



Peran media play therapy oleh relawan dalam pemulihan psikologis pada anak korban banjir di gampong lubok pusaka

Muhammad Fikri Murdana^{*)}, Jarnawi, Juli Andriyani
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh

Article Info

Article history:

Received Jan 12th, 2026
Revised Mar 20th, 2026
Accepted Apr 30th, 2026

Keyword:

Anak Korban Banjir
Kecemasan
Pemulihan Psikologis
Peran Relawan
Play Therapy

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran relawan dalam pemanfaatan play therapy serta dampaknya terhadap pemulihan psikologis anak korban banjir di Gampong Lubok Pusaka, Kecamatan Langkahan, Kabupaten Aceh Utara. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi terhadap relawan, anak-anak, serta orang tua. Analisis data dilakukan menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, sedangkan keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa relawan memiliki peran multidimensional sebagai fasilitator, pendamping psikologis, dan motivator dalam pelaksanaan play therapy. Kegiatan bermain yang dirancang secara terstruktur dan adaptif mampu menciptakan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan pengalaman traumatisnya. Dampak dari intervensi ini ditandai dengan menurunnya gejala kecemasan, meningkatnya stabilitas emosi, serta berkembangnya kembali kemampuan interaksi sosial anak. Anak yang sebelumnya menunjukkan perilaku menarik diri, ketakutan berlebih, dan kesulitan mengekspresikan emosi secara bertahap menjadi lebih ceria, komunikatif, dan mampu beradaptasi dengan lingkungan. Penelitian ini menegaskan bahwa play therapy merupakan pendekatan efektif dalam intervensi psikososial pascabencana serta memberikan kontribusi praktis dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling berbasis kebencanaan melalui optimalisasi peran relawan.



© 2026 The Authors. Published by UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
This is an open access article under the CC BY license
(<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0>)

Corresponding Author:

Muhammad Fikri Murdana,
Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh
Email: 220402036@student.ar-raniry.ac.id

Pendahuluan

Indonesia merupakan negara yang berada di wilayah tropis dan terletak di garis khatulistiwa, tepatnya antara 23,5 derajat Lintang Utara hingga 23,5 derajat Lintang Selatan. Kondisi geografis tersebut menjadikan Indonesia memiliki karakteristik iklim khas tropis, yaitu suhu udara relatif tinggi yang berkisar antara 20–23 derajat Celsius dan pada beberapa wilayah dapat mencapai 30 derajat Celsius, amplitudo suhu tahunan yang kecil namun amplitudo harian yang besar, tekanan udara yang rendah dengan perubahan yang relatif stabil, serta curah hujan yang tinggi dibandingkan dengan negara-negara lain di dunia.

Karakteristik iklim tersebut menyebabkan Indonesia mengalami dua musim utama, yaitu musim hujan dan musim kemarau. Namun demikian, intensitas curah hujan yang tinggi pada musim penghujan kerap

memicu terjadinya berbagai bencana alam, seperti banjir, tanah longsor, dan gempa bumi. Fenomena ini tidak hanya berdampak pada kerusakan fisik dan lingkungan, tetapi juga menimbulkan konsekuensi sosial dan psikologis yang signifikan bagi masyarakat terdampak. Salah satu peristiwa yang menonjol adalah bencana banjir hidrometeorologi yang melanda Provinsi Aceh pada akhir November 2025. Berdasarkan data resmi Balai Penanggulangan Bencana Aceh (BPBA), sepanjang tahun 2025 tercatat sebanyak 387 kejadian bencana di berbagai wilayah Aceh, dengan banjir sebagai salah satu kejadian yang paling dominan (Fitri Ramadha Imsaki, 2026).

Laporan dari Posko Penanganan Bencana Banjir dan Longsor menunjukkan bahwa bencana tersebut berdampak luas terhadap 18 kabupaten/kota, dengan jumlah korban mencapai 2.584.067 jiwa (670.826 KK), 561 korban meninggal dunia, serta 30 orang dilaporkan hilang (Cut Meriska Harnita, 2026). Kabupaten Aceh Utara menjadi salah satu wilayah dengan tingkat dampak yang sangat tinggi, di mana 25 dari 27 kecamatan terdampak banjir. Salah satu wilayah yang mengalami dampak signifikan adalah Gampong Lubok Pusaka di Kecamatan Langkahan, yang secara geografis dan historis memiliki kerentanan tinggi terhadap banjir berulang setiap tahunnya.



