



PENDEKATAN BERMAIN DAN EDUKASI SEBAGAI METODE TRAUMA HEALING PADA ANAK KORBAN BANJIR DI DESA MATANG CUT KABUPATEN ACEH UTARA

Yarima Melati*¹, Putri Eka Sari², Jumaida Fajar Nassriati³
^{1,2,3} STIKes Darussalam Lhokseumawe
*e-mail: rima.yapeda@gmail.com¹



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Abstrak,

Anak-anak hingga remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental di wilayah terdampak bencana akibat hilangnya rasa aman serta rusaknya lingkungan tempat tinggal, bermain, dan fasilitas pendidikan. Bencana banjir dan longsor yang terjadi di Aceh pada 24 November 2025 menimbulkan dampak psikologis berupa trauma, khususnya bagi anak-anak dan remaja di Desa Matang Cut, Kabupaten Aceh Utara. Kondisi tersebut mendorong dilaksanakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan mendukung pemulihan kondisi mental anak-anak dan remaja pascabencana. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan persuasif melalui pengelompokan peserta berdasarkan tingkat pendidikan, yaitu TK, SD, dan SMP. Setiap kelompok dibimbing oleh tim pengabdian yang terdiri dari dosen keperawatan jiwa, promosi kesehatan, dan bahasa Inggris. Metode yang digunakan adalah bermain sambil belajar dengan alat permainan edukatif, seperti flashcard dan puzzle untuk remaja serta kegiatan mewarnai bagi anak-anak. Hasil kegiatan menunjukkan respons yang sangat positif, ditandai dengan antusiasme, semangat, dan keceriaan peserta dari awal hingga akhir kegiatan. Seluruh 34 peserta mengikuti kegiatan secara penuh tanpa ada yang meninggalkan kegiatan sebelum selesai. Sebagai bentuk apresiasi, peserta yang aktif diberikan doorprize berupa wafer, roti, dan susu. Temuan ini menegaskan bahwa kegiatan berbasis edukatif dan rekreatif sangat diperlukan sebagai bagian dari upaya penanganan trauma akibat bencana, khususnya pada kelompok usia anak dan remaja.

Kata Kunci: anak dan remaja, alat permainan edukatif, banjir dan longsor aceh.

Abstrac

Children and adolescents are age groups that are vulnerable to mental health problems in disaster-affected areas due to the loss of a sense of security and the destruction of living environments, play areas, and educational facilities. The floods and landslides that occurred in Aceh on November 24, 2025 caused psychological impacts in the form of trauma, particularly among children and adolescents in Matang Cut Village, North Aceh Regency. This condition encouraged the implementation of a community service program aimed at supporting the recovery of the mental well-being of children and adolescents in the post-disaster period. The activities were carried out using a persuasive approach by grouping participants based on their educational levels, namely kindergarten, elementary school, and junior high school. Each group was guided by a community service team consisting of lecturers in psychiatric nursing, health promotion, and English. The method applied was learning through play using educational game tools, such as flashcards and puzzles for adolescents, as well as coloring activities for younger children. The results showed very positive responses, indicated by the participants' enthusiasm, motivation, and cheerfulness from the beginning to the end of the activities. All 34 participants attended the activities in full without leaving before completion. As a form of appreciation, active participants were given door prizes in the form of wafers, bread, and milk. This finding emphasizes that educational and recreational activities are highly necessary as part of efforts to address post-disaster trauma, particularly among children and adolescent age groups

Keywords: children and adolescents; educational play tools; floods and landslides in Aceh

1. PENDAHULUAN

Bencana banjir merupakan fenomena alam yang sering terjadi di berbagai wilayah Indonesia salahsatunya Provinsi Aceh. Aceh memiliki kerentanan tinggi terhadap bencana banjir yang dipicu oleh curah hujan ekstrem dan karakteristik geografis wilayah pesisir serta aliran sungai besar. Dampak banjir tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga psikologis seperti kecemasan, ketakutan, dan gangguan stres pasca trauma (PTSD). Penanganan trauma psikologis ini menjadi bagian penting dari proses pemulihan setelah bencana (Nora et al., 2025).

Anak-anak korban banjir cenderung mengalami gejala psikologis negatif seperti kecemasan, ketakutan berlebihan, gangguan tidur, regresi perilaku, takut beraktivitas, dan mundurnya semangat bermain sebagaimana sebelumnya. Trauma ini jika tidak ditangani dengan tepat dapat berpengaruh jangka panjang terhadap tumbuh kembang anak, baik secara emosional, sosial, maupun kognitif (Nora et al., 2025).

