

Pelatihan Daring Pertolongan Pertama Psikologis Penyintas Bencana pada Dharma Wanita Persatuan Kota Bogor

Riastuti Kusuma Wardani¹, Ratri Ciptaningtyas²

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah^{1,2}
riastuti.wardani@uinjkt.ac.id¹, ratri.ciptaningtyas@uinjkt.ac.id²

Abstract

Natural disasters, especially landslides, often occur in Bogor City because naturally the contours of the area are at risk of landslides. Dharma Wanita as a social organization can be a driving force for aid when a disaster occurs. However, there has never been any training on disaster response knowledge and skills, especially Psychology First Aid (PFA). PFA training aims to provide capacity knowledge and skills to members of Dharma Wanita to help disaster survivors. The training was delivered through online for 1.5 hours for material on understanding PFA, the purpose and importance of PFA, implementing PFA, stages and methods of PFA, the second 2 hours of practice on the stages and methods of PFA, and evaluating for 30 minutes with question-and-answer quizzes. After that, an offline follow-up was carried out to visit the affected areas. The result, based on the training evaluation, the selected participants were able to explain the questions correctly. Participants were also enthusiastic about following up the training by visiting survivors in disaster-affected areas. However, this training did not measure the participants' PFA skills because this training was carried out after the disaster occurred, so this training did not prepare for landslides at that time.

Keywords: *Psychology First Aid; Disaster; Training; Online; Dharma wanita.*

Abstrak

Bencana alam terutama longsor sering terjadi di Kota Bogor karena secara alamiah kontur wilayahnya berisiko terhadap kejadian longsor. Dharma Wanita sebagai organisasi sosial dapat menjadi elemen penggerak bantuan ketika bencana terjadi. Namun belum pernah ada pelatihan tentang pengetahuan dan keterampilan tanggap bencana terutama bantuan psikologis atau *Psychology First Aid* (PFA). Pelatihan PFA bertujuan untuk memberikan kapasitas pengetahuan dan keterampilan kepada anggota Dharma Wanita untuk membantu penyintas bencana. Pelatihan dilakukan secara daring selama 1,5 jam untuk materi pengertian PFA, Tujuan dan pentingnya PFA, Pelaksana PFA, Tahapan, dan metode PFA, 2 jam kedua praktek tentang tahapan dan metode PFA, dan evaluasi selama 30 menit dengan kuis tanya jawab. Setelah itu dilakukan tindak lanjut ke wilayah terkena dampak secara luring. Berdasarkan evaluasi pelatihan, peserta terpilih dapat menjelaskan pertanyaan dengan tepat. Peserta juga antusias untuk menindaklanjuti pelatihan dengan mendatangi penyintas di wilayah terkena dampak bencana. Namun pelatihan ini tidak

mengukur keterampilan PFA kepada penyintas karena pelatihan ini dilakukan setelah terjadi bencana sehingga pelatihan ini tidak mempersiapkan untuk bencana longsor saat itu. Penambahan durasi dan pelatihan secara offline dapat menjadi perhatian pada kegiatan berikutnya.

Kata kunci: *Psychology First Aid*; Bencana; Pelatihan; Daring; Dharma wanita.

A. PENDAHULUAN

Kejadian bencana alam pada akhir tahun 2022 sebanyak 7 bencana alam di Kota Bogor. Pada tanggal 13 November 2022, hujan deras disertai angin kencang terjadi di kota Bogor dari pagi hingga sore hari. Kejadian alam ini menyebabkan bencana yaitu tanah longsor, atap rumah terbawa angin, banjir lintasan, dan atap rumah ambruk. (Republika, 2022) Berdasarkan data BPBD (Badan Penanggulangan Bencana Daerah) Kota Bogor terdapat 558 KK dari 1.411 jiwa ikut terdampak atas bencana alam tersebut. Selain itu juga memakan korban jiwa sebanyak 5 orang (Hidayat, 2022). Permadi dkk menganalisis risiko kerawanan kota Bogor terhadap longsor dengan hasil nilai risiko paling tinggi adalah Kota Bogor Utara walaupun secara kontur wilayah kota Bogor Selatan paling berisiko longsor (Permadi dkk., 2018).

