

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dalam rentang kehidupan, terkadang manusia akan melewati peristiwa yang tidak diinginkan. Beberapa pengalaman negatif yang ditolak dapat menimbulkan trauma psikologis yang sulit hilang dari ingatan. Trauma psikologis adalah hasil dari peristiwa yang luar biasa penuh tekanan yang menghancurkan rasa keamanan seseorang, membuat seseorang merasa tak berdaya dan rentan didunia yang menurutnya berbahaya.

Pengalaman traumatis sering melibatkan ancaman terhadap kehidupan atau keselamatan, beberapa situasi yang membuat seseorang merasa terbebani dan kesepian dapat menjadi hal yang menyebabkan terjadinya trauma, bahkan melibatkan kerusakan fisik. Trauma terjadi berdasarkan pengalaman emosional seseorang memaknai suatu peristiwa yang menjadi pemicu seseorang tersebut memiliki trauma psikologis. Semakin seseorang merasa takut dan tidak berdaya menghadapi suatu peristiwa, maka semakin besar kemungkinan seseorang mengalami trauma.

Traumadidefinisikanoleh *American Psychological Association*(APA) sebagai respon emosional seseorang terhadap suatu peristiwa yang sangat negatif. Sementara trauma adalah reaksi normal terhadap peristiwa yang mengerikan, efek bisa begitu parah sehingga mereka mengganggu kemampuan individu untuk hidup normal.

Dalam kasus seperti ini, bantuan mungkin diperlukan untuk mengobati stres dan disfungsi yang disebabkan oleh peristiwa traumatis dan untuk mengembalikan individu kepada keadaan kondisi emosi yang sehat.

Jon Allen, seorang psikolog di Klinik Menninger di Houston Texas, seorang penulis buku *Coping with Trauma: A Guide to Self-Understanding* (1995).

Mengingatkan kita bahwa ada dua komponen untuk pengalaman traumatis yaitu objektif dan subyektif.

“It is the subjective experience of the objective events that constitutes the trauma... The more you believe you are endangered, the more traumatized you will be... Psychologically, the bottom line of trauma is overwhelming emotion and a feeling of utter helplessness. There may or may not be bodily injury, but psychological trauma is coupled with physiological upheaval that plays a leading role in the long-range effects” (p.14).

Dengan kata lain, trauma didefinisikan oleh pengalaman korban. Dua orang atau lebih bisa menjalani peristiwa berbahaya yang sama, namun dari masing-masing orang akan memunculkan respon yang berbeda tergantung pada pemaknaan masing-masing orang terhadap peristiwa tersebut. Trauma tidak dapat diasumsikan dengan memaknai suatu kejadian secara general, seperti kekerasan atau pemerkosaan bahkan hal atau peristiwa yang sangat menyakitkan akan sama untuk semua orang.

Trauma yang dialami di masa kecil dapat memiliki efek yang parah dan tahan lama. Anak-anak yang telah trauma melihat dunia sebagai tempat yang menakutkan dan berbahaya. Ketika trauma masa kecil yang tidak terselesaikan, rasa takut yang mendasar dan ketidak berdayaan membawa mereka menjadi lebih dewasa, membuat mereka mengalami trauma lebih lanjut. Trauma dapat disebabkan oleh sebuah peristiwa yang sangat negatif yang menyebabkan dampak yang langgeng pada stabilitas mental dan emosional anak. Sementara banyak sumber trauma yang mengganggu perasaan anak dari rasa aman dan keselamatan hingga membuat anak tersebut mengalami peristiwa trauma, diantaranya lingkungan yang tidak stabil atau tidak aman, pemisahan dari orang tua, penyakit serius, prosedur medis yang mengganggu, seksual, fisik, atau pelecehan verbal, kekerasan dalam rumah tangga, diabaikan, bullying.

Seseorang yang menderita penyakit serius apalagi dengan usia anak-anak dalam masa-masa ia sekolah akan menimbulkan perasaan yang tidak nyaman, ketakutan, minder jika bertemu keluarga dan teman-temannya, misalnya seperti menderita penyakit *Lymes* akibat racun serangga *Ixodes*. Secara umum, ketika seseorang mengalami trauma apapun peristiwa yang melatar belakanginya reaksi yang muncul dapat dikategorikan menjadi tiga hal yaitu ingatan yang mengganggu, selalu menghindar dan munculnya gangguan fisik.

