

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Banjir di Pesanggrahan, Jakarta Selatan, merupakan fenomena yang berulang dan berkaitan erat dengan tingginya intensitas hujan, meluapnya Kali Pesanggrahan, serta kondisi drainase dan infrastruktur pengendali air yang belum sepenuhnya mampu menampung debit air saat hujan deras. Pada beberapa kejadian, banjir di wilayah ini merendam permukiman warga hingga sekitar satu meter dan bahkan mengganggu akses jalan utama. Berdasarkan fenomena dilapangan, peneliti menemukan beberapa anak yang mengalami trauma terhadap banjir tersebut.

Bencana banjir tidak hanya menimbulkan kerugian material, tetapi juga berdampak besar pada kondisi psikologis anak-anak yang menjadi korban. Anak merupakan kelompok yang rentan mengalami rasa takut, cemas, kehilangan rasa aman, bahkan trauma setelah bencana, sehingga membutuhkan penanganan psikososial yang tepat agar tidak mengganggu perkembangan emosi dan sosial mereka. Dalam konteks pascabencana, pemulihan psikologis anak menjadi penting karena pengalaman traumatis dapat bertahan lebih lama jika tidak ditangani sejak awal. (Susanti et al., 2024)

Tabel 1. 1 Jumlah Terdampak Banjir di Kecamatan Pesanggrahan

No	RW (RT)	Kelurahan	Jumlah KK	Sumber
1	01 (01,06,011)	Petukangan Selatan	80	Kelurahan Petukangan Selatan, Februari 2026
2	02 (04,016)	Petukangan Selatan	93	Kelurahan Petukangan Selatan, Februari 2026
3	04 (04)	Petukangan Selatan	40	Kelurahan Petukangan Selatan, Februari 2026
4	05 (06)	Petukangan Selatan	136	Kelurahan Petukangan Selatan, Februari 2026
5	01 (01,05,08,09,01 1)	Petukangan Utara	159	Kelurahan Petukangan Utara, Juni 2026
6	08 (01,02)	Petukangan Utara	45	Kelurahan Petukangan Utara, Juni 2026
7	09 (01,02,03,04,05 ,06,07,08,09,01 0)	Petukangan Utara	1027	Kelurahan Petukangan Utara, Juni 2026
8	03 (04,05)	Bintaro	469	Kelurahan Bintaro, Tahun 2025

9	12 (01)	Bintaro	172	Kelurahan Bintaro, Tahun 2025
10	01 (01,02,03,04,05 ,06,07,08)	Ulujami	200	Kelurahan Ulujami, Tahun 2025
11	03 (04,017,019)	Ulujami	150	Kelurahan Ulujami, Tahun 2025
12	04 (05,07,016)	Ulujami	100	Kelurahan Ulujami, Tahun 2025
13	05 (08,09,010)	Ulujami	50	Kelurahan Ulujami, Tahun 2025
14	07 (07,08,09)	Ulujami	50	Kelurahan Ulujami, Tahun 2025

Intelligentia - Dignitas

Salah satu pendekatan yang banyak digunakan untuk membantu anak pascabencana adalah terapi bermain. Penelitian menunjukkan bahwa terapi bermain dapat menurunkan trauma pada anak korban bencana alam secara signifikan, karena melalui bermain anak dapat mengekspresikan emosi, mengalihkan perhatian dari pengalaman traumatis, dan merasa lebih aman dalam proses pemulihan. Pendekatan ini juga didukung dalam kegiatan psikososial pascabanjir, di mana play therapy membantu anak mengurangi stres dan memfasilitasi pemrosesan trauma. (Meiliadewi et al., 2020)

Studi pada anak korban banjir di West Martapura menunjukkan bahwa intervensi bermain yang dilakukan selama beberapa minggu mampu menurunkan gejala PTSD secara signifikan dengan hasil uji Wilcoxon $p = 0.000$. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi bermain dapat menjadi metode yang efektif untuk membantu anak mengekspresikan emosi, mengurangi ketegangan, serta membangun kembali rasa aman setelah mengalami bencana. (Pertiwiwati et al., 2021)

Dukungan terhadap efektivitas play therapy juga ditemukan pada penelitian lain yang menyoroti trauma healing pada anak penyintas bencana bumi Cianjur. Dalam penelitian tersebut, kegiatan play therapy yang dikemas melalui permainan menyenangkan, bernyanyi, dan aktivitas edukatif menunjukkan adanya perubahan positif pada anak, khususnya dalam membaiknya fungsi dan pola hidup mereka. Temuan ini memperlihatkan bahwa permainan dapat menjadi media yang dekat dengan dunia anak sekaligus berfungsi sebagai sarana terapi psikososial. (Lia Maliadani & Wa Ode Asmawati, 2024)

