

# PENERAPAN KONSELING TRAUMATIK UNTUK MENGURANGI SINDROM PASCA TRAUMA KORBAN BENCANA LUMPUR LAPINDO PADA SISWA KELAS VIII-A SMP TRIBHAKTI TANGGULANGIN-SIDOARJO

**Muthmainnah**

Alumni Prodi BK-FIP UNESA, email: [che2\\_mut@yahoo.com](mailto:che2_mut@yahoo.com)

**Drs. Moch. Nursalim, M.Si**

Staf Pengajar BK-FIP UNESA, email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**Dr. Tamsil Muis**

Staf Pengajar BK-FIP UNESA, email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

**Dra. Retno Tri Hariastuti, M.Pd, Kons.**

Staf Pengajar BK-FIP UNESA, email: [prodi\\_bk\\_unesa@yahoo.com](mailto:prodi_bk_unesa@yahoo.com)

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Surabaya

## Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji keektifan konseling traumatik dalam mengurangi sindrom pasca trauma bencana lumpur Lapindo di SMP Tribhakti kelas VIII-A Tanggulangin Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan rancangan *pre-eksperimental design* dengan *pre-test* dan *post-test one group design*, dengan metode pengumpulan data yang digunakan adalah angket. Subyek dalam penelitian ini adalah 7 siswa kelas VIII-A SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo yang termasuk kategori rendah.

Teknik analisis data yang digunakan yaitu Uji Wilcoxon, dengan membandingkan antara  $J$  hitung dengan  $J$  tabel dengan taraf signifikan 5% dan  $N=7$ . Dari hasil perhungan diketahui bahwa  $J$  hitung  $\leq J$  tabel ( $0 \leq 2$ ). Jika diketahui bahwa  $J$  hitung  $\leq J$  tabel berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima maka hipotesis penelitian ini diterima yaitu “ada perbedaan skor sindrom pasca trauma antara sebelum dan sesudah kegiatan konseling traumatik”

Dengan demikian menunjukkan bahwa konseling traumatik bisa mengurangi sindrom pasca trauma bencana lumpur Lapindo di SMP Tribhakti kelas VIII-A Tanggulangin Sidoarjo.

Kata Kunci: konseling traumatik, sindrom pasca trauma.

## Abstract

*The purpose of this research is to know whether the counseling traumatic to reduce posttraumatic syndrome of lumpur lapindo victims at SMP Tribhakti in class A Tanggulangin Sidoarjo is successful or not. This research uses pre-experimental design, such as one-group pre test and post-test. Meanwhile, the researcher uses questionnaire in collecting the data. Based on the previous observation, it was known that around 10% students in class VIII A show posttraumatic syndrome. Therefore, the subject of this study is seven students of VIII A class at SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo.*

*Data analysis technique used is j score collected is 0, then J counted score compared with J table with significant standard 5% and  $N=7$ , from J critical table to test the level with Wilcoxon sign which shows that J table score is 2. If  $J$  counted  $\leq J$  table ( $0 \leq 2$ ), so the research hypothesis accepted is “there is a significant difference of posttraumatic syndrome scores between the students before and after getting counseling traumatic activity.*

*Based on the mean score of post-test known that the students who get treatment is 115 which means that it is smaller than the mean of students before getting treatment, which is 123. It is shown that counseling traumatic syndrome in reducing posttraumatic syndrome of Lumpur Lapindo victims at SMP Tribhakti class VIII A Tanggulangin Sidoarjo is successful.*

*Key words: traumatic counseling, posttraumatic syndrome*

## **PENDAHULUAN**

Manusia senantiasa mendambakan kehidupan yang harmonis, tenang, nyaman, aman, dan bahagia. Untuk mencapai kehidupan tersebut mereka berusaha menghindari kehidupan yang merugikan. Kehidupan yang merugikan akan berdampak negatif terhadap kehidupan pribadi, keluarga dan masyarakat sekitarnya. Kehidupan yang merugikan mungkin bersumber dari diri sendiri, orang lain, lingkungan, dan alam sekitar. Sebagai akibat dari kehidupan yang merugikan itu muncul penderitaan bagi manusia. Penderitaan yang dialami manusia bisa mengakibatkan rasa takut. Perasaan tersebut antara lain diakibatkan oleh kegagalan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Perasaan takut yang berlangsung lama sering kali tidak dapat teramati, kecuali ia menampilkan bentuknya dalam gejala yang sering disebut sebagai sindrom trauma. Perasaan takut yang berlangsung lama akan biasa dengan kehidupan sehari-hari, sehingga tidak dapat dibedakan antara perasaan takut biasa dengan perasaan takut yang disebut dengan sindrom trauma.