Seseorang menjadi sulit untuk melepaskan atau menghapuskan peristiwa yang dialami dalam ingatan, seolah-olah peristiwa traumatis yang pernah ia alami akan terjadi lagi. Kemudian seseorang yang selalu menghindar juga akan menarik diri dari

situasi sosial terutama yang memiliki kaitan dengan pengalaman traumatis yang pernah dialaminya, ketika berhadapan dengan suatu benda atau suasana yang sama persis ketika terjadi peristiwa traumatis itu muncul secara langsung orang tersebut akan menghindarinya. Keadaan traumatis juga secara fisik akan terdapat perbedaan dengan kondisi sebelum mengalami peristiwa traumatis, misalnya seseorang sulit untuk tidur, mengalami mimpi buruk, mudah lelah bahkan merasakan nyeri otot.

Seperti kasus yang terjadi pada A menderita penyakit *Lyme* yang sekarang sedang melakukan rawat jalan di sebuah klinik dengan rawat inap di Cikampek, Karawang, Jawa Barat. A menderita penyakit tersebut selama 2 tahun sejak usianya 6 tahun. Awalnya hanya bintik merah di pipi kiri A layaknya digigit serangga yang segera diobati oleh ibunya dengan minyak tawon. Namun setelah dua bulan bintik merah tersebut masih tetap ada, akhirnya ibunya memutuskan untuk membawanya ke dokter kulit untuk penanganan anaknya tersebut. Dokter kulit tersebut mendiagnosis A bahwa ia telah digigit serangga, setelah diberikan obat dokter menyuruh A untuk melakukan kontrol jika dalam sebulan belum ada perubahan. Sebulan setelah berobat, belum ada perubahan akan penyakitnya tersebut yang selanjutnya dokter kulit menyimpulkan bahwa hal tersebut alergi susu dan setelah melakukan perubahan pada pola minum susu pun belum ada perubahan yang diharapkan. Dokter kulit tersebut pun mendiagnosa kembali bahwa hal tersebut alergi udara, hingga berkali-kali diagnosa namun tidak ada hasil yang diharapkan. A kemudian dibawa ke dokter kulit yang lebih senior namun tetap saja tidak membuahkan hasil. Sampai akhirnya A dirujuk ke berbagai dokter spesialis seperti dokter spesialis kanker (onkolog),

spesialis saraf dengan hasil yang tetap nihil, tidak ada satupun diagnosis yang jelas akan penyakit yang di derita A bahkan A pernah dirujuk untuk melakukan operasi tapi tidak ada diagnosis dari dokter yang merujuknya.

Seringnya menunjungi rumah sakit, dokter, obat-obatan dan perawat membuat A memiliki trauma tersendiri akan pengobatan, karena ia merasa sakitnya semakin parah meskipun melakukan pengobatan terus menerus. A selalu menolak jika diajak untuk berobat lagi, setiap kali dipaksa untuk berobat dan bertemu dengan perawat atau dokter A seringkali menangis dan mengamuk. Akibatnya hal tersebut menghambat pada tindakan medis yang dilakukan, seperti menghindar untuk diperiksa dokter, menghindar untuk diambil darah, tidak mau makan, tidak mau minum obat, bahkan saat dokter atau perawat masuk ruanganpun A langsung menangis. Perilaku tersebut mejadi sebuah gangguan bagi A maupun bagi orang disekitarnya, dan pada dasarnya setiap gangguan akan mengakibatkan perilaku yang maladaptif. Salah satu perilaku maladaptif yang diakibatkan oleh trauma adalah adanya perilaku menghindar yang selanjutnya dapat menghambat produktivitas, interaksi sosial, dan bahkan perkembangan kepribadiannya.

Keadaan A yang semakin memburuk dengan pipinya membengkak merah membuat kedua orang tua A untuk berhenti di medis dan mencoba beralih ke pengobatan herbal. Sementara orangtuanya mencari berbagai informasi dari internet dan menemukan tempat pengobatan herbal di Depok yang A jalani selama 5 hari, namun hasilnya Atidak dapat menggerakkan kaki dan tangannya. Terakhir, sekarang A dibawa ke sebuah klinik dengan rawat inap di Cikampek . Ketika masuk untuk

dirawat inap, A menangis menolak untuk melakukan pengobatan, ia tidak mau diperiksa dokter, tidak mau makan, tidak mau minum obat, jika akan di Pendekatan dan jika ditanya mengenai keadaannya A menangis dan mengamuk.