Dalam beberapa praktik pendampingan anak korban banjir, kegiatan bermain dikembangkan menjadi bentuk yang lebih menyenangkan dan aktif, misalnya permainan yang melibatkan gerak, interaksi, dan ekspresi bebas. Model permainan yang dirancang secara tepat dapat menciptakan suasana aman, meningkatkan rasa gembira, dan memperkuat relasi sosial antar anak, sehingga mendukung proses healing secara lebih efektif. Karena itu, pengembangan model permainan air menjadi menarik untuk dikaji, terutama karena unsur air dan permainan dapat memberikan pengalaman yang menyenangkan sekaligus terapeutik bagi anak. (Susanti et al., 2024)

Selain itu, hasil penelitian tentang terapi bermain pada anak korban bencana alam menunjukkan adanya perbedaan pengaruh yang signifikan antara kelompok yang mendapat terapi bermain dan kelompok yang tidak mendapat intervensi. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa aktivitas bermain dapat dijadikan media intervensi untuk membantu pemulihan trauma anak pascabencana banjir. Oleh sebab itu, penelitian mengenai model permainan air untuk healing anak korban bencana banjir menjadi relevan untuk dikembangkan sebagai alternatif intervensi yang praktis, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan anak. (Meiliadewi et al., 2020).

Model pembelajaran berbasis permainan air sebenarnya sudah pernah dikembangkan dalam berbagai penelitian, terutama pada pembelajaran akuatik dan renang anak usia dini maupun sekolah dasar. Namun, setiap penelitian biasanya memiliki perbedaan pada bentuk permainan, tujuan pembelajaran, karakteristik peserta didik, maupun media yang digunakan. Contohnya penelitian tentang model

permainan pernapasan di air untuk anak usia 5–6 tahun serta model pembelajaran fundamental berbasis permainan air. Penelitian-penelitian tersebut menunjukkan bahwa permainan air sudah digunakan sebagai pendekatan pembelajaran yang menyenangkan dan efektif dalam mengenalkan aktivitas akuatik kepada anak. (Syahputra et al., 2022). Jadi, model yang dibuat sekarang dapat dikatakan sebagai pengembangan atau inovasi lanjutan dari model-model sebelumnya, bukan sesuatu yang benar-benar baru. Dengan demikian, model yang dikembangkan saat ini bukanlah sesuatu yang sepenuhnya baru, melainkan bentuk inovasi dan pengembangan dari model-model yang telah ada sebelumnya.

Peneliti memerlukan permainan air karena pendekatan ini sesuai dengan kebutuhan anak-anak korban banjir. Mereka umumnya lebih mudah mengekspresikan perasaan melalui aktivitas bermain dibandingkan percakapan langsung. Terapi bermain terbukti efektif dalam membantu anak-anak yang terdampak bencana alam untuk mengurangi trauma, karena mampu mengalihkan rasa takut, memberikan rasa aman, serta memudahkan mereka dalam memproses pengalaman traumatis. Selain itu, permainan air relevan dengan pengalaman banjir itu sendiri. Anak-anak yang pernah menghadapi situasi menakutkan terkait air dapat dibantu melalui aktivitas bermain air yang terarah, sehingga pengalaman negatif tersebut dapat diubah menjadi kegiatan yang lebih positif, menyenangkan, dan terkendali.

Anak korban bencana banjir memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak pada umumnya karena mereka mengalami pengalaman yang mengancam rasa aman dan memengaruhi kondisi psikologisnya. Setelah mengalami banjir, sebagian

anak menunjukkan perilaku mudah takut ketika melihat air, hujan deras, atau mendengar suara petir. Selain itu, anak juga cenderung menjadi lebih pendiam, mudah menangis, sulit berkonsentrasi, mengalami gangguan tidur, enggan bermain, serta menunjukkan ketergantungan yang lebih besar kepada orang tua atau orang terdekat. Pada beberapa kasus, anak dapat menghindari aktivitas yang berkaitan dengan air karena menganggap air sebagai sumber bahaya. Karakteristik tersebut merupakan respons yang wajar terhadap pengalaman traumatis, namun apabila tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat menghambat perkembangan emosional, sosial, maupun fisik anak.

