

## **TRANSGENERATIONAL TRAUMA PADA KORBAN TSUNAMI DI ACEH**

*Transgenerational Trauma In Victims Tsunami In Aceh*

<sup>1</sup>Cut Nursadrina, <sup>2</sup>Hendri, <sup>3</sup>Rizky Arifah, <sup>4</sup>Satria Minangi, <sup>5</sup>Andi Syahputra, <sup>6</sup>M. Rizal. K,  
<sup>7</sup>Uswatun Hasanah  
Program Studi, Fakultas Ilmu Kesehatan  
\*Corresponding Author: cutnursandrina@uui.ac.id

### **Abstrak**

Tsunami banyak menyisakan trauma pada masyarakat Aceh dan banyak korban mengalami trauma berkepanjangan dan berdampak pada generasi selanjutnya. Tujuan penelitian adalah mengetahui gambaran korban tsunami yang mengalami PTSD dan bagaimana *transgenerational* berlanjut. Penelitian ini berjenis studi kasus yang melibatkan 6 informan utama yaitu 3 orang ibu yang mengalami PTSD dan 3 orang anak dari ibu tersebut. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria tertentu. Pengumpulan data melalui *screening* menggunakan alat ukur *Post traumatic stress systems checklist* dan wawancara. Data yang terkumpul dianalisis dengan pedoman analisis data menurut Cresswell dan menggunakan triangulasi dengan sumber sebagai teknik validitas data. Hasil *screening* di dapatkan bahwa tingkat PTSD pada ibu dari korban tsunami masih sangat tinggi. Pada hasil wawancara ditemukan ke 3 informan melihat langsung kejadian tsunami dan masih merasakan kecemasan serta mimpi buruk dari bencana tersebut. Ibu yang mengalami PTSD menceritakan pengalaman buruknya kepada anak sehingga menyebabkan *transgenerational trauma*. Tidak adanya dukungan sosial dari keluarga, kerabat serta tidak ada penanganan khusus membuat ibu yang mengalami PTSD dan anak yang mengalami *transgenerational trauma* tidak dapat pulih. Berdasarkan hasil kesimpulan yang didapatkan proses terjadinya *transgenerational*. Dampak dari PTSD yang berkepanjangan adalah informan menurunkan traumanya kepada anak melalui cerita dan pengalaman buruknya yang disebut *transgenerational trauma*

**Kata kunci: Aceh, Trauma, Transgerational**

### **Abstract**

*The tsunami left a lot of trauma on the people of Aceh and many victims experienced prolonged trauma and had an impact on the next generation. The purpose of this research is to find out the description of tsunami victims who experience PTSD and how transgenerational progresses. This research is a case study involving 6 main informants, namely 3 mothers with PTSD and 3 children from these mothers. Sampling using purposive sampling with certain criteria. Collecting data through screening using Post traumatic stress systems checklist and interviews. The collected data were analyzed with data analysis guidelines according to Cresswell and using triangulation with the source as a data validity technique. The results of the screening found that the PTSD rate in mothers of tsunami victims was still very high. In the results of the interview, it was found that the 3 informants directly saw the tsunami incident and still felt anxiety and nightmares from the disaster. Mothers who experience PTSD tell their children about their bad experiences, causing transgenerational trauma. The absence of social support from family, relatives and no special treatment makes mothers who experience PTSD and children who experience transgenerational trauma unable to recover. Based on the conclusions obtained, the process of transgenerational occurs. The impact of prolonged PTSD is that informants reduce their trauma to children through stories and bad experiences called transgenerational trauma.*

**Keywords: Aceh, Trauma, Transgenerational**

## PENDAHULUAN

Gempa tsunami di Daerah Istimewa Nangroe Aceh Darussalam (NAD) pada hari Minggu, tanggal 26 Desember 2004 adalah gempa dengan kekuatan 8,9 skala richter. Pada peristiwa tsunami tersebut, 236.116 jiwa meninggal dunia dan 74.000 dinyatakan hilang karena jasadnya tidak diketemukan. Selain itu, terdapat 514.150 jiwa yang secara spontan menjadi pengungsi karena kehilangan rumah dan tempat tinggal. (data Satkorlak Penanggulangan Bencana dan Penanganan Pengungsi Provinsi Nangroe Aceh Darussalam). Banyaknya korban berjatuhan, menurut Riza (2005) menyebutkan bahwa rakyat Aceh tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang tsunami, bahkan banyak rakyat Aceh yang tidak pernah mendengar istilah "tsunami", apalagi hubungan antara gempa tektonik dengan tsunami.

Rendahnya pengetahuan sebagian besar rakyat Aceh tersebut menyebabkan warga Aceh yang berada di kawasan pantai tidak segera menghindar setelah terjadinya guncangan gempa dahsyat. Bencana tsunami telah meluluhlantakkan sendi-sendi kehidupan masyarakat Aceh. Secara personal, banyak para istri menjadi janda, suami menjadi duda, anak-anak menjadi yatim, piatu bahkan yatim piatu. Para korban tsunami harus hidup sebagai pengungsi ditempat pengungsian yang telah disediakan. (Sarlokak, 2006) menyebutkan bahwa jumlah anak di Banda Aceh yang kehilangan orang tua pada saat bencana tsunami sebesar 143.000 anak. Secara teoritis, individu yang mengalami bencana dan kehilangan keluarga memiliki kecenderungan mengalami gangguan psikologis. Gangguan psikologis yang dimungkinkan terjadi pada korban bencana adalah stres berat, stres akut dan *Post-Traumatic Stress Disorders/PTSD* (Davison & Neale, 1996).