Gambar 1. Bencana Banjir terhadap Permukiman

Gambar 1. terlihat dampak bencana banjir tidak hanya terbatas pada aspek fisik dan ekonomi, tetapi juga memberikan tekanan psikologis yang mendalam, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak. Anak-anak korban bencana berpotensi mengalami gangguan emosional seperti kecemasan, ketakutan, hingga trauma pascabencana. Dalam konteks ini, pemulihan psikologis menjadi aspek krusial yang perlu mendapatkan perhatian serius dalam penanganan pascabencana. Dalam perspektif ilmu sosial, konsep peran digunakan untuk memahami bagaimana individu bertindak berdasarkan posisi sosial yang dimilikinya. Teori peran (role theory) yang dikemukakan oleh (Biddle, 1986) menjelaskan bahwa perilaku individu merupakan refleksi dari ekspektasi sosial yang melekat pada status atau posisi tertentu dalam struktur masyarakat. Dengan demikian, individu diharapkan menjalankan fungsi, tanggung jawab, serta pola perilaku yang sesuai dengan norma yang berlaku.

Relawan merupakan aktor sosial yang memiliki posisi strategis dalam proses penanganan dan pemulihan pascabencana. Peran relawan tidak hanya terbatas pada distribusi bantuan logistik dan evakuasi korban, tetapi juga mencakup dukungan psikososial, khususnya bagi anak-anak yang mengalami trauma. Relawan sering kali menjadi pihak pertama yang hadir di lokasi bencana dan berinteraksi langsung dengan korban, sehingga memiliki peran penting dalam menciptakan stabilisasi emosional serta membantu proses adaptasi psikologis anak terhadap kondisi pascabencana (Abdurrazyid et al., 2023). Salah satu pendekatan yang terbukti efektif dalam mendukung pemulihan psikologis anak korban bencana adalah play therapy atau terapi bermain. Metode ini memanfaatkan aktivitas bermain sebagai media ekspresi emosional yang memungkinkan anak untuk mengungkapkan perasaan, meredakan kecemasan, serta memproses pengalaman traumatis secara aman dan tidak mengancam. Anak-anak cenderung lebih mudah mengekspresikan emosi melalui aktivitas bermain dibandingkan melalui komunikasi verbal, sehingga pendekatan ini dinilai sangat relevan dengan karakteristik perkembangan anak (Nawangsih, 2016).

Berbagai penelitian empiris telah menguatkan efektivitas play therapy dalam konteks pemulihan trauma anak korban bencana. Rusmana et al., (2020) menunjukkan bahwa group play therapy efektif dalam menurunkan gejala post-traumatic stress disorder (PTSD) pada anak korban bencana alam di Indonesia. Selain itu, penelitian Pertiwiwati et al., (2021) menemukan bahwa play therapy mampu membantu anak korban banjir dalam mengelola kecemasan melalui teknik relaksasi, permainan peran, serta aktivitas kreatif. Temuan serupa

juga ditunjukkan oleh Triyono et al., (2023) yang mengungkapkan bahwa art therapy sebagai bagian dari terapi bermain efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan anak korban banjir bandang.

