



INTERVENSI TERAPI BERMAIN PASCA BENCANA PADA ANAK: LITERATUR REVIEW

Maulyda Azzahra*, Anis Partiwi, Aulia Azzahra, Dinda Cantika Rahma

Program Studi S1 Keperawatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Pondok Labu, Cilandak, Jakarta Selatan, Jakarta 12450, Indonesia

*maulydaazzahra@upnvj.ac.id

ABSTRAK

Bencana menimbulkan masalah psikologis khususnya pada usia rentan seperti anak-anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui intervensi yang dapat diberikan kepada anak-anak untuk mengatasi masalah psikologis pasca bencana dengan terapi bermain. Metode yang digunakan adalah *systematic literature review* pada artikel jurnal *peer-reviewed* 5 tahun terakhir di dua database, yaitu PubMed dan Google Scholar. Pada proses screening menggunakan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines* ditemukan 1.349.715 artikel, dimasukkan kedalam inklusi dengan hasil akhir 6 artikel sebagai sumber utama. Penilaian kualitas artikel dilakukan dengan menggunakan *Critical Appraisal Skills Programme (CASP)* dan *Joanna Briggs Institute (JBI)*. Berdasarkan hasil telaah kritis pada 6 artikel, didapatkan hasil yang baik untuk keseluruhan artikel. Hasil review menunjukkan bahwa terdapat beberapa intervensi terapi bermain yang efektif dilakukan, seperti dengan menggambar, bercerita, permainan tradisional, konseling traumatik, permainan instruksional, permainan blok, dan terapi bermain kelompok.

Kata kunci: anak-anak; bencana; intervensi psikologis; terapi bermain.

POST-DISASTER PLAY THERAPY INTERVENTIONS IN CHILDREN: LITERATURE REVIEW

ABSTRACT

Disasters raise psychological problems, especially at vulnerable ages such as children. This study aims to determine interventions that can be given to children to overcome post-disaster psychological problems with play therapy. The method used is systematic literature review on peer-reviewed journal articles for the last 5 years in the two databases used, namely PubMed and Google Scholar. In the screening process using the Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines, 1,349,715 articles were found, included in the inclusion with the final result being 6 articles as the main source. 6 articles were produced as the main source. Assessment of article quality was carried out using the Critical Appraisal Skills Program (CASP) and the Joanna Briggs Institute (JBI). Based on the results of critical review of 6 articles, good results were obtained for the entire article. The results of the review show that there are several effective play therapy interventions such as drawing, storytelling, traditional games, traumatic counseling, instructional games, blocks games, and group games.

Keywords: children; disaster; intervention; play therapy; psychological.

PENDAHULUAN

Bencana tidak dapat diketahui pasti kapan terjadi, tetapi dapat dikenali dengan gejala awal bencana (Virgiani et al., 2022). Di Indonesia sendiri sangat rawan mengalami bencana karena dilihat dari letak geografisnya Indonesia terletak pada pertemuan tiga lempeng tektonik bumi yaitu lempeng Eurasia, indo-Australia dan samudera pasifik. Selain itu, karena Indonesia wilayah ring of fire atau negara yang memiliki gunung api aktif, sehingga menjadikan Indonesia wilayah tektonik paling aktif dan kompleks atau rawan bencana alam (Irawan et al., 2022).

Menurut Undang-Undang No.24 (2007) bencana terjadi akibat faktor alam, non alam dan manusia yang bersifat mengancam dan mengganggu keberlangsungan hidup yang dapat menimbulkan korban jiwa, kerusakan alam, kerugian harta benda dan psikologis. Data WHO menyebutkan setelah terjadi bencana sekitar 15-20% penduduk akan mengalami gangguan jiwa ringan atau sedang yang mengacu pada gangguan stres *pascatrauma* (PTSD), sedangkan 3-4% akan mengalami gangguan berat seperti psikologis, depresi berat dan kecemasan tinggi.

Masalah psikologis ini sering terjadi terutama pada anak-anak usia 0-8 tahun (Asman et al., 2020). Hal yang membuat anak-anak menjadi kelompok paling rentan, karena anak-anak secara psikologis masih belum matang akibat faktor usia. Hal ini juga sejalan dengan penelitian oleh Astuti et al. (2022), kelompok yang rentan mengalami gangguan psikologis dari trauma pasca bencana adalah kelompok rentan seperti anak-anak, lansia, ibu hamil, ibu menyusui, dan kelompok dengan komorbiditas yang memiliki gangguan ketidakstabilan psikologis. Banyaknya kelompok anak dalam pengungsian harus mendapat perhatian lebih dalam dampak psikologis berupa *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Kemdikbud, 2018). Menurut Thoyibah et al. (2019) dalam penelitiannya, deteksi kecemasan anak korban bencana alam gempa bumi di Lombok menunjukkan hasil bahwa 85,11% anak mengalami kecemasan normal, sementara 14,89% masuk dalam kategori kecemasan klinis. Selain itu, data dari Taiwan setelah enam minggu pasca gempa bumi didapatkan hasil 21,7% dari 323 anak mengalami stress trauma pasca bencana karena cedera fisik dan kehilangan keluarga (Thoyibah et al., 2019).

