



Integratif Permainan Tradisional sebagai Strategi Trauma Healing Berbasis Komunitas untuk Anak Korban Bencana: Studi Kontekstual di Sumatera Barat

Satya Gayatri^{1*}, Reniwati², Bahren³, Mery Ramadani⁴, Solfiyeni⁵

^{1,2,3,4}Sastra Minangkabau, Universitas Andalas, Kota Padang, Indonesia

⁵Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas, Kota Padang, Indonesia

Email: ¹satyagayatri@hum.unand.ac.id, ²reniwati@hum.unand.ac.id, ³bahren@hum.unand.ac.id,

⁴meryramadani@ph.unand.ac.id, ⁵solfiyenikarimiz@gmail.com

Abstract

This devotion looks at the effectiveness of traditional Minangkabau games as a medium for healing trauma for children affected by the cold lava disaster of Mount Marapi in West Sumatra. Natural disasters not only have physical impacts, but also psychological ones, especially for children. A culturally based approach is considered relevant to restore children's emotional well-being contextually. This devotion used a descriptive qualitative approach, with data collected through observation, interviews with 36 children, and questionnaires distributed to teachers and parents. The results showed that 88.9% of children preferred traditional games such as tug-of-war, tire racing, and cracker-eating competitions to modern games. These games, which are collaborative and competitive, help reduce stress, rebuild self-confidence, and restore social interaction. Around 83.3% of children were already familiar with these games before the disaster, making familiarity a key factor in fostering a sense of safety and comfort during the recovery process. Trauma symptoms—such as excessive sleepiness, fear, and sleep disturbances—remained, but play activities showed positive impacts. Furthermore, 97.5% of teachers supported the use of traditional games, indicating strong acceptance in the school environment. In addition to serving as an effective psychosocial intervention, traditional games also strengthen cultural identity and community resilience. These findings update and enrich previous research by offering a local context and a child-participatory approach. Thus, traditional games can serve as a strategic alternative for post-disaster trauma recovery in children.

Keywords: Trauma Healing, Traditional Games, Minang Kabau, Local Wisdom, Psychosocial Recovery.

Abstrak

Pengabdian ini melihat efektivitas permainan tradisional Minangkabau sebagai media trauma healing anak-anak terdampak bencana lahar dingin Gunung Marapi di Sumatera Barat. Bencana alam tidak hanya berdampak fisik, tetapi juga psikologis, terutama pada anak-anak. Pendekatan berbasis budaya lokal dinilai relevan dalam memulihkan kondisi emosional anak secara kontekstual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dengan data dikumpulkan melalui observasi, wawancara terhadap 36 anak, serta kuesioner kepada guru dan orang tua. Hasil menunjukkan bahwa 88,9% anak lebih menyukai permainan tradisional seperti tarik tambang, pacu ban, dan lomba makan kerupuk dibanding permainan modern. Permainan ini bersifat kolaboratif dan kompetitif, membantu mengurangi ketegangan, membangun kembali rasa percaya diri, serta memulihkan interaksi sosial. Sebanyak 83,3% anak telah mengenal permainan tersebut sebelum bencana, sehingga aspek familiaritas memperkuat rasa aman dan nyaman dalam proses pemulihan. Gejala trauma seperti kantuk berlebihan, rasa takut, dan gangguan tidur masih ditemukan, namun aktivitas bermain menunjukkan dampak positif. Dukungan dari 97,5% guru terhadap penggunaan permainan tradisional menunjukkan bahwa pendekatan ini diterima baik di lingkungan sekolah. Selain efektif sebagai intervensi psikososial, permainan tradisional juga memperkuat identitas budaya dan resiliensi komunitas. Temuan ini memperbarui dan memperkuat penelitian sebelumnya dengan memberikan konteks lokal dan pendekatan berbasis partisipasi langsung anak. Dengan demikian, permainan tradisional dapat dijadikan alternatif strategis dalam pemulihan trauma anak pascabencana.

Kata Kunci: Trauma Healing, Permainan Tradisional, Anak-anak, Kearifan Lokal, Pemulihan Psikososial.

A. PENDAHULUAN

Pada bulan Mei 2024, Provinsi Sumatera Barat mengalami bencana alam besar akibat aliran lahar dingin dari letusan gunung berapi. Peristiwa ini tidak hanya mengakibatkan kerusakan parah pada infrastruktur, pemukiman, dan sumber mata pencaharian masyarakat, tetapi juga meninggalkan dampak psikologis mendalam, terutama bagi anak-anak yang menjadi saksi langsung bencana tersebut. Anak-anak yang mengalami peristiwa traumatis cenderung menunjukkan gejala seperti ketakutan berlebihan, gangguan tidur, penarikan diri dari lingkungan sosial, serta kesulitan dalam berkonsentrasi dan belajar (Cormio et al., 2024; Pérez et al., 2023; Tao et al., 2021; Blake et al., 2018). Lanjut Kar (2024; Freeman et al., (2025); La Greca et al., (2013); Blanchet-Cohen & Nelems, (2013); Blanchet-Cohen & Nelems, (2013), dalam konteks pemulihan pascabencana, penanganan trauma anak-anak menjadi prioritas yang mendesak dan membutuhkan pendekatan yang sensitif, adaptif, serta berbasis pada kebutuhan psikososial anak.