Pendekatan kualitatif yang dilakukan oleh Hunainah & Riswanto (2021) menunjukkan bahwa konseling traumatik berbasis permainan yang dilakukan oleh relawan dan konselor mampu membantu anak mengekspresikan pengalaman traumatis secara lebih terbuka. Sementara itu, Niman et al., (2023) menegaskan bahwa dukungan psikososial yang konsisten dari relawan dan keluarga memiliki kontribusi signifikan dalam menurunkan tingkat kecemasan anak pascabencana. Temuan-temuan tersebut menunjukkan adanya keterkaitan yang kuat antara peran relawan dan efektivitas pemanfaatan play therapy dalam proses pemulihan psikologis anak. Meskipun berbagai penelitian telah mengkaji efektivitas play therapy dalam penanganan trauma anak, kajian yang secara spesifik mengintegrasikan peran relawan dalam pemanfaatan media play therapy pada konteks lokal, khususnya di Gampong Lubok Pusaka Kecamatan Langkahan Kabupaten Aceh Utara, masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan guna mengeksplorasi secara mendalam bagaimana peran relawan dalam proses pemulihan psikologis anak korban banjir melalui media play therapy, serta bagaimana dampaknya terhadap penurunan kecemasan anak pascabencana.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, yaitu suatu pendekatan yang menekankan pada pemahaman mendalam terhadap makna, pengalaman subjektif, serta proses sosial yang berlangsung secara kontekstual di lapangan. Pendekatan ini dinilai tepat untuk mengkaji dinamika pemulihan trauma pada anak dalam situasi pascabencana, karena memungkinkan peneliti mengeksplorasi fenomena secara holistik dan interpretatif (Fadli, 2021). Selain itu, penelitian kualitatif semakin relevan digunakan dalam menjawab kompleksitas permasalahan sosial di era globalisasi dan digitalisasi yang menuntut pemahaman kontekstual dan multidimensional (Hanif Hasan, S.M., MM.Par. Dr. Ir. M. Ansyar Bora, S.T., M.T., 2025).

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer yang diperoleh langsung dari informan, yaitu relawan dan anak-anak korban banjir di Gampong Lubok Pusaka. Pemilihan informan dilakukan secara purposive, yakni berdasarkan pertimbangan bahwa informan memiliki pengalaman dan pengetahuan yang relevan dengan fokus penelitian. Kriteria informan meliputi: (1) relawan yang terlibat secara langsung dalam pelaksanaan kegiatan *play therapy* pada anak korban banjir; (2) anak-anak korban banjir yang mengikuti kegiatan *play therapy*; (3) orang tua dari anak yang menjadi peserta kegiatan; serta (4) kesediaan informan untuk berpartisipasi dalam proses wawancara. Pemilihan kriteria tersebut bertujuan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh bersifat mendalam, relevan, dan sesuai dengan kebutuhan analisis penelitian.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk memperoleh gambaran empiris mengenai pelaksanaan *play therapy* serta respons dan perilaku anak selama proses terapi berlangsung. Wawancara mendalam dilakukan untuk menggali informasi secara komprehensif dari relawan terkait kondisi psikologis anak, serta perspektif orang tua mengenai perubahan perilaku anak setelah mengikuti kegiatan terapi bermain. Sementara itu, dokumentasi berupa foto kegiatan, catatan lapangan yang disusun secara sistematis, serta arsip kegiatan dimanfaatkan sebagai data pendukung untuk memperkuat temuan penelitian. Penggunaan berbagai teknik pengumpulan data ini sejalan dengan prinsip penelitian kualitatif yang bertujuan menghasilkan data yang mendalam, komprehensif, dan kaya makna (Wiwin, 2018).

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif Miles dan Huberman yang meliputi tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahap reduksi data dilakukan dengan menyeleksi, memfokuskan, dan menyederhanakan data yang relevan dengan peran relawan dan dampak *play therapy* terhadap kondisi psikologis anak. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian deskriptif yang sistematis agar mudah dipahami dan dianalisis. Proses penarikan kesimpulan dilakukan secara berkelanjutan sepanjang penelitian berlangsung, sehingga memungkinkan peneliti untuk melakukan verifikasi secara terus-menerus terhadap temuan yang diperoleh. Model analisis ini banyak digunakan dalam penelitian kualitatif karena mampu membantu peneliti dalam mengorganisasi data secara sistematis dan logis (Rijali, 2018).

Tabel 1. Teknik Keabsahan Data dan Implementasinya dalam Penelitian

Aspek Keabsahan (<i>Trustworthiness</i>)	Teknik yang Digunakan	Bentuk Implementasi	Status Pelaksanaan
Credibility (Kredibilitas)	Triangulasi Sumber	Membandingkan data dari relawan, anak-anak korban banjir, dan orang tua untuk memastikan konsistensi informasi	Telah dilaksanakan secara menyeluruh
	Triangulasi Teknik	Mengintegrasikan hasil observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi untuk menguji kesesuaian data	Telah dilaksanakan secara sistematis
	Observasi Berkelanjutan	Melakukan pengamatan langsung selama proses <i>play therapy</i> berlangsung untuk memahami konteks secara mendalam	Telah dilaksanakan hingga data jenuh
Transferability (Keteralihan)	Deskripsi Kontekstual Mendalam	Menyajikan gambaran detail mengenai lokasi penelitian, karakteristik informan, serta proses kegiatan	Telah disusun secara rinci
Dependability (Kebergantungan)	Audit Trail	Mendokumentasikan seluruh proses penelitian, mulai dari pengumpulan data hingga analisis	Telah terdokumentasi secara sistematis
Confirmability (Keterkonfirmasi-an)	Konfirmasi Data	Memastikan bahwa temuan didasarkan pada data empiris melalui pencatatan, dokumentasi, dan verifikasi antar sumber	Telah dikonfirmasi dan diverifikasi