Upaya pemulihan pasca bencana tidak dapat hanya difokuskan pada aspek fisik, melainkan perlu mencakup pemulihan kesehatan mental anak. Trauma healing menjadi pendekatan yang penting dalam membantu anak-anak mengelola pengalaman traumatis akibat bencana banjir, sekaligus memulihkan rasa aman dan kepercayaan diri mereka (Oktia, 2023).

Pendekatan bermain dalam trauma healing terbukti menjadi strategi efektif yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak, karena melalui permainan anak dapat mengekspresikan emosi, membangun rasa aman, serta mengomunikasikan pengalaman traumatis tanpa tekanan verbal formal. Selain bermain, pendekatan edukasi bencana juga memiliki peran penting dalam proses trauma healing anak korban banjir. Edukasi ini tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga membantu mengurangi kecemasan dengan memberikan rasa kontrol terhadap situasi (Firdausi et al., 2022).

Integrasi pendekatan antara bermain dan edukasi dalam kegiatan trauma healing memberikan manfaat yang lebih komprehensif, yakni pemulihan emosional sekaligus peningkatan kapasitas anak dalam menghadapi kemungkinan bencana di masa depan. Melalui kegiatan bermain sambil belajar, anak diberi ruang untuk mengekspresikan diri sekaligus menerima pengetahuan dengan cara yang menyenangkan (Maulana & Fitriyani., 2022)

Berbagai studi pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa integrasi aktivitas bermain dengan pendekatan edukatif dapat mengurangi tingkat kecemasan anak setelah banjir, seperti berbagai permainan kelompok, kegiatan kreatif, cerita, serta edukasi tentang mekanisme bencana dan keselamatan diri. Pendekatan semacam ini dapat memfasilitasi proses trauma healing secara efektif. Trauma healing berbasis bermain dan edukasi juga mendorong partisipasi orang tua serta komunitas, sehingga anak-anak merasa didukung di lingkungan sosialnya. Keikutsertaan orang tua dan relawan dalam permainan edukatif membuat anak merasa lebih aman dan diperhatikan, yang berkontribusi terhadap proses pemulihan psikologis (Oktia, 2023).

Oleh karena itu, pelaksanaan pengabdian masyarakat dengan pendekatan bermain dan edukasi sebagai metode trauma healing pada anak-anak korban banjir di Aceh sangat relevan. Intervensi ini diharapkan mampu mendukung pemulihan psikologis yang berkelanjutan serta memperkuat kesiapsiagaan masyarakat, khususnya anak-anak, terhadap bencana banjir yang berulang

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat melalui kegiatan trauma healing pada anak yang terkena dampak banjir dan longsor Aceh, di desa Matang Cut, Kabupaten Aceh Utara Provinsi Nanggroe Aceh Darussalam (NAD), dengan pendekatan menggunakan alat permainan edukatif (APE).

Tim pengabdian melakukan pendekatan persuasif kepada anak-anak korban Banjir dan Longsor Aceh, yang kami kelompokkan berdasarkan tingkat pendidikan. Kemudian baru di arahkan untuk bermain sambil belajar menggunakan alat permainan edukatif yang telah kami sediakan.

Pembentukan relawan yang terdiri dari tim Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Darussalam Lhokseumawe. Survey lokasi dilakukan dengan bantuan dari Komandan Detasemen Polisi Militer (Dandempom) Aceh Utara yang sekaligus bergabung pada pelaksanaan pengabdian masyarakat. Tim melakukan koordinasi untuk mengatur penjadwalan, teknis pelaksanaan, APE yang akan dibawa serta hadiah untuk para anak-anak.

APE dibeli di Lhokseumawe dan dibawa ke lokasi bencana berupa puzzle, flashcard, alat mewarnai dan kertas gambar. Kami juga membawa roti dan susu untuk dibagikan kepada anak-anak yang ada di pengungsian. Dana yang digunakan untuk kegiatan ini merupakan dana donasi yang telah terkumpul oleh Tim STIKes Darussalam karena kegiatan ini dilakukan sekaligus dalam bakti sosial Penyaluran Donasi Banjir dan Longsor Aceh. Tim pengabdian masyarakat disediakan satu ruangan yang akan dimanfaatkan sebagai tempat bermain bersama anak-anak.

Kegiatan dilaksanakan pada Sabtu, 23 Desember 2025. Sebanyak 34 orang anak berkumpul di ruangan kelas dan sangat antusias mengikuti permainan. Anak-anak dibagi dalam 3 kelompok, yakni kelompok yang masing-masing terbagi kelompok TK, SD dan SMP. Tim terdiri dari tiga keahlian berbeda yakni dosen perawat bagian psikiatri, dosen bagian promosi kesehatan dan ilmu perilaku, serta dosen bagian bahasa Inggris.