Bencana alam kerap kali menjadi pemicu gangguan stres pascatrauma (Post-Traumatic Stress Disorder/PTSD) pada anak-anak. Beberapa studi internasional menunjukkan bahwa terapi bermain merupakan pendekatan efektif dalam membantu anak memproses pengalaman traumatis mereka (Nilsson et al., 2024; Gkintoni et al., (2024); Pecora et al., (2024); Le-Roux & Cobham, 2022; Cohen & Mannarino, (2015); Nawangsih, 2014; Hoffmann & Russ, 2012). Pendekatan ini memungkinkan anak mengekspresikan perasaan melalui media non-verbal yang lebih nyaman dan sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Dalam kajian oleh Dalkılıç et al., (2025); Rusmana et al., (2023); Rusmana et al., (2020); Baggerly (2015), model Disaster Response Play Therapy (DRPT) terbukti efektif dalam memfasilitasi proses pemulihan emosional anak-anak korban bencana melalui integrasi antara terapi bermain berpusat pada anak dan psikoedukasi berbasis kognitif-perilaku.

Di Indonesia, terapi trauma pada anak pascabencana umumnya masih terfokus pada aktivitas permainan modern seperti puzzle, ular tangga, mewarnai, senam bersama, konseling, hingga dongeng. Namun, potensi besar permainan tradisional sebagai media trauma healing belum banyak dimanfaatkan secara sistematis. Padahal, permainan tradisional memiliki dimensi komunal yang kuat dan bersifat partisipatif, yang secara alami mendorong interaksi sosial, ekspresi emosi, serta membangun kembali rasa aman dan kebersamaan di antara anak-anak. Sebagai bagian dari warisan budaya lokal, permainan tradisional juga sarat dengan nilai-nilai edukatif dan sosial yang berkontribusi dalam pemulihan keseimbangan psikologis anak.

Beberapa penelitian mutakhir mulai menunjukkan efektivitas pendekatan ini. Rusmana et al., (2023) melaporkan bahwa permainan tradisional berbasis kearifan lokal efektif dalam menurunkan gejala PTSD pada anak-anak terdampak bencana di Indonesia. Demikian pula, Dalkılıç et al., (2025); Jumilia & Kanathanan, (2024); Rahmawati & Rinawati, (2022); Triasari et al., (2020); Madyawati & Sulistyningtyas (2020); Nawangsih (2014) menunjukkan bahwa terapi bermain mampu mengurangi gangguan stres pascatrauma secara signifikan pada anak-anak korban gempa bumi. Studi-studi tersebut menegaskan bahwa aktivitas bermain, terutama yang memiliki relevansi budaya lokal, dapat menjadi sarana pemulihan yang murah, mudah direplikasi, dan kontekstual.

Penanganan trauma anak-anak pascabencana telah menjadi fokus utama dalam kajian psikologi bencana dalam dua dekade terakhir. Pendekatan terapi bermain (*play therapy*) secara luas diakui sebagai metode efektif untuk membantu anak-anak memproses pengalaman traumatis akibat bencana alam (Nilsson et al., 2024; Dalkılıç et al., 2025; Cohen & Mannarino, 2015). Model intervensi seperti Child-Centered Play Therapy (CCPT) maupun Disaster Response Play Therapy (DRPT) terbukti membantu dalam mengurangi gejala PTSD, meningkatkan regulasi emosi, serta memperkuat keterampilan sosial anak-anak korban bencana (Rusmana et al., 2020; Baggerly, 2015; Jordan et al., 2013).

Research gap yang ditemukan dalam penelitian ini adalah bahwa meskipun terapi berbasis permainan modern telah banyak diterapkan, permainan tradisional berbasis kearifan lokal sebagai media efektif trauma healing pascabencana masih belum dimanfaatkan secara sistematis. Terapi yang ada sering kali tidak mempertimbangkan konteks budaya lokal dan keterbatasan sumber daya di komunitas terdampak (Le-Roux & Cobham, 2022; Pérez et al., 2023).

Selain itu, belum ada model yang mengintegrasikan permainan tradisional secara sistematis dalam program pemulihan berbasis masyarakat yang mudah direplikasi, terutama di wilayah rawan bencana lainnya. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi gap tersebut dengan mengembangkan model pemulihan yang berbasis pada permainan tradisional sebagai strategi trauma healing berbasis masyarakat yang kontekstual, partisipatif, dan mudah direplikasi. Penelitian oleh Rusmana et al., (2023) menunjukkan bahwa permainan tradisional berbasis budaya lokal dapat menurunkan gejala PTSD secara signifikan pada anak-anak terdampak bencana. Demikian pula, penelitian oleh Jumilia & Kanathanan (2024) yang memanfaatkan pendekatan tradisional randai di Sumatera Barat memberikan indikasi kuat bahwa pendekatan berbasis budaya dapat menjembatani

pemulihan psikososial yang lebih kontekstual dan berkelanjutan.

Dengan demikian, gap penelitian yang belum terjawab meliputi: sejauh mana permainan tradisional berbasis kearifan lokal dapat berperan sebagai media efektif dalam pemulihan psikologis anak pascabencana, jenis-jenis permainan tradisional apa yang memiliki potensi terapeutik, dan bagaimana penerapan model integratif permainan tradisional dalam program pemulihan berbasis masyarakat yang lebih luas.