Tabel 1. Keabsahan data dalam penelitian ini dijaga melalui teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan, yaitu relawan, anak, dan orang tua, untuk memastikan konsistensi informasi. Sementara itu, triangulasi teknik dilakukan dengan membandingkan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi guna meningkatkan validitas temuan. Penerapan triangulasi dalam penelitian kualitatif merupakan langkah penting untuk menjamin kredibilitas, keandalan, serta objektivitas data, sehingga hasil penelitian benar-benar merepresentasikan kondisi empiris di lapangan.

Hasil dan Pembahasan

Tema 1: Peran Multidimensional Relawan dalam Implementasi Play Therapy

Hasil penelitian menunjukkan bahwa relawan memiliki peran yang bersifat multidimensional dalam proses pemulihan psikologis anak korban banjir melalui pemanfaatan media play therapy di Gampong Lubok Pusaka Kecamatan Langkahan Kabupaten Aceh Utara. Peran tersebut tidak hanya terbatas pada aspek teknis pelaksanaan kegiatan, tetapi juga mencakup dimensi psikologis dan sosial yang berkontribusi secara langsung terhadap proses pemulihan anak (Abdurrasyid et al., 2023). Relawan menjalankan fungsi sebagai fasilitator yang merancang dan mengimplementasikan kegiatan play therapy secara terstruktur dan adaptif. Kegiatan yang dilakukan dirancang berdasarkan pertimbangan usia, kondisi emosional, serta kebutuhan perkembangan anak pascabencana. Berbagai aktivitas seperti mewarnai, melanjutkan gambar, permainan kelompok, senam wajah, bernyanyi, ice breaking, serta kegiatan simbolik seperti menuliskan cita-cita pada “pohon harapan” menjadi media ekspresi yang memungkinkan anak mengolah pengalaman traumatis secara aman. Sebagaimana diungkapkan oleh salah satu relawan:

“Kami tidak langsung mengajak anak bicara tentang banjir, tapi melalui permainan seperti menggambar atau bernyanyi, supaya mereka merasa nyaman dulu. Dari situ biasanya mereka mulai terbuka dan mengekspresikan perasaannya.” (Relawan, wawancara 2026)

Proses pelaksanaan dilakukan secara bertahap, dimulai dari aktivitas ringan untuk membangun kenyamanan hingga aktivitas yang lebih ekspresif, sehingga anak dapat mengekspresikan perasaan secara natural tanpa tekanan. Pendekatan ini sejalan dengan konsep play therapy yang menekankan bahwa aktivitas bermain merupakan media alami bagi anak dalam mengekspresikan emosi serta memproses pengalaman traumatis (Nawangsih, 2016; Landreth, 2022).

Relawan juga berperan sebagai pendamping psikologis yang berupaya menciptakan ruang aman bagi anak. Pendekatan yang digunakan bersifat empatik dan non-direktif, dengan mengedepankan komunikasi yang hangat, penggunaan bahasa yang lembut, serta sikap yang tidak menghakimi. Anak diberikan kebebasan untuk berpartisipasi sesuai dengan kesiapan masing-masing, sehingga proses terapeutik berlangsung secara alami. Hal ini tercermin dari pernyataan orang tua:

“Sebelum ikut kegiatan itu, anak saya sering menangis kalau hujan. Tapi setelah ikut bermain dengan relawan, dia mulai berani dan sudah mau bermain lagi dengan teman-temannya.” (Orang tua, wawancara 2026)

Pendekatan ini terbukti mampu membangun kepercayaan, yang ditunjukkan dengan meningkatnya keterlibatan anak dalam kegiatan yang sebelumnya cenderung pasif dan menarik diri. Bahkan, salah satu anak mengungkapkan:

“Saya senang ikut bermain, jadi tidak terlalu takut lagi. Bisa gambar dan cerita sama kakak-kakak relawan.” (Anak, wawancara 2026)

Temuan ini selaras dengan penelitian yang menunjukkan bahwa dukungan psikososial berbasis pendekatan bermain mampu membantu anak mengekspresikan pengalaman traumatis serta mempercepat proses pemulihan emosional pascabencana (Hunainah & Riswanto, 2021; Niman et al., 2023).