Pengalaman kehilangan orangtua, keluarga atau teman sebaya, penurunan aktivitas untuk bermain, penutupan sekolah menyebabkan anak berdiam dirumah dalam waktu yang lama serta interaksi dengan teman sebaya berkurang akan memicu timbulnya masalah psikologis pada anak-anak sebagai dampak dari bencana (Sonartra, 2021). Anak-anak yang mengalami masalah psikologis harus sesegera mungkin untuk ditangani, hal ini untuk mencegah masalah psikologis secara berkepanjangan dan meminimalisir efek yang akan terjadi. Kelompok anak-anak memiliki hak yang diatur dalam Undang-Undang No 35 tahun 2014 tentang perlindungan anak, pemerintah wajib memberi perlindungan anak dampak bencana seperti upaya pemulihan psikososial (Kemenpppa, 2019).

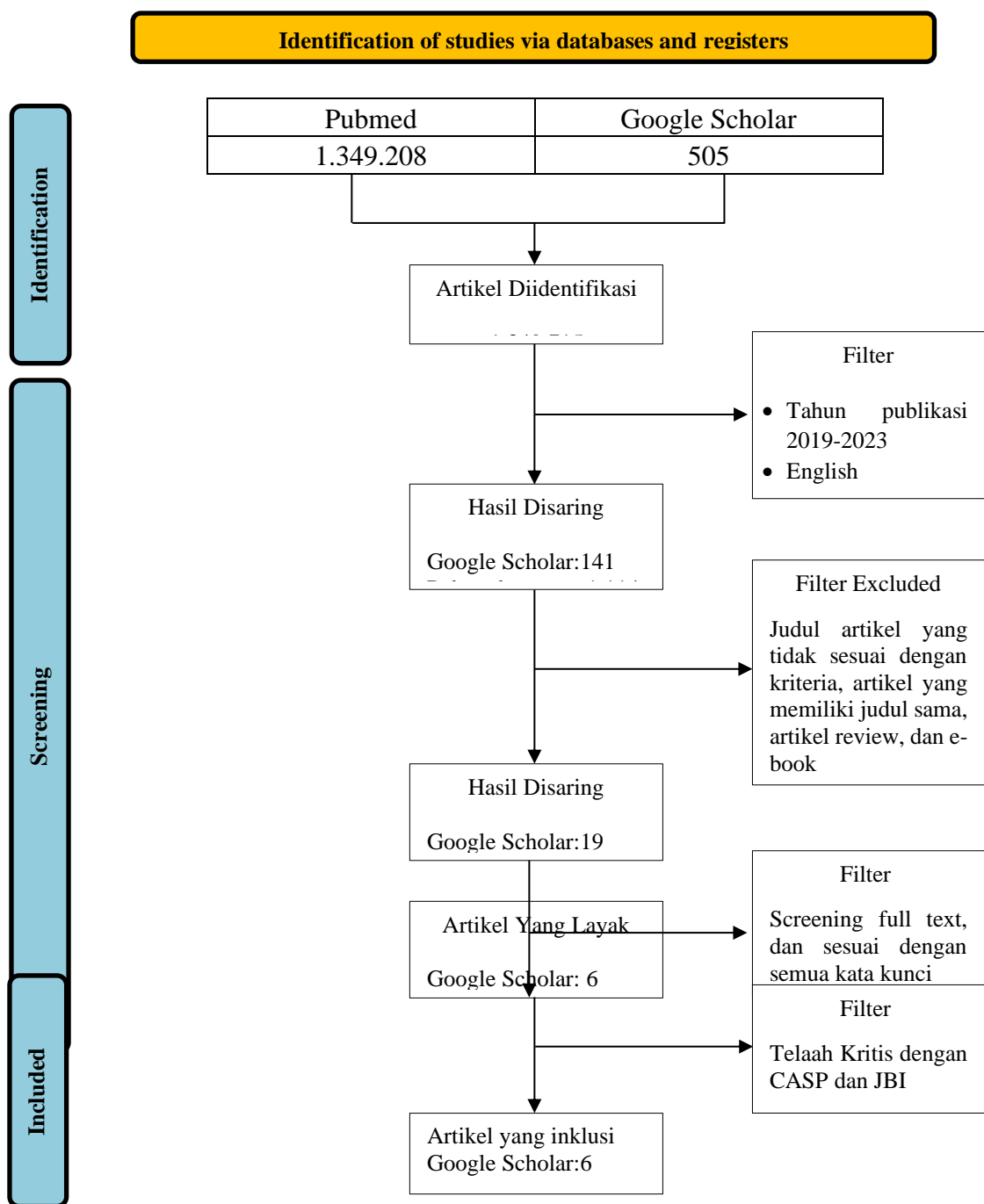
Salah satu intervensi dapat dilakukan untuk membantu anak-anak mengatasi trauma yang dirasakannya adalah dengan play therapy. Play therapy merupakan konseling trauma dengan metode bermain, menggunakan mainan, dan media bermain lainnya untuk berkomunikasi dan menggunakan bahasa anak (Adiputra and Mujiyati, 2017). Metode bermain ini dapat membantu anak untuk mengurangi kecemasan, memberikan rasa nyaman dan perasaan senang sehingga anak mampu untuk mengekspresikan perasaan yang ada pada dirinya dan melupakan kondisi trauma yang dirasakan (Pramardika, Hinonaung, and Mahihody, 2020). Melihat pentingnya intervensi yang sesuai dan efektif bagi anak-anak yang mengalami dampak bencana, maka penulis bermaksud melakukan studi literatur tersistematis yang bertujuan untuk mengetahui intervensi yang dapat diberikan kepada anak-anak untuk mengatasi masalah psikologis pasca bencana dengan terapi bermain.