Remaja yang terjebak dalam kondisi lingkungan yang merugikan, seperti bencana Lumpur Lapindo, bencana tsunami, ledakan bom, banjir, kebakaran, kegagalan dalam studi, kegagalan dalam berusaha, kegagalan dalam bercinta, kehilangan orang yang dicintainya, ditolak oleh keluarga, ditolak oleh teman, mendapatkan tekanan dari teman akan menyebabkan keadaan takut. Apabila keadaan ini terus menerus menimpa manusia, maka manusia akan merasakan kecemasan dan kesakitan yang sangat mendalam. Kondisi seperti ini dalam istilah psikologi dinamakan trauma (Nurihsan, 2005: 82).

Seperti halnya yang terjadi pada Anak-anak Korban Lumpur Lapindo membutuhkan perhatian semua pihak, empati dari semua pihak yang tidak terkena dampak sedikitpun dari Lumpur Lapindo. Dari dampak terjadinya bencana serta rasa kehilangan yang mendalam yang dirasakan anak, menimbulkan trauma yang berkepanjangan. Hal itu juga yang dirasakan oleh para siswa yang menjadi Korban Lumpur Lapindo, secara psikologis mempengaruhi belajar mereka, yang dahulunya anak memiliki kebutuhan untuk belajar

tetapi karena dampak bencana tersebut membuat mereka harus tinggal yang kurang mendukung untuk belajar, sehingga prestasi belajar mereka dalam sekolah pun menurun.

Berdasarkan wawancara dengan koordinator BK di SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo, pihak sekolah menuturkan bahwa sekolah mengalami penurunan jumlah peserta didik, biasanya rombongan belajar bisa mencapai 7 kelas, setelah peristiwa Lumpur Lapindo hanya mencapai 2 bahkan 1 kelas. Berdasarkan pengamatan lanjutan yang dilakukan pada tanggal 23 maret 2011 pengamat juga selaku konselor sekolah di SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo, ternyata sekitar 10% terdapat anak-anak Korban Lumpur Lapindo yang juga mengalami hal tersebut, yaitu ketakutan-ketakutan akan datangnya bahaya atau bencana, adanya ingatan terus menerus tentang kejadian atau peristiwa tersebut dan sikap-sikap yang kurang mau berinteraksi atau merespon lingkungan, siswa-siswi di SMP Tribhakti Tanggulangin mengalami kesedihan karena kehilangan orangtua, tempat dimana mereka hidup dan belajar dengan bermain. Contoh kasus yang ada adalah siswa EL yang dalam tragedi Lapindo siswa ini kehilangan kedua orangtuanya kini konseli diasuh oleh paman dan bibi, di sekolah dia nampak pendiam, sering melamun dan kurang berinteraksi dengan yang lain, beberapa kali konseling EL menyatakan dia mengalami kesedihan ketika teringat kejadian menyedihkan itu, dalam dirinya masih terbayang-bayang dan selalu merasa takut ketika malam hari. hal ini mengganggu prestasi yang diperolehnya karena perilakunya ini EL kurang berkonsentrasi ketika kegiatan belajar mengajar di kelas atau seringkali melamun.

Kondisi seperti ini akan mempengaruhi fungsi adaptif individu dengan lingkungannya. Seringkali, peristiwa yang traumatik akan sangat menyakitkan sehingga bantuan dari para ahli akan diperlukan dalam mengatasi trauma yang dialami. Dan trauma itu sendiri merupakan suatu kondisi emosional yang berkembang setelah suatu peristiwa trauma yang tidak menyenangkan, menyedihkan, menakutkan, mencemaskan dan menjengkelkan, seperti peristiwa : Pemerkosaan, pertempuran, kekerasan fisik, kecelakaan, bencana alam dan peristiwa-peristiwa tertentu yang membuat batin tertekan. Trauma psikis terjadi

ketika seseorang dihadapkan pada peristiwa yang menekan yang menyebabkan rasa tidak berdaya dan dirasakan mengancam. Reaksi umum terhadap kejadian dan pengalaman yang traumatis adalah berusaha menghalaukannya dari kesadaran, namun bayangan kejadian itu tidak bisa dikubur dalam memori.