Berdasarkan penjelasan kesenjangan penelitian di atas maka yang menjadi kebaruan dari penelitian ini terletak pada pengintegrasian permainan tradisional anak sebagai bentuk intervensi psikososial dalam proses trauma healing pascabencana. Berbeda dengan pendekatan konvensional yang umumnya bersandar pada permainan modern atau terapi klinis formal, studi ini mencoba menghadirkan alternatif berbasis kearifan lokal yang tidak hanya relevan secara kultural, tetapi juga dapat memperkuat identitas dan daya tahan komunitas (Castellano-Tejedor & Cencerrado, 2024; Ambros-Antemate et al., 2023; Krath et al., 2021; Fairburn & Patel, (2017); Granic et al., 2014). Pendekatan ini berpotensi menjembatani kesenjangan antara kebutuhan psikososial anak dengan sumber daya lokal yang tersedia dalam situasi darurat.

Meskipun berbagai intervensi trauma healing telah dilakukan, pendekatan yang digunakan umumnya masih terpusat pada permainan modern dan terapi formal, yang seringkali belum sepenuhnya memperhatikan konteks budaya lokal masyarakat terdampak. Hal ini menimbulkan pertanyaan penting: sejauh mana permainan tradisional yang berbasis kearifan lokal dapat berperan sebagai media efektif dalam pemulihan psikologis anak pascabencana? Jenis-jenis permainan tradisional apa saja yang memiliki potensi terapeutik dalam konteks trauma healing? Dan bagaimana model integratif permainan tradisional dapat diterapkan secara sistematis dalam program pemulihan berbasis masyarakat?

Untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan tersebut, pengabdian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam efektivitas permainan tradisional sebagai bentuk intervensi psikososial dalam membantu anak-anak korban bencana memproses trauma mereka. Tujuan khusus dari pengabdian ini meliputi: (1) mengidentifikasi dan mengklasifikasikan jenis-jenis permainan tradisional yang relevan dan potensial dalam konteks trauma healing anak, (2) mengevaluasi pengaruh aktivitas permainan tradisional terhadap aspek emosional dan sosial anak-anak pascabencana, serta (3) menyusun model yang efektif penerapan integratif permainan tradisional sebagai strategi trauma healing berbasis masyarakat

yang kontekstual, partisipatif, dan mudah direplikasi di wilayah rawan bencana lainnya.

Dengan demikian, pengabdian ini tidak hanya menawarkan insight baru dalam ranah terapi pascabencana berbasis budaya, tetapi juga menjawab tantangan praktis dalam menyediakan pendekatan yang murah, inklusif, dan berakar pada nilai-nilai lokal dalam pemulihan psikologis anak-anak korban bencana.

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Pengabdian ini menggunakan pendekatan kualitatif yang bersifat eksploratif, dengan tujuan menggali secara mendalam potensi permainan tradisional Minangkabau sebagai media trauma healing bagi anak-anak korban bencana alam lahar dingin di Nagari Parambahan, Kabupaten Tanah Datar, Sumatera Barat. Pendekatan kualitatif dipilih karena sesuai untuk memahami fenomena sosial dan nilai-nilai budaya dalam konteks tertentu (Sugiyono, 2016).

Sebelum kegiatan lapangan dilakukan, tim terlebih dahulu melaksanakan studi pustaka untuk memahami konsep-konsep dasar trauma healing, model intervensi psikososial pascabencana, serta jenis dan makna permainan tradisional dalam budaya Minangkabau. Penelitian ini juga mempertimbangkan nilai, norma, dan konteks sosial-budaya lokal sebagai basis integrasi kegiatan pengabdian dengan kebutuhan psikologis anak-anak di wilayah terdampak.

Kegiatan dilaksanakan di Nagari Parambahan, Kecamatan Lima Kaum, Kabupaten Tanah Datar, tepatnya tanggal 7 September 2024 oleh tim dari Universitas Andalas di Nagari Parambahan. Subjek utama dalam penelitian ini adalah anak-anak sekolah dasar yang menjadi korban bencana galodo. Selain itu, informasi pendukung juga diperoleh dari guru-guru SD 12 dan SD 19 Parambahan, serta orang tua yang tergabung dalam grup wali murid.

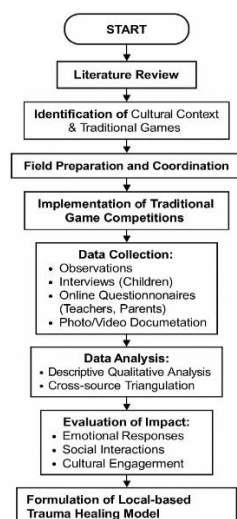
Pengumpulan data dilakukan dengan berbagai metode, yaitu observasi langsung, wawancara spontan dan terbuka, kuesioner daring, serta dokumentasi visual. Observasi langsung dilakukan dengan memantau dinamika kelompok anak-anak selama permainan, termasuk perilaku, respons emosional, dan interaksi sosial mereka. Protokol observasi yang diterapkan mencakup pencatatan bahasa tubuh, ekspresi wajah, serta reaksi verbal anak-anak yang memberikan gambaran mengenai perubahan emosional yang terjadi selama kegiatan.

Wawancara dilakukan dengan pertanyaan terbuka yang memberi kesempatan anak-anak untuk mengungkapkan perasaan mereka, misalnya dengan pertanyaan seperti "*Bagaimana perasaanmu saat bermain?*" atau "*Adakah permainan yang membuatmu merasa lebih baik?*". Kuesioner daring

diberikan kepada guru dan orang tua murid untuk menilai kondisi emosional anak-anak setelah bencana dan untuk mengukur perubahan dalam interaksi sosial mereka pascabencana. Kuesioner ini menggunakan skala Likert untuk mengukur aspek-aspek emosional dan sosial anak-anak, serta memberikan ruang bagi guru dan orang tua untuk memberikan komentar tambahan.

Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan pendekatan analisis deskriptif kualitatif. Proses analisis dimulai dengan pegecodan data wawancara dan observasi untuk mengidentifikasi tema-tema utama, seperti dampak emosional permainan terhadap anak-anak, keterlibatan sosial, dan pengalaman mereka selama kegiatan. Setiap kode yang diterapkan akan dicatat dalam catatan kode yang memungkinkan replikasi penelitian oleh peneliti lain di masa mendatang. Selain itu, untuk memastikan keabsahan data, dilakukan triangulasi sumber dengan membandingkan informasi yang diperoleh dari anak-anak, guru, orang tua, serta dokumentasi foto yang mendukung analisis. Proses triangulasi ini diharapkan dapat mengonfirmasi hasil yang diperoleh dan memastikan keakuratan data yang dikumpulkan.

Temuan dari observasi, wawancara, dan kuesioner diinterpretasikan untuk menilai efektivitas kegiatan dalam tiga dimensi utama, yakni: a) Identifikasi jenis permainan tradisional yang relevan dan disukai anak-anak; b) Evaluasi terhadap dampak permainan terhadap aspek emosional dan sosial anak pascabencana, dan c) Penyusunan elemen-elemen dasar model trauma healing berbasis budaya lokal yang aplikatif dan kontekstual. Keabsahan data dijaga melalui teknik triangulasi sumber, yaitu dengan membandingkan informasi dari anak-anak, guru, dan orang tua, serta melalui dokumentasi foto dan refleksi tim pelaksana selama kegiatan berlangsung (Marmoah et al., 2022); Moon et al., 2019).



Gambar 1. Diagram Alur Metodologi

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan memulihkan kondisi psikologis anak-anak yang mengalami trauma akibat bencana lahar dingin di Nagari Parambahan, Kecamatan Lima Kaum, Kabupaten Tanah Datar, Sumatera Barat. Proses pemulihan dilakukan melalui pendekatan berbasis permainan tradisional Minangkabau, yang dikemas dalam bentuk perlombaan seperti tarik tambang, pacu ban, dan lomba makan kerupuk. Metode pelaksanaan mengedepankan pendekatan partisipatif, observasi langsung di lapangan, serta wawancara spontan dengan anak-anak, guru, dan orang tua untuk memperoleh gambaran yang lebih holistik terhadap dampak kegiatan dan respons emosional peserta.

Identifikasi Permainan Tradisional yang Relevan untuk Trauma Healing

Permainan tradisional Minangkabau dipilih sebagai media pemulihan trauma karena memiliki tingkat penerimaan yang tinggi di kalangan anak-anak. Hasil wawancara terhadap 36 anak menunjukkan bahwa sebanyak 32 anak (88,9%) lebih menyukai permainan tradisional dibandingkan dengan permainan modern. Temuan ini menunjukkan bahwa permainan tradisional memiliki relevansi tinggi sebagai media intervensi psikososial dalam konteks pemulihan pascabencana.

Permainan yang digunakan dalam kegiatan ini, seperti tarik tambang, pacu ban, dan lomba makan kerupuk memiliki karakteristik kolaboratif, kompetitif, dan menyenangkan. Sifat-sifat ini terbukti mampu membangun kembali semangat, kepercayaan diri, dan interaksi sosial anak-anak yang terdampak. Selain itu, keakraban budaya menjadi faktor penting yang memperkuat efektivitas pendekatan ini. Sebanyak 30 dari 36 anak (83,3%) telah mengenal dan memainkan permainan tersebut sebelum bencana terjadi, menandakan bahwa permainan ini telah terinternalisasi dalam keseharian mereka. Aspek familiaritas inilah yang memberikan rasa aman, nyaman, dan terkendali dan inilah yang menjadi unsur penting dalam proses pemulihan psikologis pascatrauma.

Selama pelaksanaan kegiatan, tim juga melakukan wawancara spontan untuk mengeksplorasi kondisi emosional anak-anak setelah bencana. Sebagian besar anak menyatakan masih mengalami gejala trauma seperti ketakutan, kecemasan, serta gangguan tidur. Wawancara lebih lanjut dilakukan kepada guru dari SD Negeri 12 dan SD Negeri 19 Parambahan, serta kepada orang tua melalui kuesioner daring. Hasil kuesioner mengindikasikan bahwa 52,5% anak mengalami kantuk berlebihan, 20% merasa takut, 2,5% tampak murung dan mengalami gangguan tidur, sementara 2,5% lainnya kehilangan nafsu makan.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Cormio et al., (2024); Pérez et al., (2023); Tao et al., (2021), yang menunjukkan bahwa anak-anak yang terpapar pada peristiwa traumatis kerap menunjukkan gejala psikologis yang signifikan, termasuk gangguan afektif, somatik, dan perilaku. Dalam konteks tersebut, pendekatan yang bersifat adaptif dan berbasis budaya lokal menjadi sangat penting.

Lebih lanjut, Kar (2024); La-Greca et al., (2013) menekankan bahwa pendekatan psikososial yang sensitif terhadap konteks lokal dan pengalaman anak sangat krusial untuk mencegah berkembangnya gangguan stres pascatrauma (PTSD). Apabila tidak ditangani secara tepat, trauma masa kanak-kanak dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan emosional dan sosial anak. Oleh karena itu, intervensi berbasis permainan tradisional yang bersifat partisipatif dan kontekstual dapat menjadi alternatif strategis dalam mendukung pemulihan psikologis anak-anak di wilayah terdampak bencana.

