

## **PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA): PENANGGULANGAN KESIAPSIAGAAN BENCANA (PROTOKOL KESELAMATAN SEKOLAH)**

### **PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA) : DISASTER PREPAREDNESS MANAGEMENT (SCHOOL SAFETY PROTOCOL)**

Yulia\*, Lailatul Qomariyah, Rohanah, Ika Suswanti, Anggraini Karditiawati,  
Dony Mahendra, Ma'muroh

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl. Pajajaran no. 1 Pamulang Barat, Kota Tangerang Selatan 15417, Indonesia

#### **ABSTRACT**

*Psychological first aid or Psychology First Aid (PFA) is the first action taken for a short duration to someone who has just experienced a disaster, crisis or emergency to help with the situation at that time. The aim of this community service is to provide health education and training regarding Psychological First Aid (PFA): Disaster Preparedness Management (School Safety Protocol) at the elementary school (SD) level. This community service uses counseling and training methods for disasters such as floods, fires, earthquakes, and others. The enthusiasm of the participants involved during the discussion was explained by the many questions asked by the participants and actively sharing their experiences during the disaster events they had experienced. The Psychology First Aid (PFA) activity was well received and attracted enthusiasm from the school and increased attendance of participants in the Psychology First Aid (PFA) activity.*

**Keywords:** *Psychology First Aid (PFA), Health Education, Health Training*

#### **ABSTRAK**

Pertolongan pertama psikologis atau *Psychology First Aid (PFA)* merupakan tindakan pertama yang dilakukan dalam durasi singkat kepada seseorang yang baru saja mengalami bencana, krisis dan keadaan darurat untuk membantu keadaan pada saat itu. Tujuan dilakukannya pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan dan pelatihan kesehatan mengenai *Psychological First Aid (PFA) : Disaster Preparedness Management (School Safety Protocol)* di tingkat sekolah dasar (SD). Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan dan pelatihan kebencanaan seperti banjir, kebakaran, gempa, dan lainnya. Antusiasme peserta yang terlibat saat diskusi yaitu dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta dan aktif sharing pengalaman – pengalaman saat kejadian bencana yang pernah dialaminya. Kegiatan *Psychology First Aid (PFA)* diterima baik serta menjadi antusiasme pihak sekolah dan peningkatan kehadiran dari peserta kegiatan *Psychology First Aid (PFA)*.

**Kata kunci:** *Pertolongan pertama psikologis, Pendidikan Kesehatan, Pelatihan Kesehatan*

## PENDAHULUAN

Menurut laporan Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB), terdapat 3.531 bencana alam di Indonesia sepanjang 2022. Bencana yang paling banyak terjadi pada 2022 adalah banjir, yakni 1.524 kejadian. Jumlah setara 43,1% dari total kejadian bencana nasional. Juga 1.062 peristiwa cuaca ekstrem, 634 tanah longsor, 252 kebakaran hutan & lahan, 28 gempa bumi, 26 gelombang pasang/abrasi, serta 4 peristiwa kekeringan (Annur, 2023). Potensi bencana yang memungkinkan dapat berulang membuat masyarakat Indonesia untuk siaga. Mewaspada bencana dengan kesiapsiagaan mesti dimiliki oleh semua individu termasuk anak usia sekolah, namun hal tersebut belum nampak di lapangan (Kurniati, Adriany, Winangsih, & Marissa, 2020).

Kesiapsiagaan terhadap penanggulangan bencana mencakup pencegahan bencana, penanganan darurat, rehabilitasi, serta rekonstruksi secara adil dan setara menjadi salah satu tugas usaha bagi Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) (UU RI Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana pasal 21).

Usaha tersebut juga bisa dilakukan oleh pemerintah daerah, setiap pemilik, pengguna atau badan pengelola bangunan dan lingkungan yang mempunyai potensi terjadinya kebakaran pun wajib berperan aktif dalam pencegahan kebakaran (Neneng, Puspaningrum, Lestari, & Pratiwi, 2021) termasuk para guru dan anak usia sekolah dasar, dimana sebagian waktunya berada di sekolah. Dengan demikian, Bagaimana hasil peningkatan pengetahuan Psychological First Aid (PFA) : *Disaster Preparedness Management (School Safety Protocol)* pada peserta guru di tingkat sekolah dasar (SD)?.