Dampak bencana bukan saja luka-luka fisik namun juga psikologis. Kehilangan rumah, harta dan anggota keluarga memberikan dampak psikologis pada korban Bencana. Pada tahun 2012 “*Superstorm Sandy*” di wilayah Pantai Timur, Amerika menyebabkan banyak korban meninggal 100 orang, rumah terbakar di New York, dan padam listrik hingga 1 bulan lamanya berdampak pada kenaikan kasus depresi sebanyak 25% di Amerika (Martin, 2015). Penelitian longitudinal selama 1 tahun yang dilakukan oleh Mariana C. Arcaya, Sarah R Lowe, dkk, 2019 pasca badai Katrina di Amerika menemukan PTSD dengan gejala

sering mengalami sakit Kepala dan migrain sebanyak 55% dan 2x lebih besar mengalami gejala ini pasca Bencana (Arcaya *et al.*, 2019).

Demikian halnya di Indonesia, Pasca Bencana angin puting beliung di Jawa Tengah terutama di Desa Puron Kabupaten Sukoharjo tahun 2019 dampak psikologis pada anak-anak berupa kecemasan dengan PTSD sebanyak 7 anak (23,3%) dengan 5 anak perempuan mengalami PTSD parah (Sari *et al.*, 2022). Dampak kecemasan pada anak juga ditemukan pada penyintas bencana gempa bumi di Lombok, Sebagian besar anak-anak mengalami kategori kecemasan normal 85,11%, sedangkan 14,89% termasuk dalam kategori kecemasan klinis. Didukung oleh hasil studi kualitatif bahwa ditemukan perubahan sikap pada anak-anak pasca gempa, yaitu lebih sensitive, mudah menangis, mudah marah, anak-anak mudah panik dan menangis jika mendengar sesuatu yang bergemuruh, anak sering khawatir masuk rumah, menjadi pendiam dan menarik diri (Thoyibah *et al.*, 2019). Tidak hanya pada anak, lansia (lanjut usia) juga rentan terhadap post-traumatic stress disorder (PTSD). Studi literatur oleh Mutianingsih, dan Mustikasari menemukan bahwa kecemasan, depresi dan PTSD adalah dampak psikologis penyintas Bencana alam pada lansia di Indonesia. Usia, jenis kelamin, keterbatasan fisik, penurunan fungsi kognitif dan keterpaparan terhadap gempa bumi serta terjadinya cedera atau. kehilangan orang yang dicintai/keluarga merupakan faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya

berbagai dampak psikologis pada penyintas kelompok lansia (Mutianingsih dan Mustikasari, 2019).

PFA atau Pertolongan Pertama Psikologis adalah sebuah upaya pemulihan psikologis bagi orang-orang terdampak bencana/krisis. World Health Organization (WHO) di tahun 2009 telah menerangkan dengan hasil-hasil penelitian bahwa PFA (*Psychology First Aid*) lebih penting daripada intervensi psikologis dan harus segera dilakukan untuk orang-orang yang tertekan karena baru saja mengalami kejadian traumatis (Margaretha dan Sari, 2020) (Hermosilla *et al.*, 2022).

PFA dapat dilakukan oleh siapa saja yang ingin memberikan dukungan terhadap penyintas Bencana atau krisis apapun seperti relawan, petugas kesehatan, pendidik, dan lain-lain. Tidak memerlukan latar belakang Pendidikan di bidang yang berhubungan dengan kesehatan mental, dapat diterapkan di lapangan, dan tidak memerlukan pengaturan khusus. Mempelajari keterampilan PFA juga dapat bermanfaat bagi para relawan/konselor dalam tugas sehari-hari untuk memberikan dukungan (Movahed *et al.*, 2022). Modul pelatihan PFA memungkinkan peserta didik memperoleh pengetahuan dasar yang penting untuk intervensi kesehatan mental di tempat, dan memberdayakan penyedia dengan teknis efikasi diri dan kepercayaan diri untuk memberikan dampak optimal pada kesehatan masyarakat (World Health Organization, Foundation and International, 2013) Margaretha dan Sari, 2020).