## METODE

Rancangan penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dan dalam penelitian ini digunakan jenis pendekatan *pre experimental design* dengan *pre test* dan *post test one group design*, dengan rancangan satu kelompok subyek tanpa kelompok pembanding. Prosedur dari pelaksanaan penelitian dengan rancangan pendekatan *pre experimental design* dengan *pre test* dan *post test one group design*, adalah sebagai berikut :

1. Mengukur keadaan subyek sebelum eksperimen yang disebut *pre test*.
2. Setelah dilakukan *pre test*, kemudian diberikan perlakuan yaitu penerapan strategi konseling traumatik.
3. Setelah *treatment* diberikan dan ditentukan nilai setelah eksperimen yang disebut *Post test*, kemudian dibandingkan nilai antara *pre test* dan *post test* yang diasumsikan sebagai efek dari eksperimen.

Adapun prosedur untuk menentukan subyek penelitian, adalah sebagai berikut:

1. Menyebarkan angket sindrom pasca trauma bencana alam Lapindo kepada 32 siswa kelas VIII-A SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo.
2. Angket diisi oleh responden kemudian angket ditarik kembali.
3. Hasil angket di skor, dari sini akan diketahui siswa yang memiliki sindrom pasca trauma bencana alam Lapindo
4. Siswa kelas VIII-A SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo yang memperoleh hasil skor tertinggi yang akan dijadikan subyek dalam penelitian dan mendapatkan *treatment* berupa konseling traumatik. Penelitian ini mengkategorisasikan subjek ke dalam 3 (tiga) kategori, untuk mengetahui 3 kategori tersebut maka dapat diketahui dengan menentukan standar deviasi yaitu:

$$(x < (\text{Mean} - 1 \text{ SD}))$$

= rendah

$$(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) \leq x < (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$$

= sedang

$$(\text{Mean} + 1 \text{ SD}) \leq x$$

= tinggi (Azwar, 2003)

5. Dari hasil angket yang sudah diberikan kepada 32 siswa kelas VIII-A SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo yang memperoleh hasil skor tertinggi ada 7 orang dan kemudian dijadikan subyek dalam penelitian, yaitu: Pir, Mangga, Bugenfil, Tulip, Gelombangcinta, Lavender, dan Kamboja

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Angket dan Perlakuan Subyek Penelitian adalah sebagai berikut:

1. Pir, skor *pre-test* yang didapatkan Pir adalah 120 yang termasuk dalam kategori tinggi. Hasil angket ini menunjukkan bahwa Pir mengalami sindrom pascatrauma akibat peristiwa lumpur Lapindo. Dari angket yang sudah diisi diketahui bahwa Pir sulit berkonsentrasi, teringat kejadian buruk di masa lalu, tidak berdaya, dan mengalami susah tidur. Dalam pelaksanaan konseling traumatik terungkap bahwa penyebab sindrom pascatrauma akibat peristiwa lumpur Lapindo yang dialami Pir adalah karena masih melekatnya peristiwa yang membuatnya kehilangan rumah yang sangat dicintainya. Rumahnya memang tidak mewah, sederhana namun unik, dan dirumah itulah Pir biasa bersendagurau dengan kedua orangtua dan adiknya. Akibat hilangnya rumah tersebut, sering muncul perselisihan antara kedua orangtunya. Dan Pir merasa itu semua akibat peristiwa lumpur Lapindo. Peristiwa itu telah merenggut kebahagiaan keluarga kecilnya. Setelah dilakukan konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Pir menyatakan bahwa dirinya sudah mulai merasa lega karena selama ini Pir hanya memendam rasa kehilangan yang begitu dalam. Bahkan kedua orangtunya tidak mengetahui bahwa Pir masih terbayang-bayang akan peristiwa tragis tersebut. Bahkan Pir merasa kalau yang mempunyai masalah akibat peristiwa lumpur Lapindo bukan hanya dirinya. Hasil skor *post-test* Pir juga menunjukkan perubahan sebesar 10 angka, dari 120 menjadi 110 dan termasuk dalam kategori sedang.
2. Mangga, hasil skor *pre-test* yang didapat Mangga sebesar 125 dan termasuk kategori tinggi. Hasil angket ini menunjukkan bahwa Mangga mengalami sindrom pascatrauma akibat peristiwa lumpur Lapindo. Dari angket

