

Peran Konselor dalam Intervensi Korban Pasca Bencana Gempa Bumi di Sumatera Barat Berbasis Konseling Islami

Rizki Amalia

Program Studi Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
e-mail: arizky11m@gmail.com

Abstrak

Sumatera Barat adalah daerah rawan bencana, dan Padang terletak di ring api. Potensi bencana dan kerentanan di daerah perkotaan tinggi. Beberapa penelitian mengungkap kearifan budaya di masyarakat yang berpotensi sangat berharga dalam menghadapi masalah bencana alam yang melanda wilayah tersebut, selain itu budaya di Sumatera Barat kental akan ajaran islami sesuai dengan falsafah Adat Basandi Syarak–Syarak Basandi Kitabullah. Konseling islami diharapkan dapat menangani trauma korban bencana pasca gempa bumi di Sumatera Barat.

Kata kunci: *Konselor, Intervensi Korban Bencana Alam, Konseling Islami*

Abstract

West Sumatra is a disaster-prone area, and Padang is located in the ring of fire. The potential for disaster and vulnerability in urban areas is high. Several studies reveal cultural wisdom in the community that has the potential to be very valuable in dealing with the problem of natural disasters that hit the region, besides that the culture in West Sumatra is thick with Islamic teachings in accordance with the Basandi Syarak-Syarak Basandi Kitabullah Indigenous philosophy. Islamic counseling is expected to be able to handle the trauma of disaster victims after the earthquake in West Sumatra.

Keywords: *Counselors, Intervention of Natural Disaster Victims, Islamic Counseling.*

PENDAHULUAN

Wilayah Indonesia merupakan zona pertemuan dan tumbukan tiga lempeng utama bumi, yaitu Lempeng Indo-Australia, Eurasia, dan Pasifik. Sehingga menjadikan Indonesia sebagai kawasan tektonik yang paling aktif dan kompleks. Sumatera Barat berada di bagian barat tengah Pulau Sumatera, memiliki dataran rendah di pantai Barat dan dataran tinggi vulkanik di wilayah Timur yang dibentuk oleh Bukit Barisan. Sebagian wilayahnya dilalui oleh jalur dan lempeng gunung berapi yang membentang dari Barat Laut ke Tenggara, artinya wilayah yang dilalui rentan terhadap tumbukan antar lempeng bumi dan patahan aktif. Hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya gunung berapi aktif seperti Gunung Tandikat, Gunung Merapi, Gunung Malintang, dan Gunung Talang, sehingga wilayah Sumatera Barat memiliki tingkat kerawanan dan ancaman yang cukup tinggi terhadap bencana alam, khususnya bencana gempa bumi (Sumarni, Nugroho & Adin, 2016).

Peristiwa traumatis dalam kehidupan manusia yang terjadi secara tiba-tiba dan mengubah kehidupan manusia menjadi berantakan. Setelah peristiwa tersebut sebagian individu tidak yakin untuk bisa hidup secara baik lagi seperti sebelum terkena bencana atau peristiwa traumatis (Kinchin, 2007). Dengan kata lain, mereka yang selamat banyak yang mengalami guncangan berat, stres, depresi, dan trauma setelah bencana. Kondisi ini menjadi ancaman serius bagi kehidupan. Dan menjadi lebih serius lagi atau bahaya bagi anak-anak, pasangan, kerabat dekat, atau teman-teman lainnya (Kinchin, 2007). Mereka membutuhkan layanan untuk kesehatan mental, stabilitas emosional, dan optimisme untuk

memulai kehidupan baru pasca kehilangan semua yang berarti dalam hidupnya. Karena itu, bantuan berupa layanan konseling islami penting untuk diprioritaskan.

