

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Trauma merupakan respons psikologis yang muncul akibat pengalaman terhadap peristiwa yang mengancam keselamatan diri maupun orang lain. Secara psikologis, pengalaman menghadapi peristiwa yang mengancam keselamatan dapat menimbulkan trauma. *American Psychiatric Association* dalam *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)* menjelaskan bahwa trauma merupakan respons emosional terhadap peristiwa yang melibatkan ancaman serius terhadap keselamatan diri atau orang lain. Pada anak, trauma dapat muncul dalam bentuk ketakutan berlebihan, mimpi buruk, gangguan tidur, mudah terkejut, penarikan diri, serta perubahan perilaku. *World Health Organization* juga menyatakan bahwa anak yang terpapar bencana memiliki risiko mengalami gangguan stres pascatrauma apabila tidak mendapatkan dukungan psikososial yang memadai (Efendi Suradi, 2025).

Anak merupakan kelompok yang memiliki kerentanan lebih tinggi dalam menghadapi peristiwa traumatis. Secara perkembangan psikologis, anak belum memiliki kematangan emosi dan kemampuan regulasi diri yang optimal. *World Health Organization* menyatakan bahwa paparan terhadap situasi darurat atau peristiwa yang mengancam keselamatan dapat memunculkan reaksi stres pada anak, seperti ketakutan berlebihan, gangguan tidur, mimpi buruk, mudah terkejut, perubahan perilaku, hingga penarikan diri

dari lingkungan sosial. Apabila tidak memperoleh dukungan psikososial yang memadai, kondisi tersebut berpotensi berkembang menjadi gangguan stres pascatrauma (Weissbecker, 2008).

Lebih lanjut, UNICEF menjelaskan bahwa anak cenderung mengekspresikan trauma melalui perilaku non-verbal. Anak sering kesulitan mengungkapkan pengalaman traumatisnya secara langsung, sehingga emosi yang belum tersalurkan dapat muncul dalam bentuk kecemasan, agresivitas, regresi perilaku, atau ketergantungan yang tinggi kepada orang tua. Oleh karena itu, penanganan trauma pada anak memerlukan pendekatan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka (Juruena, 2015).

Salah satu peristiwa yang berpotensi memicu trauma pada anak adalah bencana banjir bandang yang rentan terjadi di Indonesia. Bencana alam merupakan peristiwa yang tidak dapat diprediksi secara pasti dan memiliki dampak luas terhadap kehidupan manusia. Bencana tidak hanya menyebabkan kerusakan fisik berupa hancurnya infrastruktur, pemukiman, dan fasilitas umum, tetapi juga memengaruhi stabilitas sosial, ekonomi, serta kondisi psikologis masyarakat yang terdampak. Indonesia sebagai negara kepulauan yang berada pada wilayah rawan bencana memiliki tingkat risiko kebencanaan yang tinggi. Secara geografis dan klimatologis, Indonesia rentan terhadap bencana hidrometeorologi seperti banjir, banjir bandang, tanah longsor, dan angin puting beliung (Arofah & Puspaningtyas, 2023).

Bencana alam juga merupakan peristiwa yang tidak hanya menimbulkan kerusakan fisik dan material, tetapi juga berdampak signifikan terhadap

kondisi psikologis masyarakat yang terdampak. Indonesia sebagai negara dengan tingkat kerawanan bencana yang tinggi setiap tahunnya menghadapi berbagai kejadian hidrometeorologi, termasuk banjir dan banjir bandang (Shalahuddin et al., 2019).

Banjir bandang adalah kejadian banjir yang singkat dalam waktu sekitar 6 jam yang disebabkan oleh hujan lebat, bendungan jebol, tanggul jebol. Banjir bandang ini dikarakterisasikan dengan cepatnya kenaikan muka air Sungai atau saluran. Dalam proses kejadian banjir bandang, longsor adalah pertama terjadinya dipicu oleh hujan, selanjutnya banjir bandang merupakan kejadian berikutnya kelanjutan dari kejadian longsor (Adi & Thamrin, 2013).

