

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini akan dibahas tentang hasil penelitian dan pembahasan dengan judul identifikasi penerapan bimbingan konseling untuk mencegah PTSD pada anak pasca gempa di pondok pesantren al ikhlas Taliwang Sumbawa Barat NTB dengan jumlah sampel 2 orang yang diambil dari santri yang mempunyai gejala PTSD sebelumnya.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di pondok pesantren Al-Ikhlash Taliwang Sumbawa Barat NTB. Yang dimana pondok pesantren ini dibagi menjadi dua kampus yaitu kampus putra dan kampus putri. Dalam pendidikan dan pengajaran kampus ini menggunakan system Cambridge yang dimana seluruh pengajaran menggunakan bahasa arab dan bahasa inggris.

Dalam keseharian santri dan santriah mempunyai kegiatan yang sangat padat dengan agenda yang telah terjadwalkan mulai dari kegiatan harian, mingguan, bulanan, dan bahkan tahunan sehingga kegiatan yang ada harus dilaksanakan dengan menyesuaikan dengan kondisi yang ada. Kegiatan ini sendiri dibagi menjadi dua bagian yaitu kegiatan didalam kelas yang dimulai pukul 07.00 samapai dengan pukul 15.25 dan selebihnya waktu yang digunakan untuk ekstrakurikuler atau program mengajar pelajaran sore. Santri dipondok pesantren ini dikoordinir langsung oleh ustadz dan ustadzah dalam melakukan kegiatan sehingga dapat terkontrol selama 24 jam penuh.

4.1.2 Karakteristik Responden

a. Karakteristik Responden 1

Responden yang pertama yaitu An. E jenis kelamin laki-laki berusia 14 tahun kelas VIII di pondok pesantren al-ikhlas Taliwang bertempat tinggal di kota Taliwang. Saat dilakukan pengkajian kepada An. E, responden mengatakan bahwaannya sering ketakutan pada saat mendengar suara-suara yang keras apalagi suara itu datang dengan tiba-tiba sehingga responden beranggapan bahwasannya itu adalah gempa. Responden juga mengatakan setelah terjadi gempa lebih sering waspada terutama di malam hari ketika waktu tidur karena beranggapan sewaktu-waktu gempa bisa terjadi, dan responden berusaha untuk menghindari kejadian yang bisa menimbulkan hal-hal yang terkait tersebut. Pada saat gempa terjadi responden diberikan penanganan langsung oleh pengasuh pondok pesantren berupa nasihat untuk meminimalisir trauma responden sampai orangtua responden menjemput untukizinkan dibawa pulang sampai jangka waktu tiga minggu.

b. Karakteristik Responden 2

Responden yang kedua yaitu An. R jenis kelamin laki-laki berusia 14 tahun kelas VIII di pondok pesantren al-ikhlas Taliwang, bertempat tinggal diluar kota Taliwang. Saat dilakukan pengkajian kepada An. R, responden mengatakan bahwasannya setelah kejadian gempa responden tiba-tiba bertindak atau merasa seolah-olah kejadian itu akan terulang kembali dan responden juga memikirkan orang tua dan keluarganya dirumah sampai terkadang tidak bisa tidur karena khawatir, responden juga mengatakan sering menghindari tempat yang bisa menimbulkan suara-suara keras seperti sekitar bel kampus dan bangunan-

bangunan yang sedang direnovasi dan semenjak itu juga responden sering gelisah dan mudah kaget. Sama halnya dengan responden yang pertama Pada saat gempa terjadi responden diberikan penanganan langsung oleh pengasuh pondok pesantren berupa nasihat untuk meminimalisir trauma responden sampai orangtua responden menjemput untuk dizinkan dibawa pulang samapai jangka waktu tiga minggu.