Gangguan Post-Traumatic Stress Disorders ini tidak langsung muncul selepas peristiwa traumatisnya akan tetapi memiliki rentang yang panjang pasca trauma yaitu satu tahun sampai dengan sepuluh tahun. Davison & Neale (1996) mendefinisikan gangguan stres pasca trauma sebagai gangguan kecemasan akibat kejadian traumatis, seperti perang, pemerkosaan, dan bencana alam.

Kejadian traumatis itu menyebabkan individu yang mengalami kejadian traumatisnya, menunjukkan simptom-simptom seperti: (1) Merasa terus-menerus mengalami kejadian traumatisnya atau tidak bisa menghilangkan kejadian traumatis meskipun peristiwanya sudah lampau; (2) Berkurangnya respon terhadap dunia erkurangnya respon terhadap dunia luar; (3) Merasa asing terhadap orang lain; (4) mimpi asing terhadap orang lain; (4) mimpi buruk, mimpi kejadian traumatisnya secara terusmenerus atau mengalami gangguan tidur.

Tsunami yang melanda Aceh dan meninggalkan luka yang tak sedikit. Tak hanya bangunan dan seluruh infrastruktur kota yang hancur, puluhan ribu nyawa. Dan seperti bencana yang lain yang ditinggalkannya juga akan terus hidup pada mereka yang mengalami peristiwa mengerikan tersebut, berupa kesedihan, kehilangan harta, orang tua, dan para kerabat. inilah yang akan menjadi luka psikis dalam setiap orang di Aceh. Luka psikis ini berbeda dengan luka fisik yang bisa sembuh dengan peralatan kedokteran. Luka psikis inilah yang akan turut menentukan perkembangan karakter kepribadian dan proses kejiwaan setiap orang, tak terkecuali korban bencana tsunami.

*Post traumatic stress disorder* (PTSD) adalah satu dari gejala yang tampak pada korban pengungsi bencana

tsunami. Efek dari depresi itu bisa bermacam-macam, termasuk gangguan kejiwaan. Pemulihan mental dan kepercayaan diri masyarakat korban tsunami memerlukan penanganan secepat mungkin jika tidak trauma berdampak ke generasi selanjutnya yang di sebut *transgenerational trauma* ( Ikhsan, 2019)

Terjadinya *transgenerational* pada generasi korban dengan cara korban yang mengalami PTSD berlangsung lama sehingga korban PTSD menceritakan pengalaman buruk kepada generasinya dan menimbulkan *transgenerational trauma* (Musa, 2014). *transgenerational* merupakan trauma yang diturunkan oleh orang tuanya tidak hanya satu orang bahkan meluas melalui cerita, pengalaman buruk individu yang mengalami PTSD. Individu yang mengalami trauma dapat mentransfer traumanya melalui pengalaman buruk kepada anaknya dan generasi selanjutnya (Santi, 2014). Individu yang keluarganya mengalami PTSD sangat rentan mengalami *Transgenerational* karena adanya pengalaman masa lalu yang buruk seperti pada keluarga korban tsunami di Aceh 2004 yang sangat rentan memiliki riwayat PTSD dan *Transgenerational* (Claire, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Sophie Isobel dkk (2019) mengenai *Preventing intergenerational trauma transmission: A critical interpretive synthesis*, ditemukan bahwa *generational trauma* sebagai trauma yang ditransmisikan secara relasional lintas generasi, secara langsung atau tidak langsung. Jenis trauma ini biasanya sulit didefinisikan dan kerap tersembunyi.

Menurut Vida (2019), menjelaskan bahwa *Transgenerational trauma* dapat menimbulkan kecemasan, depresi dan gangguan stres pasca trauma (PTSD), bahkan menurut Josen (2020), trauma ini dapat menyebabkan sistem imun tubuh

tidak berfungsi. Ketika dalam keadaan trauma reaktif yang tinggi, mikroglia (jenis neuroglia (sel glial) yang terletak di seluruh otak dan sumsum tulang belakang) menggerogoti ujung saraf alih-alih meningkatkan pertumbuhan dan menghilangkan kerusakan. Mikroglia rusak di otak dan menyebabkan depresi, kecemasan, dan demensia. Menurut Enseble (2020), gejala *transgenerational trauma* antara lain adalah kewaspadaan berlebihan, perasaan cemas pada masa depan, ketidakpercayaan, sikap acuh tak acuh, kecemasan tinggi, depresi, serangan panik, mimpi buruk, insomnia, respons melawan atau lari (*fight or flight*) yang sensitif, dan masalah dengan harga diri, dan kepercayaan diri.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh David (2015), menemukan bahwa bencana tsunami membuat kehilangan orang tua serta rumah mereka yang menyebabkan mereka membawa trauma mereka ke generasi mereka selanjut nya. Penelitian Michael, (2014), menunjukan bahwa generasi kedua mempersepsikan pengalaman dari pengalaman orang tua mereka dalam bencana .Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 4 Januari 2021 dengan melakukan wawancara pada seorang ibu yang berinisial TI yang berusia 54 tahun di desa lhoknga Aceh besar. Tujuan dilakukan studi pendahuluan agar peneliti mendapatkan informasi yang lebih jelas terkait dengan *post traumatic stress disoreder* (PTSD).