Subjek menunjukkan perilaku menghindar dengan menarik diri dari segala sesuatu hal yang berhubungan dengan pengobatan. Komunikasi dan interaksinya dengan orang lain terbatas, bahkan tidak memiliki minat untuk menjalin kegiatan sosial dengan orang lain. Sikap menangis yang ditunjukkan A adalah sebagai bentuk penghindarannya terhadap hal yang membuatnya trauma yaitu pengobatan. Akhirnya tidak tercipta interaksi yang baik antara pihak medis dengan A yang mengakibatkan sulitnya tindakan untuk dilakukan untuk proses penyembuhan yang diharapkan.

Kondisi kesehatan anak A semakin parah karena menghindar akibat trauma pengobatan. A mengalami kesakitan dan kesulitan menggerakkan anggota badannya karena perjalanan penyakitnya bertambah berat. Jika tetap dibiarkan seperti itu, dan menuruti keinginan anak untuk tidak melakukan pengobatan maka selain penyakitnya tersebut semakin parah A juga akan memiliki beban psikis dalam menjalani kehidupannya dan juga tahap perkembangannya akan terhambat. Namun pengobatan sulit dilakukan karena perlawanan yang ditunjukkan oleh A. Oleh karena itu, dibutuhkan metode pendekatan psikologis yang bertujuan pengalihan pikiran subjek kepada hal yang membuatnya senang. Salah satu metode pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi trauma pada anak ialah metode bermain.

Perasaan trauma atau takut akibat dari hospitalisasi yang dialami oleh anak karena menghadapi stresor yang ada di lingkungan rumah sakit. Dalam penelitiannya Halstrom & Elander (1997), Brewis (1995) & Brennam (1994) membuktikan bahwa hospitalisasi anak dapat menjadi suatu permasalahan yang menimbulkan trauma baik pada anak maupun orang tua sehingga menimbulkan reaksi tertentu yang akan sangat berdampak pada kerjasama anak dan orang tua dalam perawatan anak selama di rumah sakit. Lingkungan rumah sakit merupakan penyebab stres bagi anak dan orang tuanya, baik lingkungan fisik rumah sakit seperti bangunan atau ruang rawat, alat-alat, bau yang khas, pakaian putih petugas kesehatan maupun lingkungan sosial, seperti sesama pasien anak, ataupun interaksi dan sikap petugas kesehatan itu sendiri (Supartini, 2004).

Menurut Supartini (2004), Pendekatan bermain merupakan pendekatan pada anak yang menjalani hospitalisasi. Pada saat dirawat di rumah sakit, anak akan mengalami berbagai perasaan tidak menyenangkan, seperti marah, takut, cemas, sedih dan nyeri. Dengan melakukan permainan anak akan terlepas dari ketegangan dan stres yang dialaminya karena dengan melakukan permainan, anak akan dapat mengalihkan rasa sakitnya pada permainannya dan relaksasi melalui kesenangannya melakukan permainan.

Bermain tidak dapat dipisahkan dari kehidupan anak, karena bermain sangat diperlukan untuk perkembangan anak. Hospitalisasi merupakan salah satu penyebab stres baik pada anak maupun keluarganya, terutama disebabkan oleh perpisahan dengan keluarga, kehilangan kendali, perlukaan tubuh, dan rasa nyeri (Nursalam,

2003). Dalam penelitian Axline (1998) menunjukkan bahwa, pendekatan bermain merupakan pendekatan untuk mengobati anak yang sedang sakit. Karena pada saat dirawat di rumah sakit, anak akan mengalami berbagai perasaan yang sangat tidak menyenangkan seperti cemas. Adapun tujuan bermain bagi anak dirumah sakit yaitu, mengurangi perasaan takut, cemas, sedih, tegang dan nyeri (Supartini, 2004).