Evaluasi Dampak Permainan Tradisional terhadap Aspek Emosional dan Sosial Anak

Dalam upaya pemulihan trauma anak-anak pascabencana, berbagai bentuk intervensi telah diimplementasikan sebagai bagian dari pendekatan holistik. Data menunjukkan bahwa 50% responden menganggap kegiatan olahraga dan terapi bermain sebagai metode yang paling efektif dalam membantu anak-anak mengatasi trauma psikologis. Hal ini mengindikasikan bahwa aktivitas fisik dan permainan memiliki daya penyembuhan yang kuat dalam mengalihkan perhatian anak dari pengalaman traumatis dan mengaktifkan kembali semangat serta keceriaan mereka. Sementara itu, 12,5% responden menilai pendekatan personal dan empatik yang melibatkan pendampingan langsung, komunikasi hangat, dan interaksi penuh perhatian sebagai strategi yang membantu anak merasa dipahami dan tidak sendirian. Di sisi lain, 25% responden menyebutkan bahwa bantuan berupa makanan dan minuman juga berperan dalam memberikan rasa aman dan perhatian terhadap kebutuhan dasar anak, yang merupakan fondasi penting dalam menciptakan stabilitas emosional. Adapun 10% lainnya menilai bahwa konseling psikologis secara formal memiliki kontribusi terhadap pemulihan anak-anak dengan gejala trauma yang lebih berat.

Berbagai pilihan ini mencerminkan bahwa penanganan trauma anak dilakukan melalui pendekatan multisektor yang saling melengkapi. Temuan ini selaras dengan penelitian Nilsson et al., (2024); Gkintoni et al., (2024); Le-Roux & Cobham (2022) yang menekankan pentingnya terapi bermain sebagai bentuk intervensi pascabencana yang efektif, khususnya dalam menstimulasi aspek

afektif dan sosial anak-anak. Model seperti Disaster Response Play Therapy (DRPT) yang dikembangkan oleh Dalkılıç et al., (2025) juga memperkuat bahwa integrasi antara pendekatan bermain dan psikoedukasi mampu mempercepat pemulihan emosional secara signifikan.

Namun demikian, masih banyak intervensi yang cenderung bergantung pada permainan modern atau berbasis klinis yang kurang membumi dalam konteks budaya lokal. Padahal, sebagaimana ditekankan oleh Rusmana et al., (2023), permainan tradisional yang bersumber dari kearifan lokal terbukti lebih mudah diterima oleh komunitas, lebih hemat biaya, dan lebih efektif dalam menurunkan gejala PTSD pada anak-anak di daerah terdampak. Hal ini menunjukkan perlunya reposisi pendekatan trauma healing agar tidak hanya bersifat medis dan formal, tetapi juga berakar pada budaya lokal yang telah akrab bagi anak-anak, sehingga lebih relevan secara emosional dan sosial.

Efektivitas Permainan Tradisional dalam Trauma Healing Anak

Temuan lapangan menunjukkan bahwa 32 dari 36 anak lebih menyukai permainan tradisional dibanding permainan modern. Permainan tradisional tidak hanya sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media pemulihan fisik dan emosional. Aktivitas seperti tarik tambang, pacu ban, dan lomba makan kerupuk membantu anak-anak melepaskan ketegangan dan membangun kembali ikatan sosial.

Permainan tradisional memberikan efek pengalihan fokus dan pengurangan stres (Rahmawati & Rinawati, 2022; Triasari et al., 2020), serta memperkuat koneksi sosial (Jumilia & Kanathanan, 2024). Anak-anak juga merasa aman karena permainan tersebut sudah akrab dalam kehidupan mereka (Rusmana et al., 2023).

Selain itu, permainan tradisional membantu anak-anak memulihkan rasa kendali atas lingkungan mereka. Seperti dikemukakan oleh Baggerly, (2015); Jordan et al., (2013), proses ini penting dalam membangun kembali rasa percaya diri dan kemandirian setelah mengalami peristiwa traumatis. Data dari kegiatan ini memperlihatkan bahwa anak-anak merasa gembira menerima hadiah, berpartisipasi aktif dalam lomba, dan bahkan melanjutkan permainan tersebut saat istirahat di sekolah.

Permainan tradisional juga menimbulkan emosi positif yang penting bagi keseimbangan psikologis jangka panjang (Ismoyo et al., 2024; Ashar et al., 2024; Widiarti & Anggita, 2022). Dari 36 anak, 35 melaporkan merasa senang dan aman selama perlombaan berlangsung. Studi-studi seperti Castellano-Tejedor & Cencerrado (2024); Krath et

al., (2021); Ambros-Antemate et al., (2023) menegaskan bahwa pendekatan berbasis budaya memperkuat pemulihan psikososial secara berkelanjutan.

Sebanyak 97,5% dari 40 guru yang menjadi responden mendukung penggunaan permainan tradisional sebagai metode trauma healing yang efektif. Pendekatan ini tidak hanya membantu anak-anak pulih dari trauma, tetapi juga memperkuat identitas budaya dan daya tahan komunitas lokal.

Berikut ini disajikan gambar mengenai efektifitas dan keterlibatan ana-anak dalam permainan tradisional dalam trauma healing pada Gambar 2.



Gambar 2. Efektifitas dan Keterlibatan Anak-Anak Pada Permainan Tradisional Dalam Rangka Mengurangi Trauma Healing

Dengan demikian, kegiatan ini menunjukkan bahwa permainan tradisional bukan sekadar aktivitas rekreasional, tetapi merupakan intervensi psikososial yang kontekstual, inklusif, dan efektif dalam memfasilitasi pemulihan trauma anak-anak korban bencana di Sumatera Barat.