Menurut Utama & Naumar (2015) Banjir bandang adalah aliran massa sedimen (pasir, kerikil, batu dan air) dalam satu unit dengan kecepatan tinggi. Terjadi karena keseimbangan statik antara gaya geser yang ditimbulkan oleh aliran lebih besar dari gaya geser massa sedimen yang menahan. Karena massa yang mengalir ini mempunyai percepatan maka ketinggian dan kecepatannya akan selalu bertambah, dan pada tingkat batas tertentu keadaan menjadi tidak stabil sehingga massa sedimen terangkat dengan cepat yang menimbulkan banjir bandang.

Provinsi Sumatera Barat termasuk wilayah yang memiliki risiko tinggi terhadap bencana banjir bandang, termasuk di Kota Padang. Salah satu wilayah terdampak adalah Kelurahan Balai Gadang. Peristiwa banjir bandang yang terjadi di wilayah tersebut menyebabkan kerusakan pemukiman warga serta gangguan aktivitas masyarakat. Adapun data Laksono Mahyedi yusuf

(2025) pada Kompas menyampaikan korban yang meninggal dunia sebanyak 12 orang serta warga terdampak sekitar 12.000 jiwa yang terjadi pada tanggal 27 November 2025.

Badan Nasional Penanggulangan Bencana dalam laporan *Data Informasi Bencana Indonesia* (2023) mencatat bahwa banjir termasuk jenis bencana dengan frekuensi kejadian tertinggi secara nasional. Kondisi ini menunjukkan bahwa risiko dampak psikologis akibat bencana menjadi persoalan yang perlu mendapatkan perhatian serius, terutama bagi kelompok rentan seperti anak-anak. Berdasarkan informasi dari Badan Penanggulangan Bencana Daerah Kota Padang, kejadian tersebut berdampak pada sejumlah keluarga, termasuk anak-anak yang mengalami langsung situasi darurat tersebut.

Anak yang mengalami langsung peristiwa banjir bandang berpotensi mengalami ketakutan terhadap suara hujan deras, kecemasan ketika melihat genangan air, hingga gangguan tidur akibat mengingat kembali peristiwa tersebut. Kondisi ini menunjukkan bahwa bencana memiliki implikasi psikologis jangka pendek maupun jangka panjang. Oleh karena itu, penanganan pasca bencana perlu memperhatikan aspek psikososial selain aspek fisik (Wuaten, 2020).

Trauma pada anak memiliki karakteristik khusus. Anak seringkali tidak mampu mengungkapkan pengalaman traumatis secara verbal karena keterbatasan kemampuan bahasa emosional. Ketakutan dan kecemasan yang dirasakan lebih sering diekspresikan melalui perilaku atau simbol. Oleh karena itu, penanganan trauma anak tidak dapat disamakan dengan penanganan pada

orang dewasa. Diperlukan pendekatan yang sesuai dengan dunia anak dan memungkinkan mereka mengekspresikan emosi secara aman (Niman et al., 2022).

Salah satu pendekatan yang relevan dalam penanganan trauma anak yaitu *art therapy*. *Art therapy* merupakan pendekatan terapeutik yang menggunakan proses kreatif seni sebagai sarana untuk membantu individu mengekspresikan dan memproses pengalaman emosional. Melalui aktivitas menggambar, mewarnai, atau bentuk ekspresi visual lainnya, anak dapat mengeksternalisasi pengalaman traumatis dalam bentuk simbolik. Proses ini membantu mengurangi tekanan emosional serta memberikan rasa kontrol terhadap pengalaman yang sebelumnya terasa menakutkan (Hidayati, 2023).

