

## **Mental Healing Melalui Permainan Tradisional Untuk Anak-Anak Yang Terdampak Banjir**

**Marlina<sup>1</sup>, Siti Rahmah<sup>2</sup>, Mia Fitria<sup>3</sup>**

<sup>1,2</sup> Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP Universitas NU Kalimantan Selatan

<sup>3</sup> Pendidikan Matematika FKIP Universitas NU Kalimantan Selatan

### **Corresponding Author**

**Nama Penulis:** Marlina

**E-mail:** marlinahk78@gmail.com

### **Abstrak**

*Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meminimalisir pengaruh negatif akibat banjir pada anak-anak khususnya anak-anak Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar agar dapat sedikit melupakan apa yang membuat mereka trauma akan bencana banjir yang menimpa mereka. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mental healing ini menggunakan metode pembelajaran dalam bentuk permainan-permainan yang mendidik, selain itu juga bagi-bagi hadiah bagi anak-anak. Adapun kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini yaitu kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar dan memberikan dampak positif bagi anak-anak khususnya anak-anak Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman salah satunya dapat sedikit melupakan apa yang membuat mereka trauma akan banjir.*

**Kata kunci:** *Mental Healing, Permainan, Bencana Banjir*

### **Abstract**

*This community service activity aims to minimize the negative effects of flooding on children, especially the children of the Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman, Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, so that they can forget a little what traumatized them about the flood disaster that befell them. The implementation of this mental healing community service activity uses learning methods in the form of educational games, in addition to distributing prizes to children. The conclusion from this community service activity is that this community service activity runs smoothly and has a positive impact on children, especially the children of the Taufiqurrahman Madrasah Ibtidaiyah, one of which can forget a little what traumatized them about the flood.*

**Keywords:** *Mental Healing, Games, Flood Disaster*

## PENDAHULUAN

Indonesia yaitu negara yang rentan terjadi bencana alam. Hal tersebut disebabkan karena Indonesia memiliki tiga iklim dasar: monsun, khatulistiwa, dan sistem iklim lokal yang menyebabkan perbedaan pola curah hujan di beberapa wilayah. Hal tersebut mengakibatkan pemanasan global dan pengaruh iklim diantaranya kenaikan suhu dan permukaan air laut pada wilayah Indonesia yang berada di garis khatulistiwa. Hal ini menyebabkan tingginya peristiwa bencana alam (Kusumawati & Arofiati, 2020). Diantara bencana alam yang rentan terjadi di Indonesia yaitu banjir. Curah hujan yang tinggi pada bulan-bulan tertentu mengakibatkan banjir. Banjir merupakan salah satu bencana alam yang harus diwaspadai di beberapa wilayah di Indonesia. Kalimantan Selatan menjadi salah satu wilayah yang terdampak bencana banjir.

Banjir adalah salah satu masalah yang sampai saat ini perlu penyelesaian khusus oleh banyak pihak, diantaranya pemerintah dan masyarakat. Banjir bukan suatu masalah yang *simple*. Banjir sering terjadi pada musim penghujan tiba. Banjir datang tidak mengenal tempat. Banjir dapat terjadi di daerah pemukiman, persawahan, jalan, ladang, tambak, dan di perkotaan. Banjir ini menimbulkan beberapa kerugian yang dialami oleh masyarakat, yakni masalah kesehatan, kerugian ekonomi, sulitnya dapat air bersih, dan infrastruktur rusak. Selain itu, menurut Rahayu (dalam Widjaja, dkk, 2021) banjir dapat merusak permukiman penduduk, sarana dan prasarana dan menghambat transportasi darat. Hadirnya bencana alam salah satunya banjir juga sangat berdampak besar kepada manusia, yakni menimbulkan korban baik individu, keluarga atau masyarakat yang menderita baik secara fisik, mental, sosial dan ekonomi serta hambatan dalam melaksanakan tugas kehidupannya (Murdiyanto & Gutomo, 2015).