diperoleh informasi bahwa berpikiran negatif, sering melamun mengingat kejadian lumpur lapindo, mudah bersedih, dan merasa dia tidak diterima oleh teman-temannya. Dalam pelaksanaan konseling traumatik terungkap bahwa penyebab sindrom pascatrauma akibat peristiwa lumpur Lapindo yang dialami Mangga adalah karena masih melekatnya peristiwa yang membuatnya kehilangan rumah dan adik yang sangat dicintainya. Akibat hilangnya rumah tersebut sekaligus tempat mata pecaharian ibunya. Setiap hari ibunya Mangga berjualan nasi pecel. Biasanya Mangga suka membantu ibunya, karena dari hasil membantu ibunya biasanya dia diberi uang saku tambahan. Dan uang saku itu dia tabungkan untuk membeli barang-barang yang dia sukai, misalnya HP tipe terbaru. Akibat peristiwa itu uang tabungannya yang dia kumpulkan selama dua tahun terakhir hilang. Padahal uang tersebut akan digunakan Mangga untuk membeli sepeda balap. Dia memang hoby bersepeda dan orangtuanya tidak mampu membelikan sepeda yang bagus yang sesuai dengan keinginan Mangga, oleh karena itu Mangga bersusah payah menabung. Namun adanya peristiwa lumpur Lapindo Mangga tidak mampu menyelamatkan uangnya. Dan mimpinya untuk memiliki sepeda balap menjadi hancur. Selain itu peristiwa lumpur Lapindo juga merengut nyawa adiknya yang masih berusia 6 bulan, kata dokter aroma menyengat yang disebabkan oleh lumpur Lapindo adalah penyebab kematian adiknya. Setelah dilakukan konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Mangga menyatakan bahwa dirinya sudah mulai menerima apa yang dialaminya. Dia mulai sedikit tenang dan tidak terbayang-bayang akan peristiwa tragis tersebut. Bahkan setelah mengikuti kegiatan konseling traumatik Mangga merasa tidak sendirian. Hasil skor *post-test* Mangga juga menunjukkan perubahan sebesar 10 angka, dari 125 menjadi 115 dan termasuk dalam kategori sedang.

3. Bugenfil, skor *pre-test* yang didapatkan Bugenfil adalah 120 dan termasuk kategori tinggi. Berdasarkan hasil *pre-test*, Bugenfil menunjukkan sindrom paasca trauma. Hal ini dapat dilihat dari hasil angket bahwa Bugenfil sering merasa tertekan dan sering bermimpi buruk. Bugenfil juga lebih sering berdiam diri di rumah, susah tidur dan enggan bersosialisasi

dengan teman. Dalam pelaksanaan konseling traumatik, terungkap bahwa Bugenfil trauma dengan peristiwa lumpur Lapindo karena telah merusak masa-masa indah bersama teman-temannya. Setelah pelaksanaan konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Bugenfil menyatakan merasa lebih nyaman dan mulai tidur dengan nyenyak. Hal ini juga terlihat dari pengisian *post-test* yang menunjukkan kenaikan skor sebesar 7 angka, dari skor awal 120 menjadi 113.

4. Tulip, skor *pre-test* yang didapatkan Tulip adalah 134 dan termasuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan angket yang telah diisi diketahui bahwa Tulip merasa susah berkonsentrasi, teringat kejadian buruk tentang lempur Lapindo, tidak berdaya, susah tidur, sering melamun, sedih dan enggan terhadap teman. Hal ini juga ditunjukkan ketika proses konseling traumatik Tulip susah bercerita dan lebih banyak diam dan menangis. Tulip kehilangan ayahnya tercinta. Oleh karena itu dia sangat terpukul jika teringat peristiwa lumpur Lapindo. Setelah mengikuti konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Tulip mengaku sudah merasa lebih tenang mulai terbuka dengan temannya. Ketika kegiatan konseling berlangsung dia juga aktif bertanya. Hasil pengisian *post-test* Tulip juga menunjukkan perubahan sebesar 13 angka, yakni dari 134 menjadi 121 yang termasuk dalam kategori sedang.

