

TRAUMA HEALING SMAS BABUL MAGFIRAH PADA SISWA YANG MENGALAMI KORBAN KEBAKARAN ASRAMA KABUPATEN ACEH BESAR

*Trauma Healing For Student Of SMAS Swasta Babul Magfirah Who
Expriencend A Dormitory Fire In Aceh Besar*

**Cut Nursadrina¹, Kurnia Rahmayanti², Herawati³, Putri Serianti⁴, Melda
Sofia⁵, Syarifah Asyura⁶**

Universitas Ubudiyah Indonesia, Jalan Alue Naga Tibang Kecamatan Syiah Kuala, Banda Aceh

Korespondensi Penulis: cutnursadrina@uui.ac.id

Abstrak

Peristiwa kebakaran merupakan salah satu musibah yang mampu meninggalkan luka batin mendalam, terutama pada kelompok usia anak dan remaja. Pada awal tahun 2024, asrama SMA Swasta Babul Maghfirah di Kabupaten Aceh Besar mengalami kebakaran besar yang merusak sebagian besar fasilitas tempat tinggal siswa. Tragedi ini tidak hanya menyebabkan kehilangan secara material, tetapi juga menimbulkan tekanan psikologis serius pada siswa yang menjadi korban. Untuk menjawab permasalahan tersebut, dilaksanakan sebuah kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan: (1) memberikan pendampingan psikologis bagi siswa agar mampu mengurangi dampak trauma akibat kebakaran, melalui terapi psikososial dan konseling kelompok; (2) menumbuhkan kembali semangat belajar serta mengembalikan rasa aman, keyakinan diri, dan ketahanan emosional siswa; (3) meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kesehatan mental serta membekali siswa dengan strategi penyesuaian diri dalam menghadapi tekanan pasca bencana; dan (4) menciptakan suasana sekolah yang lebih ramah, suportif, dan kondusif setelah peristiwa kebakaran. Pelaksanaan program ini dilakukan melalui empat tahapan, yakni: perencanaan, implementasi kegiatan, pemantauan serta evaluasi, dan tahap refleksi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa: (1) siswa mulai memperlihatkan keceriaan, keberanian, dan kepercayaan diri yang lebih baik, serta tidak lagi menampakkan rasa takut berlebihan dalam keseharian; (2) siswa maupun pihak sekolah berharap adanya kelanjutan dari program pendampingan psikologis ini agar mereka dapat kembali beraktivitas normal; dan (3) selama proses pendampingan ditemukan pula indikasi trauma lain di luar akibat kebakaran, sehingga diperlukan upaya lanjutan berupa pemetaan psikologis untuk membantu siswa terbebas dari berbagai bentuk gangguan emosional yang dialami.

Kata kunci: Trauma, Healing, Kebakaran Asrama, Penyesuaian Diri

Abstract

The fire incident is a disaster that can leave a profound psychological wound, especially among children and adolescents. In early 2024, the dormitory of SMA Swasta Babul Maghfirah in Aceh Besar District experienced a major fire that destroyed most of the students' residential facilities. This tragedy not only caused material losses but also triggered serious psychological pressure on the affected students. To address this problem, a community service program was carried out with the following objectives: (1) to provide psychological support for students in order to reduce the impact of trauma caused by the fire through psychosocial therapy and group counseling; (2) to restore students' motivation to learn while rebuilding their sense of safety, self-confidence, and emotional resilience; (3) to raise awareness about the importance of maintaining mental health and to equip students with adjustment strategies in facing post-disaster stress; and (4) to create a more supportive, friendly, and comfortable school environment after the fire incident. The program was implemented in four stages: planning, activity implementation, monitoring and evaluation, and reflection. The results showed that: (1) students began to show more cheerfulness, courage, and self-confidence, and no longer displayed excessive fear in daily interactions; (2) both students and the school expressed hope for a continuation of the psychological support program so that students could fully return to normal activities; and (3) during the mentoring process, other trauma issues beyond the fire incident were also identified, indicating the need for further psychological assessment to help students overcome various emotional difficulties they were experiencing.