Berangkat dari temuan di atas, akhirnya diperoleh penegasan kajian ini secara signifikan memberikan kontribusi penting terhadap wacana trauma healing anak pascabencana dengan menekankan efektivitas permainan tradisional sebagai pendekatan intervensi yang kontekstual dan berbasis budaya. Data menunjukkan bahwa sebagian besar anak tidak hanya menyukai permainan tradisional, tetapi juga menunjukkan respons emosional positif selama kegiatan berlangsung. Hal ini mengindikasikan bahwa permainan tersebut memiliki nilai terapeutik yang relevan dan diterima secara alami oleh anak-anak di daerah terdampak. Sementara sebagian besar literatur sebelumnya, seperti Cormio et al., (2024); Pérez et al., (2023), menyoroti pentingnya intervensi psikososial secara umum untuk merespons trauma anak, pengabdian ini melampaui kerangka tersebut dengan mengintegrasikan dimensi budaya lokal sebagai fondasi utama pendekatan pemulihan.

Kebaruan kegiatan ini terletak pada penekanan terhadap keakraban budaya dan keterlibatan partisipatif sebagai modal utama dalam menciptakan rasa aman dan kontrol pada anak. Jika model intervensi lain seperti DRPT (Dalkılıç et al., 2025) masih didominasi oleh permainan modern

dan struktur klinis, maka pengabdian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional yang telah melekat dalam keseharian anak-anak justru lebih efektif dalam memfasilitasi pemulihan psikologis secara holistik. Dukungan dari guru, hasil observasi langsung, serta preferensi anak memperkuat argumen bahwa pendekatan ini lebih membumi dan dapat direplikasi dengan mudah di berbagai konteks lokal lainnya. Selain itu, dengan menunjukkan adanya gejala psikologis pascabencana yang masih dialami anak-anak, pengabdian ini juga menegaskan urgensi pengembangan metode pemulihan yang lebih inklusif dan berkelanjutan.

Pengabdian ini menghadirkan sudut pandang baru dalam praktik trauma healing, yakni bahwa permainan tradisional bukan hanya sarana hiburan, melainkan bagian integral dari strategi pemulihan yang mempertimbangkan identitas, keterikatan sosial, dan resiliensi komunitas. Pendekatan ini memperluas ruang intervensi yang sebelumnya terfokus pada ranah klinis menuju pendekatan yang lebih adaptif, kontekstual, dan memberdayakan.

D. PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil pengabdian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional Minangkabau memiliki potensi besar sebagai media intervensi psikososial dalam pemulihan trauma anak-anak pascabencana. Tingginya tingkat penerimaan dan keakraban anak-anak terhadap permainan tradisional menunjukkan bahwa pendekatan ini tidak hanya efektif secara emosional, tetapi juga relevan secara kultural dan sosial. Dibandingkan dengan pendekatan trauma healing yang bersifat klinis dan berbasis permainan modern, permainan tradisional menawarkan keunggulan dalam hal aksesibilitas, keterlibatan partisipatif, serta kemampuan membangun kembali rasa aman, kendali, dan kebersamaan di antara anak-anak terdampak.

Saran

Kebaruan pengabdian ini terletak pada integrasi nilai-nilai lokal dalam praktik terapi bermain, yang terbukti dapat memperkuat daya lenting psikologis dan identitas budaya anak di tengah keterbatasan sumber daya. Hasil ini memperkuat argumen bahwa pemulihan trauma yang efektif perlu mempertimbangkan konteks sosial-budaya lokal sebagai dasar pendekatan. Oleh karena itu, permainan tradisional layak dikembangkan lebih lanjut sebagai bagian dari kebijakan dan program pemulihan pascabencana anak yang berbasis komunitas, adaptif, dan berkelanjutan.

Meskipun pengabdian ini berhasil menunjukkan efektivitas permainan tradisional sebagai media trauma healing anak-anak pascabencana, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu dicermati. Pertama, ruang lingkup pengabdian masih terbatas pada lokasi dan konteks kultural Sumatera Barat, sehingga generalisasi temuan ke wilayah atau budaya lain memerlukan kehati-hatian. Kedua, pendekatan evaluatif yang digunakan lebih bersifat kualitatif dan deskriptif, tanpa dukungan pengukuran psikometrik yang lebih terstandar seperti skala PTSD atau instrumen psikologis lainnya. Ketiga, durasi intervensi yang relatif singkat belum memungkinkan untuk mengamati dampak jangka panjang permainan tradisional terhadap pemulihan psikologis anak secara lebih komprehensif.

Untuk memperkuat kontribusi ilmiah dan aplikatif dari pendekatan ini, pengabdian lanjutan disarankan untuk dilakukan dalam cakupan wilayah yang lebih luas dan melibatkan berbagai latar budaya lokal di Indonesia. Studi selanjutnya juga dapat menggunakan desain kuantitatif eksperimental atau quasi-eksperimental dengan instrumen pengukuran psikologis yang tervalidasi guna mengukur efektivitas intervensi secara lebih objektif dan terukur. Selain itu, perlu dikembangkan model intervensi berbasis permainan tradisional yang sistematis, termasuk pedoman pelaksanaan, pelatihan fasilitator, serta integrasi dalam kebijakan pendidikan atau manajemen bencana anak. Riset longitudinal juga direkomendasikan untuk mengevaluasi dampak jangka panjang terhadap kesejahteraan psikososial anak serta keterlibatan komunitas dalam mempertahankan praktik ini secara berkelanjutan.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian ini mengucapkan terima kasih kepada Wali Nagari dan masyarakat nagari Parambahan yang telah ikut mensukseskan kegiatan pengabdian ini. Terima kasih juga disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Andalas yang telah memberi dukungan financial dengan Skema Program Kemitraan Masyarakat Membantu Nagari Membangun (PKM-MNM) Nomor Kontrak: 29/UN16.19/PM.03.03/PKM-MNM/2024 Tanggal 17 Juli 2024 untuk kegiatan pengabdian ini. Semoga kegiatan ini berguna bagi masyarakat dan diberkati Allah.