Penyakit *Lyme* (*Lyme disease*) adalah salah satu jenis penyakit menular pada manusia dan hewan dengan perantara ([vektor](#)) berupa caplak. Penyakit ini diberi nama *Lyme* dari kata *Old Lyme*, suatu kota di [Connecticut](#) dimana kasus ini pertama kali ditemukan. Penyakit ini disebabkan oleh [Borrelia burgdoferi](#), bakteri dari golongan [Spirochetes](#), dan disebarkan secara luas oleh serangga sejenis caplak bernama [Ixodes scapularis](#). Caplak tersebut umumnya menghisap darah burung, hewan peliharaan, hewan liar, dan juga manusia. Penyakit *Lyme* terjadi di daerah beriklim hutan Eropa dan Asia dan di daerah pesisir timur laut, utara tengah, dan Pasifik dari Amerika Utara. Siklus hidup *Ixodes scapularis* melalui empat tahap: telur, larva, nimfa dan orang dewasa. Stadium larva dan nymphal dapat mengakibatkan penyakit pada manusia melalui hewan kecil yang terinfeksi seperti tikus. Nymphal dan kadang-kadang caplak dewasa yang menggigit manusia akan mentransmisi bakteri yang menyebabkan penyakit *Lyme*.

Serangga caplak *Ixodes* dapat ditemukan dimana saja di Indonesia, jadi kemungkinan besar *Lyme* Diseas dapat menyerang siapa saja dan dimana saja. Pada kondisi kesehatan yang kurang baik, penyakit *Lyme* dapat menimbulkan gejala klinis mengganggu sistem saraf sehingga harus diobati. Pada kasus A, pengobatan tidak

dapat dilakukan karena A melakukan perilaku menghindar akibat trauma pengobatan. Hingga saat ini belum ada pendekatan bermain yang diberikan kepada anak penderita penyakit Lyme tersebut di tempat dimana ia melakukan proses pengobatan. Baik itu dari pihak Rumah Sakit maupun dari pihak keluarga. Oleh karena itu berdasarkan fenomena yang telah dibahas peneliti tertarik untuk meneliti “**Pengaruh Pendekatan bermain Terhadap Menurunnya Perilaku Menghindar Pada Anak yang Mengalami Trauma Pengobatan**”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dibahas di atas, maka peneliti membatasi masalah yang akan dibahas, yaitu :

1. Apakah pendekatan bermain berpengaruh terhadap menurunnya perilaku menghindar pada anak yang mengalami trauma pengobatan ?
2. Bagaimana pengaruh pendekatan bermain terhadap menurunnya perilaku menghindar pada anak yang mengalami trauma pengobatan ?

C. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini antara lain untuk:

1. Mengetahui apakah pendekatan bermain berpengaruh terhadap menurunnya perilaku menghindar pada anak yang mengalami trauma pengobatan.

2. Menganalisis Bagaimana pengaruh Pendekatan bermain terhadap menurunnya perilaku menghindar pada anak yang mengalami trauma pengobatan.

D. Kegunaan Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan memiliki beberapa kegunaan, diantaranya kegunaan secara teoritis dan kegunaan secara praktis.

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang keilmuan psikologi yang perkembangannya semakin pesat. Terlebih variabel yang diteliti berkaitan dengan konsep-konsep dalam keilmuan psikologi itu sendiri, khususnya berkaitan dengan psikologi kesehatan. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan menjadi sumber rujukan para peneliti lainnya dalam mengembangkan ilmu pengetahuan, terutama dalam keilmuan yang bersangkutan dengan Pendekatan bermain dan trauma.

2. Kegunaan Praktis

Sebuah penelitian umumnya diharapkan memiliki manfaat yang riil bagi kehidupan manusia sehari-hari, hal ini pun yang menjadi pertimbangan para peneliti dalam melakukan sebuah penelitiannya. Karena bagaimanapun suatu penelitian dilakukan di lingkungan masyarakat yang memiliki masalah yang harus terpecahkan dalam penelitiannya sendiri. Hal tersebut tentunya sangat jelas akan harapan adanya

kontribusi secara aplikatif dari hasil sebuah penelitian. Begitupun dalam penelitian ini, diharapkan memiliki kegunaan secara praktis terutama dalam beberapa hal, diantaranya :

- a) Memberikan pembelajaran bagi orang yang menderita penyakit *Lyme* mengenai pentingnyapengobatan.
- b) Mengalihkan perasaan trauma anak terhadap pengobatan menjadi sebuah hal yang menyenangkan yaitu anak merasa sedang bermain.
- c) Membantu proses penyembuhan penderita penyakit *Lyme*
- d) Sebagai evaluasi bagi para dokter beserta staff RS bahwa dalam proses penyembuhan pasien terutama anak-anak diperlukan metode Pendekatan bermain.
- e) Sebagai evaluasi bagi orang tua bahwa Pendekatan bermain penting baik untuk kelengkapan tahap perkembangannya juga dalam proses penyembuhannya.