METODE

Penelitian ini merupakan literature review yang ditinjau dari literatur penelitian asli. Proses pencarian pada penelitian ini menggunakan kata kunci yang disusun menggunakan PICO sudah ditentukan dan dihubungkan dengan Boolean berupa OR dan AND. Artikel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan database yaitu PubMed dan Google Scholar. Kata kunci yang dimasukkan untuk pencarian artikel pada database yaitu "Kids" OR "Children" AND "Play Therapy" AND "After Disaster" OR "Post Disaster" AND "Relationship" OR "Influence".

Artikel yang digunakan dibatasi dengan beberapa ketentuan yaitu dengan artikel berbahasa inggris, berdasarkan 5 tahun terakhir (2019-2023) dan *free full text*, artikel yang dikecualikan berupa artikel yang memiliki judul yang tidak sesuai dengan kriteria, artikel yang memiliki judul sama, artikel review, dan *e-book*.

Proses pencarian ini dijelaskan secara terstruktur dengan bagan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Peneliti melakukan pemilihan artikel secara independen dengan telaah kritis sebagai penentu kelayakan artikel. Artikel yang telah didapat dilakukan penyaringan berdasarkan kata kunci, judul, dan abstrak sesuai kriteria inklusi yaitu intervensi *play therapy* untuk anak-anak yang terdampak bencana dan artikel yang melakukan intervensi pada anak usia 0-18 tahun.



Gambar 1. Flowchart Berdasarkan PRISMA Guidelines

Sebanyak 19 artikel dilakukan *screening* secara full text untuk menentukan artikel yang sesuai dengan kata kunci yang dapat digunakan dalam kajian pustaka ini. Artikel yang tidak dipilih dikeluarkan dengan beberapa alasan seperti judul artikel yang tidak sesuai dengan kriteria kata kunci, artikel yang memiliki judul yang sama, artikel review dan *e-book*. Berdasarkan *screening* secara full-text yang memiliki seluruh kata kunci didapatkan sebanyak 6 artikel untuk dijadikan literatur review. Dalam penilaian kualitas artikel kami melakukannya menggunakan tools critical appraisal dengan *Critical Appraisal Skills Programme (CASP)* dan *Joanna Briggs Institute (JBI)*. Berdasarkan hasil telaah kritis yang dilakukan pada 6 artikel didapatkan hasil yang baik pada seluruh artikel.

HASIL

Hasil penelitian disajikan dengan data/informasi pada tabel 1 yang diperoleh dari berbagai studi yang dilakukan. Berdasarkan hasil pencarian yang telah dilakukan pada 6 jurnal terdapat beberapa intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah psikologis pasca bencana dengan terapi bermain pada anak-anak yang disajikan sebagai berikut.

Tabel 1.
Matriks Analisa data pada artikel yang digunakan dalam *literatur review*

Penulis/ Negara	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
(Triasari, L., et al., 2020), Indonesia	Play Therapy to Reduce Traumatic Stress in Earthquake-affected Children in North Lombok, West Nusa Tenggara, Indonesia	Untuk mengetahui efektifitas terapi bermain untuk meredam stres traumatik pada anak	Desain: Quasi-Experimental with a non-randomized control group pre-post-test design Sampel: 90 siswa yang sesuai kriteria inklusi dan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan sebanyak 45 siswa dan kelompok kontrol sebanyak 45 siswa dengan menggunakan multistage random sampling. Variabel: • Data demografi • Stres traumatik, menggunakan instrumen child trauma screening questionnaire (CTSQ)	Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rata-rata stres traumatik dengan intervensi terapi bermain berupa menggambar, menulis, dan bercerita. Hal yang dapat mempengaruhi efektifitas terapi bermain, antara lain mampu berkomunikasi melalui permainan dan terapi bermain sesuai dengan tahapan perkembangan anak.
(Darmayanti et al., 2020), Indonesia	Traditional Sundanese Games as Play Therapy for Traumatic Risk Reduction	untuk mengetahui permainan tradisional Sunda yang dapat digunakan sebagai Terapi Bermain	Desain: Qualitative ethnography Sampel: anak-anak korban pascagempa bumi	Hasil penelitian ini mengidentifikasi lima permainan tradisional untuk anak (oray-orayan, hayahayaman,