Dharma Wanita Persatuan (DWP) adalah organisasi masyarakat (ormas) perempuan terbesar di Indonesia. Organisasi beranggotakan Istri-istri Pegawai Negeri Sipil secara hirarki ada di tingkat Pusat, Propinsi, dan Kabupaten/Kota. DWP pada tingkat Pemerintah Kota Bogor memiliki Unit-unit Pelaksana salahsatunya adalah Unit

Pelaksana Badan Perencanaan Pembangunan Daerah (BAPPEDA) yang terdiri dari Istri-istri PNS Bappeda kota Bogor. Sebagai Organisasi Masyarakat memiliki tugas yang diantaranya adalah meningkatkan partisipasi dan keberdayaan masyarakat, memberikan pelayanan kepada masyarakat, dan mengembangkan kesetiakawanan sosial, gotong royong dan bertoleransi dalam kehidupan bermasyarakat (Dharma Wanita Persatuan Pusat RI, 2022). Oleh karena itu, DWP unit Bappeda menyelenggarakan pelatihan PFA kepada seluruh pengurus dan anggota DWP baik tingkat Kota maupun Unit Pelaksana. Hasil dari pelatihan ini diharapkan DWP Kota Bogor dapat berdaya dengan membantu Pemerintah Kota Bogor dalam penanganan dampak psikologis pada penyintas Bencana alam yang terjadi di Kota Bogor. Selain itu wujud nyata DWP Unit Pelaksana Bappeda dalam melaksanakan tugasnya sebagai organisasi masyarakat.

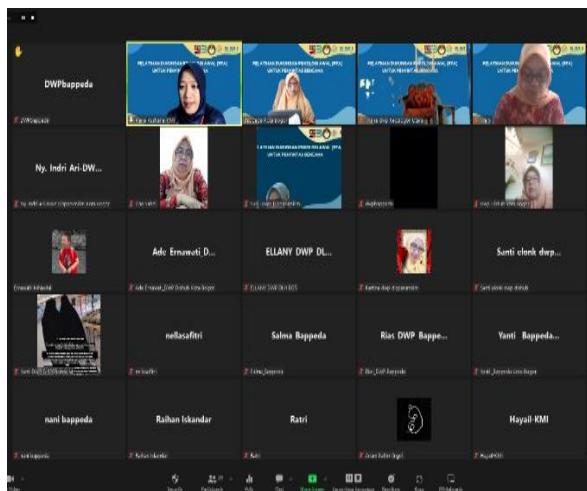
B. PELAKSAAAN DAN METODE

Pelatihan Pertolongan pertama psikologis pada penyintas bencana di Kota Bogor dilakukan secara online oleh Dosen Prodi Kesmas FIKES UIN Syarif Hidayatullah dan DWP Unit Pelaksana Bappeda Pemda Kota Bogor. Sasaran pelatihan adalah pengurus DWP di tingkat Kota, dan Unit-unit Pelaksana dengan anggota-anggotanya. Target materi ditujukan khusus untuk bencana longsor yang terjadi. Bentuk pelatihan dilakukan melalui webinar dilaksanakan pada tanggal 24 Oktober 2022 pukul 09.00-13.00 WIB. Pelatihan dilakukan secara daring akibat kondisi cuaca yang ekstrem yaitu angin kencang disertai dengan hujan lebat yang membuat akses jalan susah untuk dilalui. Intensitas pelatihan dilakukan dengan rincian sub materi sebagai berikut: 1,5 jam pemaparan materi PFA oleh Psikolog