4.1.3 Gejala PTSD Pada Anak Sebelum Mengikuti Bimbingan Konseling di Pondok Pesantren Al Ikhlas Sumbawa Barat.

Tabel 4.1 Gejala PTSD Pada Anak Sebelum Mengikuti Bimbingan Konseling Di Pondok Pesantren Al-Ikhlas Taliwang Sumbawa Barat Pada Tanggal 26 Agustus 2019

Responden	Hasil	Keterangan
1	Sedang	<p>Subyektif :</p> <p>Responden mengatakan bahwaannya sering ketakutan pada saat mendengar suara-suara yang keras apalagi suara itu datang dengan tiba-tiba sehingga responden berenggapan bahwasannya itu adalah gempa. Responden juga mengatakan setelah terjadi gempa lebih sering waspada terutama dimalam hari ketika waktu tidur karena beranggapan sewaktu-waktu gempa bisa terjadi, dan responden berusaha untuk menghindari kejadian yang bisa menimbulkan hal-hal yang terkait.</p> <p>Obyektif :</p> <p>Responden terlihat gelisah.</p>
2	Sedang	<p>Subyektif :</p> <p>Responden mengatakan bahwasannya setelah kejadian</p>

		<p>gempa responden selalu merasa seolah-olah kejadian itu akan terulang kembali dan responden juga memikirkan orang tua dan keluarganya dirumah sampai terkadang tidak bisa tidur karena khawatir, responden juga mengatakan sering menghindari tempat yang bisa menimbulkan suara-suara kerasa seperti sekitar bel kampus dan bangunan-bangunan yang sedang direnovasi</p> <p>Obyektif :</p> <p>Responden terlihat gelisah dan mudah kaget.</p>
--	--	--

Berdasarkan table 4.1 menunjukkan bahwa dari kedua responden didapatkan sebelum mengikuti terapi bimbingan konseling responden keduanya mempunyai tanda dan gejala PTSD kategori sedang.

4.1.4 Pelaksanaan Bimbingan Konseling Di Pondok Pesantren Al-Ikhlas Sumbawa Barat.

Pada tahap awal, konselor berusaha membangun hubungan saling percaya antara konselor dan klien dengan cara memperkenalkan diri, mengucapkan salam kepada klien dan menjelaskan tentang pengertian kegiatan, tujuan, manfaat serta tahapan dari kegiatan bimbingan konseling tersebut, Kemudian konselor meperjelas dan mendefinisikan masalah trauma yang sedang dialami saat ini mulai dari dampak yang diakibatkan bencana sampai dengan kemungkinan adanya gempa susulan. Setelah menjelaskan seluruh yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi konselor mengajak untuk membuat suatu kegiatan yaitu berupa pentas atau drama kontes yang nanti akan diberikan reward bagi peserta

terbaik, dan setelah klien setuju dilakukannya kegiatan tersebut maka konselor langsung melakukan kontrak waktu untuk pelaksanaannya.

Pada tahap pertengahan, konselor mengidentifikasi trauma yang dialami klien saat melakukan kegiatan dengan cara menanyakan langsung perasaan yang dirasakan oleh klien saat itu, setelah ditemukannya adanya masalah pada klien yang dimana masalah tersebut menyangkut kekhawatirannya terhadap orang tua dan keluarganya dirumah konselor memberikan masukan dan arahan bahwa klien harus tetap berpikiran positif dan selalu mendoakan yang terbaik bagi keluarganya.

Pada tahap akhir, konselor menanyakan kembali kepada klien tentang perasaan yang dirasakan setelah melakukan proses kegiatan tersebut serta mengamati adanya perubahan perilaku klien yang sebelumnya terlihat cemas dan gelisah hingga berubah menjadi kegembiraan setelah dilakukannya kegiatan tersebut walaupun terkadang klien masih memikirkan orang tua dan keluarganya dirumah oleh karena itu konselor memberikan dan menentukan program selanjutnya yaitu *public speaking contest* yang bertemakan syukur dan sabar dalam menghadapi permasalahan, yang bertujuan klien lebih mengetahui keadaan yang dialaminya dan sikap yang harus dilakukan pada saat munculnya suatu masalah tanpa harus ada yang dirugikan satu sama lain. Dan peserta atau klien terlihat antusias dan senang terhadap kegiatan yang diberikan oleh konselor.