## METODE PELAKSANAAN

Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode penyuluhan dan pelatihan secara langsung. Materi penyuluhan mengenai pertolongan pertama psikologis atau *Psychology First Aid* (PFA) dengan pelatihan atau *role play* yang menggambarkan kejadian bencana yang meliputi, kebakaran, banjir, gempa, dan gunung meletus. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat telah berjalan dengan baik

dan sukses di tingkat sekolah dasar (SD) pada Bulan Oktober Tahun 2023.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat diikuti sebanyak 35 orang peserta guru yang mengajar di tingkat sekolah dasar (SD). Kegiatan ini diawali dengan memberikan informasi terkait pengetahuan mengenai Pertolongan pertama psikologis atau *Psychology First Aid* (PFA). Antusiasme peserta yang terlibat saat diskusi yaitu dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan peserta dan aktif sharing pengalaman – pengalaman saat kejadian bencana yang pernah dialaminya. Pertanyaan yang paling banyak dipertanyakan adalah bagaimana cara membuat seseorang tenang dalam keadaan panik. Bukankah seseorang yang dalam keadaan panik membutuhkan seseorang yang tidak panik juga dan hanya memungkinkan seseorang profesional dibidangnya yang bisa menenangkan orang lain?.

*Psychological First Aid* (PFA) merupakan pertolongan psikologis pertama, terdapat dalam tingkat masyarakat yang disediakan oleh lapisan/lingkaran keluarga, teman, komunitas, warga lingkungan terdekat

serta tim relawan bagi mereka yang membutuhkan dukungan disaat krisis mental, fisik dan kejiwaan dari musibah yang terjadi dan sedang dijalani/dihadapi.

Dalam memberikan PFA ada prinsip-prinsip umum dasar yang perlu dipahami dan senantiasa dipegang, yaitu: Menempatkan kepentingan orang yang dibantu sebagai prioritas. Ajukan pertanyaan-pertanyaan ini kepada diri sendiri sebelum melakukan tindakan:

*“Apakah yang saya lakukan memang demi kepentingan terbaik orang yang dibantu? Apakah ada resiko mereka akan terpapar bahaya dan merasa tidak nyaman?”*

Senantiasa bersikap tenang dan hormat. Ajukan pertanyaan-pertanyaan ini kepada diri sendiri sebelum melakukan tindakan:

*“Apakah saya sudah memperlakukan orang yang perlu dibantu selayaknya orang yang saya hormati? Apakah saya memiliki bias/prasangka tertentu? Apakah saya sudah bersikap selayaknya bagaimana saya sendiri ingin diperlakukan?”*

Menghargai hak-hak orang yang dibantu. Ajukan pertanyaan-pertanyaan

ini kepada diri sendiri sebelum melakukan tindakan:

*“Apakah saya sudah berlaku secara adil & bijak?. Apakah hak-hak orang yang saya bantu sudah terpenuhi?”*

Bertindak sesuai batas kompetensi dan kewenangan. Ajukan pertanyaan-pertanyaan ini kepada diri sendiri sebelum melakukan tindakan:

*“Apakah saya berwenang melakukan ini.? Apakah perlu dilakukan rujukan? Apakah informasi yang saya miliki cukup akurat dan dapat dipertanggungjawabkan? ”*

Bertanggungjawab terhadap keselamatan dan kesehatan diri sendiri. Ajukan pertanyaan-pertanyaan ini kepada diri sendiri sebelum melakukan tindakan:

*“Apakah saya merasa aman dan nyaman melakukan ini? Apakah saya sudah beristirahat secara cukup?. Apakah saya masih bisa menikmati aktivitas yang dilakukan ?”*

Hindari penggunaan kata-kata yang menggambarkan gangguan seperti stres, trauma, momok, penderitaan dan sebagainya yang berkonotasi “dark/gelap” derogatori/negatif (untuk kata ‘musibah/bencana’ masih moderat/lazim/aman digunakan).

Menjanjikan hal-hal yang tidak benar atau tidak bisa ditepati. Menasihati (kecuali diminta memberikan masukan dengan cara terlalu subjektif), memaksakan kehendak menghakimi, berprasangka sikap (prejudice) atas stigma/stereotipe adat budaya, suku, agama, gaya berpakaian, berkata atau bersikap tidak sesuai norma/etika/umum dan juga tata krama kearifan lokal.