Pengertian bimbingan dan konseling Islam adalah segala usaha untuk membantu setiap orang yang mengalami kesulitan dalam hidupnya supaya orang tersebut mampu mengatasi setiap kesulitan yang dihadapinya, sehingga timbul dalam dirinya suatu cahaya harapan kebahagiaan hidup saat sekarang dan masa depan (Zulkarnain, 2015). Menurut Sutoyo (2007), bimbingan dan konseling Islam adalah upaya membantu individu belajar mengembangkan fitrah dan atau kembali kepada fitrah, dengan cara memberdayakan iman, akal, dan kemauan yang dikaruniakan Allah kepadanya untuk mempelajari tuntunan Allah dan RasulNya, agar fitrah yang ada pada individu itu berkembang dengan benar dan kokoh sesuai tuntunan Allah.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kajian literatur. Penelitian ini adalah istilah lain dari kajian pustaka, tinjauan pustaka, kajian teoritis, landasan teori, telaah putsaka (literature review), dan tinjauan teoritis. Yang dimaksud penelitian kepustakaan adalah penelitian yang dilakukan hanya berdasarkan atas karya tertulis, termasuk hasil penelitian baik yang telah maupun yang belum dipublikasikan (Embun, 2012). Berisi bagaimana data dikumpulkan, sumber data dan cara analisis data.

PEMBAHASAN

Para korban bencana alam yang lolos dari maut akan mengalami kondisi psikologis yang berat yaitu: Pertama, mereka menanggung beban psikologis yang tidak ringan karena mereka harus hidup dengan trauma kehilangan sanak keluarga dan orang-orang yang dicintainya. Kehilangan orang yang sangat berarti dalam hidupnya bisa dirasakan sebagai pukulan psikologis yang berat. Tidak semua orang sanggup mengatasi penderitaan dipisahkan secara paksa dari orang-orang yang dicintainya. Di sisi lain, mereka kini juga kehilangan pekerjaan dan akses usaha serta modal untuk melanjutkan hidup. Kedua, dalam kondisi yang serba sulit itu, mereka harus mampu segera bangkit dan melakukan penguatan diri sendiri, mengambil hikmah dari seluruh musibah itu untuk modal dasar memulai kehidupan baru dari titik nol, bahkan bisa jadi mereka harus memulai dari kondisi minus. Untuk membangun kembali kehidupan merka dibutuhkan ketegaran jiwa, keyakinan akan kebesaran Allah dan usaha yang kuat (Nirwana, 2012).

Imam Ibnu Katsir rahimahullâh berkata: "Maknanya: seseorang yang ditimpa musibah dan dia meyakini bahwa musibah tersebut merupakan ketentuan dan takdir Allâh Ta'ala, kemudian dia bersabar dan mengharap (balasan pahala dari Allâh Ta'ala), disertai (perasaan) tunduk berserah diri kepada ketentuan Allâh Ta'ala tersebut, maka Allâh Ta'ala akan memberikan petunjuk ke (dalam) hatinya dan menggantikan musibah dunia yang menyimpannya dengan petunjuk dan keyakinan yang benar dalam hatinya, bahkan bisa jadi Allâh Ta'ala akan menggantikan apa yang hilang darinya dengan sesuatu yang lebih baik baginya." Bagi seorang muslim dalam menghadapi trauma diantara yang bias dilakukan adalah: 1). Istighfar, hendaknya beristighfar (memohon ampunan) kepada Allah Ta'ala dan bertaubat kepada-Nya karena Allah Ta'ala tampilkan sebagian adzab-Nya pada hamba-Nya di dunia agar mereka merasakan dampak dari perbuatan mereka agar mereka tersadarkan dan kemudian kembali kepada-Nya. 2). Beramal Shalih, hendaknya beramal shalih dan menambah kedekatan serta ketaqwaan kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala karena dengan kehendak Allahlah musibah itu datang dan hanya dengan kehendaknya pulalah musibah itu dapat berlalu. 3). Bersabar, hendaknya bersabar terhadap musibah yang menyimpannya untuk mengharap pahala yang besar dari Allah Subhanahu wa Ta'ala. Demikianlah sepantasnya seorang muslim bersikap dalam menghadapi musibah. Jika perkara-perkara yang telah disebutkan di atas dapat diamalkan seseorang ketika sedang tertimpa musibah, apapun yang akan menimpa dirinya maka akhir dari semua perkaranya adalah kebaikan (Hanton, 2018).