Hasil dari studi pendahuluan didapatkan bahwa ibu tersebut merupakan salah satu korban tsunami. Beliau melihat air gelombang tsunami yang sangat tinggi dan dasyat. Beliau selamat karena tersangkut diatas atap rumah warga dan melihat langsung air gelombang tsunami menelan berjuta manusia. Sampai saat ini beliau masih mengingat kejadian tersebut, dan sering kali mengalami mimpi buruk tentang tsunami, bahkan cenderung untuk

menghindari tempat yang membuatnya trauma sampai sekarang. Menurut ibu tersebut bencana tsunami membuat rumahnya hancur dan sekarang beliau tinggal di rumah bantuan.

Selanjutnya pada tanggal 8 januari 2021, peneliti melakukan wawancara pada anak dari ibu tersebut yang berinisial FN berusia 16 tahun di desa Lhoknga Aceh Besar, FN mengatakan bahwa walaupun tidak melihat bencana tsunami tetapi dari penuturan ibunya, bencana tsunami yang terjadi sangat dahsyat dan banyak menelan korban. Akibat dari bencana tsunami, orang tuanya kehilangan rumah dan sekarang mereka menempati rumah bantuan. Menurut FN, air laut sangat menakutkan dan sampai saat ini ia mempunyai rasa takut untuk pergi kepantai.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa ibu yang merupakan korban tsunami di Aceh, menceritakan menceritakan kejadian atau pengalaman buruknya kepada anak-anaknya, sehingga membuat anak menjadi trauma yang di sebut dengan *transgenerational* trauma. Alasan peneliti mengambil judul *transgenerational* trauma pada korban tsunami karena peneliti ingin mengetahui dampak bencana tsunami terhadap PTSD dari ibu korban tsunami dan *transgenerational* trauma pada anak, serta factor-faktor yang mempengaruhinya. Pada penelitian ini akan difokuskan pada gambaran korban PTSD tsunami Aceh dan *Transgenerational* trauma Aceh

## **METODE PENELITIAN**

Pada penelitian ini menggunakan studi kasus dimana peneliti menggali suatu kasus yang masih terjadi di lapangan, peneliti menggali kasus tentang *Transgenerational* trauma tsunami Aceh Adapun pada pemilihan ini peneliti fokus kepada bagaimana gambaran korban tsunami yang mengalami PTSD dan

gambaran bagaimana *Transgenerational* dapat di turunkan.

Pada studi kasus tidak ditentukan berapa jumlah informan selama peneliti dapat menggali informasi yang mendalam dan mendapatkan informasi lebih banyak dari beberapa sumber (Creswell, 2015). Adapun informan utama dalam penelitian ini berjumlah 6 orang terdiri dari 3 orang ibu korban tsunami yang mengalami PTSD, 3 orang anak yang memiliki *Transgenerational* trauma. Adapun jumlah informan pendukung PTSD ada 3 orang dan 3 orang informan pendukung *Transgenerational*. Pemilihan informan menggunakan *purposive sampling* yang mengalami PTSD dan *Transgenerational* trauma. Menurut Bagong Suryanto (2005). Informan di bagi menjadi 2 bagian yang pertama informan utama yang mengetahui secara detail kejadian-kejadian yang dialaminya dan informan pendukung yang dapat memberikan memberikan informasi walaupun tidak secara langsung terlibat dalam interaksi sosial yang diteliti. Penentuan subjek penelitian menggunakan tehnik *purposive sampling* dengan menggunakan kriteria tertentu (Heryana, 2018). Adapun kriterianya adalah sebagai berikut:

1. Ibu yang merupakan korban tsunami.
2. Ibu yang memiliki gejala dan Riwayat PTSD (sebelum memilih, peneliti melakukan *screening* agar lebih akurat).
3. Ibu yang memiliki anak usia 10-16 tahun yang mengalami *Transgenerational* trauma.

**Adapun prosedur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:**

1. Peneliti melakukan studi literatur melalui jurnal, artikel, riset-riset

- penelitian sebelumnya dan mencari informasi tentang *transgenerational*.
2. Peneliti menentukan ibu yang mengalami PTSD dan anaknya mengalami *transgenerational* kemudian peneliti menghubungi nya dan mulai mengumpulkan data awal (yang di sajikan di bab 1)
  3. Di karenakan jumlah informan yang kurang maka, peneliti menanyakan ke beberapa orang terdekat, kerabat, saudara apakah ada yang mengenal atau ada yang mengetahui dan mengenal korban tsunami yang masih mengalami PTSD (*post traumatic stress disorder*) serta anaknya yang mengalami *transgenerational* trauma (sebelumnya peneliti menjelaskan terlebih dahulu kepada orang terdekat, saudara, kerabat apa itu PTSD dan *transgenerational* trauma).
  4. Setelah berhasil mendapatkan informan dari sumber yang lain maka, peneliti langsung menjumpai ke 3 informan yang tinggal di desa yang sama.
  5. Setelah itu peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian yang akan di lakukan.
  6. Menentukan jadwal untuk wawancara
  7. Setelah itu peneliti menanyakan orang terdekat informan, lalu informan mengabarkan orang terdekatnya dan informan menyuruh untuk mengambil nomor informan pendukung.
  8. Peneliti menghubungi informan pendukung dan membuat janji
  9. Peneliti mewawancarai informan pendukung
  10. Peneliti menghubungi kembali informan untuk melakukan scerining dan membuat janji