Setiap kelompok diberi APE berupa puzzle berbentuk kendaraan, rumah serta kertas dan alat mewarnai dan flashcard. Pengumpulan informasi tentang keberhasilan pelaksanaan trauma healing dilakukan dengan melaksanakan observasi, yakni dengan melakukan pemantauan langsung tentang antusiasme anak-anak usia yang mengikuti kegiatan yang dilihat dari keikutsertaan dalam lomba dan penampilan peserta.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Bencana banjir dan longsor yang terjadi di Aceh dan beberapa daerah Sumatera lainnya telah menyebabkan kerusakan parah pada infrastruktur daerah, termasuk perkantoran, tempat ibadah, dan infrastruktur sektor pendidikan. Peristiwa ini telah melahirkan trauma bagi anak-anak, terutama bagi mereka yang mengalami langsung kejadian bencana. Lamanya masa mengungsi dan hilangnya tempat yang menjadi sumber aman dan nyaman telah melahirkan reaksi ekspresi berbeda dari keseharian mereka (Inayati & Mullah, 2022).

Trauma yang dialami oleh anak-anak korban bencana dapat berupa perasaan takut, cemas, dan tidak aman. Mereka mungkin juga mengalami kesulitan tidur, kehilangan nafsu makan, dan kesulitan konsentrasi. Trauma ini dapat berdampak jangka panjang pada perkembangan mental dan emosional anak-anak, sehingga perlu diatasi dengan segera (Turyadi et al., 2024).

Dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat, kami menyadari bahwa anak-anak korban bencana memerlukan dukungan psikososial yang tepat untuk mengatasi trauma yang mereka alami. Kami mencoba melakukan pendekatan persuasif untuk membantu mereka mengungkapkan perasaan dan emosi yang mereka rasakan. Kami juga berusaha untuk menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman bagi mereka, sehingga mereka dapat merasa lebih tenang dan nyaman.

Salah satu cara yang kami gunakan adalah melalui permainan edukasi yang dirancang untuk membantu anak-anak mengungkapkan perasaan dan emosi mereka. Permainan ini juga membantu mereka untuk mengembangkan kemampuan sosial dan emosional, serta meningkatkan kepercayaan diri mereka. Kami juga memberikan kesempatan bagi mereka untuk berbicara tentang pengalaman mereka dan mengungkapkan perasaan mereka tentang bencana yang mereka alami.

Keinginan terbesar anak-anak korban bencana adalah kembali ke rumah mereka masing-masing dan merasa aman dan nyaman seperti sebelumnya. Mereka juga berharap dapat kembali bersekolah dengan seragam lengkap dan tas favorit mereka. Kami memahami bahwa keinginan ini tidak dapat dipenuhi dalam waktu singkat, namun kami berusaha untuk membantu mereka mengatasi trauma yang mereka alami dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

Beberapa kegiatan yang kami lakukan dalam pendampingan anak-anak di desa-desa terdampak adalah kegiatan mewarnai, bermain kata, bermain tepukan dan menyusun puzzle. Kegiatan ini diharapkan menjadi media dalam mengurangi trauma pasca bencana alam yang terjadi. Setelah kegiatan selesai dilakukan kami membagikan roti, susu dan makanan ringan lainnya.



(a)



(b)

Gambar 1. (a) Anak-anak sedang melakukan ye-yel (b) Membagikan susu dan makanan ringan.



(a)



(b)

Gambar 2. (a) Anak-anak klasifikasi SD-MI sedang mewarnai (b) Hasil mewarnai anak-anak



Gambar 3. Bermain flashcard

Kegiatan trauma healing yang kami selenggarakan telah membuktikan bahwa anak-anak korban bencana dapat pulih dari trauma yang mereka alami dengan dukungan yang tepat. Antusiasme dan partisipasi aktif anak-anak dalam kegiatan ini menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi kesulitan dan bangkit kembali.

Respon positif anak-anak dalam kegiatan ini juga menunjukkan bahwa mereka memiliki kebutuhan yang besar untuk mendapatkan dukungan psikososial yang tepat. Mereka memerlukan lingkungan yang aman dan nyaman untuk mengungkapkan perasaan dan emosi mereka, serta memerlukan bantuan untuk mengembangkan kemampuan sosial dan emosional mereka.