E. DAFTAR PUSTAKA

Ambros-Antemate, J. F., Beristain-Colorado, M. D. P., Vargas-Treviño, M., Gutiérrez-Gutiérrez, J., Hernández-Cruz, P. A., Gallegos-Velasco, I. B., & Moreno-Rodríguez, A. (2023). Improving Adherence to Physical Therapy in the Development of Serious Games: Conceptual

Framework Design Study. *JMIR formative research*, 7, e39838. <https://doi.org/10.2196/39838>

Ashar., Mania, S., Ibrahim, M.M., & Syamsudduha, ST. (2024). The impact of traditional games on social-emotional development: A comprehensive review of existing research. *Journal of Learning and Development Studies*, 4(2):39-51. <http://dx.doi.org/10.32996/jlds.2024.4.2.5>

Baggerly, J. N. (2015). Play Therapy and Crisis Intervention With Children Experiencing Disasters. *Handbook of Play Therapy*, Wiley, New Jersey. <https://doi.org/10.1002/9781119140467.ch23>

Blake, M.J., Trinder, J.A., & Allen, N.B. (2018). Mechanisms underlying the association between insomnia, anxiety, and depression in adolescence: Implications for behavioral sleep interventions. *Clinical Psychology Review*, 63: 25-40. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2018.05.006>

Blanchet-Cohen, N., & Nelems, R. (2013). A Child-Centered Evaluation of a Psychosocial Program: Promoting Children's Healing, Safety and Well-Being in Post-Disaster Contexts. *Children, Youth and Environments*, 23(1), Children, Violence, Community and the Physical Environment, pp. 23-42. University of Cincinnati, Cincinnati, Ohio. <https://doi.org/10.7721/chilyoutenvi.23.1.0023>

Castellano-Tejedor, C., & Cencerrado, A. (2024). Gamification for Mental Health and Health Psychology: Insights at the First Quarter Mark of the 21st Century. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(8), 990. <https://doi.org/10.3390/ijerph21080990>

Cohen, J. A., & Mannarino, A. P. (2015). Trauma-focused Cognitive Behavior Therapy for Traumatized Children and Families. *Child and adolescent psychiatric clinics of North America*, 24(3): 557–570. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2015.02.005>

Cormio, L., Giaconi, C., Mengoni, M., & Santilli, T. (2024). Exploring game design approaches through conversations with designers. *Design Studies*, 91–92: 101253. <https://doi.org/10.1016/j.destud.2024.101253>

Dalkılıç, G., Okumuş, S., & Güloğlu B. (2025). Play Therapy for Children Exposed to Natural Disasters. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar - Current Approaches in Psychiatry*, 17(1): 47-60. <https://doi.org/10.18863/pgy.1431472>

Fairburn, C. G., & Patel, V. (2017). The impact of digital technology on psychological treatments and their dissemination. *Behaviour research and therapy*, 88, 19–25. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.08.012>

Freeman, C., Nairn, K., & Gollop, M. (2015). Disaster impact and recovery: what children and young people can tell us. *Kōtuitui New Zealand Journal of Social Sciences Online*, 10(2):103-115.