4.1.5 Gejala PTSD Pada Anak Sudah Mengikuti Bimbingan Konseling di Pondok Pesantren Al Ikhlas Sumbawa Barat.

Tabel 4.2 Gejala PTSD Pada Anak Setelah Mengikuti Bimbingan Konseling Di Pondok Pesantren Al-Ikhlas Taliwang Sumbawa Barat 30 Agustus 2019

Responden	Hasil	Keterangan
1	Ringan	<p>Subyektif :</p> <p>Responden mengatakan merasa lebih tenang dan sudah bisa mengikuti kegiatan di pondok dengan baik seperti sediakala</p> <p>Obyektif :</p> <p>Responden terlihat lebih ceria dari sebelumnya.</p>
2	Sedang	<p>Subyektif :</p> <p>Responden mengatakan masih sering memikirkan orang tua dan keluarganya dirumah sampai terkadang tidak bisa tidur karena khawatir, responden juga mengatakan maaih sering menghindari bangunan-bangunan yang sedang direnovasi</p> <p>Obyektif :</p> <p>Responden terlihat masih gelisah dan mudah kaget.</p>

Berdasarkan table 4.2 menunjukkan bahwa dari kedua responden didapatkan setelah mengikuti terapi bimbingan konseling responden peetama mempunyai tanda dan gejala PTSD kategori ringan sedangkan responden yang kedua dikategorikan sedang. .

4.2 Pembahasan

4.2.1 Mengidentifikasi Gejala PTSD Pada Anak Sebelum Mengikuti Bimbingan Konseling di Pondok Pesantren Al Ikhlas Sumbawa Barat.

Berdasarkan table 4.1 diatas menunjukkan bahwa dari kedua responden didapatkan keduanya mempunyai tanda dan gejala PTSD yang dikategorikan sedang, hal ini dikarenakan pada saat gempa bumi terjadi ketakutan yang dialami oleh kedua responden sangat berat yang dimana ketika itu dampak yang telah diakibatkan oleh gempa itu sendiri merusak bangunan-bangunan yang memberikan luka secara fisik pada korban disekitar dan hal ini menjadi salah satu penyebab meningkatnya stressor sehingga menimbulkan respon yang objektif yang nantinya terjadi secara berkelanjutan atau trauma jangka panjang (PTSD) (Nurtanty, 2009).

Melalui respon tersebut Pengasuh pondok pesantren memberikan penanganan secara khusus dengan cara diberikan nasehat oleh wali kelasnya dan bekerja sama dengan pihak pemerintah Kabupaten Sumbawa Barat yang ditugaskan sebagai relawan dalam pemberian terapi awal saat gempa dan memperbolehkan responden untuk pulang dengan jangka waktu 3 minggu sehingga dalam hal ini dapat dikatakan sebagai tindakan awal dalam meminimalisir stress yang berkepanjangan atau meminimalisir terjadinya PTSD tindakan tersebut disebut dengan tindakan *Psychological First Aid* (PFI).

Melalui tindakan awal itulah dapat memberikan pengaruh yang signifikan yang sebelumnya kedua responden merasa sangat ketakutan dan cemas hingga

pada saat ini dapat menurun walaupun masih dikategorikan sedang. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Rosada (2017), bahwasannya pada saat terjadinya bencana keadaan psikologis anak akan mengalami stress dan bahkan terjadi secara berkepanjangan maka dalam menanganinya sangat perlulah untuk memberikan penanganan awal atau *Psychological First Aid*.

Penanganan awal yang telah diberikan oleh pihak pengasuhan yang bekerja sama dengan pemerintah tersebut tidak cukup pada saat itu saja karena pada saat santri kembali dari rumahnya untuk melanjutkan studi di pondok pesantren tersebut masih memiliki ketakutan dan rasa cemas yang berlebihan terhadap dampak dari bencana alam tersebut.

Oleh karena itu perlu kiranya untuk diberikan penanganan secara langsung kepada responden yaitu melalui bimbingan konseling traumatic pasca bencana agar trauma yang dialami klien tidak berlangsung sampai dengan dikategorikan memiliki gejala PTSD berat, tentunya kegiatan yang diberikan pada saat bimbingan konseling harus sesuai dengan permasalahan yang dialami oleh responden tersebut.