Kegiatan ini juga membuktikan bahwa pendekatan yang digunakan, yaitu melalui permainan edukasi dan aktivitas kreatif, sangat efektif dalam membantu anak-anak mengatasi trauma. Anak-anak dapat menikmati proses pembelajaran dan pengembangan diri mereka sambil mengatasi kesulitan yang mereka alami.

Selain itu, kegiatan ini juga memberikan kesempatan bagi kami untuk belajar dan meningkatkan kemampuan kami dalam memberikan dukungan psikososial bagi anak-anak korban bencana. Kami dapat melihat secara langsung bagaimana anak-anak dapat pulih dari trauma dan bangkit kembali dengan dukungan yang tepat.

Dengan demikian, kami dapat membantu anak-anak korban bencana untuk pulih dari trauma dan bangkit kembali, serta membantu mereka mencapai potensi penuh mereka. Kami percaya bahwa setiap anak memiliki hak untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik, dan kami akan terus berusaha untuk membantu mereka mencapai hal tersebut.

Dalam kegiatan ini, kami juga dapat melihat bagaimana anak-anak dapat menunjukkan kemampuan mereka yang luar biasa dalam menghadapi kesulitan. Mereka dapat menunjukkan ketabahan, keberanian, dan kemampuan untuk mengatasi kesulitan yang mereka alami. Kami percaya bahwa anak-anak ini memiliki potensi yang besar untuk menjadi generasi yang lebih baik dan kami akan terus mendukung mereka dalam mencapai hal tersebut.

4. KESIMPULAN

Dalam jangka panjang, kami berharap bahwa anak-anak korban bencana dapat pulih dari trauma yang mereka alami dan dapat melanjutkan kehidupan mereka dengan normal. Kami juga berharap bahwa kegiatan pengabdian masyarakat seperti ini dapat membantu meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya dukungan psikososial bagi anak-anak korban bencana.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga memberikan kesempatan bagi kami untuk belajar dan meningkatkan kemampuan kami dalam memberikan dukungan psikososial bagi anak-anak korban

bencana. Kami berharap bahwa pengalaman ini dapat membantu kami menjadi lebih baik dalam membantu anak-anak korban bencana lainnya di masa depan.

Dalam kesimpulan, kegiatan pengabdian masyarakat ini telah membuktikan bahwa dukungan psikososial dapat membantu anak-anak korban bencana mengatasi trauma yang mereka alami. Kami berharap bahwa kegiatan seperti ini dapat terus dilakukan untuk membantu anak-anak korban bencana lainnya. Kami juga berharap bahwa pemerintah dan masyarakat dapat terus mendukung upaya-upaya untuk membantu anak-anak korban bencana.

Dengan demikian, kami berharap bahwa anak-anak korban bencana banjir dan longsor di Aceh dan Sumatera dapat kembali ke kehidupan normal dan merasa aman dan nyaman seperti sebelumnya. Mereka berhak untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik dan kami akan terus berusaha untuk membantu mereka mencapai hal tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- firdausi, I. A., Mulyasih, R., Santi, E. T., Mardiana, S., Pitasari, D. N., Rizka, D., Putri, L. D., & Fachriyah, E. (2022). Pendampingan Trauma Healing Dan Edukasi Bencana Pada Anak-Anak Korban Bencana Banjir Di. *Bantenese Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4, 91–98. <https://doi.org/10.30656/ps2pm.v4i2.5864>
- Inayati, R., & Mullah, M. I. (2022). *Penanggulangan Bencana Banjir Di Aceh : Psikologis Dan Strategi Efektif*. 1(2).
- Maulana, A., Suryani, D., & Fitriyani, L. (2022). Pendampingan Trauma Healing Dan Edukasi Bencana Pada Anak-Anak Korban Banjir. *Bantenese: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 112–120.
- Nora, B., Putri, D., Chandra, Y., Pgri, U., & Barat, S. (2025). *Mereduksi Dampak Psikologis Korban Bencana Banjir Bandang Melalui Kegiatan Trauma Healing Di Kabupaten Tanah Datar*. 5(1), 146–150.
- Oktia, V. (2023). Penerapan Trauma Healing Untuk Mengatasi Kecemasan. *Pengabdian Masyarakat Mandira Cendekia*, 2(2), 54–59.
- Turyadi, I., Mulyati, Y., & Sakinah, M. N. (2024). *Metode Resiliensi Pada Pelayanan Trauma Healing : Penanggulangan Korban Bencana Pada Anak Di Desa Cugenang Kabupaten Cianjur Kabupaten Cianjur Jawa Barat Dengan*. 5, 221–234.