*Art therapy* didasarkan pada asumsi bahwa ekspresi kreatif dapat menjadi media komunikasi non-verbal yang efektif, terutama bagi anak-anak yang kesulitan mengungkapkan perasaan secara langsung. Dalam konteks pasca bencana, kegiatan menggambar dapat membantu anak menggambarkan kembali pengalaman yang dialami, sehingga memfasilitasi proses pemaknaan dan pengolahan emosi secara bertahap. Adapun tahap-tahap *art therapy* menurut Fitria (2026) yaitu tahap kontak (*contact*), tahap organisasi (*organization*), tahap proses melukis (*improvisation*), tahap pengungkapan tema (*central theme*), tahap variasi (*elaboration*) dan tahap kelestarian (*preservation*).

Dalam Islam bencana merupakan suatu ketentuan yang telah ditetapkan oleh Allah SWT, yang mana dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 155-156

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٥﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُّصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٦﴾

Artinya : "Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan sampaikanlah kabar gembira kepada orang-orang yang sabar" "(yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka berkata "Innā lillāhi wa innā ilaihi rāji'ūn" (sesungguhnya kami milik Allah dan kepada-Nyalah kami kembali)." (Qs. Al-Baqarah 155-156 (Qur'an. com)

Adapun tafsir Al-Madinah Al-Munawwarah atau Markaz Ta'dzhim al-Qur'an di bawah pengawasan Syaikh Prof. Dr. Imad Zuhair Hafidz, professor fakultas al-Qur'an Univ Islam Madinah bahawasannya Allah bersumpah kepada orang-orang beriman bahwa Dia akan menguji mereka dengan beberapa jenis cobaan seperti rasa takut dari musuh, kelaparan, kehilangan harta benda, kehilangan orang-orang yang dicintai, dan kekurangan buah-buahan. Hai Rasulullah, berilah kabar gembira bagi orang-orang yang bersabar atas cobaan tersebut dengan surga. Kemudian Allah menyifati orang-orang yang sabar bahwa saat mereka mendapatkan musibah mereka akan mengingat Allah dengan mengatakan: Kami adalah hamba-hamba Allah, Dia berbuat atas kami sesuai kehendak-Nya, dan kami akan dibangkitkan pada hari pembalasan (*Tafsirweb*)

Berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan sebelumnya mengenai penanganan trauma pada anak melalui *art therapy*, maka diperlukan kajian

terhadap penelitian terdahulu yang relevan. Penelitian relevan ini bertujuan untuk melihat hasil penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penggunaan *art therapy* dalam membantu mengurangi trauma pada anak. Adapun penelitian yang relevan yaitu Penelitian yang dilakukan oleh Yulia Puspita Sari dkk. (2022) dalam artikel berjudul “*Edukasi Manajemen Kecemasan dengan Teknik Art Therapy di Desa Paku Alam RT 02 Kabupaten Banjar*” menunjukkan bahwa *art therapy* memiliki dampak positif terhadap penurunan kecemasan masyarakat pasca bencana banjir. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *art therapy* dapat membantu individu mengekspresikan perasaan takut, cemas, dan tekanan emosional secara non-verbal, sehingga berkontribusi terhadap perbaikan kondisi psikologis pasca bencana. Penelitian ini merekomendasikan *art therapy* sebagai salah satu bentuk intervensi manajemen stres dan dukungan kesehatan jiwa bagi masyarakat terdampak banjir (Sari Yulia Puspita, 2022).

Sejalan dengan dalam artikel penelitian yang dilakukan oleh Fitri Aulia (2019) dalam artikel berjudul “*Art Therapy Bencana sebagai Upaya Penanganan Trauma Anak Pasca Gempa Lombok*” menunjukkan bahwa penerapan *art therapy* memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis anak korban gempa. Berdasarkan hasil *assessment* awal, ditemukan bahwa anak-anak mengalami perasaan takut, penurunan mentalitas, kesulitan mengikuti proses belajar, serta tingkat trauma yang cukup tinggi. Setelah pelaksanaan kegiatan *art therapy*, hasil evaluasi menunjukkan bahwa anak-anak menjadi lebih tenang, mampu