4.2.2 Mengidentifikasi Pelaksanaan Bimbingan Konseling Di Pondok Pesantren Al-Ikhlas Sumbawa Barat

Berdasarkan dari hasil observasi yang telah dilakukan terhadap bimbingan konseling yang telah dilakukan oleh konselor, didapatkan bahwa sebagian besar konseling traumatic telah diterapkan berdasarkan SOP bimbingan konseling yang

ada di pondok pesantren tersebut dan klien terlihat antusias dalam melakukan kegiatan yang diberikan oleh konselor. Menurut Rosada (2017) Proses konseling traumatik terlaksana karena hubungan konseling berjalan dengan baik yang tengah berlangsung dan memberi makna bagi klien yang mengalami trauma dan memberi makna pula bagi konselor yang membantu mengatasi trauma kliennya tersebut.

Adapun tahapan dari bimbingan konseling yaitu; Tahap awal konseling. Tahap awal ini terjadi sejak klien bertemu dengan konselor hingga berjalan proses konseling dan menemukan definisi masalah serta menentukan tindakan untuk trauma klien. Tahap pertengahan konseling. Berdasarkan kejelasan trauma klien yang disepakati pada tahap awal, kegiatan selanjutnya adalah mengkonfrontasikan pada: 1) penjelajahan trauma yang dialami klien melalui pelaksanaan kegiatan yang telah disepakati pada tahap awal, 2) bantuan apa yang akan diberikan berdasarkan penilaian kembali apa-apa yang telah dijelajahi tentang trauma klien. dan yang terakhir yaitu Tahap Akhir Konseling, Cavanagh (1982), menyebut tahap ini dengan istilah termination. Pada tahap ini, konseling ditandai dengan beberapa hal berikut ini: (1) Menurunnya kecemasan klien, hal ini diketahui setelah konselor menanyakan keadaan kecemasannya, (2) Adanya perubahan perilaku klien ke arah yang lebih positif, sehat dan dinamik, (3) Adanya tujuan hidup yang jelas di masa yang akan datang dengan program yang jelas pula, (4) Terjadinya perubahan sikap yang positif terhadap masalah yang dialaminya, dapat mengoreksi diri dan meniadakan sikap yang suka menyalahkan dunia luar seperti orang tua, teman dan keadaan yang tidak menguntungkan (Rosada, 2017)

Kegiatan bimbingan konseling dipondok pesantren mendukung terhadap berbagai proses tahapan bimbingan konseling traumatic tersebut mulai dari sarana dan prasaran maupun sumberdaya manusia yang ada seperti halnya yang sudah dijelaskan sebelumnya bahwasannya bimbingan konseling akan lebih efektif jika dilakukan secara bersamaan dan dilakukan dengan suatu kegiatan yang terorganisir (Sondang Irene dalam Hatta, 2016). Hal itu dikuatkan oleh teori Santoso (2015) yang menyebutkan bahwa kelompok teman anak sebaya yang sukses di mana ia dapat berinteraksi Individu akan merasakan adanya kebersamaan di dalam kelompok dan kesamaan satu dengan yang lainnya seperti di bidang usia, kebutuhan dan tujuan yang dapat memperkuat kelompok itu. Sehingga dengan adanya unsur kesamaan tersebut, siswa akan termotivasi oleh keberadaan teman yang lain dan berusaha untuk menjadi sama atau setara dengan yang lain tersebut dengan melalui berbagai macam dukungan, saling berbagi pengalaman, berdiskusi dari hati-ke hati untuk membahas persoalan-persoalan yang muncul pada diri mereka..

Disamping itu dalam hubungan saling percaya antara konselor dengan klien dapat dilakukan dengan mudah karena dalam hal ini yang berperan sebagai konselor adalah guru ataupun ustadznya sendiri yang dimana santri lebih menghormatinya karena mereka merupakan pengganti orang tuanya di kawasan pondok pesantren tersebut. Hanya saja ketika pengkajian konselor tidak menanyakan secara menyeluruh tentang keluhan yang dikeluhkan klien dan apa yang telah mereka lakukan dalam mengatasi keluhannya selama ini sehingga ketika di akhir konseling konselor tidak Memastikan klien dapat mengoreksi diri

dan selalu berfikir positif tanpa menyalahkan keadaan sekitar. Dalam sebuah teori yang dikemukakan oleh Lawson (2011), sebelum diiberikannya kegiatan konselor melakukan pengkajian untuk mengathui informasi spesifik tentang kecemasan klien guna memahami latar belakang permasalahan yang dialami klien secara konprehensif dengan menanyakan kepada klien tentang kondisi atau peristiwa khusus yang memicu rasa takut tersebut. Teori lowsen juga didukung oleh toeri Rosada (2017) bahwasannya dalam menumbuhkan klien pasca trauma, konselor tidak hanya memiliki satu teknik dan strategi saja serta dapat mengkaji lebih dalam dan mengglobal agar dalam menghadapi dan menyikapi klien tepat sesuai dengan yang diharapkan.