11. Setelah itu peneliti bergegas untuk ke rumah informan yang mengalami PTSD untuk melakukan scerining agar data yang di dapatkan lebih akurat

Penelitian ini dilaksanakan di Aceh Besar, Nanggroe Aceh Darussalam. Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data melalui screening PTSD memakai alat ukur scerining PTSD yaitu PCLC-C (*Post traumatic stress systems checklist*) dan wawancara yang di susun oleh Weather,litz Huska dan keane (1993). *Screening* adalah penyaringan atau agar peneliti dapat mengetahui kondisi umum seorang informan (Bahris, 2019). Wawancara dilakukan informan utama, dan wawancara informan pendukung dengan tujuan agar peneliti dapat mengali informasi yang lengkap pada korban tsunami yang mengalami PTSD dan anak yang mengalami *transgenerational* trauma menggunakan panduan wawancara semi terstruktur (Fontana&Frey, 2009; Johnson & Tumer, 2010; Sugiono, 2014). Sebelum pengambilan data, para responden diminta untuk mengisi lembar kesediaan sebagai penelitian (*Informed consent*). Subjek penelitian di pilih oleh peneliti secara *purposive* berdasarkan kriteria tertentu.

Peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur dan wawancara informan pendukung seperti adik informan, kakak informan, keponakan informan, paman informan, tante informan serta abang sepupu informan dimana peneliti bertujuan bagaimana gambaran korban tsunami yang mengalami PTSD dan gambaran bagaimana *transgenerational* dapat di turunkan.wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 2 Mei 2021- 6 juni 2021 yang telah disepakati oleh informan. Peneliti mencari bukti mendukung masing-masing kategori tersebut. Langkah-langkah berikutnya mendeskripsikan secara detail, mengembangkan tema atau dimensi, memberikan penafsiran menurut sudut pandang mereka dari perspektif yang ada dalam literatur. Proses pengkodean

(coding) dengan mengelompokkan data teks menjadi informasi digunakan. Pada proses ini lebih kecil sehingga tidak semua informasi digunakan. Pada proses ini menggunakan agregasi kategorikal (pengelompokan menjadi beberapa kategori) selanjutnya peneliti akan berusaha mereduksi kategori tersebut menjadi tema yang akan digunakan di tahap akhir untuk menulis narasi peneliti kemudian menggunakan penafsiran langsung dengan mengembangkan hasil tersebut. Pada fase terakhir peneliti menyajikan gambaran-gambaran mendalam tentang hasil menggunakan narasi ( Creswell, 2015).

Pada penelitian ini menggunakan triangulasi dengan *sumber* sebagai teknik validitas data. Triangulasi dengan *sumber* artinya membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh (Moleong, 2010). Teknik ini dengan cara mengecek data yang telah diperoleh dari informan utama yaitu ibu korban yang mengalami PTSD anak korban tsunami yang mengalami *Transgenerational trauma* yang melalui beberapa sumber informan pendukung yaitu tante dan abang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada ke 3 informan pada sebelum kejadian tsunami ke 3 informan sedang bersama keluarga dan namun pada saat kejadian tsunami ke 3 informan terpisah dari keluarga yang sangat dicintainya ke 3 informan menyaksikan langsung peristiwa tsunami yang sangat mengerikan dan ke 3 informan juga menyaksikan keluarga yang mereka cintai orang tua, anak dan pasangan informan hanyut di terjang gelombang tsunami yang sangat dahsyat menurut informan gelombang tsunami itu airnya sangat hitam dan air tersebut sangat bau di dalam gelombang tsunami tersebut banyak ribuan nyawa manusia yang tidak tertolong.

Ke 3 informan hanya bisa berteriak, menangisi dan tidak mampu menolong keluarganya yang di terjang gelombang tsunami. Ke 3 informan harus mengungsi selama 1 tahun dikarenakan rumahnya hancur karena bencana tsunami. Informan juga merasa bersalah yang sangat besar dan sulit dilupakan dikarenakan informan tidak mampu menolong keluarganya. Sampai saat ini tsunami masih mengusik pikiran informan padahal tsunami sudah 18 tahun berlalu dan informan masih menyimpan trauma yang sangat mendalam pada peristiwa tsunami sampai saat ini sehingga informan mengalami trauma yang berkepanjangan yang disebut post traumatic stress disoreder (PTSD) serta informan memiliki riwayat PTSD. Hal ini diperkuat oleh pernyataan informan pendukung bahwa informan yang mengalami riwayat PTSD berawal dari informan melihat dan menyaksikan langsung peristiwa tsunami yang sangat mengerikan dan informan kehilangan keluarganya dalam kurun waktu yang singkat akibat di terjang gelombang tsunami.