5. Gelombangcinta, Gelombangcinta mendapatkan skor *pre-test* sebesar 122 dan termasuk dalam kategori tinggi. Hasil angket ini menunjukkan bahwa Gelombangcinta juga sama seperti teman-temannya yang lain, yaitu merasa tertekan, muncul pikiran jelek akan kejadian buruk, sulit mengambil keputusan, tertekan, dan senang berdiam diri. Akibat peristiwa tersebut Gelombangcinta harus pindah rumah dan membuat rumah seadanya. Namun dia merasa beruntung karena banyak saudara yang diluar kota membantu keluarga dia. Tetapi hal ini tetap saja membuatnya trauma. Setelah mengikuti konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Gelombangcinta mengakui sudah mulai belajar mengendalikan perasaannya akan peristiwa menakutkan lumpur Lapindo. Hal ini juga terlihat dari pengisian *post-test*

- yang menunjukkan perubahan skor dari 122 menjadi 117 dan termasuk kategori sedang.
6. Lavender, Lavender mendapatkan skor *pre-test* sebesar 123 dan termasuk dalam kategori tinggi. Hasil angket ini menunjukkan bahwa Lavender juga sama seperti teman-temannya yang lain, yaitu mengalami sindrom pasca trauma. Lavender merasa kesulitan dalam berkonsentrasi, takut, sering merasa letih, tidak berdaya, cemas, senang berdiam diri, tertekan, dan lebih mudah tersulut emosinya. Akibat peristiwa tersebut Lavender harus kehilangan rumah dan pindah ke rumah bibinya. Bukan hanya kehilangan rumah yang dicintainya tetapi Lavender harus kehilangan kedua orangtuanya. Kejadian inilah yang paling membuat Lavender tidak mudah untuk menerima cobaan hidup yang menurutnya begitu berat. Lavender sering teringat peristiwa buruk yang menyimpannya tersebut. Setelah mengikuti konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Lavender mengakui sudah mulai belajar mengendalikan perasaannya sedikit demi sedikit mulai menerima keadaannya yang kehilangan orangtua, dan rumah tempat dia bermain bersama teman-temannya. Perubahan Lavender juga terlihat dari pengisian *post-test* yang menunjukkan perubahan 7 skor, yaitu dari 123 menjadi 116 dan termasuk kategori sedang.
  7. Kamboja Kamboja mendapatkan skor *pre-test* sebesar 120 dan termasuk dalam kategori tinggi. Hasil angket ini menunjukkan bahwa Kamboja juga sama seperti teman-temannya yang lain, yaitu mengalami sindrom pasca trauma. Kamboja sering mengalami mimpi buruk di malam hari, senang berdiam diri, sering murung, merasa tertekan dan merasa tidak berdaya. Akibat peristiwa tersebut Kamboja merasa trauma, karena harus kehilangan rumahnya. Setelah mengikuti konseling traumatik selama lima kali pertemuan, Kamboja mengakui sudah mulai belajar mengendalikan perasaannya akan peristiwa menakutkan lumpur Lapindo. Hal ini juga terlihat dari pengisian *post-test* yang menunjukkan perubahan skor dari 120 menjadi 114 dan termasuk kategori sedang.

Adapun hasil skor angket antara pre test dan post dari subyek penelitian adalah sebagai berikut:

1. Pir, hasil skor pre tes 120 dengan kategori tinggi dan skor post tes 110 dengan kategori sedang, itu artinya Pir mengalami penurunan skor sebesar 10.

2. Mangga, hasil skor pre tes 125 dengan kategori tinggi dan skor post tes 115 dengan kategori sedang, itu artinya Mangga mengalami penurunan skor sebesar 10.
3. Bugenfil, hasil skor pre tes 120 dengan kategori tinggi dan skor post tes 113 dengan kategori sedang, itu artinya Bugenfil mengalami penurunan skor sebesar 7.
4. Tulip, hasil skor pre tes 134 dengan kategori tinggi dan skor post tes 121 dengan kategori tinggi, itu artinya Tulip mengalami penurunan skor sebesar 13.
5. Gelombangcinta, hasil skor pre tes 122 dengan kategori tinggi dan skor post tes 117 dengan kategori sedang, itu artinya Gelombangcinta mengalami penurunan skor sebesar 5.
6. Lavender, hasil skor pre tes 123 dengan kategori tinggi dan skor post tes 116 dengan kategori sedang, itu artinya Lavender mengalami penurunan skor sebesar 7.
7. Kamboja, hasil skor pre tes 120 dengan kategori tinggi dan skor post tes 114 dengan kategori sedang, itu artinya Kamboja mengalami penurunan skor sebesar 6.