Pada tahap selanjtnya konselor menentukan kegaitan yang diikuti oleh klien dan teman-temannya yang dimana kegiatan tersebut berupa Drama Kontes yang bertujuan untuk dapat memberikan kesenangan atau kegembiraan kepada klien sehingga rasa cemas dan takut akan peristiwa sebelumnya dapat teralihkan. Dalam sebuah teori yang dikemukakan oleh Prayitno (1999) terdapat 9 jenis kegiatan layanan konseling diantaranya adalah : 1) Layanan orientasi, 2) layanan Informasi 3) layanan penempatan dan penyaluran, 4) layanan penguasaan konten, 5) layanan konseling perorangan, 6) layanan bimbingan kelompok 7) layanan konseling kelompok, 8) layanan konsultasi dan 9) layanan mediasi. Dari Sembilan jenis layanan tersebut khusus untuk siswa yang mengalami trauma akibat gempa sangat tepat dilakukan konseling melalui terapi permainan kelompok. Karena melalui permainan akan melahirkan rasa senang, gembira, dan siswa bisa mengekspresikan dirinya sehingga ketakutan dan luka psikologis bisa

disembuhkan dengan baik. Pernyataan tersebut juga didukung oleh teori bermain menurut Docket (2006) yaitu bermain merupakan kegiatan spontan, tanpa beban, dan tanpa aturan yang mengikat. Ketika bermain anak bereksplorasi, menentukan sendiri hal yang sangat membanggakannya. Hal ini menjadi sarana yang sangat baik bagi anak untuk mengembangkan diri, baik perkembangan emosi, sosial, fisik maupun intelektualnya.

Dari teori di atas menunjukkan bahwasannya drama kontes merupakan salah satu terapi bermain yang dapat dilakukan dalam layanan konseling traumatic, menurut Zellawati (2011) terapi bermain drama yaitu dimana mereka memainkan permainan imajinasi yang menandakan kemajuan dalam perkembangan intelektual dan bahasa dimana anak-anak menggunakan situasi, tindakan dan bicara dari situasi kehidupan nyata kedalam bentuk baru dan berbeda. Dengan demikian akan terjadinya transfer situasi yang dialami yang semula ada dalam fantasi kemudian dipindahkan oleh anak dalam situasi realistik yang dihadapi sehingga dapat mengendalikan emosi dan tingkat kecemasan anak. Namun pada saat menentukan kegiatan konselor sebelumnya tidak mengetahui secara spesifik tentang manfaat dari drama tersebut hanya saja kegiatan mngguan pondok ketika itu ialah drama.

Pada responden yang kuedua masih dikategorikan sedang hal ini dikarenakan oleh kepribadian anak tersebut. Berdasarkan info yang diberikan oleh konselor yang dimana responden yang kedua sejak awal masuk ke pondok terkadang sering menangis memikirkan orang tuanya dan kurang berbaur dengan teman-temannya hal ini yang mendasari bahwasannya konseling yang telah

diberikan masih harus dilanjutkan menurut teori yang dikemukakan oleh Daryo (2017), bahwasannya konsep kepribadian diri anak dianggap baik apabila dia merasa sebagai pribadi yang hangat, mampu berinteraksi dengan baik dengan orang lain serta mempunyai empati terhadap orang lain, sebaliknya kepribadian diri anak yang negatif akan merasa tidak berminat dengan keberadaan orang lain, lebih tertutup dan susah dalam mengenal pribadi dirinya sendiri.