Berdasarkan hasil yang dipaparkan ole Wilam (2021 ), bahwa post-traumatic stress disorder (PTSD) atau gangguan stres pasca trauma adalah gangguan mental yang muncul setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa yang bersifat traumatis atau sangat tidak menyenangkan. PTSD merupakan gangguan kecemasan yang membuat penderitanya teringat pada kejadian traumatis. Hal ini sesuai dengan yang terjadi kepada ke 3 informan yang memiliki gejala PTSD yang tinggi sesuai hasil scerining yang digunakan alat ukur PCLC-C yang disusun oleh Weather,litz Huska dan keane (1993) di dapatkan bahwa ke 3 informan masih sangat tinggi gejala PTSD serta meliputi 15 kriteria: ingatan, pikiran atau gambaran yang berulang dan mengganggu dari pengalaman stres karena tsunami dari masa lalu, mimpi yang berulang-ulang dan mengganggu yang membuat kepikiran tentang tsunami, sering

mengalami peristiwa trauma seolah-olah kembali terjadi, merasa sangat kesal ketika ada yang mengingatkan pengalaman tentang kejadian tsunami, memiliki reaksi fisik seperti (Jantung berdebar-debar, kesulitan bernapas, atau berkeringat).

Hal inilah yang membuat ke 3 informan mengalami tingkat PTSD yang tinggi sesuai dengan yang di paparkan pada PPDGJ III. Menurut PPDGJ III diagnosis pada seorang yang mengalami PTSD adalah : diagnosis baru ditegakkan apabila gangguan ini timbul dalam kurun waktu 6 bulan setelah kejadian traumatik berat (masa laten yang berkisar antara beberapa minggu sampai beberapa bulan, jarang sampai melampaui 6 bulan). Kemungkinan diagnosis masih bisa ditegakkan apabila tertundanya waktu mulai saat kejadian dan onset gangguan melebihi waktu 6 bulan, asal saja manifestasi klinisnya adalah khas dan tidak dapat alternative kategori gangguan lainnya, sebagai bukti tambahan selain trauma, harus didapatkan bayang-bayang atau mimpi-mimpi dari kejadian traumatik tersebut secara berulang-ulang kembali (flashbacks), gangguan otonomik, gangguan afek dan kelainan tingkah laku semuanya dapat mewarnai diagnosis tetapi tidak khas suatu "sequelae" menahun yang terjadi lambat setelah stress yang luar biasa (Pioner, 1998).

Menurut ke 3 informan sampai saat ini informan masih merasakan rasa was-was, ketakutan yang mendalam bahkan rasa bersalah mereka yang begitu besar sampai saat ini dan sering flash back ke masa-masa dimana tsunami menerpa dirinya ke 3 mengakui informan tersebut mengakui bahwa setelah kejadian tsunami, informan kehilangan aktivitas dan minat informan yang dahulunya informan kerjakan sebelum tsunami. Selain itu informan sering sekali bermimpi buruk tentang peristiwa tsunami, adapun upaya yang dilakukan ketika informan mimpi

buruk ialah dengan melakukan shalat tahajud, membaca doa dan membaca istigfar. Hal ini diperkuat hasil pernyataan ke 3 informan pendukung bahwa informan yang mengalami PTSD sampai saat ini masih merasakan ketakutan yang mendalam pada tsunami dan masih merasakan cemas yang berlebihan.

Menurut Wahyuni (2016) (post traumatic stress disorder) PTSD adalah gangguan kecemasan yang muncul akibat suatu kejadian atau beberapa kejadian traumatis yang dialami maupun disaksikan langsung. Ketika informan mimpi buruk upaya yang dilakukan informan dengan dengan shalat tahajud, istigfar, berdoa. Berdasarkan hasil yang dipaparkan Matheny (2012), menjelaskan bahwa coping sebagai upaya yang bersifat sehat maupun tidak sehat, positif maupun negatif, usaha secara sadar maupun tidak sadar, mencegah, menghilangkan, atau mengurangi stressor atau memberi ketahanan yang di timbulkan oleh stres.

Menurut ke 3 informan setelah kejadian tsunami informan menikah lagi dan mempunyai anak hampir setiap hari informan menceritakan pengalaman buruknya kepada anak mereka, selain itu ke 3 informan merasa cemas, khawatir dan was-was ketika anak mereka pergi ke pantai atau ke tempat yang dianggap mengerikan oleh informan. Alasan ke 3 informan menceritakan pengalaman buruk mengenai bencana tsunami karena mereka takut kehilangan anaknya dan tidak mau terulang lagi kejadian tersebut. Adapun dampak menceritakan kejadian tsunami secara terus menerus kepada anaknya dapat mengakibatkan Transgenerational trauma yaitu trauma turunan. Hal ini diperkuat dari hasil pernyataan ke 3 informan pendukung bahwa ke 3 informan sering menceritakan pengalaman buruknya kepada anak-anaknya. Hasil tersebut diatas berkaitan dengan yang dipaparkan oleh Widy (2019), trauma yang

berkepanjangan menimbulkan dampak hyperarousal ialah sekelompok gejala yang dialami oleh penderita PTSD, dampak ini membuat korban kesulitan dalam mengontrol emosi dengan baik. Hyperarousal di tandai dengan kewaspadaan yang berlebihan sehingga cenderung bereaksi spontan tanpa berpikir dampak selanjutnya.