mengekspresikan emosi yang sebelumnya terpendam, serta mulai dapat menerima kenyataan atas peristiwa gempa yang dialami. Selain itu, anak-anak secara perlahan mampu kembali bermain dan bercerita tanpa rasa takut berlebihan (Aulia & Hamzanwadi, 2019).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan pada tanggal 3 Maret 2022 di Balai Gadang, di mana masih banyaknya anak-anak yang mengalami trauma yang disebabkan oleh banjir bandang yang melanda kawasan tersebut. Anak-anak yang menjadi korban terkait bencana tersebut tidak hanya sekedar luka fisik namun secara psikologis juga terdampak. Setiap turun hujan dan angin kencang anak-anak merasa ketakutan dan cemas karena mereka mengira akan terjadi banjir bandang kembali. Adapun bantuan yang datang bukan hanya kebutuhan pangan saja akan tetapi banyak relawan yang memberikan bantuan agar bisa membantu anak dalam mengurangi kecemasan dan trauma yang dialaminya. Adapun yang diberikan relawan berupa terapi bermain, menanam umbi-umbian, *ice breaking*, dan *art therapy* (terapi seni). Pemberian *art therapy* ini dilakukan oleh relawan kepada anak-anak sebanyak 24 anak dengan tujuan agar trauma yang dialami oleh anak bisa berkurang. Terkhusus terapi seni (*art therapy*) para terapis meminta anak untuk mencoret bebas terhadap apa yang mereka rasakan agar anak bisa mencurahkan perasaan cemas khawatir maupun takut yang sedang dialaminya.

Dari penjelasan di atas, terlihat bahwa *art therapy* cukup membantu anak-anak untuk meluapkan perasaan takut, cemas, maupun trauma yang

mereka rasakan setelah bencana banjir bandang, misalnya lewat kegiatan mencoret atau menggambar bebas. Akan tetapi, saat peneliti melakukan observasi awal di Balai Gadang, ternyata masih ditemukan anak-anak yang belum sepenuhnya pulih dari trauma tersebut. Mereka masih merasa takut dan cemas setiap kali hujan turun atau angin bertiup kencang, seolah khawatir banjir bandang akan terjadi lagi. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian *art therapy* yang sudah dilakukan belum sepenuhnya berhasil mengurangi trauma pada anak. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut bagaimana tahapan-tahapan *art therapy* dijalankan dalam membantu mengurangi trauma pada anak korban bencana banjir bandang di Balai Gadang.

Berdasarkan fenomena dan observasi yang dilakukan maka peneliti tertarik untuk meneliti mengenai **"Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *Art Therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang"**.

## **B. Rumusan dan Batasan Masalah**

### **1. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dijelaskan diatas maka rumusan masalah penelitian diajukan adalah "Bagaimana Upaya Penanganan Trauma pada Anak melalui *art therapy* Pasca Banjir Bandang di Balai Gadang?"

## 2. Batasan Masalah

Adapun untuk mempermudah cakupan penelitian, maka peneliti membatasi cakupan permasalahan yang ada di dalam pembahasan sebagai berikut:

- a. Upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap kontak (*contact*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- b. Upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap organisasi (*organization*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- c. Upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap proses melukis (*improvisation*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- d. Upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap tema (*central theme*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- e. Upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap kelestarian (*preservation*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.

## C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan batasan masalah yang ada, maka dapat di rumuskan karya penelitian dengan tujuan sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap kontak (*contact*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.

- b. Untuk mengetahui upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap organisasi (*organization*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- c. Untuk mengetahui upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap proses melukis (*improvisation*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- d. Untuk mengetahui upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap tema (*central theme*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.
- e. Untuk mengetahui upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* tahap kelestarian (*preservation*) pasca banjir bandang di Balai Gadang.