dari Kesehatan Mental Indonesia tentang Pengertian PFA, Tujuan dan pentingnya PFA, Pelaksana PFA, Tahapan, dan metode PFA, 2 jam kedua praktek tentang tahapan dan metode PFA, dan 30 menit tanya jawab. Pengukuran hasil pencapaian tujuan pelatihan adalah melalui umpan balik yang dilakukan dengan tanya jawab kepada peserta dalam bentuk kuis. Pertanyaan-pertanyaan berkaitan dengan materi dan prakteknya. Hasil pengukuran disajikan dalam bentuk kualitatif dan dianalisis dengan analisis isi (konten). Setelah pelatihan secara daring, tindak lanjut pendampingan penyintas bencana longsor dilakukan oleh peserta pelatihan di 2 kelurahan yang paling terkena dampak bencana.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan pertolongan pertama psikologis (PFA) pada penyintas Bencana alam longsor di Kota Bogor dipaparkan oleh Ibu Hena Rustina S. Psi dari Kesehatan Mental Indonesia (Gambar 1).



Gambar 1. Pemberian Materi oleh Ibu Hena Rustiana, S.Psi dari Kesehatan Mental Indonesia

Peserta webinar 70% adalah berasal dari DWP Kota Bogor dan Unit

Pelaksananya. Sisanya 30% adalah peserta di luar DWP Kota Bogor, antara lain: anggota Kesehatan Mental Indonesia, Dosen, dan Guru dari sekolah di wilayah Kota Bogor. Pemaparan dan praktek yang dilakukan secara online dilaksanakan selama 4 jam (Gambar 2). PFA memiliki keunggulan yaitu dapat diterapkan dalam situasi Bencana masih berlangsung dan diberbagai macam kondisi. PFA merupakan intervensi berbasis komunitas yang dapat menyesuaikan dengan kondisi sosial budaya yang ada pada masyarakat penyintas Bencana/krisis (World Health Organization, Foundation and International, 2013)(Damayanti dan Avelina, 2019)(Margaretha and Sari, 2020).

PFA juga dapat diterapkan oleh siapapun dan tidak memerlukan latarbelakang Pendidikan yang berkaitan dengan Psikologi. Namun didalam penerapannya membutuhkan pengetahuan dan keterampilan tentang PFA itu sendiri, sehingga pelatihan perlu diberikan sebelum menerapkan PFA ini. (World Health Organization, Foundation and International, 2013) (Damayanti dan Avelina, 2019) (Movahed *et al.*, 2022). Berdasarkan studi literatur Mitra Movahed Bpsych, Melika Khaleghi-Nekou, dkk, 2022 menemukan 1 penelitian yang menjelaskan bahwa durasi 1 hari dalam 4 jam pelatihan PFA dilaksanakan pada relawan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan relawan tersebut. (Movahed *et al.*, 2022). Pelatihan mengasah juga ketertarikan peserta untuk berempati dan keterampilan sosial untuk membantu penyintas bencana (Mazraeh *et al.*, 2023). Pelatihan melalui daring banyak dilakukan selama pandemik Covid-19 sehingga peserta pelatihan sudah terbiasa menggunakan Zoom sebagai media webinar. Pelatihan daring dinilai efektif untuk peserta pelatihan yang sudah memiliki pengalaman menggunakan media daring (Iiyama *et al.*, 2023).



Gambar 2. Contoh praktek PFA

Tujuan dari pelatihan ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan terutama pada istri-istri PNS Pemerintah Kota Bogor tentang pertolongan pertama psikologis pada penyintas Bencana/krisis. Berdasarkan hal tersebut, maka diharapkan DWP Kota Bogor dapat membantu Pemerintah Kota Bogor dalam penanganan dampak psikologis pada penyintas Bencana alam longsor di Kota Bogor. Selain itu DWP Kota Bogor juga merupakan organisasi masyarakat (ormas) perempuan di Kota Bogor yang memiliki tugas meningkatkan partisipasi dan keberdayaan masyarakat, memberikan pelayanan kepada masyarakat, dan mengembangkan kesetiakawanan sosial, gotong royong dan bertoleransi dalam kehidupan bermasyarakat (Dharma Wanita Persatuan Pusat RI, 2022).

