https://doi.org/10.24014/egcdj.v1i2.6053>
- Salamor, A. M., Salamor, Y. B., & Ubwarin, E. (2020). Trauma Healing Dan Edukasi Perlindungan Anak Pasca Gempa Bagi Anak-Anak Di Desa Waai. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 317–321. <https://doi.org/10.31004/cdj.v1i3.1015>
- Sapariah, A., & Margaretha, M. (2020). Pelaksanaan Play Therapy Dalam Menurunkan Gejala PTSD Pada Korban Pasca Bencana Kebakaran Di Kelurahan Alalak Selatan Banjarmasin. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi*, 2(1), 27–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.51143/jsim.v2i1.216>
- Sari, A. D. K., & Subandi. (2015). Pelatihan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kecemasan Pada Primary Caregiver Penderita Kanker Payudara. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology*, 1(3), 173–192. <https://doi.org/10.22146/gamajpp.9393>
- Septiani, I., & Pujiastuti, D. (2021). Analisis Seismisitas Wilayah Kepulauan Maluku Periode 1970-2019 Menggunakan Metode Likelihood. *Jurnal Fisika Unand*, 10(4), 461–466. <https://doi.org/10.25077/jfu.10.4.461-466.2021>
- Setiawan, H., Jiwandono, I. S., Witono, A. H., Mataram, T. E. C., No, J. B., Cakranegara, K., & Mataram, K. (2021). *Pendampingan Trauma Pascagempa Berbasis Kearifan Lokal di Desa Kayangan Kabupaten Lombok Utara*. 4(1), 115–122. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30591/japhb.v4i1>
- Tasijawa, F. A., Dewi, H. A., Hastuti, E. A., Kurniawan, R. A., Aliyudin, N., Supiatun, ... Klau, G. (2020). Efektifitas Cognitive Behavior Therapy (CBT) Sebagai Penanganan Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pasca Bencana Alam. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 11(Khusus), 38–42. <https://doi.org/10.33846/sf11nk407>
- Thoyibah, Z., Dwidiyanti, M., Mulianingsih, M., Nurmayani, W., & Wiguna, R. I. (2019). Gambaran Dampak Kecemasan dan Gejala Psikologis pada Anak Korban Bencana Gempa Bumi di Lombok. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(1), 31–38. <https://doi.org/10.14710/hnhs.2.1.2019.31-38>
- Wibowo, A. (2019). 2.675 Rumah Rusak Teridentifikasi Akibat Gempa Maluku M 6,5. Retrieved January 5, 2022, from bnpb.go.id website: <https://bnpb.go.id/berita/2675-rumah-rusak-teridentifikasi-akibat-gempa-maluku-m-65>