

**LAPORAN KEGIATAN  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)**

**TRAUMA HEALING BAGI ANAK  
TERDAMPAK BENCANA ALAM**

**Nagari Paninggahan, Kabupaten Solok  
Senin, 22 Desember 2025**



Disusun oleh:  
**TIM PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

**Nama Anggota Tim:**

Dr. Alfi Rahmi, M.Pd  
Dr. Hidayani Syam, S. Pd. I, M. Pd  
Dr. Salmi Wati, M.Ag  
Dr. Wedra Aprison, M. Ag  
Dr. Januar, M. Pd  
Dr. Deswalantri, SS, M. Pd  
Dr. Ulva Rahmi, S. Ag, M. Pd  
Eliza, SS, M. Pd  
Reflinda, SS, M. Pd  
Ali Rahman, SH, MH

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SJECH M DJAMIL DJAMBEK  
BUKITTINGGI**

**2025**

## LAPORAN PELAKSANAAN KEGIATAN

### A. Pendahuluan

Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) merupakan salah satu perwujudan dari pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi yang menekankan pada peran aktif sivitas akademika dalam memberikan kontribusi nyata bagi masyarakat. Melalui kegiatan PKM, perguruan tinggi diharapkan mampu hadir sebagai agen perubahan sosial, khususnya dalam membantu masyarakat menghadapi berbagai persoalan kemanusiaan, termasuk dampak yang ditimbulkan oleh bencana alam.

Bencana alam tidak hanya menimbulkan kerusakan fisik dan material, tetapi juga berdampak serius terhadap kondisi psikologis masyarakat, terutama anak-anak. Anak merupakan kelompok rentan yang sangat mudah mengalami trauma akibat peristiwa bencana, seperti rasa takut berlebihan, kecemasan, gangguan tidur, serta perubahan perilaku. Apabila tidak ditangani dengan tepat, trauma psikologis tersebut dapat menghambat perkembangan emosional, sosial, dan akademik anak di masa mendatang.

Dalam situasi pasca bencana, pemulihan psikososial menjadi kebutuhan yang tidak kalah penting dibandingkan pemulihan fisik. Salah satu bentuk intervensi psikososial yang dapat dilakukan adalah kegiatan trauma healing. Trauma healing bertujuan untuk membantu anak mengekspresikan emosi, mengurangi tekanan psikologis, serta membangun kembali rasa aman dan nyaman melalui pendekatan yang ramah anak, menyenangkan, dan edukatif.

Berdasarkan kondisi tersebut, tim Pengabdian kepada Masyarakat melaksanakan kegiatan trauma healing bagi anak-anak yang terdampak bencana alam di Nagari Paninggahan, Kabupaten Solok. Kegiatan ini dirancang dengan menggunakan metode permainan, aktivitas kreatif, serta pendampingan emosional yang disesuaikan dengan usia dan kebutuhan anak, sehingga diharapkan mampu menciptakan suasana yang positif dan mendukung proses pemulihan psikologis.

Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini, diharapkan anak-anak dapat kembali merasakan kebahagiaan, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengurangi dampak trauma yang dialami. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan kepedulian sosial sivitas akademika terhadap permasalahan kemanusiaan serta memperkuat sinergi antara perguruan tinggi dan masyarakat dalam upaya pemulihan pasca bencana.

## **B. PELAKSANAAN KEGIATAN**

### 1. Tujuan Kegiatan

- a. Membantu memulihkan kondisi psikologis anak pasca bencana alam.
- b. Mengurangi rasa takut, cemas, dan trauma pada anak.
- c. Menumbuhkan kembali rasa aman, nyaman, dan bahagia pada anak.

### 2. Sasaran Kegiatan

Sasaran kegiatan ini adalah anak-anak yang terdampak bencana alam di Nagari Paninggahan, Kabupaten Solok.

### 3. Waktu dan Tempat

Hari/Tanggal : Senin, 22 Desember 2025

Tempat : Nagari Paninggahan, Kabupaten Solok

### 4. Rangkaian Kegiatan Trauma Healing

#### a. Pembukaan dan Perkenalan

Kegiatan diawali dengan pembukaan yang dilakukan oleh tim pengabdian dengan tujuan menciptakan suasana awal yang aman, nyaman, dan ramah bagi anak-anak. Pada tahap ini, tim memperkenalkan diri secara sederhana dan komunikatif, serta menjelaskan tujuan kegiatan dengan bahasa yang mudah dipahami anak. Proses perkenalan ini penting untuk membangun rasa percaya (trust building) antara anak dan tim pendamping, sehingga anak merasa tidak terancam dan bersedia mengikuti kegiatan dengan perasaan tenang.

#### b. Ice Breaking dan Permainan Edukatif

Setelah pembukaan, kegiatan dilanjutkan dengan ice breaking dan permainan edukatif. Aktivitas ini bertujuan untuk mencairkan suasana, mengurangi ketegangan psikologis, serta membantu anak beradaptasi dengan lingkungan sekitar. Permainan yang dilakukan bersifat ringan, menyenangkan, dan

melibatkan interaksi sosial, sehingga anak dapat tertawa, bergerak aktif, dan melupakan sementara pengalaman traumatis yang dialami akibat bencana alam.

c. Aktivitas Ekspresif dan Kreatif

Pada tahap ini, anak-anak diajak mengikuti aktivitas kreatif seperti menggambar, mewarnai, bernyanyi, dan bercerita. Aktivitas ekspresif ini berfungsi sebagai media bagi anak untuk menyalurkan perasaan, emosi, dan pengalaman yang sulit mereka ungkapkan secara verbal. Melalui kegiatan kreatif, anak dapat mengekspresikan emosi secara aman dan positif, sehingga membantu proses pemulihan trauma secara bertahap.

d. Pendampingan Psikososial

Pendampingan psikososial dilakukan dengan memberikan perhatian, dukungan emosional, serta penguatan positif kepada anak-anak. Tim pengabdian berupaya mendengarkan cerita anak, memberikan motivasi, serta menanamkan rasa aman dan harapan. Pendekatan yang digunakan bersifat empatik dan tidak menghakimi, sehingga anak merasa dihargai dan diperhatikan. Pendampingan ini bertujuan untuk membantu anak membangun kembali rasa percaya diri dan ketahanan psikologis (resiliensi).

e. Penutup dan Refleksi

Kegiatan trauma healing ditutup dengan refleksi singkat dan doa bersama. Pada tahap ini, anak-anak diajak menyampaikan kesan sederhana terhadap kegiatan yang telah diikuti. Tim kemudian memberikan pesan-pesan penguatan, motivasi, serta harapan agar anak tetap semangat dan optimis dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Penutup ini bertujuan untuk mengakhiri kegiatan dengan suasana positif dan menanamkan rasa aman sebelum anak kembali ke lingkungan masing-masing.

## 5. Hasil Kegiatan

Anak-anak menunjukkan perubahan positif berupa ekspresi yang lebih ceria, aktif, dan berani berinteraksi. Tingkat kecemasan dan ketakutan berkurang, serta tercipta suasana yang aman dan nyaman.

## C. PENUTUP

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa trauma healing bagi anak-anak terdampak bencana alam telah terlaksana dengan baik dan memberikan dampak positif dalam pemulihan kondisi psikologis anak.

### Lampiran

Dokumentasi kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat berupa trauma healing bagi anak-anak terdampak bencana alam terlampir.