Sebelum materi disampaikan, peserta diberikan pertanyaan oleh narasumber tentang pengetahuan menghadapi seseorang yang sedang mengalami masalah. Tujuannya adalah untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan peserta tentang pertolongan pertama psikologis. Berdasarkan hasil respon peserta sebagian besar menjelaskan bahwa ketika menghadapi orang yang sedang dalam kondisi krisis atau penyintas Bencana adalah dipeluk, dan diajak ngobrol. Berikut salah satu kutipannya:

“...kalau saya dipeluk, kadang suka ikut keluar air mata, terus saya katakan Sabar...”
(Peserta W)

Setelah itu, dilanjutkan dengan pemberian materi, dimulai dengan memberikan pengertian tentang PFA. Kemudian, narasumber juga menyampaikan tentang siapa saja yang bisa melaksanakannya, kapan, dan bagaimana tahapan melaksanakannya. Narasumber menjelaskan tentang kondisi yang diciptakan dengan PFA pada penyintas bencana adalah rasa aman, rasa tenang, rasa tidak sendiri atau ada dukungan sosial, sikap positif dari penyintas atau rasa mampu, dan rasa adanya harapan (Rustiana, 2022b).

Prinsip dasar dalam menerapkan PFA adalah melihat apa yang dibutuhkan oleh penyintas (*look*), mendengar keluhannya (*listen*), membuat nyaman (*comfort*), dukungan social (*link*), perlindungan (*protection*), dan menanamkan harapan (*installation hope*) (World Health Organization, Foundation and International, 2013)(Damayanti dan Avelina, 2019) (Rustiana, 2022b) Oleh karena itu, pertama kali yang harus dilakukan oleh relawan adalah memperkenalkan diri, meminta ijin untuk melakukan pembicaraan, menjelaskan tujuan keberadaan disana, menawarkan bantuan, dan menjaga kerahasiaan informasi pribadi dari penyintas (Damayanti dan Avelina, 2019).

Ada beberapa hal yang tidak boleh dilakukan antara lain mengatakan “sabar ya”, “seharusnya ibu bersyukur”, “saya mengerti perasaan ibu”, “senang sekali saat ini bertemu”, dan tidak melarang ekspresi emosi, membandingkan, dan memaksa (Rustiana, 2022a)(Rustiana, 2022b). Melakukan pengkajian terhadap kondisi mental atau psikologis penyintas juga sangat dibutuhkan ketika proses PFA karena untuk menentukan metode intervensi yang tepat pada penyintas

seperti dengan menggambar, bercerita, atau mengisi pernyataan dengan jawaban menggunakan skala. Beberapa metode juga dijelaskan dan dipraktikkan bersama narasumber dan peserta webinar. Metode intervensi yang bisa dilakukan oleh konselor/relawan seperti pelukan nyaman, relaksasi, dan menggambar. Peserta dijelaskan tentang penyintas yang membutuhkan intervensi khusus maka dapat dirujuk ke psikolog, atau psikiater jika membutuhkan tindakan medis (World Health Organization, Foundation and International, 2013)(Margaretha and Sari, 2020).

Praktek dilakukan bersama antara narasumber dan peserta secara online. Sebagian besar peserta menangis pada saat melakukan pelukan nyaman dan relaksasi. Pada sesi akhir setelah praktek, narasumber memberikan pertanyaan kuis kepada peserta tentang materi dan praktek yang sudah dilaksanakan sebelumnya. Pelaksanaan kuis dilakukan dengan *convenient* dimana terdapat 2 peserta yang berasal dari DWP kota Bogor sebagai perwakilan untuk menjawab pertanyaan yang diberikan. Hasilnya 2 peserta tersebut mampu menjelaskan pengertian PFA, yang tidak boleh dilakukan pada PFA, dan tahapan PFA.