- <http://dx.doi.org/10.1080/1177083X.2015.1066400>
- Gkintoni, E., Kourkoutas, E., Yotsidi, V., Stavrou, P. D., & Priniadaki, D. (2024). Clinical Efficacy of Psychotherapeutic Interventions for Post-Traumatic Stress Disorder in Children and Adolescents: A Systematic Review and Analysis. *Children*, 11(5), 579. <https://doi.org/10.3390/children11050579>
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R.C.M.E. (2014). The benefits of playing video games. *American Psychological Association*, 69(1): 66-78. <https://doi.org/10.1037/a0034857>
- Hoffmann, J., & Russ, S. (2012). Pretend Play, Creativity, and Emotion Regulation in Children. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 6(2): 175-184. <http://dx.doi.org/10.1037/a0026299>
- Ismoyo, I., Nasrulloh, A., Hermawan, H.A., & Ihsan, F. (2024). Health benefits of traditional games - a systematic review. *Retos*, 59:843-856. <http://dx.doi.org/10.47197/retos.v59.107467>
- Jumilia, J., & Kanathasan, J.S. (2024). Trauma healing therapy for post-earthquake children using traditional randai approach. *International Journal of Nursing Information*, 3(2): 1-8. <https://doi.org/10.58418/ijni.v3i2.109>
- Jordan, B., Perryman, K., & Anderson, L. (2013). A case for child-centered play therapy with natural disaster and catastrophic event survivors. *International Journal of Play Therapy*, 22(4): 219-230. <https://doi.org/10.1037/a0034637>
- Kar, N. (2024). Coping strategies used by children and adolescents following disaster trauma: A review of associated factors and intervention options. *Odisha Journal of Psychiatry*, 20(2):43-51. http://dx.doi.org/10.4103/OJP.OJP_21_24
- Krath, J., Schürmann, L., & von-Korflesch, H.F.O. (2021). Revealing the theoretical basis of gamification: A systematic review and analysis of theory in research on gamification, serious games and game-based learning. *Computers in Human Behavior*, 125: 106963. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106963>
- Kristen, L. Zaleski PhD, LCSW, Daniel K. Johnson MSW & Jessica T. Klein LCSW. (2016). Grounding Judith Herman's Trauma Theory within Interpersonal Neuroscience and Evidence-Based Practice Modalities for Trauma Treatment, *Smith College Studies in Social Work*, 86(4): 377-393. <http://dx.doi.org/10.1080/00377317.2016.1222110>
- La-Greca, A. M., Lai, B. S., Llabre, M. M., Silverman, W. K., Vernberg, E. M., & Prinstein, M. J. (2013). Children's Postdisaster Trajectories of PTS Symptoms: Predicting Chronic Distress. *Child & youth care forum*, 42(4): 351-369. <https://doi.org/10.1007/s10566-013-9206-1>
- Le-Roux, I. H., & Cobham, V. E. (2022). Psychological Interventions for Children Experiencing PTSD After Exposure to a Natural Disaster: A Scoping Review. *Clinical child and family psychology review*, 25(2): 249-282. <https://doi.org/10.1007/s10567-021-00373-1>
- Madyawati, L., & Sulistyningtyas, R.E. (2020). Local Culture Games for Post-Disaster Trauma Healing in Early Childhood. Proceedings of the 1st Borobudur International Symposium on Humanities, Economics and Social Sciences (BIS-HESS 2019). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, volume 436: 508-512. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200529.106>
- Marmoah, S., Poerwanti, J.I.S., & Suharno. (2022). Literacy culture management of elementary school in Indonesia. *Heliyon*, 8(4):e09315. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09315>
- Meylani, R. (2024). A Comparative Analysis of Traditional and Modern Approaches to Assessment and Evaluation in Education. *Bati Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(1): 520-555. <http://dx.doi.org/10.51460/baedb.1386737>
- Moon, M.D. (2019). Triangulation: A Method to Increase Validity, Reliability, and Legitimation in Clinical Research. *Journal of Emergency Nursing*, 45(1):103-105. <http://dx.doi.org/10.1016/j.jen.2018.11.004>
- Nawangsih, E. (2014). Play Therapy Untuk anak-anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/PTSD). *Psymphatic, Jurnal Ilmiah Psikologi*. 1(2): 164 - 178. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.475>
- Nilsson, N., Hadiprodjo, N., & Parson, J. (2024). The role of the play therapist in supporting children and families following a natural disaster: A scoping review. *The Australian Journal of Rural Health*, 32(5):877-889. <https://doi.org/10.1111/ajr.13186>
- Pecora, P.J., Klein, R., Simon, J., Foster, L.J.J., Gallagher, A., Keller, C. & Baumgardner, S. (2024). Interventions Shown to be Effective with Children and Families of Color and LGBTQ2SI+ Persons Who May be Served with Family First Funding. (Second Edition). Seattle, WA: Casey Family Programs. https://www.casey.org/media/Interventions-Effective-for-Families-of-Color_Research-Brief.pdf
- Pérez, L.F.A., Fernández, E.F., & Duarte, K.N. (2023). Psychological-forensic expert assessment of complex post traumatic stress disorder in victims of gender-based violence. *Revista Española de Medicina Legal*, 50: 76-81. <https://doi.org/10.1016/j.remle.2023.09.001>
- Rahmawati, E.Q., & Rinawati, F. (2022). Play therapy as support for the grieving process of post traumatic stress disorder disaster in children : Literatur Review. The 5th International Conference On Health Polytechnics Of Surabaya (ICOHPS)2ndInternational Conference of Nursing

- and Public Health Science(ICoNPHS), pp: 138-148. <https://iconphp.poltekkesdepkes-sby.ac.id/index.php/iconph/article/view/59>
- Rusmana, N., Hafina, A., Ruyadi, Y., & Riduwan, M. (2023). Trauma healing based on local wisdom: Traditional games to reduce students post-traumatic stress disorder. *International Journal of Instruction*, 16(4): 37-54. <https://doi.org/10.29333/iji.2023.1643a>
- Rusmana, N., Hafina, A., & Suryana, D. (2020). Group Play Therapy for Preadolescents: Post-Traumatic Stress Disorder of Natural Disaster Victims in Indonesia. *The Open Psychology Journal*, 13: 213-222. <http://dx.doi.org/10.2174/1874350102013010213>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Cetakan ke-24. Bandung: Alfabeta.
- Tao, G., Garrett, B., Taverner, T., Cordingley., & Sun, C. (2021). Immersive virtual reality health games: a narrative review of game design. *Journal of NeuroEngineering and Rehabilitation*, 18:31. <https://doi.org/10.1186/s12984-020-00801-3>
- Triasari, L., Yusuf, A., Retno, D.A.S., Triyana P.D., & Abidin, Z. (2020). Play Therapy to Reduce Traumatic Stress in Earthquake-affected Children in North Lombok, West Nusa Tenggara. *International Journal of Nursing and Health Services*, 3(1): 133-140. <https://doi.org/10.35654/ijnhs.v3i1.209>
- Widiarti, A.U., & Anggita, G.M. (2022). The Role of Traditional Games on Children's Ground Motor and Emotional Ability, 2(2): 143-149. <https://doi.org/10.15294/ajpesh.v2i2.60887>