Berdasarkan ke 3 informan yaitu anak kandung ibu yang mengalami PTSD ditemukan bahwa anak-anak yang berumur 15 tahun mengalami transgenerational trauma melalui pengalaman buruk ibunya. Hal ini di perkuat dengan pernyataan dari informan pendukung bahwa informan yang mengalami Transgenerational dikarenakan hampir setiap hari ibunya menceritakan pengalaman buruk kepada anak-anaknya sehingga anaknya mengalami Transgenerational trauma. Hasil ini sesuai dengan paparan Ecanto (2021), bahwa Transgenerational melibatkan suatu proses trauma orang tua yang belum terselesaikan, kemudian orang tua memindahkan traumanya kepada anaknya melalui interaksi tertentu. Hal ini tanpa disadari dan tertanam pada hidup seseorang dan masuk kedalam nilai serta sikap yang diajarkan orang tua, keluarga dengan riwayat trauma, depresi, kecemasan dan kecanduan yang belum terselesaikan dapat mewariskan strategi koping maladaptif ( perilaku yang tidak sesuai ransangan internal).

Hasil penelitian ditemukan bahwa anak-anak yang mengalami transgenerational trauma mengalami rasa was-was, khawatir yang berlebihan jika kejadian tsunami terjadi kepada dirinya bahkan meraka merasa takut untuk pergi ke pantai. Selain itu informan sering di bully dan sering menyendiri akibat trauma turunan dari ibunya. Hasil ini sesuai dengan paparan Vika(2019) bahwa gejala Transgenerational berawal dari keluarga dengan riwayat PTSD serta trauma yang

belum usai akhirnya di tularkan ke anaknya sehingga anaknya juga memiliki riwayat kecemasan, khawatir dan anti sosial.

Hasil penelitian juga menemukan bahwa ibu yang mengalami PTSD dan anak yang mengalami Transgenerational trauma tidak mendapatkan dukungan sosial dari orang sekitar. Hal ini di perkuat oleh pernyataan informan pendukung yang mengatakan bahwa mereka tidak begitu peduli dengan keluarga mereka dan sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Berdasarkan paparan Tentama (2014), bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi PTSD. Individu yang mendapatkan dukungan sosial berupa emosional dari orang disekitarnya untuk saling berbagi dan bercerita mengenai perasaan dan pengalaman traumatik, dapat sembuh lebih cepat dibanding dengan mereka yang tidak mendapatkan dukungan. Selain itu beberapa hasil penelitian menunjukkan dukungan sosial menjadi salah satu faktor penting yang ikut menentukan trauma yang dialami para korban bencana alam.

Dukungan sosial menyebabkan korban bencana alam lebih diperhatikan. Korban yang merasa mendapatkan dukungan sosial secara emosional akan merasakan perasaan lega karena merasa diperhatikan, mendapatkan arahan atau saran maupun kesan yang dirasa menyenangkan pada dirinya. Menurut Jannah, (2019), Dukungan sosial dapat melindungi individu dari efek yang timbul dari peristiwa-peristiwa negatif. Individu yang mendapat dukungan oleh lingkungan maka segalanya akan terasa lebih mudah. Dukungan sosial dibutuhkan individu agar dapat menjadi pribadi yang kuat dan dapat mengatasi setiap permasalahan hidup. Individu yang mendapat dukungan sosial baik dari keluarga, teman atau lingkungannya akan lebih mampu menghadapi kesusahan atau kesulitan



dibandingkan individu yang kurang menerima dukungan tersebut.

Hasil penelitian pada ke 3 ibu yang mengalami PTSD ditemukan bahwa rata-rata berpendidikan rendah dan ekonomi yang rendah pula. Hal ini di perkuat oleh data-data dari informan. Menurut Susliswati (2010) mengatakan pendidikan dan ekonomi sangat mempengaruhi seorang individu yang mengalami PTSD (post traumatic disorder) dikarenakan kurang nya mendapat informasi tentang strategi coping dan ketahanan jika bencana datang. Berdasarkan hasil penelitian dari National center of PTSD (2009), banyak masyarakat dari pendidikan terakhir SMP dan mempunyai ekonomi yang rendah kurang nya terampil menggunakan coping atau ketahanan diri saat terjadi kehilangan dan berduka akibat bencana kebanyakan saat bencana panik dan khawatir terhadap berbagai hal, hal ini mengarahkan kepada coping yang destruktif sehingga rentan mengalami PTSD.