Sebelum ditutup, perwakilan peserta diminta untuk memberikan kesimpulan, dan kesan terhadap kegiatan pelatihan PFA ini. Peserta merasa penting dan mendapatkan manfaat dari pelatihan PFA ini, karena tidak hanya untuk penyintas Bencana yang akan dilayani tetapi juga untuk peserta sendiri. Keterbatasan dari pelatihan ini adalah dilakukan secara online, dan hanya 1 hari dalam 4 jam. Kendala jaringan sehingga ada pesan yang tidak sampai dengan sempurna (Widiasari *et al.*, 2022). Namun demikian, peserta diberikan materi berikut dengan contoh-contohnya dalam bentuk *softfiles* sehingga dapat dibaca dan dipraktikkan

sendiri serta kapan saja dibutuhkan. Dan kegiatan ini pun berlanjut pada pendampingan langsung kepada penyintas Bencana oleh peserta DWP Kota Bogor (Gambar 3). Berdasarkan penelitian sebelumnya, modul PFA sangat membantu relawan/konselor untuk menerapkan PFA dilapangan (Margaretha and Sari, 2020)(Kim and Han, 2021).



Gambar 3. Pendampingan PFA pada penyintas bencana alam Longsor

D. PENUTUP

Simpulan

Pelatihan Pertolongan Pertama Psikologi (PFA) pada penyintas bencana/krisis secara daring/online kepada DWP Kota Bogor dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pengurus dan anggotanya. Manfaat yang didapatkan bukan hanya untuk memberikan PFA pada penyintas Bencana alam, tetapi juga untuk diri pribadi peserta pelatihan. Intensitas pelatihan perlu disesuaikan dengan langkah-langkah dalam materi pelatihan sehingga memungkinkan peserta untuk dapat lebih memahami dan mempraktikkan materi. Tindak lanjut pendampingan penyintas bencana oleh peserta pelatihan melatih peserta untuk mempraktikkan PFA walau masih perlu disempurnakan dengan langkah-langkah yang diberikan dalam pelatihan.

Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pemberdayaan masyarakat melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan pengurus dan anggota DWP Kota Bogor dengan kegiatan pelatihan secara online membutuhkan upaya perbaikan dan penguatan, berikut adalah penjelasannya.

Kelemahan pelatihan online adalah jaringan yang tidak stabil menyebabkan pesan tidak diterima secara sempurna, maka perlu memastikan penguatan jaringan internet. Selain itu, agar mengurangi resiko salah interpretasi maka modul materi dibuat dan diberikan kepada peserta.

Pelatihan hanya dilakukan dalam 1 hari dan selama 4 jam dirasa kurang untuk memastikan peserta benar-benar sudah terjadi peningkatan yang signifikan pengetahuan dan keterampilannya. Olehkarena itu, penambahan durasi pelatihan dan metode penyampaian yang lebih bervariasi dapat menjadi pertimbangan pelatihan berikutnya. Selain itu, pendampingan dapat dilakukan pada saat mempraktekan PFA ini kepada penyintas Bencana oleh psikolog.

Ucapan Terima Kasih

Terimakasih dihaturkan kepada: Ibu Hena Hena Rustiana, S.Psi sebagai narasumber dan ketua Kesehatan Mental Indonesia, Bapak H. Rudy Mashudi, ST, MP sebagai Penasehat DWP Bappeda Kota Bogor dan Kepala Bappeda Kota Bogor, dan Ibu Hj. Welly Dody Adiyat sebagai Ketua DWP Kota Bogor.

E. DAFTAR PUSTAKA

Arcaya, M. C. *et al.* (2019) 'Migraine and Headache After a Natural Disaster', 36(5), pp. 411–418.