Keywords: *Trauma Healing, Dormitory Fire, Self-Adjustment.*

PENDAHULUAN

Peristiwa kebakaran merupakan salah satu musibah yang sering meninggalkan dampak serius pada kesehatan mental korban, khususnya pada kelompok usia anak dan remaja. SMA Swasta Babul Maghfirah yang berlokasi di Kecamatan Kuta Baro, Kabupaten Aceh Besar, tercatat telah mengalami insiden kebakaran sebanyak tiga kali. Kejadian berulang tersebut tidak hanya merusak fasilitas fisik, tetapi juga memberi pengaruh signifikan terhadap kondisi psikologis dan emosional para siswanya.

Peristiwa kebakaran tidak hanya menimbulkan kerugian secara fisik dan materi, tetapi juga meninggalkan luka batin yang berpotensi mengganggu proses belajar serta perkembangan psikologis siswa.

Hal ini sejalan dengan temuan Vira (2023) yang menunjukkan bahwa kebakaran membawa konsekuensi yang merugikan, baik bagi masyarakat secara luas maupun individu yang terdampak. Kerugian tersebut tidak hanya terbatas pada aspek materiil, melainkan juga immateriil. Salah satu bentuk kerugian immateriil adalah munculnya gangguan psikologis, seperti trauma yang muncul pasca peristiwa kebakaran.

Trauma akibat kebakaran dapat berwujud dalam berbagai gejala psikologis, antara lain meningkatnya rasa cemas, ketakutan yang berlarut-larut, gangguan tidur, serta kesulitan untuk berkonsentrasi di sekolah. Apabila kondisi ini tidak segera mendapat penanganan yang tepat, maka trauma tersebut dapat berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih serius.

Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan gangguan psikologis berkepanjangan yang dapat memengaruhi kesejahteraan emosional siswa sekaligus menurunkan capaian akademiknya. Untuk itu, diperlukan langkah intervensi yang tepat melalui pelaksanaan program *trauma healing*. Program ini dirancang untuk membantu siswa dalam mengendalikan tekanan batin, meredakan rasa takut, serta

menumbuhkan kembali rasa aman dan kepercayaan diri. Melalui upaya ini, diharapkan siswa memperoleh dukungan psikososial yang memadai sehingga mampu pulih dari pengalaman traumatis dan dapat kembali mengikuti proses belajar dengan lebih optimal.

Wulan (2021) dalam kutipan Liputan6 menjelaskan bahwa *trauma healing* pada peserta didik merupakan suatu upaya pemulihan kondisi psikologis yang bertujuan membantu siswa yang mengalami pengalaman traumatis agar kembali merasakan rasa aman dan tenang. Proses ini dilakukan melalui berbagai aktivitas, seperti terapi berbasis permainan, pemberian dukungan sosial, serta pelibatan siswa dalam kegiatan yang bersifat positif dan membangun.

Dalam karyanya, psikiater asal Amerika, Judith Herman, menjelaskan bahwa *trauma healing* bertujuan membawa individu pada tiga tahap pemulihan: (1) mengubah rasa terancam menjadi rasa aman, (2) menggantikan penolakan atau pengingkaran dengan penerimaan, dan (3) mengalihkan sikap menutup diri menjadi kemampuan untuk kembali menjalin interaksi sosial.

Kegiatan ini dilaksanakan melalui konseling kelompok yang dipandu oleh tenaga ahli, dilengkapi dengan sesi motivasi *trauma healing* untuk menumbuhkan semangat serta optimisme siswa, dan proses pemetaan psikologis (*scanning*) guna mengetahui tingkat trauma yang dialami masing-masing individu. Program tersebut diharapkan mampu membantu siswa SMA Swasta Babul Maghfirah mencapai pemulihan emosional yang lebih baik serta menumbuhkan kembali rasa percaya diri dalam menghadapi masa depan.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan langkah konkret dalam menangani permasalahan trauma yang dialami siswa akibat kebakaran. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi Universitas Ubudiyah Indonesia melalui Program PKM, dengan fokus pada: (a) pendampingan psikologis

siswa korban kebakaran yang telah terjadi sebanyak tiga kali, (b) sosialisasi program bersama sekolah mitra, dan (c) penyusunan teknis pelaksanaan kegiatan secara kolaboratif dengan seluruh panitia yang telah ditunjuk.

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini mengikuti teknis pelaksanaan tindakan yang terdiri dari 3 tahapan, yaitu: tahap persiapan atau perencanaan, tahap pelaksanaan kegiatan, serta tahap monitoring dan evaluasi hasil pelaksanaan kegiatan.