## 2. Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian merupakan dampak dari tercapainya tujuan, serta untuk menjelaskan kegunaan dari penelitian yang dilakukan peneliti. Kegunaan dari penelitian ini yaitu:

- a. Secara Akademis, untuk memenuhi syarat bagi penulis untuk menyelesaikan studi di perguruan tinggi Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang pada Program Studi Bimbingan Konseling Islam Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
- b. Secara teoritis, sebagai upaya untuk mendapatkan pengetahuan dan wawasan tentang upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* pasca banjir bandang di Balai Gadang.

- c. Secara praktis, adapun hasil penelitian ini dapat memberikan pengalaman serta wawasan bagi penulis khususnya dan umumnya kepada pembaca terkait dengan upaya penanganan trauma pada anak melalui *art therapy* pasca banjir bandang di Balai Gadang.

#### **D. Defenisi Operasional**

Supaya tidak terjadi kesalahpahaman terkait kata-kata yang ada dalam judul maka peneliti menjelaskan kata-kata yang terdapat dalam judul:

**Trauma** : Trauma merupakan respon psikologis yang muncul setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa yang mengancam keselamatan atau kesejahteraan dirinya. Pada anak, trauma sering kali diekspresikan melalui perubahan perilaku atau ekspresi emosional yang tidak mudah diungkapkan secara verbal, sehingga memerlukan pendekatan yang tepat untuk penanganannya, khususnya dalam konteks pasca bencana alam (Efendi Suradi, 2025).

**Art Therapy** : *Art therapy* secara umum didefinisikan sebagai pendekatan terapeutik yang memanfaatkan proses kreatif seni (menggambar, melukis, bentuk lainnya) sebagai alat bagi individu untuk mengekspresikan dan memproses pengalaman emosional yang tidak mudah diungkapkan secara verbal. *Art therapy* berfokus pada proses kreatif, bukan hanya hasil gambar (Asyifa et al., 2021).

Anak : Anak merupakan ciptaan Allah SWT yang senantiasa berinteraksi dengan lingkungan masyarakat. Anak diposisikan sebagai kelompok sosial yang lebih rendah dari masyarakat di lingkungan tempatnya berinteraksi (Amri, 2024).

Banjir Bandang : Banjir bandang adalah peristiwa meluapnya air secara tiba-tiba dengan arus yang sangat deras dari daerah hulu ke wilayah yang lebih rendah, yang biasanya disertai dengan material seperti tanah, batu, kayu, dan lumpur sehingga menyebabkan kerusakan yang cukup parah. Bencana ini umumnya terjadi akibat curah hujan tinggi dalam waktu singkat, kerusakan daerah resapan air, serta kondisi geografis yang curam (Hendri Yupi, 2016).

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa trauma pada anak merupakan respons psikologis akibat pengalaman peristiwa yang mengancam, seperti banjir bandang, yang dapat ditandai dengan rasa takut, cemas, dan perubahan perilaku. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah melalui art therapy, yaitu kegiatan terapi berbasis seni yang memberikan ruang bagi anak untuk mengekspresikan perasaan dan pengalaman emosionalnya melalui media gambar. Dengan demikian, art therapy dapat menjadi sarana penanganan trauma yang membantu anak mengurangi beban emosional serta mendukung pemulihan kondisi psikologisnya pasca bencana.

### **E. Sistematika Penulisan**

Untuk mempermudah peneliti dalam penulisan yang dilakukan, maka dengan itu peneliti Menyusun dalam sistematika pembahasan menjadi tiga bab, sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, Batasan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II : Landasan teoritis terdiri dari beberapa teori yang mencakup pengertian

BAB III : Merupakan bagian dari metode penelitian yang meliputi: jenis penelitian, Lokasi penelitian, informan penelitian, Teknik pengumpulan data dan Teknik analisis data.

BAB IV : Hasil penelitian yang memuat hasil penelitian membahas tentang upaya penanganan trauma pada anak melalui art therapy pasca banjir bandang di balai gadang dan implikasi hasil penelitian dengan keilmuan bimbingan konseling islam.

BAB V : Bagian dari kesimpulan dan saran