Banjir adalah salah satu masalah khususnya bagi masyarakat yang bermukim di dataran rendah. Banjir disebabkan salah satunya oleh hujan dengan intensitas tinggi. Hujan dengan intensitas tinggi yang turun di wilayah Provinsi Kalimantan Selatan telah menyebabkan banjir besar dan diikuti banjir bandang serta tanah longsor di banyak tempat. Tercatat dalam sejarah, banjir besar yang telah terjadi di Kalimantan Selatan tidak pernah terjadi dalam kurun waktu 50 tahun terakhir. Sebelum bencana ini terjadi, Kalimantan Selatan juga sering mengalami banjir tahunan. Hujan dan intensitas tinggi terjadi dari tanggal 9 Januari 2021 mengakibatkan ketinggian air meningkat secara berangsur-angsur. Klimaksnya, Rabu 13 Januari 2021 intensitas hujan paling tinggi sampai 300 mm/hari. Banjir terjadi pada 11 kabupaten/kota di Kalsel, ketinggian air rata-rata mencapai 1 meter. Hingga saat ini masih ada beberapa wilayah di daerah Kalimantan Selatan yang terdampak banjir, seperti kabupaten Banjar dan kabupaten Hulu Sungai.

Bencana banjir di Kalimantan Selatan mengakibatkan kerugian besar bagi korban banjir. diantaranya kerugian materi, non materi, budaya maupun sosialnya. Dampak yang sangat rentan bagi korban banjir adalah dampak psikologis terutama bagi anak-anak. Dampak psikologis berupa pengaruh positif maupun negatif yang muncul dari adanya stimulus dan respon yang bekerja pada diri seorang, dimana pengaruh tersebut nampak dalam perilaku individu. Hatta (dalam Okpatrioka & Sopian, 2023) mengatakan, dampak psikologis yang memiliki pengaruh negatif pada individu diantaranya, (1) Munculnya gejala-gejala fisik contohnya pusing, sakit kepala, sulit tidur, sakit perut, jantung berdebar, dan tekanan darah tinggi. 2). Gangguan perilaku contohnya, pengkonsumsian minuman beralkohol, gugup, ceroboh, dan agresif. 3). Gangguan emosi contohnya, cemas, sedih, marah, frustrasi dan ketakutan yang berlebihan. 4). Gangguan kognitif contohnya, sulit berkonstrasi, berfikir pesimis, kehilangan kepercayaan diri, dan sulit mengambil keputusan.

Gangguan psikologis rentan dapat merusak keseimbangan kehidupan individu. Hal penting yang bisa diberikan kepada korban bencana banjir untuk mengatasi traumanya yaitu dukungan sosial. Menurut Hatta (dalam Okpatrioka & Sopian, 2023), Pemberian dukungan sosial dapat mengurangi pengaruh dari bahaya stres dan menghilangkan gejala stres yang sering dialami oleh korban bencana alam, salah satunya bencana banjir. Salah satu bentuk dukungan psikologis yang dapat diberikan untuk korban bencana banjir terkhususnya anak-anak adalah Mental Healing. Mental Healing adalah salah satu kegiatan PkM dengan tujuan untuk mengatasi masalah psikologis diantaranya stress, ketakutan, dan trauma setelah terjadi bencana.

Penyembuhan masalah psikologis untuk anak-anak membutuhkan bantuan keluarga dan orang-orang di sekitarnya. Mengingat anak-anak yang menjadi korban bencana alam sangat rentan terhadap perkembangan psikologis, maka dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada penanganan anak-anak khususnya anak sekolah dasar. Anak-anak yang berada daerah bencana penting untuk diperhatikan mengingat kondisi psikologis yang masih memerlukan pendampingan untuk dapat berkembang secara psikologis. Pada kondisi ini anak memerlukan perhatian agar bisa mengekspresikan perasaan. Akibatnya, jika hal tersebut diabaikan maka psikologis anak akan terganggu sehingga muncul kebiasaan menyendiri, sedih, dan sulit tidur. Bermain menjadi salah satu cara yang dapat dilakukan dalam situasi bencana alam khususnya banjir dan dapat memulihkan trauma yang berkepanjangan (Darmiany, dkk., 2019). Bermain merupakan salah satu hal yang sangat diperlukan dalam tumbuh kembang anak. Oleh karena itu, teknik bermain sangat cocok untuk diterapkan pada anak yang terdampak banjir. Tujuan dari kegiatan bermain agar anak dapat mengekspresikan diri secara bebas, berempati dengan anak lainnya, serta anak dapat menemukan cara-cara yang positif dalam menyelesaikan suatu permasalahan (Okpatrioka & Sopian, 2023).