Maka dari itu sangat diperlukan teknik dan strategi yang relevan dalam menumbuhkan klien pasca trauma. Hal ini dikarenakan guru yang memberikan bimbingan konseling bukanlah orang yang berprofesi sebagai konselor yang profesional atau orang yang memiliki lisensi sehingga guru tidak mengetahui metode apa saja yang sekiranya cocok diberikan pada klien karena metode dalam membuat suatu kegiatan itu sendiri menentukan keberhasilan proses bimbingan konseling. Seperti yang dikemukakan oleh Rosada (2017), bahwa Metode-metode yang digunakan konselor dalam menangani klien berbeda, hal ini wajar karena setiap orang berbeda-beda dalam memahami orang lain. Dalam pendekatannya ada yang menggunakan pendekatan persuasif ada juga yang menggunakan pola intensif dan lain-lain. Dalam hal ini, kepiawaian seorang konselor ditunjukkan profesionalnya dalam menentukan keberhasilan konseling pada saat menghadapi konseli atau klien.

4.2.3 Mengidentifikasi Gejala PTSD Pada Dan Sesudah Mengikuti Bimbingan Konseling di Pondok Pesantren Al Ikhlas Sumbawa Barat

Berdasarkan table 4.2 diatas menunjukkan bahwa dari kedua responden didapatkan responden yang pertama mempunyai tanda dan gejala PTSD yang dikategorikan Ringan sedangkan pada responden yang kedua mempunyai gejala yang berbeda dengan responden yang pertama hal ini dikarenakan pada penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwasannya responden yang kedua selalu memikirkan keluarga dirumahnya karena takut akan terjadi gempa susulan mengingat gempa bisa terjadi kapan saja dan sampai dengan saat ini masih terkadang terjadi gempa susulan walaupun berskala kecil, dilihat juga dengan jarak rumahnya dengan pondok pesantren sangat jauh sehingga kesempatan untuk pulang dan dikunjungi oleh orang tuanya sedikit. Hal ini yang mendasari ketakutan yang dialami oleh responden yang kedua tersebut sehingga masih mempengaruhi proses pola pikirnya atau masih sering timbul pemikiran negative terhadap bencana alama yang dialaminya saat ini. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hatta (2016) bahwasannya pemikiran yang negative terhadap suatu kejadian yang dialaminya dapat menimbulkan kesusahan sehingga mengurangi kemampuan korbannya dalam menyesuaikan diri dan juga mengatasi stress.

Ditempat penelitian yang telah dilakukan mempunyai banyak sekali kegiatan yang terprogramkan sehingga pemikiran responden dapat dialihkan walaupun sepenuhnya tidak dapat teratasi tetapi hal ini menajdi suatu tahapan dalam meningkatkan kemampuan dan kepercayaan responden dalam menangani

masalah yang dihadapinya sehingga cenderung akan lebih berfikiran positif apalagi dipondok pesantren segala sesuatu dilakukan secara bersamaan sehingga memberikan dampak yang baik bagi responden, dalam suatu penelitian yang telah dilakukan pada korban bencana tsunami oleh Sondang Irene dalam Hatta (2016) bahwasannya dalam melakukan pemulihan trauma justru lebih efektif dilakukan secara kelompok.

Namun dalam pelaksanaan terapi yang telah diberikan oleh konselor ketika tahapan dalam bimbingan konseling masih belum terorganisir dengan baik mulai dari tahapan awal yang dimana konselor seharusnya lebih mengkaji secara mendalam masalah yang dialami pasien sehingga dapat menentukan kegiatan yang tepat sehingga dapat memberikan layanan konseling yang sesuai dengan tujuan dan manfaatnya dan klien dapat lebih berfikiran positif tentang apa yang menimpanya. Dalam teori oleh Rosada (2017) mengatakan perlu suatu tahapan yang terorganisir dalam mengembalikan kepercayaan dan pemikiran yang positif terhadap suatu kejadian yang dialami oleh seorang anak ataupun remaja karena tingkat kepekaan remaja dan anak-anak jauh lebih tinggi dibandingkan orang dewasa karena rasa ingin tahu yang tinggi terhadap suatu kejadian akan menimbulkan pola fikir yang ekstra.

Oleh karena itu perlu kiranya dalam memberikan konseling harus dilakukan sesuai tahapan yang benar dan sesuai sehingga tujuan awal diberikan konseling dapat terwujud.