Dari sisi perkembangan, anak usia sekolah dasar berada pada tahap yang masih sangat membutuhkan aktivitas bermain sebagai media belajar, berekspresi, dan berinteraksi dengan lingkungan. Bermain merupakan cara alami anak dalam mengomunikasikan perasaan, mengurangi ketegangan emosional, serta membangun kembali rasa percaya diri. Oleh karena itu, pendekatan pemulihan psikososial yang dikemas melalui permainan dinilai lebih mudah diterima dibandingkan dengan pendekatan konseling yang bersifat formal. Aktivitas bermain memungkinkan anak memperoleh pengalaman positif, meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan teman sebaya, serta secara bertahap mengurangi rasa takut yang muncul setelah mengalami bencana banjir.

Berdasarkan karakteristik tersebut, diperlukan suatu model permainan yang tidak hanya menyenangkan, tetapi juga mampu memberikan pengalaman positif terhadap media yang sebelumnya menjadi sumber trauma, yaitu air. Permainan air yang dirancang secara bertahap, aman, dan sesuai dengan karakteristik

perkembangan anak diharapkan mampu membantu mengubah persepsi negatif terhadap air menjadi pengalaman yang menyenangkan. Melalui kegiatan tersebut, anak dapat membangun kembali rasa aman, meningkatkan kepercayaan diri, mengembangkan interaksi sosial, serta mempercepat proses healing setelah mengalami bencana banjir. Dengan demikian, pengembangan model permainan air menjadi alternatif intervensi yang relevan untuk mendukung pemulihan psikologis anak korban bencana banjir.

Menurut teori bermain yang dikemukakan oleh Jean Piaget, anak belajar melalui aktivitas bermain dan pengalaman langsung. Melalui permainan air, anak dapat mengembangkan kemampuan motorik maupun kognitif dengan cara mengeksplorasi lingkungan di sekitarnya. Sementara itu, teori konstruktivisme dari Lev Vygotsky menekankan pentingnya interaksi sosial dalam proses belajar. Dalam permainan air, anak memperoleh pengalaman belajar melalui kerja sama, arahan guru, serta interaksi dengan teman sebaya. Teori pembelajaran motor yang dikembangkan oleh Richard Schmidt menjelaskan bahwa variasi pengalaman gerak dan latihan yang dilakukan secara berulang dapat meningkatkan keterampilan motorik. Oleh karena itu, permainan air yang menghadirkan beragam bentuk gerakan dapat membantu anak lebih mudah menguasai keterampilan dasar akuatik. Selain itu, pendekatan bermain air juga sejalan dengan teori pembelajaran humanistik yang menekankan pembelajaran yang menyenangkan, aman, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik sehingga mampu meningkatkan motivasi belajar anak.

Penelitian yang dilakukan oleh Spitorini, Kurniati, dan Tangkudung pada tahun 2017 mengembangkan model pembelajaran gerak fundamental melalui permainan air bagi anak usia 5–6 tahun. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa permainan air mampu meningkatkan keterampilan dasar sekaligus rasa percaya diri anak. (Puspitorini et al., 2017). Selanjutnya, Syahputra (2022) mengembangkan tiga belas model permainan air untuk membantu anak usia dini mempelajari teknik pernapasan di air dengan menggunakan pendekatan ADDIE. (Syahputra et al., 2022) Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Dewi, Indrawan, dan Juliartha pada tahun 2025 menemukan bahwa permainan air dalam pembelajaran renang dapat membantu meningkatkan koordinasi motorik anak usia dini melalui metode yang menyenangkan dan adaptif. (Dewi et al., 2025).

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan masalah diatas, maka fokus penelitian ini adalah “Model Permainan Air untuk *Healing* Anak Korban Bencana Banjir”

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian yang telah dirumuskan diatas, maka rumusan masalah dalam permainan ini yaitu : Bagaimana model permainan air untuk *healing* yang dapat digunakan bagi anak korban bencana banjir?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Kegunaan hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambahkan wawasan sebagai berikut :

1. Kegunaan Teoritis : Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan memperkaya kajian ilmiah tentang terapi bermain, trauma healing, dan pemulihan psikologis anak pascabencana. Penelitian ini juga bisa menjadi referensi bagi peneliti lain yang ingin mengembangkan media atau model intervensi serupa untuk anak korban bencana.
2. Kegunaan Praktis Bagi Anak :
 - a. Mengurangi rasa takut dan cemas
 - b. Menyalurkan emosi secara positif
 - c. Mempercepat proses pemulihan psikologis

Intelligentia - Dignitas