Penulis/ Negara	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
	Child Earthquake Victims: A Cultural and Psychological Study	untuk mengurangi resiko trauma anak pasca bencana alam	Variabel: <ul style="list-style-type: none"> • Demografi • Kesehatan mental • Penanganan trauma (Play therapy) 	perepet jengkol, galah asin dan bebentengan) dapat menjadi media untuk membangun sosialisasi dan komunikasi dengan lingkungannya. Hal ini dapat mengatasi resistensi yang dialami anak sebagai bentuk trauma akibat gempa.
(Hunainah et al., 2021), Indonesia	Traumatic Counseling for Children Affected by the Tsunami Disaster	Untuk melihat dampak psikologis dari trauma pasca bencana yang dialami oleh anak-anak dan cara penanganan yang digunakan melalui konseling traumatis	Desain: Qualitative Sampel: 50 anak, yaitu korban selamat pasca bencana tsunami Selat Sunda dan tinggal sementara di pengungsian. Variabel yang diteliti: <ul style="list-style-type: none"> • Demografi • Kondisi psikologis anak menggunakan metode PFA • Traumatic Counseling 	Hasil penelitian menjelaskan traumatis konseling dapat dilakukan sebagai upaya penanganan psikologis anak dimana tahapannya yaitu pemeriksaan kesehatan fisik, konseling dengan metode traumatic healing, terapi bermain, pendampingan psikologis berupa terapi Cognitive Behavioral Therapy (CBT).
(Handayani, S. M., et al., 2019), Indonesia	Instructional Games “Remang” for Child Victims of Sinabung Mountain Eruption in Karo Regency	Untuk mengetahui apakah media permainan instruksional berupa terapi bermain dengan tema <i>remang</i> dapat mempengaruhi motivasi belajar pada anak.	Desain: Qualitative dan Quantitative Sampel: 45 siswa terdiri dari kelas I, II, III SD dengan teknik purposive sampling. Variabel yang diteliti: <ul style="list-style-type: none"> • Motivasi anak-anak, menggunakan instrumen lembar penilaian 	Dari data yang diperoleh terdapat perbedaan yang signifikan antara motivasi anak kelas eksperimen dan kelas kontrol. Pada kelas eksperimen, motivasi anak mengalami peningkatan terkait dengan dorongan untuk belajar. Sedangkan pada kelas kontrol tidak mengalami

Penulis/ Negara	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
				peningkatan atau cenderung statis, hal ini dikarenakan pembelajaran dengan menggunakan media <i>remang</i> menarik dan menyenangkan bagi anak sehingga suasana dan perasaan anak senang dan senang belajar, serta kecerdasan linguistik anak juga meningkat.
(Wang et al., 2021)	Can Playing with Toy Blocks Reflect Behavior Problems in Children?	Untuk memberikan media berbasis TIU (<i>Tangible User Interface</i>) pada anak-anak yang berisiko mengalami masalah kesehatan mental yang memungkinkan mereka untuk secara langsung mengomunikasikan elemen fisik dari perilaku mereka.	Desain: <i>Quantitative approach demonstrated with qualitative observations.</i> Eksperimen tanpa kelompok uji dan kontrol. Sampel: 78 anak usia prasekolah 4-6 tahun dari tiga sekolah di Prefektur Miyagi yang hancur akibat gempa bumi 2011. Variabel yang diteliti: <ul style="list-style-type: none"> • Perilaku anak dengan <i>Child Behavior Checklist (CBCL/4-18)</i> • Observasi dengan Set blok mainan Assess Blocks yang tertanam bluetooth IMU (<i>Inertial Measurement Unit</i>) 	Hasil menemukan anak-anak dengan dan tanpa masalah perilaku klinis berbeda dalam tindakan bermain memegang, jatuh, mengguncang, berbaring, dan total waktu bermain. Anak-anak dengan Masalah Total cenderung melakukan lebih banyak jatuh, dan anak-anak dengan Perilaku Agresif cenderung lebih banyak jatuh dan bergetar, menunjukkan gaya bermain yang lebih drastis. Anak-anak dengan Masalah Internalisasi cenderung memiliki waktu yang lebih singkat untuk memegang blok dan lebih sedikit memegang dan menghitung. Anak-anak dengan