Dari hasil *pre-test* diketahui ada 7 siswa yang memiliki sindrom pasca trauma yang tinggi. Setelah dilakukan penelitian ternyata ditemukan sebanyak 21,88% atau 7 orang dari 32 siswa di kelas VIII-A yang teridentifikasi mempunyai sindrom pasca trauma. Dari ketujuh subyek penelitian semuanya mengalami penurunan skor sindrom pasca trauma, dengan rata-rata penurunan sebesar 8,28. Enam dari ketujuh subyek penelitian juga mengalami penurunan skor dari kategori tinggi menjadi kategori sedang, yaitu Pir, Mangga, Bugenfil, Gelombangcinta, Lavender, dan Kamboja. Namun masih ada satu subyek yang tetap sindrom pasca traumanya kategorinya tinggi, walaupun mengalami penurunan skor paling tinggi, yaitu Tulip dari skor 134 menjadi 121 dengan besar perbedaan skor sindrom pasca trauma 13 skor, dan yang mengalami penurunan skor paling rendah yaitu Gelombangcinta dari skor 122 menjadi 117 dengan besar perbedaan skor sindrom pasca trauma 5 skor.

Jika dilihat secara individual dari masing-masing subyek penelitian, untuk tingkat keefektifan penerapan konseling traumatik untuk mengurangi sindrom pasca trauma korban bencana lumpur lapindo di SMP Tribhakti belum bisa dikatakan efektif sepenuhnya, karena penurunan skor masih belum 100%. Skor penurunan hanya mencapai 85,71%. Karena masih ada satu dari 7 siswa yang skor sindrom pasca traumanya tinggi, walaupun sudah mengalami penurunan skor. Itu artinya sindrom pasca trauma tidak hanya bisa dikurangi

dengan konseling traumatik saja, tetapi harus ada perlakuan lain dengan strategi konseling yang baru. Tetapi jika dilihat dari rata-rata hasil pre test dan post test penggunaan konseling traumatik ini bisa dikatakan efektif, hal ini dilihat dari rata-rata skor pre test 123,43 (tinggi) dan skor post test 115,14 (sedang).

Untuk menurunkan sindrom pasca trauma pada siswa tersebut diberikan perlakuan berupa konseling traumatik. Hal ini dimaksudkan membantu para korban untuk mampu memecahkan masalah secara kreatif melalui hubungan timbal balik dan dukungan lingkungan. Kegiatan konseling traumatik ini dilaksanakan sebanyak lima kali pertemuan. Pada pertemuan pertama dilakukan pengenalan, rasionalisasi konseling traumatik, dan membangun rasa aman dan saling percaya. Pada pertemuan kedua memasuki fakta permasalahan yang dihadapi siswa pasca kejadian lumpur Lapindo, pada pertemuan ke tiga mengungkapkan apa yang dirasakan dan apa yang dipikirkan terkait hambatan dan permasalahan yang dihadapi akibat peristiwa lumpur Lapindo pada pertemuan keempat membahas apa yang dipikirkan, apa yang dirasakan ketika peristiwa lumpur lapindo terjadi, ketika peristiwa lumpur lapindo terjadi dan perasaan sekarang ini, dan pertemuan terakhir merangkum untuk mengakhiri kegiatan konseling traumatik dan pemberian *post-test*.

Setelah pemberian perlakuan, diukur kembali dengan menggunakan angket (*post-test*). Hal ini dapat diketahui bahwa nilai J hitung yang diperoleh adalah 0 kemudian J hitung dibandingkan dengan J tabel dengan taraf signifikan 5% dan N=7, dari tabel J kritis untuk uji jenjang bertanda *Wilcoxon* bahwa nilai J tabel adalah 2. Jika J hitung  $\leq$  J tabel berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dari hasil penelitian di atas, diketahui bahwa J hitung  $\leq$  J tabel ( $0 \leq 2$ ) maka hipotesis penelitian diterima yaitu “Ada perbedaan skor sindrom pasca trauma antara sebelum dan sesudah kegiatan konseling traumatik”

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa konseling traumatik mampu membantu mengurangi pascatrauma di lingkungan sekolah pada siswa kelas VIII-A SMP Tribhakti Tanggulangin Sidoarjo. Hal ini dapat diketahui dari penurunan pada skor sindrom pascatrauma di lingkungan

sekolah antara sebelum dan sesudah diberikan konseling traumatik. Sehingga hipotesis penelitian yang berbunyi Konseling Traumatik mampu mengurangi sidrom pasca trauma yang dialami siswa korban bencana Lumpur Lapindo di SMP Tribhakti kelas VIII-A Tanggulangin Sidoarjo” dapat diterima.