HASIL PELAKSANAAN KEGIATAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

1. Persiapan dan perencanaan

Tahap persiapan dan perencanaan dalam kegiatan ini meliputi beberapa langkah, yaitu: (a) menyampaikan informasi kepada kepala sekolah mitra yang menjadi lokasi pengabdian sekaligus melakukan identifikasi kebutuhan sekolah terkait program PKM, (b) melakukan sosialisasi rencana kegiatan kepada pihak sekolah, serta (c) merumuskan teknis pelaksanaan bersama seluruh tim yang terlibat.

2. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan *trauma healing* bagi siswa korban kebakaran dilaksanakan pada Rabu, 22 Januari 2025.

Tujuan utamanya adalah:

- Memberikan pendampingan psikologis melalui terapi psikososial dan konseling.
- Membantu siswa memulihkan semangat belajar, rasa aman, serta kepercayaan diri.
- Menumbuhkan kesadaran akan pentingnya kesehatan mental dan cara mengelola stres.
- Mewujudkan suasana sekolah yang lebih nyaman dan mendukung pasca musibah.

3. Monitoring dan Evaluasi Hasil Pelaksanaan Kegiatan.

Monitoring difokuskan pada respons siswa setelah mengikuti *trauma healing*, sedangkan evaluasi menilai dampak kegiatan terhadap kondisi psikologis mereka. Hasil yang diharapkan adalah meningkatnya semangat, antusiasme, rasa percaya diri, serta terciptanya rasa aman di lingkungan sekolah. Evaluasi juga dilakukan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan program PKM “Trauma Healing for Student SMA Swasta Babul Maghfirah Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar”. Refleksi kegiatan diperlukan agar siswa dapat terbebas dari trauma yang dialami akibat kebakaran berulang.

B. Pembahasan

Judul kegiatan “Trauma Healing for Student SMA Swasta Babul Maghfirah Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar” dipilih untuk memberikan motivasi dan dukungan psikologis bagi siswa pasca kebakaran. Program ini dilaksanakan oleh tim dosen dan mahasiswa Universitas Ubudiyah Indonesia dari berbagai fakultas. Kegiatan diawali dengan pertemuan bersama sekolah mitra, dilanjutkan dengan sesi motivasi, permainan, aktivitas kreatif, serta pengisian lembar awal identifikasi trauma sebagai dasar tindak lanjut.

C. Ringkasan Kegiatan

Pembukaan kegiatan di Aula SMA Swasta Babul Maghfirah Kecamatan Kuta Baro Kabupaten Aceh Besar dimulai dengan kegiatan pembukaan pada pukul 09.00 WIB yang dihadiri oleh seluruh siswa dan guru. Kegiatan pembukaan Kegiatan pembukaan di Aula SMA Swasta Babul Maghfirah dimulai pukul 09.00 WIB, dihadiri oleh seluruh siswa dan guru, serta dibuka dengan sambutan Kepala Sekolah dan Ketua Tim Pelaksana, Dr. Herawati. Antusiasme peserta menunjukkan respon positif

terhadap program PKM.

Setelah pembukaan, kegiatan dilanjutkan hingga pukul 12.00 WIB dengan tiga sesi utama: materi motivasi, permainan kreatif, dan pengisian lembar identifikasi trauma oleh tim psikologi Universitas Ubudiyah Indonesia. Pihak sekolah berharap kegiatan serupa terus berlanjut dalam berbagai bentuk pembinaan.

Hasil monitoring menunjukkan perubahan positif pada siswa, seperti meningkatnya semangat belajar, kepercayaan diri, rasa aman, serta interaksi sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan dan evaluasi serta berbagai upaya refleksi kegiatan trauma healing yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Siswa sudah tampak lebih bersemangat, percaya diri, dan berani bergaul.
2. Siswa dan sekolah berharap ada pendampingan lanjutan agar mereka pulih sepenuhnya.
3. Ada trauma lain yang dialami siswa, sehingga perlu langkah lanjutan untuk mendukung pemulihan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

Ali, M. (2020). *Psikologi Konseling: Teori dan Praktik*. Jakarta: Rajawali Pers.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). Washington, DC: APA.

Arifin, Z. (2021). Trauma healing bagi anak korban bencana: Strategi intervensi psikologis. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(2), 115–124.

Baihaqi, M. (2019). Pendekatan psikososial dalam penanganan trauma anak pasca bencana. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 8(1), 45–53.

Dokumentasi Kegiatan