Penulis/ Negara	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
				Kecemasan/Depresi dan Perilaku Agresif cenderung bermain dalam waktu yang lebih singkat, menunjukkan kesulitan dalam berkonsentrasi atau menikmati permainan blok.
Rusmana, N. Et al. 2020. Indonesia	Group Play Therapy for Preadolescents: Post-Traumatic Stress Disorder of Natural Disaster Victims in Indonesia (The Open Psychology Journal)	Untuk menguji efektivitas pelaksanaan terapi bermain kelompok dalam menangani korban post-traumatic stress disorder (PTSD) bencana alam di tiga provinsi di Indonesia.	Desain: Mixed Methods Designs yang merupakan integrasi data kuantitatif dengan data kualitatif Sampel: guru dan siswa SMP 13-15 tahun korban tsunami di Provinsi Banten, jumlah sampel tidak dijelaskan secara spesifik. Variabel yang diteliti: <ul style="list-style-type: none"> PTSD dengan terapi bermain kelompok 	Konseling trauma melalui teknik terapi bermain kelompok memiliki efek menurunkan gangguan stres pasca trauma pada korban bencana tsunami di tiga provinsi di Indonesia. Penelitian pertama yang dilakukan di Lombok Provinsi Nusa Tenggara Barat diperoleh hasil perhitungan nilai $\mu_2 = 0,021$ untuk nilai $\mu_1 > 0,05$. Penelitian kedua di Palu Provinsi Sulawesi Tengah diperoleh hasil perhitungan nilai $\mu_2 = 0,018$ untuk nilai $\mu_1 > 0,05$, dan penelitian ketiga di Anyer Provinsi Banten diperoleh hasil perhitungan nilai $\mu_2 = 0,011$ untuk nilai $\mu_1 > 0,05$.

PEMBAHASAN

Terapi dengan Bermain, Menggambar, Bercerita

Terapi dengan bermain, menggambar dan bercerita dalam upaya mengatasi masalah trauma psikologis pasca trauma, berdasarkan Triasari et al. (2020), menemukan bahwa ada penurunan nilai rata-rata stres traumatik pada anak-anak yang dilakukan di lingkungan sekolah sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok perlakuan dibanding dengan kelompok kontrol tanpa intervensi permainan tersebut. Karena pada terapi tersebut anak dapat mengekspresikan dirinya melalui kegiatan yang dapat menghibur dan menyenangkan sehingga dapat mengurangi masalah psikologis terutama rasa stres yang terjadi pada anak pasca bencana. Menurut Wuaten (2020), terapi bermain dapat menghilangkan permasalahan diantaranya seperti kecemasan, menghilangkan batasan, hambatan dalam diri, frustrasi serta dapat mengubah tingkah laku menjadi lebih baik.

Terapi bermain seperti menggambar merupakan cara seorang anak untuk mengungkapkan konflik pada dirinya, melalui menggambar anak dapat mengekspresikan pikiran, perasaan dan khayalan serta kreasi sehingga dapat menjadi salah satu terapi untuk mengurangi masalah psikologis seperti kecemasan (Purnamasari, Andas, Prima, and Harahap, 2022). Selain itu terapi bercerita khususnya terkait masalah yang mereka alami tentang masalah traumatis, bisa memperingan beban pikiran kejiwaan yang dipendam. Bertukar cerita membuat mereka merasa senasib, bahkan mereka merasa dirinya lebih baik dibanding dengan orang lain. Kondisi tersebut memicu seseorang untuk bangkit dari trauma yang diderita dan melawan kecemasan (Maspupatun, 2017).

Terapi Permainan Blok

Dalam penelitian Wang et al. (2021), mengusulkan serangkaian pendekatan melalui permainan blok untuk dapat memprediksi masalah perilaku anak setelah gempa bumi 2011 di Jepang, seperti masalah total (25,9%), internalisasi (27,7%), dan eksternalisasi (21,2). Keluhan somatik, kecemasan/depresi dikelompokkan dalam masalah internalisasi, sedangkan perilaku nakal dan perilaku agresif memberikan skala masalah eksternalisasi. Pada 78 anak usia 4-6 tahun yang diundang dari tiga sekolah korban gempa bumi di Prefektur Miyagi, didapatkan gaya bermain blok dengan interpretasi berbeda tiap masalah trauma pasca bencana yang dihadapi anak. Pada masalah total, anak cenderung memiliki gaya banyak jatuh. Sementara perilaku agresif, menunjukkan gaya jatuh dan getar. Masalah internalisasi membuat waktu yang lebih singkat dalam memegang dan menghitung blok. Serta masalah kecemasan/depresi, cenderung bermain lebih singkat dan sulit berkonsentrasi.

Hal ini sejalan dalam penelitian Pramardika, et al. (2020), dengan terapi bermain pada anak seperti bernyanyi, bermain balon, bermain kelereng, bermain ular tangga, dan mewarnai. Didapatkan hasil bahwa terapi bermain mampu mengeksplorasi kepercayaan dan dapat mempengaruhi perkembangan kepribadian anak pada masalah trauma pasca bencana alam. Selain itu dalam penelitian Nengrum and Ramadhani (2021), didapatkan bahwa permainan berbentuk *puzzle* dapat membantu dalam mendeteksi perkembangan psikososial trauma pasca bencana pada anak.