Berdasarkan data informan yang mengalami PTSD ditemukan ke 3 informan mengalami PTSD semuanya wanita, hal ini berdasarkan paparan oleh Yovita (2019) yang memaparkan bahwa wanita lebih cenderung mengalami PTSD karena wanita lebih sering mematkan rasa dan banyak melakukan penghindaran akan trauma yang di rasa. Wanita cenderung memiliki suasana hati negatif dengan gangguan kecemasan, pravelensi angka kejadian PTSD (post trsumatic stress disorder) dalam kehidupan pria sekitar 5-6% sedangkan pada wanita sebesar 10-12% artinya kejadian PTSD (post traumatic stress disorder) pada wanita dua kali lipat lebih tinggi di bandingkan dengan pria, selain itu PTSD pada wanita lebih cenderung lebih lama. Secara rata-rata wanita mengalaminya selama 4 tahun selain itu wanita juga lebih rentan mengalami PTSD kronis dibandingkan pria. Akan tetapi hasil menunjukan bahwa

ada suatu tipe trauma atau respons wanita terhadap yang menyebabkan wanita lebih berisiko mengalami PTSD (post traumatic stress disorder).

Berdasarkan data informan yang mengalami transgenerational trauma ialah anak-anak yang berusia 15-16 tahun. Berdasarkan hasil wawancara pada anak yang mengalami Transgenerational trauma ditemukan bahwa sejak kecil mereka sudah di ceritakan pengalaman buruk ibunya tentang bencana tsunami. Hal ini perkuat oleh pernyataan informan pendukung yang mengatakan bahwa ke 3 informan sudah ibunya sering menceritakan pengalaman buruknya tentang kejadian tsunami sejak anaknya masih kecil. Hal ini dikaitkan dengan pernyataan Hurlock (1998), memori anak saat kecil akan lebih cepat mengingat dan akan tersirat ke dalam pikiran nya, pada usia 10-16 tahun perkembangan emosional anak akan menunjukkan ketergantungan pada orang tua nya bahkan tekanan dari lingkungan pertemanan yang dirasakan akan semakin besar. Begitu pula dengan identitas dirinya, meskipun begitu pada usia ini anak masih akan menganggap orang tua memiliki kekuasaan yang sangat besar hal ini membuatnya masih mengikuti aturan-aturan dan prinsip dari orang tua nya.

Berdasarkan hasil penelitian Ike (2021), didapatkan bahwa anak-anak akan mengenal dan memahami dunia melalui pengasuhan orang tua, anak akan meniru perilaku orang tua dan belajar menavigasi hubungan masa depan berdasarakan bagaimana mereka belajar berhubungan dengan orang tua. Jika dalam proses orang tua memproyeksikan traumanya kepada anak misalnya dengan cerita pengalaman buruk nya sehingga anak akan menjadi was-was ketakutan yang berlebihan akibat pengalaman buruk yang di ceritakan oleh orang tua nya maka trauma itu akan bisa menurun kepada anak-anaknya tanpa disadari.

Kelebihan penelitian ini mengungkapkan hal-hal dan gambaran tentang transgenerational trauma secara detail melalui tahapan screening, wawancara informan yang mengalami PTSD, wawancara anak yang mengalami transgenerational trauma yang ibunya memiliki riwayat PTSD, wawancara informan pendukung ibu yang mengalami PTSD dan wawancara informan yang anak yang mengalami Transgenerational sehingga hasilnya lebih akurat. Selain itu penelitian ini mengungkapkan permasalahan tentang Transgenerational trauma tsunami yang belum banyak diketahui masyarakat luas.

Kelemahan penelitian ini membutuhkan waktu yang lama dalam mencari informan mengingat bencana tsunami yang sudah lama terjadi dan jumlah informan yang sangat terbatas, minimnya jurnal dan buku-buku transgenerational trauma.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa proses terjadinya PTSD dikarenakan PTSD (post traumatic stress disorder) dikarenakan bencana tsunami Aceh yang sangat mengerikan dan menyaksikan peristiwa langsung orang-orang terdekat informan di terjang gelombang tsunami yang sangat mengerikan. Informan yang mengalami PTSD (post traumatic stress disorder) mengalami mengingat kembali pengalaman secara traumatis secara terus menerus, seperti mimpi buruk atau kilas balik (flash back) hal ini yang menyebabkan emosi informan yang kurang stabil. terjadinya PTSD sudah bertahun-tahun setelah pasca bencana tsunami, maka dari itu informan yang mengalami PTSD susah menghadapi kesulitan kehidupan yang normal, PTSD merasakan kecemasan yang berlebihan hingga saat ini sudah hampir 18 tahun lamanya dikarenakan

masih menyimpan dan menyisakan luka yang mendalam pada ibu yang mengalami PTSD.

Dampak dari trauma yang berkepanjangan atau PTSD ialah ibu akan menurunkan traumanya kepada anak-anaknya melalui cerita pengalaman buruknya pada saat peristiwa tsunami sampai sekarang sehingga anak dari ibu yang mengalami PTSD juga ikut merasakan transgenerational trauma turunan dari ibunya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, bahwa Transgenerational trauma dapat diturunkan oleh ibu yang mengalami tingkat PTSD yang sangat tinggi dan masih mengalami PTSD sampai sekarang.