Memperhatikan hal tersebut, perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat khususnya untuk anak-anak yang terdampak banjir berupa *Mental Healing Melalui Permainan Tradisional Untuk Anak-Anak Yang Terdampak Banjir*. Kegiatan ini diharapkan dapat meminimalisir pengaruh negatif akibat banjir pada anak-anak khususnya anak-anak Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman kecamatan Sungai Tabuk Kabupaten Banjar dapat sedikit melupakan apa yang membuat mereka trauma akan banjir tersebut.

## **METODE**

Metode kegiatan yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pembelajaran dalam bentuk permainan-permainan yang mendidik dan bagi-bagi hadiah untuk anak-anak yang terdampak banjir. Kegiatan dimulai dengan pembagian masker dan *hand sanitizer* kepada para anak, dilanjutkan dengan perkenalan para tim pengabdian kepada anak MI Taufiqurrahman dan dilanjutkan dengan melakukan permainan yang berisi edukasi kepada anak-anak korban banjir di daerah tersebut. Permainan-permainan tersebut di antaranya Paris Berantai, yang merupakan permainan sambung pesan, Tebak Gambar, yang menggunakan peraga gambar yang diprint menggunakan kertas, dan permainan Sambut Spidol dengan lagu, di mana ketika musik berbunyi anak harus memberikan spidol tersebut kepada teman sebelahnya sampai musik berhenti dan siapa yang memegang spidol terakhir akan diberi pertanyaan. Serta permainan-permainan yang melatih konsentrasi. Bagi anak yang tidak bisa menjawab pertanyaan diberikan hukuman seperti praktek sholat, praktek wudhu, hapalan surah-surah pendek dan do'a sehari-hari, juga menghafal Pancasila. Kami juga meminta para anak untuk bercerita tentang pengalaman peristiwa banjir yang mereka alami.

Setelah selesai permainan sambil menunggu penentuan pemenang dalam permainan dan pemilihan anak teraktif, kami melakukan shalawatan bersama. Kemudian kami membagikan hadiah untuk para anak tersebut.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan selama satu hari yaitu Pada hari Kamis, 11 Februari 2021. Sebelum berangkat menuju tempat pengabdian, rombongan pengabdian masyarakat berkumpul di depan gedung kampus mulai pukul 07.30. Sebelum berangkat kami melakukan sesi do'a bersama lalu kami semua berangkat menuju Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman, desa Sungai Pinang Baru, kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar.

Perjalanan menuju ke lokasi cukup sulit dilewati karena masih dalam proses perbaikan jalan dan sebagian kendaraan yang kami tumpangi terjebak lumpur, berlubang besar, dan beberapa akses jalan masih terendam banjir. Bahkan untuk sampai ke lokasi sebagian dari kami harus berjalan kaki. Rombongan tiba di lokasi pada jam 10.00 WITA dan melakukan persiapan selama 15 menit. Kegiatan dimulai dengan pembagian masker dan *hand sanitizer* kepada para anak, dilanjutkan dengan pengenalan para rombongan kepada anak Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman dan dilanjutkan dengan pembelajaran dalam bentuk permainan yang berisi edukasi kepada anak-anak korban banjir di daerah tersebut. Pembelajaran yang diberikan tentang materi-materi dasar anak sekolah dasar yang diselipkan dalam permainan.



**Gambar 1.**

Kegiatan Pembagian Masker dan *Handsanitizer* kepada anak-anak

Permainan-permainan tersebut di antaranya Paris Berantai, yang merupakan permainan sambung pesan, Tebak Gambar, yang menggunakan peraga gambar yang diprint menggunakan kertas, dan permainan Sambut Spidol dengan lagu, di mana ketika musik berbunyi anak harus memberikan spidol tersebut kepada teman sebelahnya sampai musik berhenti dan siapa yang memegang spidol terakhir akan diberi pertanyaan.