Terapi Bermain Kelompok

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rusmana, et al. (2020) menyatakan bahwa terapi bermain kelompok diketahui dapat menurunkan masalah stress pasca trauma. Terapi ini dilakukan pada anak-anak karena bermain merupakan dunia anak-anak dimana ketika bermain anak-anak dapat berimajinasi luas melalui tindakan (Firdausi et al., 2022). Saat dewasa, anak yang memiliki cukup kesempatan untuk bermain akan menjadi orang yang mudah berteman, kreatif, dan

cerdas dibandingkan anak yang tidak memiliki cukup kesempatan bermain saat masih anak-anak (Ekawati et al., 2021). Banyak permainan yang dapat dilakukan dengan cara berkelompok atau secara bersama-sama. Ekawati, et al. (2021) juga menyebutkan ketika anak bermain secara bersama-sama akan membuat anak mudah dalam berhubungan baik dengan orang lain atau bersosial.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nengrum & Ramadhani (2021) melalui kelompok bermain memori trauma yang dirasakan tersimpan pada alam bawah sadar anak-anak sehingga trauma yang dirasakan anak-anak menurun. Merangsang pemulihan psikis anak-anak dengan metode terapi bermain kelompok dapat membuat anak-anak mengontrol emosi dan mengungkapkan keinginannya melalui verbalisasi (Rusmana et al., 2020). Penelitian lain menyebutkan menggunakan terapi bermain kelompok merupakan salah satu cara menurunkan ketegangan emosional pada anak-anak (Sulastri et al., 2021).

Terapi Permainan Tradisional

Penanganan gangguan psikologis pada anak akibat trauma pasca bencana dapat dilakukan dengan play therapy menggunakan permainan tradisional sunda seperti oray-orayan, hayahayaman, perepet jengkol, galah asin dan bebentengan (Darmayanti et al., 2020). Permainan tradisional lain yang juga dapat digunakan sebagai upaya penyembuhan trauma yaitu cublak-cublak suweng (Endang Sri Maruti et al., 2021). Penelitian lain yang dilakukan Firdausi et al. (2022) menganggap terapi bermain tradisional seperti engkel, gobak sodor, loncat karet dapat mengembalikan keceriaan dalam menghadapi perjalanan hidup lebih baik kedepannya. Menurut Jiwandono et al. (2020) play therapy dengan permainan tradisional tersebut dapat melupakan traumanya, dengan bermain anak dapat mengenali lingkungan sosialnya, anak menjadi tenang, senang serta mengekspresikan perasaan anak.

Dalam penelitian lainnya yang dilakukan Setiawan et al. (2021) permainan tradisional yang dijadikan play therapy untuk mengatasi trauma yaitu egrang, bakiak, congklak, serta lompat tali. Permainan tradisional dipilih sebagai media play therapy dengan harapan anak-anak akan lebih cepat untuk beradaptasi karena permainan tradisional tersebut asli daerah sini sehingga dapat mengurangi trauma yang dialami. Selain bermain anak-anak juga disugesti agar berkurang rasa takut, cemas dan traumanya. Hal ini dilakukan dengan mengajak berbicara santai terkait keluhan, meyakinkan bahwa semua sudah mulai membaik. Dimana hasil akhir diperoleh terdapat pengurangan jumlah anak yang mengalami trauma.

Terapi Konseling Traumatik

Traumatik konseling juga dipilih sebagai intervensi dalam penanganan gangguan psikologis pada anak-anak korban pasca bencana. Konseling tersebut melalui pemeriksaan fisik, konseling dengan metode traumatik healing, terapi bermain seperti mengaji bersama, berdoa dan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) (Hunainah, 2021). Kegiatan trauma healing pada anak-anak dengan terapi bermain juga dikemas dalam kegiatan keagamaan seperti membaca al-qur'an, shalat berjamaah, derdo'a, mendengarkan cerita tokoh-tokoh tauladan islam, dan dzikir. Selain itu adapun praktik dakwah dengan metode bermain atau dakwah bi al-lu'bah yang dapat digunakan sebagai terapi bermain dimana salah satu kegiatannya yaitu permainan kartu asmaul husna. Penerapan metode bermain yang juga dikombinasikan dengan spiritual dapat dikatakan sebagai upaya untuk membantu penyembuhan dan perawatan kepada pasien melalui aspek emosi dan spiritual seseorang (Santia et al., 2021).

Menurut penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rahmat et al. (2018) mengatakan bahwa play therapy yang diintegrasikan dengan sufi healing dapat menurunkan trauma anak usia dini.