Masyarakat minang memegang teguh nilai-nilai religius maka konselor dapat mengintegrasikan masa pemulihan dengan nilai budaya minang kabau dengan konseling berbasis agama, di antaranya adalah:

- a. Kekuatan motto Adat basandi syara" Syara" basandi kitabullah, merupakan dukungan moral yang luar biasa bagi masyarakat Minangkabau. Peristiwa apa pun yang terjadi termasuk peristiwa gempa yang jelas membawa perubahan yang luar biasa terhadap pribadi, lingkungan dan kehidupan bermasyarakat, maka pada umumnya masyarakat memandangnya sebagai suatu takdir.
- b. Kemauan yang kuat untuk mengambil makna dan bersyukur. Masyarakat minangkabau senantiasa mengambil makna dari setiap peristiwa yang dilaluinya.
- c. Kekuatan spiritual, masyarakat Minangkabau identik dengan Agama Islam, bahkan ada yang berpendapat kalau tidak Islam bukan orang minang. Ungkapan "ini takdir" "Allah tidak memberikan bencana atau kesakitan melebihi dari yang umatnya mampu menghadapinya", "ini ujian atau peringatan dari Allah".
- d. Kemauan belajar dari Alam. "Alam takambang jadi guru" masyarakat minangkabau senantiasa belajar dari peristiwa yang ada.
- e. Kepribadian yang ulet dan pantang menyerah, masyarakat minang dengan budaya merantau dan jiwa pedagangnya sudah terkenal memiliki kepribadian yang ulet. Kepribadian ini tentunya merupakan modal untuk bangkit dan tidak berlama-lama dalam kerisauan (Afnibar, 2012).

Bentuk-bentuk strategi konseling islami yang dilakukan konselor dalam intervensi klien korban bencana alam, yaitu:

- a. Mengidentifikasi masalah

Sebelum mengidentifikasi masalah klien korban bencana alam konselor islami hendaknya mengajak klien tersebut Istighfar sampai klien merasa tenang. Setelah itu konselor melakukan intervensi krisis yaitu mendefinisikan dan memahami masalah dari sudut pandang klien. Sesi intervensi dimulai dengan konselor berlatih apa yang disebut inti keterampilan mendengarkan: empati, keaslian, dan penerimaan atau hal positif.

- b. Melakukan assesmen

Konselor melakukan assesmen, konselor dapat menggunakan assesmen ABC. Penilaian objektif didasarkan pada penilaian dari fungsi klien di tiga wilayah yang dapat disebut sebagai ABC penilaian/asesmen: afektif (perasaan atau nada emosional), perilaku (tindakan atau aktivitas psikomotor), dan kognitif (pola pikir) James (2008).

- c. Rencana tindak lanjut

Setelah melakukan assesmen, maka konselor dapat mengetahui rencana tindak lanjut untuk klien, apakah si klien cukup dengan proses konseling atau di alih tangankan kepada psikolog, psikiater, dan lain-lain.

- d. Pemulihan berbasis agama

Pemulihan jiwa selain secara metode keilmuan juga dapat secara rohani atau nilai-nilai religius. Beramal Shalih menambah kedekatan serta ketaqwaan kepada Allah Subhanahu wa Ta'ala karena dengan kehendak Allahlah musibah itu datang dan hanya dengan kehendaknya pulalah musibah itu dapat berlalu. Pemulihan berbasis agama yaitu dengan do'a, zikir, sholat malam.

- e. Dukungan keluarga

Dukungan keluarga dapat mempercepat pemulihan klien krisis, berpengaruh untuk memperkuat rasa optimis klien.