Dharma Wanita Persatuan Pusat RI (2022) *Dharma Wanita Persatuan*, <https://dharmawanitapersatuan.id/sejarah-dwp/>. Available at: <https://dharmawanitapersatuan.id/sejarah-dwp/>.

E Damayanti, F. and Avelina, Y. (2019) 'Keefektifan Psychological First Aid (Pfa) Sebagai Pertolongan Pertama Pada Korban Bencana & Trauma', in *PROSIDING SEMINAR NASIONAL 2018 Peran dan Tanggung Jawab Tenaga Kesehatan dalam Mendukung Program Kesehatan Nasional*, pp. 117–124.

Hermosilla, S. *et al.* (2022) 'We need to build the evidence: A systematic review of psychological first aid on mental health and well-being', *Journal of Traumatic Stress*, (March), pp. 1–12.

Hidayat, R. (2022) 'Cuaca Ekstrem , Kota Bogor Dikepung 439 Bencana Alam Dalam Waktu 3 Bulan', *TribunnewsBogor*. Available at: <https://bogor.tribunnews.com/2022/10/19/cuaca-ekstrem-kota-bogor-dikepung-439-bencana-alam-dalam-waktu-3-bulan>.

Iiyama, S. *et al.* (2023) 'Effectiveness of Psychological First Aid e-Orientation among the General Population in Muntinlupa, the Philippines', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(2), p. 983.

Kim, E. Y. and Han, S. W. (2021) 'Development of psychological first aid guidelines for people who have experienced disasters', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(20).

Margaretha and Sari, D. K. (2020) *Pertolongan Pertama Psikologis*,

- Airlangga University. Surabaya: Airlangga University Press.
- Martin, U. (2015) 'Health after disaster: A perspective of psychological/health reactions to disaster', *Cogent Psychology*, 2(1).
- Mazraeh, N. *et al.* (2023) 'The Role of Social Interest and Empathy on Helping Behaviors during Floods', *Anales de Psicología*, 39(1), pp. 119–126.
- Movahed, M. *et al.* (2022) 'The Impact of Psychological First Aid Training on the Providers: A Systematic Review', *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*.
- Mutianingsih, M. and Mustikasari, M. (2019) 'Dampak Psikologis Gempa Bumi terhadap Kelompok Rentan: Lansia', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 15(1), p. 18.
- Permadi, M. G., Tjahjono, B. and Baskoro, D. P. T. (2018) 'Identifikasi Daerah Risiko Bencana Longsor di Kota Bogor', *Jurnal Ilmu Tanah dan Lingkungan*, 20(2), pp. 86–94.
- Republika (2022) 'Kota Bogor Dilanda 7 Kejadian Bencana dalam Sehari', *republika.co.id*. Available at: <https://www.republika.co.id/berita/rlbh/v1382/kota-bogor-dilanda-7-kejadian-bencana-dalam-sehari>.
- Rustiana, H. (2022a) 'Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial Terkait Wabah'. Jakarta: Kesehatan Mental Indonesia.
- Rustiana, H. (2022b) 'Pertolongan Pertama Psikologis pada Kondisi Krisis'. Jakarta: Kesehatan Mental Indonesia.
- Sari, D. P. *et al.* (2022) 'Kampanye Pelayanan Kesehatan Berbasis Komunitas Sebagai Upaya Self-Care Pencegahan Covid-19: Sebuah Edukasi Protokol Kesehatan', *Jurnal Inovasi dan Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(2), pp. 12–17.
- Thoyibah, Z. *et al.* (2019) 'Gambaran Dampak Kecemasan dan Gejala Psikologis pada Anak Korban Bencana Gempa Bumi di Lombok', 2(1), pp. 31–38.
- Widiasari, E. *et al.* (2022) 'Peer Counselor : Online PFA (Psychological First Aid) During COVID-19 Pandemic', *Proyeksi*, 17(1), pp. 67–77.
- World Health Organization, Foundation, W. T. and International, W. V. (2013) 'Psychological first aid: Facilitator's manual for orienting field workers', *World Health Organization*, p. 82.