Gambar 2. Aktivitas Play Therapy Berbasis Relawan

Gambar 2 peran relawan sebagai motivator juga menjadi faktor penting dalam mendorong partisipasi anak, terutama bagi mereka yang menunjukkan resistensi pada tahap awal. Melalui pendekatan personal, pemberian apresiasi, serta pelibatan bertahap dalam aktivitas kelompok, relawan berhasil menciptakan suasana yang inklusif dan suportif. Dampaknya terlihat pada meningkatnya interaksi sosial anak, di mana anak mulai menunjukkan perilaku kooperatif, kemampuan berkomunikasi, serta keterlibatan aktif dalam kegiatan bersama. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa play therapy tidak hanya berperan dalam menurunkan kecemasan, tetapi juga meningkatkan kemampuan sosial dan adaptasi anak pascabencana (Pertiwiwati et al., 2021; Rusmana et al., 2020).

Temuan ini dapat dianalisis melalui perspektif teori peran yang dikemukakan oleh (Biddle, 1986), yang menyatakan bahwa perilaku individu ditentukan oleh ekspektasi sosial yang melekat pada posisi tertentu dalam masyarakat. Dalam konteks ini, relawan tidak hanya menjalankan fungsi instrumental, tetapi juga fungsi emosional dan sosial yang memperkuat proses pemulihan anak. Dengan demikian, peran relawan dalam penelitian ini menunjukkan integrasi antara dimensi struktural dan humanistik dalam praktik intervensi psikososial pascabencana.

Tema 2: Efektivitas Play Therapy dalam Pemulihan Psikologis dan Sosial Anak Pascabencana

Temuan penelitian menunjukkan bahwa anak-anak korban banjir di Gampong Lubok Pusaka pada kondisi awal mengalami berbagai gejala kecemasan pascabencana, seperti mudah menangis, gangguan tidur, ketakutan terhadap hujan, ketergantungan yang tinggi pada orang tua, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Selain itu, beberapa anak mengalami penurunan nafsu makan dan menunjukkan respons ketakutan terhadap stimulus yang berkaitan dengan banjir. Secara subjektif, anak-anak mengungkapkan perasaan takut, sedih, dan kehilangan akibat pengalaman traumatis yang mereka alami. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh salah satu orang tua:

“Setelah banjir itu, anak saya jadi sering menangis dan tidak mau tidur sendiri. Kalau hujan turun sedikit saja, dia langsung takut dan minta ditemani terus.” (Orang tua, wawancara 2026)

Pernyataan tersebut diperkuat oleh pengalaman anak:

“Saya takut kalau hujan, takut air naik lagi seperti kemarin. Rumah kami waktu itu penuh air.” (Anak, wawancara 2026)

Setelah mengikuti kegiatan play therapy, terjadi perubahan yang signifikan pada kondisi psikologis anak. Anak-anak menunjukkan peningkatan emosi positif, seperti menjadi lebih ceria, lebih sering tertenyum, serta kembali aktif dalam aktivitas bermain dengan teman sebaya. Meskipun ketakutan terhadap hujan belum sepenuhnya hilang, intensitas kecemasan yang dialami mengalami penurunan yang cukup nyata. Anak juga menjadi lebih mudah ditenangkan serta tidak lagi menunjukkan respons panik yang berlebihan. Selain itu, kemampuan anak dalam mengekspresikan perasaan melalui media simbolik seperti gambar dan cerita menunjukkan adanya proses pemulihan emosional yang progresif. Hal ini sebagaimana disampaikan oleh relawan:

“Awalnya anak-anak itu diam dan takut, tapi setelah beberapa kali kegiatan bermain, mereka mulai tertawa, mau ikut aktivitas, bahkan ada yang mulai cerita lewat gambar yang mereka buat.” (Relawan, wawancara 2026)

Perubahan tersebut juga diikuti dengan peningkatan interaksi sosial dan rasa percaya diri anak. Anak mulai berani berkomunikasi, menunjukkan hasil karya, serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelompok. Salah satu orang tua menyampaikan:

“Sekarang anak saya sudah mulai bermain lagi dengan teman-temannya, tidak seperti sebelumnya yang hanya diam di rumah.” (Orang tua, wawancara 2026)

Hal ini menunjukkan bahwa play therapy tidak hanya berfungsi sebagai intervensi psikologis, tetapi juga sebagai sarana rekonstruksi fungsi sosial anak yang sempat terganggu akibat pengalaman traumatis. Bermain dalam konteks ini menjadi medium alami yang memungkinkan anak mengekspresikan emosi dan pengalaman secara lebih bebas dan aman. Temuan ini dapat dijelaskan melalui konsep kecemasan (anxiety) dalam psikologi perkembangan, yang merupakan respons emosional terhadap situasi yang dianggap mengancam (Jarnawi, 2020). Dalam konteks bencana, kecemasan pada anak dipicu oleh pengalaman kehilangan, ketidakpastian, serta gangguan terhadap rasa aman. Hal ini sejalan dengan temuan (Rusmana et al., 2020) yang menunjukkan bahwa anak korban bencana memiliki kerentanan tinggi terhadap gangguan psikologis.



Gambar 3. Keterlibatan Relawan dalam Kegiatan Play Therapy

Intervensi berbasis *play therapy* yang difasilitasi oleh relawan terbukti mampu menjadi strategi yang efektif dalam menurunkan gejala kecemasan tersebut. Aktivitas bermain menyediakan ruang aman bagi anak untuk mengekspresikan emosi dan memproses pengalaman traumatis secara bertahap tanpa tekanan verbal. Temuan ini juga konsisten dengan teori *child-centered play therapy* yang menyatakan bahwa bermain merupakan bahasa alami anak dalam mengkomunikasikan pengalaman emosionalnya (Landreth, 2022). Nuligar Hatiningsih, (2013) menegaskan bahwa *play therapy* memungkinkan anak mengekspresikan diri melalui aktivitas bermain sebagai pintu masuk ke dunia psikologisnya. Hal ini diperkuat oleh Homeyer & Morrison, (2008) yang menyatakan bahwa pendekatan ini efektif dalam memenuhi kebutuhan kesehatan mental anak sesuai dengan tahap perkembangannya. Bahkan, Schultz, (2016) mengemukakan bahwa *play therapy* memiliki potensi yang lebih menjanjikan dibandingkan intervensi farmakologis dalam menangani trauma anak. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa *play therapy* merupakan pendekatan yang efektif dalam pemulihan psikologis dan sosial anak korban banjir. Keberhasilan tersebut tidak terlepas dari sinergi antara metode terapi yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak dan peran relawan yang mampu menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan responsif terhadap kebutuhan emosional anak pascabencana.

Simpulan

Pemanfaatan *play therapy* oleh relawan berperan signifikan dalam pemulihan psikologis anak korban banjir. Peran relawan bersifat multidimensional, mencakup fungsi sebagai fasilitator, pendamping psikologis, dan motivator yang secara simultan menciptakan lingkungan yang aman, suportif, dan kondusif bagi proses pemulihan. Melalui kegiatan bermain yang terstruktur dan adaptif, relawan mampu membantu anak mengekspresikan pengalaman traumatis secara bertahap tanpa tekanan, sekaligus mendorong keterlibatan aktif dan membangun kembali rasa percaya diri. Dampak dari intervensi ini terlihat pada menurunnya gejala kecemasan, meningkatnya stabilitas emosi, serta berkembangnya kembali kemampuan interaksi sosial anak. Anak-anak yang sebelumnya menunjukkan perilaku menarik diri, ketakutan berlebih, dan kesulitan mengekspresikan emosi, secara bertahap menjadi lebih ceria, komunikatif, dan mampu beradaptasi dengan lingkungan. Secara keseluruhan, *play therapy* terbukti sebagai pendekatan yang efektif dan kontekstual dalam intervensi psikososial pascabencana, serta memberikan kontribusi praktis dalam pengembangan layanan bimbingan dan konseling berbasis kebencanaan melalui optimalisasi peran relawan.