Ibu yang mengalami PTSD mewariskan traumanya melalui cerita - cerita pengalaman buruk tentang tsunami Aceh dari ibu informan Transgenerational yang mengalami PTSD, ibu yang mengalami PTSD menceritakan pengalaman buruknya sejak anaknya masih kecil. Pada anak yang mengalami transgenerational merasakan waspada, rasa cemas yang berlebihan, takut pergi kepantai, sulit berkonsentrasi, anti social, sering di bullying di sekolah dan sampai saat ini anak yang mengalami transgenerational belum ada penanganan lebih lanjut dan tidak adanya dukungan sosial dari orang terdekat.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- APA. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder 4th ed.*, textrev. Washington DC: Author
- Adler-Nevo, G., & Manassis, K. (2005). Psychosocial treatment of pediatric posttraumatic stress disorder: The neglected field of single-incident trauma. *Depression and Anxiety*, 22, 177–189.
- Ancharoff, M. R., Munroe, J. F., & Fisher, L. M. (1998). *The legacy of combat trauma*.

- In Y. Danieli (Ed.), *International handbook of multigenerational legacies of trauma* (pp. 257–276). New York: Plenum Press.
- Ayyash-Abdo, H. (2001). Childhood bereavement: What school psychologists need to know. *School Psychology International*, 22(4), 417–433.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bacque, M. (2003). L'enfant en deuil est-il nécessairement d'éprouvé? Critères d'évaluation du chagrin. In B. Cyrulnik, & C. Seron (Eds.), *La résilience ou comment renaître de sa souffrance?* (pp. 235–248). Paris: Editions Fabert.
- Bradway, K., & McCoard, B. (1997). *Sandplay: Silent workshop of the psyche*. London: Routledge.
- Brunschwig, H. (1992). *Passions de famille*. Paris: Payot.
- Backman, L., & Forsell, Y. (1994). Episodic Memory Functioning in a Community-Based Sample of Old Adults With Major Depression: Utilization of Cognitive Support. *Journal of Abnormal Psychology*, 103, 361-370.
- Beaton, R., Murphy, S & Corneil, W. (1996). Prevalence of Post Traumatic Stress Disorder Symptomatology in Professional Urban firefighter in two Countries. Paper Presented at The International Congress of Occupational Health, Stockholm, Sweden.
- Cohen, M. (2005). Strategic communications and mental health: The WTC attacks, 1933 and 2001. In Y. Danieli, & R. L. Dingman (Eds.), *On the ground after September 11: Mental health responses and practical knowledge gained* (pp. 130–136). New York: Haworth Maltreatment and Trauma Press.
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Cloitre, M., et al. (2005). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric Annals*, 35(5), 390–398.
- Cooper, J. (1978). *An illustrated encyclopedia of traditional symbols*. London: Thames and Hudson.
- Danieli, Y., & Dingman, R. L. (2005). The schedule of loss and sorrow. In Y. Danieli, & R. L. Dingman (Eds.), *On the ground after September 11: Mental health responses and practical knowledge gained* (pp. 1–15). New York: Haworth Maltreatment and Trauma Press.
- Davidson, J., Swartz, M., Storck, M., Krishnan, R. R., & Hammett, E. (1985). A diagnostic and family study of posttraumatic stress disorder. *American Journal of Psychiatry*, 142(1), 90–93.
- Hamidi. 2010. *Metode Penelitian Kualitatif*. Malang: UMM Press.
- Hardiansyah, Haris. 2012. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Maryadi dkk. 2010. *Pedoman Penulisan Skripsi FKIP*. Surakarta: BP-FKIP UMS.
- Miles, B. Mathew dan Michael Huberman. 1992. *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber Tentang Metode-metode Baru*. Jakarta: UIP.
- Miles, B. Mathew dan Michael Huberman. 1992. *Analisis Data Kualitatif (Buku Sumber tentang Metode-metode Baru)*. Jakarta: UIP.
- Moleong, Lexy. 2004. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT.Remaja Rosda Karya.
- Ndraha, Taliziduhu. 1987. *Desain Riset dan Teknik Penyusunan Karya Tulis Ilmiah*. Jakarta: Bina Aksara.
- Puji. 2013. "Penanaman Sikap Dan Perilaku Cinta Tanah Air Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler Seni Karawitan di SMP Negeri 5 Malang". Skripsi. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Siswantoro. 2005. *Metode Penelitian Sastra: Analisis Psikologis*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Slameto. 2010. *Belajar dan Faktor-faktor yang mempengaruhi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sudaryanto. 2003. *Teori dan Praktik Analisa Wacana*. Yogyakarta: Duta Wacana University Press.
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Louise Lacroix, MA, ATRa,b, Cecile Rousseau, MD a,b, Marie-France Gauthier, MA, ATa,b, Abha Singh, MA, ATa,b, Nadia Giguere, MA a,b, Yasmine Lemzoudi, Immigrant and

refugee preschoolers' sandplay  
representations of the tsunami. *The Arts  
in Psychotherapy* 34 (2007) 99–113

SALBERG (2015) The TEXTURE OF  
TRAUMATIC ATTACHMENT:  
PRESENCE AND GHOSTLY  
ABSENCE IN  
TRANSGENERATIONAL  
TRANSMISSION, *The Psychoanalytic  
Quarterly*, 2015 Volume LXXXIV,  
Number 1

Pramita Indah (2020) Gejala Post Traumatic  
Stress Pada Remaja Yang Mengalami  
Kekerasan Oleh Ibunya, Skripsi  
Universitas Santa Dharma