Dimana dalam penelitian ini sufi healing yang digunakan dalam bentuk mendengarkan musik. Musik disini seperti nada-nada mengagungkan Allah SWT seperti bacaan surat ayat suci Al-Quran, suara adzan, atau dzikir. Mendengarkan musik tersebut dapat bermanfaat untuk anak, salah satunya dapat memberikan kegembiraan dan ketenangan hati.

Terapi Permainan Instruksional

Handayani et al. (2019), memaparkan bahwa permainan instruksional *remang* dapat memberikan motivasi belajar pada 45 anak kelas I, II, dan III di SD Simacem Bekerah Kabupaten Karo akibat erupsi Gunung Sinabung. Terdapat perbedaan signifikan antara motivasi anak kelas eksperimen (16 anak) dan kontrol (16 anak) pada selisih skor kecerdasan linguistik sebesar 0,07. Kelas eksperimen terdapat peningkatan motivasi dalam dorongan belajar, sementara pada kelas kontrol cenderung statis dan tidak mengalami peningkatan. Dijelaskan juga dalam penelitian Ardini et al. (2022), bahwa terapi trauma yang dapat digunakan untuk anak salah satunya dengan terapi bermain instruksional menggunakan Monopoli. Produk permainan instruksional dapat menjadi media pembelajaran tentang bencana dan mengurangi dampak psikologis. Karim & Wifroh, (2014) menjelaskan bahwa terapi instruksional juga dapat membantu mengembangkana kognitif anak dengan media yang digunakan dalam proses belajar sambil bermain, penggunaan aspek kognitif harus mampu mengimbangi aspek afeksi. Keseimbangan tersebut sangat penting bagi perkembangan jiwa anak sehingga dapat menimbulkan motivasi dalam belajar. Saat anak fokus dan mengikuti kegiatan tersebut maka dapat mendistraksi masalah yang sedang mereka rasakan.

SIMPULAN

Beberapa intervensi terapi bermain dalam studi literatur ini telah menunjukkan hasil yang efektif untuk mengurangi masalah dampak psikologis pada anak-anak akibat pasca bencana, diantaranya yaitu dengan melakukan terapi bermain, menggambar, bercerita, melakukan permainan tradisional, melakukan konseling traumatik, permainan instruksional, permainan blok, dan terapi bermain kelompok. Beragamnya intervensi yang bisa dilakukan dengan metode play therapy menjadikan banyaknya variasi terapi bermain yang bisa dilakukan pada anak-anak dengan menyesuaikan kondisi atau bahkan keinginan dari anak-anak tersebut, sehingga anak-anak tidak mudah bosan atau jenuh dan anak-anak dapat melupakan rasa traumanya akibat bencana yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, S., & Mujiyati, M. (2017). Play therapy in perspective theory of eco systemic therapy. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), 119. <https://doi.org/10.26539/1222>
- Ardini, P. P., Arifin, I. N., & Pupala, B. (2022). Games Monopoli : Permainan Berbasis Windows Power Point untuk Mengenalkan Konsep Mitigasi Bencana Gempa di Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Lonto Leok*, 4(1), 65–75.
- Astuti, N. L. S., Saifudin, I. M. M. Y., Firdaus, A., Nancy, M. Y., & Andriana, H. T. (2022). Efektivitas Intervensi Berbasis Psikososial terhadap Penanggulangan Trauma Pasca Bencana: A Systematic Literature Review. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 1069–1080.
- Darmayanti, N., Ekawati, D., & Rachmat, A. (2020). Traditional sundanese games as play therapy for traumatic risk reduction of child earthquake victims: A cultural and psychological study. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 11(2), 479–494.