- f. Evaluasi

Konselor melakukan evaluasi terhadap perkembangan klien dan melihat perubahan-perubahan apa saja yang dialami klien.

Aplikasi strategi intervensi konseling islami oleh konselor dalam menangani korban bencana gempa bumi, yaitu:

a) Aplikasi untuk Terapi Singkat

Konseling berfokus untuk klien seperti asumsi tanggung jawab pribadi, membuat komitmen untuk memutuskan dan bertindak, dan memperluas kesadaran mereka tentang situasi mereka saat ini. Hal ini dimungkinkan untuk waktu yang terbatas. Pendekatan untuk melayani sebagai katalis untuk klien untuk menjadi aktif dan sepenuhnya terlibat dalam masing-masing sesi terapi mereka. Pada aplikasi terapi singkat ini berfokus menanganai permasalahan apa yang ingin ditangani dan tujuan yang ingin di capai. Jadi terapi singkat ini sangat efektif untuk intervensi korban bencana alam dan waktunya singkat.

b) Aplikasi untuk konseling Individual

Dalampengaplikasian konseling individual, konselor mengintegrasikan nilai-nilai budaya masyarakat minang kabau serta nilai religius pada korban gempa bumi di Sumatera Barat. Dalam konseling individual ini konselor mengarahkan klien menggunakan hati/qolbu dalam melihat masalah, dan sekaligus mendorong klien menggunakan aqalnya dan bertanya pada hati nuraninya sehingga klien menyadari dan menerima kehidupan yang diberikan oleh Allah dengan keridhoan dan keikhlasan.

c) Aplikasi untuk Konseling Kelompok

Kelompok konseling dapat menjadi format yang sangat baik untuk menangani masalah. Adanya konseling kelompok ini para korban bencana tersebut dapat terbuka serta berbagi kisah mereka sehingga nantinya mereka bisa berbagi dan memberikan pendapat dari keadaan yang mereka alami. Dalam konseling kelompok ini anggota kelompok dapat saling menguatkan serta berdoa bersama dan mendekatkan diri kepada Allah SWT.

SIMPULAN

Pasca bencana gempa bumi akan menimbulkan dampak psikologis bagi para korban sehingga perlu dilakukannya pemulihan untuk para korban tersebut salah satunya dengan konseling islami. Peran konselor sangat berpengaruh terhadap intervensi krisis bagi para korban bencana alam. Proses konseling yang diintegrasikan dengan nilai-nilai islam dinilai efektif dalam menangani klien korban bencana alam.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnibar. 2012. Konseling Traumatik untuk Korban Gempa dan Resiliensi di Kalangan Masyarakat Minangkabau. *Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling*.
- Embun, B. 2012, April 17. Banjir Embun. Retrieved from Penelitian Kepustakaan: <http://banjirembun.blogspot.co.id/2012/04/penelitian-kepustakaan.html>.
- Hanton. 2018. Konseling Traumatik dalam Pendidikan Islam. *Jurnal El-Rusyd*. 2(1), 81-84.
- James, R.K. 2008. *Crisis Intervention Strategies (6th Edition)*. California: Brooks/Cole.
- Kinchin, D. 2007. *A Guide to Psychological Debriefing*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Nirwarna, Herman. 2012. Konseling Pasca Bencana. *Jurnal Ta'dib*. 15(2), 123-128.
- Sumarni, A.D.W., Sutopo, P.N., & Addin, T.N. 2016. Pengurangan Risiko Bencana Gempa Bumi-Tsunami di Pangkalan TNI AU Padang Akibat Megathrust Mentawai. 2016. *Jurnal Pertahanan*. 6(1), 119-149 .
- Sutoyo, Anwar. 2007. *Bimbingan dan Konseling Islami (Teori & Praktik)*. Semarang : Cipta Prima Nusantara.
- Zulkarnain. 2015. Bimbingan Konseling Individu dan Kelompok. *Jurnal El Hikam*. 8(1), 191-208.