Referensi

- Abdurrasyid, A., Darmawan, D. F., T, F. F. J., Arare, K., Parangin-Angin, M., & Situmorang, R. A. (2023). Menjadi Relawan Kesehatan pada Bencana Gempa Bumi Cianjur. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 14(1), 188–194. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v14i1.14481>
- Biddle, B. J. (1986). Recent Developments in Role Theory. *Annual Review of Sociology*, 12(1), 67–92. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.12.080186.000435>
- Cut Meriska Harnita. (2026). Hampir 92 Ribu Warga Aceh Masih Mengungsi, Aceh Utara Terbanyak. <https://acehprov.go.id/berita/kategori/bencana/hampir-92-ribu-warga-aceh-masih-mengungsi-aceh-utara-terbanyak>
- Fadli. (2021). Memahami desain metode penelitian kualitatif. *Kajian Ilmiah Mata Kuliah Umum*, ISSN: 1412-1271 (p); 2579-4248 (E)., 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Fitri Ramadha Imsaki. (2026). Sepanjang Tahun 2025, Aceh Dilanda 387 Kejadian Bencana, Kerugian Capai Rp249,5 Miliar. <https://bpba.acehprov.go.id/berita/kategori/pemerintahan/sepanjang-tahun-2025-aceh-dilanda-387-kejadian-bencana-kerugian-capai-rp249-5-miliar>
- Hanif Hasan, S.M., MM.Par. Dr. Ir. M. Ansyar Bora, S.T., M.T., I. (2025). Metode penelitian Kualitatif (M. T. Dr. Rudy, S.T. (ed.); 1st ed.). Yayasan Tri Edukasi Ilmiah.
- Homeyer, L. E., & Morrison, M. O. (2008). Play Therapy: Practice , Issues , and Trends. *American Journal of Play*, Fall, 210228-.
- Hunainah, & Riswanto, D. (2021). Traumatic Counseling For Children Affected By the Tsunami Disaster. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, 10(1), 12–19. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ijeces>
- Jarnawi. (2020). Managing Anxiety In The Midst Of The Corona Pandemic. *At-Taujih : Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 60.
- Landreth, G. L. (2022). What is child-centered play therapy, and how does it work? 2012.
- Nawangsih, E. (2016). Play Therapy for Children Victims of Natural Disasters Who Experience Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphatic : Scientific Journal of Psychology*, 1(2), 164–178.
- Niman, S., Mustikasari, M., & Barus, L. (2023). Children's emotional reactions after landslide disaster in Indonesia: a qualitative study. *Journal of Psychiatric Nursing*, 14(1), 42–48. <https://doi.org/10.14744/phd.2023.90532>
- Nuligar Hatiningsih. (2013). Play Therapy Untuk Meningkatkan Konsentrasi Pada Anak Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD). *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(02), 1–37.
- Pertiwiwati, E., Maulana, I., Az Zahra, F., & Yuliana, I. (2021). Play Therapy as a Method of Trauma Healing in PTSD Children Victims of Flood Disaster in West Martapura, South Kalimantan. *Berkala Kedokteran*, 17(2), 125. <https://doi.org/10.20527/jbk.v17i2.11673>
- Rijali, A. (2018). Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin. 17(33), 81–95.

-
- Rusmana, N., Hafina, A., & Suryana, D. (2020). Group Play Therapy for Preadolescents: Post-Traumatic Stress Disorder of Natural Disaster Victims in Indonesia. *The Open Psychology Journal*, 13(1), 213–222. <https://doi.org/10.2174/1874350102013010213>
- Schultz, W. (2016). Child-Centered Play Therapy. 38(1), 21–37.
- Triyono, Fitria Kasih, Rahmi Dwi Febriani, Erfan Abdurrazag, C. F. (2023). Human : Journal of Community and Public Service Published by HAQI Publishing Service. *Human: Journal of Community and Public Service*, 3(2), 23–30.
- Wiwin, Y. (2018). Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling. *QUANTA: Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan*, 2(1), 83–91. <https://doi.org/10.22460/q.v2i1p21-30.642>