- Ekawati, D., Darmayanti, N., & Rachmat, A. (2021). *Pelatihan Pemulihan Trauma Pangandaran Melalui Permainan Tradisional*. 4(2).
- Endang Sri Maruti, Nur Samsiyah, Suharni, & Fida Rahmantika Hadi. (2021). Upaya Penyembuhan Trauma Pascabencana pada Anak-anak Desa Banaran Ponorogo dengan Permainan Tradisional dan Tembang Dolanan. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 88–97. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v2i1.486>
- Firdausi, I. A., Mulyasih, R., Santi, E. T., Marthalena, Mardiana, S., Pitasari, D. N., Annisarizki, Rizka, D., & Putri, L. D. (2022). Pendampingan Trauma Healing dan Edukasi Bencana Pada Anak-Anak Korban Bencana Banjir di Kelurahan Kasunyatan Kasemen Kota Serang. *Bantenese: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 91–98. <https://doi.org/10.30656/ps2pm.v4i2.5864>
- Hunainah, R. D. (2021). Indonesian Journal of Early Childhood: Traumatic Counseling For Children Affected By the Tsunami Disaster. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 10(1), 11–19.
- Jiwandono, I. S., Setiawan, H., Witono, A. H., & Hazmi, H. Y. (2020). Pendampingan Rehabilitasi Psikososial Penyintas Gempa Lombok Berbasis Kearifan Lokal. *Jurnal Warta Desa (JWD)*, 1(3), 326–334. <https://doi.org/10.29303/jwd.v1i3.76>
- Karim, M. B., & Wifroh, S. H. (2014). Meningkatkan Perkembangan Kognitif pada Anak Usia Dini Melalui Alat Permainan Edukatif. *Jurnal PG-PAUD Trunojoyo*, 1(2), 76–146. <https://doi.org/10.30736/jce.v5i2.726>
- Kementerian Pemberdayaan dan Perlindungan Anak. (2019). Buku Panduan Dukungan Psikososial Bagi Anak Korban Bencana Alam. *Kemenpppa.Go.Id*, 4; 48.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2018). *Modul bimbingan teknis pemulihan trauma (trauma healing)*. 1–101.
- Mariah Handayani, S., Handayani, S. M., Sudirman, Susanti, S., & Nainggolan, E. (2019). *Instructional Games “Remang” for Child Victims of Sinabung Mountain Eruption in Karo Regency*. 208(Icssis 2018), 208–212. <https://doi.org/10.2991/icssis-18.2019.42>
- Maspupatun, I. (2017). Keefektifan Play Thrapy untuk Penanganan Stress Pasca Trauma Bencana Alam. *Proceedings International Conference*, 100–109.
- Nengrum, L. S., & Ramadhani, D. A. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Bermain Puzzle Terhadap Trauma Pada Anak Prasekolah Pasca Bencana Banjir Bandang Di Kota Batu Jawa Timur The Effect Of Puzzle Play Therapy On Trauma To Preschool Children After The Flash Flood Disaster In East Java Batu City. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 3(2), 347–352.
- Pramardika, D. D., Hinonaung, J. S. H., Mahihody, A. J., & Wuaten, G. A. (2020). Pengaruh Terapi Bermain Terhadap Trauma Healing Pada Anak Korban Bencana Alam. *Faletehan Health Journal*, 7(02), 85–91. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i02.131>
- Purnamasari, A., Andas, A. M., Prima, A., & Harahap, D. (2022). Efektivitas Terapi Bermain Menggambar terhadap Kecemasan Anak Usia Sekolah 6-12 Tahun di Ruang Perawatan Anak Rumah Sakit. *Jurnal Surya Medika*, 8(1), 188–193. <https://doi.org/https://doi.org/10.33084/jsm.vxix.xxx>

- Rahmat, H. K., Nurmalasari, E., & Basri, A. S. H. (2018). Implementasi Konseling Krisis Terintegrasi Sufi Healing Untuk. *Prosiding Pit Ke-5 Riset Kebencanaan Iabi Universitas Andalas, May*, 671–678.
- Rusmana, N., Hafina, A., & Suryana, D. (2020). Group Play Therapy for Preadolescents: Post-Traumatic Stress Disorder of Natural Disaster Victims in Indonesia. *The Open Psychology Journal*, 13(1), 213–222. <https://doi.org/10.2174/1874350102013010213>
- Santia, G., Shaleh, K., & Suhendi, H. (2021). Dakwah Peningkatan Pemahaman Agama Melalui Kegiatan Traumatic Healing. *Jurnal Riset Komunikasi Penyiaran Islam*, 1(2), 72–78. <https://doi.org/10.29313/jrkpi.v1i2.374>
- Setiawan, H., Jiwandono, I. S., Witono, A. H., Oktaviyanti, I., & Purnama, I. (2021). Pendampingan Trauma Pascagempa Berbasis Kearifan Lokal di Desa Kayangan Kabupaten Lombok Utara. *Jurnal Abdimas PHB*, 4(1), 115–122.
- Sonartra, E. N. (2021). Dampak Pandemi Covid 19 Terhadap Kesehatan Mental Anak Dan Remaja : Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(1), 25. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i1.507>
- Sulastri, S., Rohayati, R., & Febriaty, S. (2021). Bermain Buku Pop-Up sebagai Terapi Gangguan Mental Emosional Pasca Bencana Tsunami. *Jurnal Kesehatan*, 12(3), 404. <https://doi.org/10.26630/jk.v12i3.2815>
- 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>
- Triasari, L., Yusuf, A. h., Retno, S., Triyana, P., & Abidin, Z. (2020). Play Therapy to Reduce Traumatic Stress in Earthquake-affected Children in North Lombok, West Nusa Tenggara. *International Journal of Nursing and Health Services (IJNHS)*, 3(1), 133–140. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i1.209>
- Wang, X., Takashima, K., Adachi, T., & Kitamura, Y. (2021). Can playing with toy blocks reflect behavior problems in children? *Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings*. <https://doi.org/10.1145/3411764.3445119>
- Wuaten, G. A. (2020). Pengaruh terapi Bermain terhadap. *Faletahan Health Journal*, 7(2), 85–91.