**Gambar 2.**

Salah satu kegiatan Pembelajaran yang diselipkan dalam permainan

Selain itu, juga permainan-permainan yang melatih konsentrasi. Bagi anak yang tidak bisa menjawab pertanyaan diberikan hukuman seperti praktek sholat, praktek wudhu, hapalan surah-surah pendek dan do'a sehari-hari serta menghafal Pancasila. Kami juga meminta para anak untuk bercerita tentang pengalaman peristiwa banjir yang mereka alami. Setelah selesai permainan sambil menunggu penentuan pemenang dalam permainan dan pemilihan anak teraktif, kami melakukan shalawat bersama. Anak yang menang atau terpilih menjadi anak teraktif mendapat hadiah khusus yang telah disiapkan oleh tim.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini ditutup dengan membagikan hadiah untuk para anak tersebut dan melakukan sesi foto bersama antara tim dosen dengan para peserta.



**Gambar 3.**

Foto bersama tim pengabdian kepada masyarakat

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat di Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman, kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar berjalan dengan baik sesuai dengan tujuan dari pengabdian masyarakat. Hasil kegiatan dari pengabdian masyarakat ini yaitu memberikan dampak positif bagi anak-anak khususnya anak-anak Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman, salah satunya dapat sedikit melupakan apa yang membuat mereka trauma akan banjir. Meskipun hasil ini masih belum sempurna, karena anak-anak masih membutuhkan dukungan selanjutnya dalam membenahi tempat tinggal dan sekolahnya. Kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik karena adanya dukungan dari pimpinan dan tim pengabdian kepada masyarakat.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terima kasih kepada tim Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LPPM) Universitas NU Kalimantan Selatan yang telah bersedia menyiapkan berkas surat menyurat dan administrasi pengabdian kepada masyarakat. Kepada anak-anak Madrasah Ibtidaiyah Taufiqurrahman, Desa Sungai Pinang, Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan, guru-guru dan kepala sekolah yang telah ikut berpartisipasi dalam acara kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Darmiany, Rosyidah, A.N.K., Karma, I.N., Witono, H., Husniati, Widiada, I.K. (2019). PGSD Untuk Negeri: Terapi Bermain Sebagai Bentuk Trauma Healing Bagi Anak-Anak Korban Gempa Lombok. *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, 2(2), 283-288. <https://core.ac.uk/download/pdf/270188636.pdf>, Diakses 14 Mei 2023.
- Kusumawati, W. & Arofiati, F. (2020). Biopori: Alternatif Pencegahan Banjir Melalui Pemberdayaan Masyarakat Pondok Pesantren. *PROSIDING SEMNAS PPM 2020: Inovasi Teknologi dan Pengembangan Teknologi Informasi dalam Pemberdayaan Masyarakat Pasca Covid-19*, 389-394.
- Murdiyanto & Gutomo, T. (2015). Bencana Alam Banjir dan Tanah Longsor dan Upaya Masyarakat dalam Penanggulangan. *Jurnal PKS*, 14(4), 437-452.
- Okpatrioka & Sopian. (2023). Permainan tradisional solusi trauma healing bagi anak pasca gempa cianjur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1). 29-37, <https://ejurnal.stpkat.ac.id/index.php/jpkm/article/view/12/87>. Diakses 14 Mei 2023.
- Widjaja, F.I., Tafonao, T., Purba, B.M.M., Hutagalung, S.B., Marisi, C.G., Simanjuntak, F., Sophia, S., & Noyita, E. (2021). Pelayanan dan Bakti Sosial Pasca Banjir di Kota Tanjungpinang: Sebagai Wujud Rasa Kemanusiaan. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 2(1), 61-71, <https://jurnalilmiahcitrabakti.ac.id/jil/index.php/jailcb/article/view/198/133>. Diakses 14 Mei 2023.