Pertolongan pertama psikologis atau *Psychology First Aid* (PFA) merupakan tindakan pertama yang dilakukan dalam durasi singkat kepada seseorang yang baru saja mengalami bencana, krisis dan keadaan darurat untuk membantu keadaan pada saat itu. Siapa saja yang dapat memberikan pertolongan pertama psikologis?, pertolongan pertama psikologis dapat dipelajari dan dilakukan oleh siapa saja, karena bersifat umum dan sederhana, dan bukan merupakan tindakan penanganan profesional. Tujuan dan manfaat PFA untuk memenuhi kebutuhan mendesak dasar, mengurangi tingkat stres yang dialami, dan memperkuat daya adaptasi alami sehingga bisa mencegah dampak

gangguan yang lebih parah dan membantu proses pemulihan alami.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil wawancara bersama Kepala Sekolah tingkat sekolah dasar (SD). Bahwa kegiatan penanggulangan bencana di sekolah merupakan salah satu prioritas sekolah dalam memberikan pengetahuan dan pendidikan bagi siswa – siswi serta warga sekolah menjadi peran sekolah terhadap tanggap bencana. Sebelumnya, tingkat sekolah dasar (SD) belum mengikutsertakan kegiatan tanggap bencana. Oleh karena itu, kegiatan *Psychology First Aid* (PFA) diterima baik serta menjadi antusiasme pihak sekolah dan peningkatan kehadiran dari peserta kegiatan *Psychology First Aid* (PFA).

Untuk melakukan kegiatan *Psychology First Aid* (PFA) di Sekolah menjadi peran dan kewajiban sekolah dalam rangka meningkat pengetahuan tanggap bencana

## DAFTAR PUSTAKA

Annur, C. M. (2023). Jumlah Kejadian Bencana Alam di Indonesia (1 Januari – 31 Desember 2002).

Available from: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/01/04/banjir-sampai-kekeringan-ini-bencana-alam-di-indonesia-pada-2022>

Anugrahadi, A. (2023). Kronologi Kebakaran Gedung Sekolah di Jaksel, Api diduga Berasal dari Ruang Serba Guna. Available from:

<https://www.liputan6.com/news/read/5439296/kronologi-kebakaran-gedung-sekolah-di-jaksel-api-diduga-berasal-dari-ruang-serba-guna?page=2>

Everly, G. S. (2018). Psychological First Aid. Available from: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/when-disaster-strikes-inside-disaster-psychology/201810/psychological-first-aid>

Kurniati, E., Adriany, V., Winangsih, I., Marissa El-Siera, R. (2020). Pelatihan Pengurangan Risiko Bencana Bagi Guru Taman Kanak-Kanak di Kota Bandung. Cakwarala Dini: *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 11(1), 1–9.

Neneng, N., Puspaningrum, A. S., Lestari, F., & Pratiwi, D. (2021). SMA Tunas Mekar Indonesia Tangguh Bencana. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 1(6), 335-342.

Pusat Krisis Kesehatan Kementerian Kesehatan. (2016). Bencana Alam Yang Terjadi Akibat

Faktor Geologi. Available from:  
<https://penanggulangankrisis.kemkes.go.id/bencana-alam-yang-terjadi-akibat-faktor-geologi>

Rahmania, A. N. (2022). Gedung Sekolah Di Tebet Kebakaran, Diduga Akibat Arus Pendek. Available from:  
<https://www.medcom.id/nasional/metro/0Kvo80RN-gedung-sekolah-di-tebet-kebakaran-diduga-akibat-arus-pendek>

Rahmat, A. & Simbolon, F. P. (2022, Oktober 31). Kerugian Akibat Kebakaran Di Gedung Sekolah SMA 34 Jakarta. Available from:  
<https://www.viva.co.id/berita/metro/1538595-kerugian-akibat-kebakaran-di-gedung-sekolah-sma-34-jakarta>

Suhardjo, D. (2011). Arti Penting Pendidikan Mitigasi Bencana Dalam Mengurangi Resiko Bencana. *Cakrawala Pendidikan*, 174–188.

Uhernik, J. A., & Husson, M. A. (2009). Psychological First Aid: An Evidence Informed Approach for Acute Disaster Behavioral Health Response. In G. R. Walz, J. C. Bleuer, & R. K. Yep (Eds.), *Compelling counseling interventions: VISTAS 2009* (pp. 271-280). Alexandria, VA: American Counseling Association.