### **Saran**

1. Bagi konselor, konseling traumatik telah terbukti dapat mengurangi sidrom pasca trauma yang dialami siswa korban bencana Lumpur Lapindo di SMP Tribhakti kelas VIII-A Tanggulangin Sidoarjo. Maka pihak sekolah dan konselor diharapkan dapat mempergunakan dalam mengurangi sindrom pasca trauma yang dihadapi oleh siswa di sekolah.
2. Bagi siswa, setelah pelaksanaan konseling traumatik diharapkan siswa mampu membantu para korban untuk mampu memecahkan masalah secara kreatif melalui hubungan timbal balik dan dukungan lingkungan.
3. Bagi peneliti lain, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti lain khususnya konseling traumatik telah terbukti dapat mengurangi sidrom pasca trauma yang dialami siswa korban bencana Lumpur Lapindo.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, Abu 1999. *Psikologi Sosial*. Jakarta : Gunung Muli
- Alwisol. 2004. *Psikologi Kepribadian*. Malang. UMM Press
- Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineke Cipta
- Atom. 2008. *Skripsi : Keefektifan Konseling Traumatik untuk korban pascatraum bencana alam gempa bumi*. Jakarta: Universitas Indonesia
- Azwar, Saifuddin. 2003. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Corey, Gerald. 2007. *Teori dan Praktek Konseling*. Bandung : Refika Aditama

- Cormier & Cormier. 1985. *Interviewing Strategies for Helpers*. California: Brooks/Cole Publishing Company
- Darminto, Eko. 2007. *Teori-Teori Konseling*. Surabaya : UNESA University Press.
- Depdikbud. 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka
- Farozin, Muh dan Kartika Nur Fathiyah. 2004. *Pemahaman Tingkah Laku*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Gunarsa, Singgih. 1996. *Konseling dan Psikoterapi*. Jakarta : Gunung Mulia
- Gunarsa, Singgih. 2000. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Gunung Mulia
- Gunarsa, Singgih. 2003. *Psikologi Remaja*. Jakarta : Gunung Mulia
- Latipun. 2001. *psiko konseling (edisi ketiga)*. Malang : UMM University Press
- Nugroho. 2008. *Skripsi: Penggunaan CBT Untuk Mengurangi Sindrom Trauma Tsunami di MTs Mathlaul Ulum, Cikabung, Tasikmalaya*. Jakarta: Universitas Indonesia
- NN (2006). *Mengenal Dari Dekat Trauma Center [Online]*. Tersedia: [http://www.bkkbn.go.id/article\\_detail.php?aid=282](http://www.bkkbn.go.id/article_detail.php?aid=282)
- Nurihsan, A. Juntika. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT. Refika aditama.
- Nursalim, Mochamad dkk. 2005. *Strategi Konseling*. Surabaya : UNESA. University Press
- Nursalim, Muhammad. 2004. *Konseling Traumatis : suatu pendekatan konseli bagi klien yang mengalami kekalutan dan ketegangan pasca trauma (post traumatic stress disorder)*. Jurnal psikologi, vol.6, No.2 hal 53-66. Desember 2004
- Nursalim, Muhammad dan Hariastuti. 2007. *konseling kelompok*. Surabaya : Unesa University Press
- Oermarjoedi, Kasandra. 2003. *Pendekatan Cognitive Behavior dalam Psikoterapi*. Jakarta : creative Media
- Siegel, Sidney. 1992. *Statistik Non parametrik; Untuk Ilmu-ilmu Sosial*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama
- Sugiono. 2008. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sukmaningrum, Avi. 2001. *Terapi bermain sebagai salah satu alternatif penanganan pasca trauma pada anak*. Jurnal psikologi, vol.8, No.2 hal 14-23. September 2001
- Syaifullah, Ach. 2010. *Tips Bisa Percaya Diri*. Yogyakarta: Garailmu
- Walgito, Bimo. 1999. *Psikologi Sosial Suatu Pengantar*. Jogja : Citra Aditya
- Winkel. W.S. 1991. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Jakarta : PT. Grasindo