

# **Bimbingan sebagai layanan psikologis bagi Anak yang mengalami trauma healing\*)**

Oleh

**Edi Purwanta**

## **A. Pendahuluan**

Bencana apapun yang terjadi di suatu tempat mesti menyisakan luka yang mendalam bagi mereka yang terkena, tidak terhindarkan bagi mereka yang mengalami bencana letusan gunung berapi. Kejadian letusan gunung Merapi yang hebat pada bulan Mei 2006 sampai sekarang masih menyisakan trauma bagi warga di sekitarnya. Anak berkebutuhan khusus yang ada di sekitar gunung Merapi merupakan bagian dari mereka yang mengalami kejadian tersebut.

Bagi mereka kejadian letusan merupakan pengalaman pertama yang menyengsarakan dan tidak mungkin terlupakan selama hidupnya. Pengalaman mengerikan tersebut dapat berupa ketakutan yang berlebihan, kehilangan orang yang paling dicintai (teman, keluarga, tetangga), dan ketidakpastian hidup. Kondisi ini menuntut kita untuk memberikan layanan psikologis yang sesuai. Salah satu layanan tersebut adalah bimbingan dan konseling.

## **B. Model layanan bimbingan**

Berbagai model layanan bimbingan telah dikonstruksikan untuk membantu mereka, tetapi model yang sesuai sangat tergantung pada masalah dan kondisi lingkungan pendukungnya (keluarga utamanya orangtua, significant' others yang membantu mereka). Salah satu model umum adalah *Sequentially Planned Integrative Counseling for Children* (Model SPICC). Model ini merupakan model integratif yang telah memperoleh dukungan riset sejak tahun 1995 (Geldard dan Geldard, 2010). Secara skuential model tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:

---

*\*) makalah disampaikan pada Diklat Pendampingan Anak Berkebutuhan*

*Khusus Korban Erupsi Merapi 5 November 2010*



Model SPICC ini bila digambarkan dalam tabel sebagai berikut:

<b>Sequentially Planned Integratif Counseling for Children (SPICC)</b>			
<b>Fase</b>	<b>Proses yang dibutuhkan</b>	<b>Pendekatan</b>	<b>Metode/strategi</b>
Fase 1	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anak bergabung dengan konselor</li> <li>• Anak mulai menceritakan kisah mereka</li> </ul>	Konseling berbasis klien	Berbagi cerita akan membantu anak-anak mulai merasa lebih baik
Fase 2	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anak melanjutkan kisah mereka</li> <li>• Kesadaran anak terhadap masalah mulai meningkat</li> <li>• Anak-anak mulai berhubungan dengan emosi dan mungkin mengalami perasaan terharu</li> <li>• Anak-anak akan membelokkan pembicaraan dan menunjukkan resistensi</li> </ul>	Terapi gestalt	Memunculkan kesadaran anak-anak membuat anak-anak mampu mengenali masalah secara jelas, berhubungan dengan emosi dan melepaskan emosi tersebut
Fase 3	Anak-anak mengembangkan perspektif atau pandangan yang berbeda terhadap dirinya	Terapi naratif	Merekonstruksi dan menebalkan kisah yang lebih dimasalahkan anak-anak dan memperkuat perspektif mereka

Fase 4	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anak-anak berhubungan dengan keyakinan yang merusak diri</li> <li>• Anak-anak mencari opsi dan pilihan</li> </ul>	Terapi perilaku kognitif	Proses menantang pikiran yang tidak membantu menghasilkan perubahan sikap
Fase 5	Anak-anak berlatih merasakan dan mengevaluasi sikapnya yang baru	Terapi perilaku	Merasakan sikap baru dan menghasilkan penguatan pada sikap adaptif

### **C. Personal yang terlibat dalam bimbingan**

Bimbingan yang baik harus dikelola secara tim. Tim yang terlibat dalam bimbingan adalah

1. Konselor (terapis)
2. Guru
3. Orangtua atau significant' others' yang dekat dengan anak
4. Pembantu terapis atau petugas lain
5. Anak itu sendiri

Masing-masing petugas harus bertanggung jawab dalam kerja tim dan saling memberikan masukan demi perkembangan anak

### **D. Hal-hal yang diperhatikan dalam pelaksanaan bimbingan**

Beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan bimbingan pada anak adalah:

1. Bimbingan dan konseling anak-anak akan lebih mudah dan lebih efektif dilakukan dalam ruangan yang dirancang khusus untuk tujuan tersebut.
2. Anak-anak dapat diberi konseling dalam lingkup yang fasilitas khusus untuk konseling tidak tersedia.
3. Merupakan sebuah keuntungan jika ruangan terapi permainan (drama) memiliki wastafel atau area basah untuk permainan yang kotor.

4. Ruangan dilengkapi dengan cermin dan kamera untuk memberikan balikan dalam diskusi.
5. Bila ada aktivitas merekam harus seizin anak.
6. Idealnya ruang terapi permainan dilengkapi dengan mainan, perabotan. Media, peralatan, dan material termasuk buku.
7. Media tersebut seyogyanya sudah terswedia di ruang sehingga mengurangi mobilitas anak.

#### **E. Beberapa media yang diperlukan dalam layanan terapi bermain**

Beberapa media yang digunakan dalam membantu anak untuk mengatasi trauma adalah:

1. Buku/cerita
2. Tanah liat, plastisin
3. Konstruksi, gambar
4. Melukis
5. Permainan (games)
6. Perjalanan imajinatif
7. Permainan imajinatif
8. Bak pasir, boneka, miniatur.

#### **Rujukan:**

- Geldard, Kathryn, Geldard, David. 2011. **Konseling Anak-anak, Panduan praktis**. edisi ketiga (Bahasa Indonesia). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Worzbyl, John C., O'Rourke, Kathleen, dan Dandeneau, Claire. 2003. **Elementary School Counseling**, Second Ed. New York: Brunner-Routledge