

PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA) PADA ANAK-ANAK KORBAN GEMPA BUMI DI CAMP PENGUNGSIAN LAPANGAN PRAWATASI JOGLO CIANJUR

Irfan Fahriza¹, Nandang Rusmana², Nandang Budiman³, Andre Julius⁴, Alfaiz⁵, Vina Dartina⁶, Syari Fitrah Rayaginansih⁷, Ananda Rachmaniar⁸

^{1,4,5,6,7,8} Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Ma'soem

^{2,3} Prodi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Pendidikan Indonesia

Email: irfanfahriza@masoemuniversity.ac.id¹

Abstract. *Disasters can trigger Post-Traumatic Disorder (PTSD). Children are highly vulnerable to these impacts, so they need psychological assistance. PFA activities aim to maintain the mental health of children affected by the earthquake so that they do not experience PTSD and increase understanding and psychological well-being. One of the services that can be provided is Psychological First Aid (PFA). This activity includes planning, training, implementation, evaluation, and follow-up stages. This PFA activity focused on dozens of children who were earthquake victims in the Joglo Prawatasi refugee camp, Cianjur. The activity implementation went smoothly, and other volunteer teams, BNPD and kitabisa.com, received appreciation. Impact of PFA on earthquake victim children 1) Reducing trauma symptoms; 2) Increased understanding of disasters; 3) Provide a sense of security and support; 4) Help children express emotions; and 5) Increasing empowerment and psychological recovery. Coordination, mental readiness, and competence of volunteers are supporting factors in carrying out activities properly.*

Keywords: *Disaster events, Post-traumatic disorder (PTSD), Children, Psychological first aid (PFA), Volunteer*

Abstrak. Bencana dapat memicu munculnya *Post-Traumatic Disorder (PTSD)*. Anak-anak memiliki tingkat kerentanan yang tinggi terhadap dampak ini, sehingga membutuhkan bantuan psikologis. Kegiatan PFA bertujuan untuk menjaga Kesehatan mental anak-anak korban gempa sehingga tidak mengalami PTSD dan meningkatkan pemahaman dan kesejahteraan psikologi. Salah satu layanan yang dapat diberikan adalah *Psychological First Aid (PFA)*. Kegiatan ini meliputi tahap perencanaan, pelatihan, implementasi, evaluasi, dan tindak lanjut. Kegiatan PFA ini difokuskan pada anak-anak yang menjadi korban gempa bumi di camp pengungsian Joglo Prawatasi, Cianjur, yang berjumlah puluhan. Pelaksanaan kegiatan berjalan lancar dan mendapatkan apresiasi dari tim relawan lain, BNPD, dan kitabisa.com. Dampak PFA pada anak-anak korban gempa bumi 1) Mengurangi gejala trauma; 2) Peningkatan pemahaman bencana; 3) Memberikan rasa aman dan dukungan; 4) Membantu anak-anak mengungkapkan emosi; dan 5) Meningkatkan keberdayaan dan pemulihan psikologi. Koordinasi, kesiapan mental, dan kompetensi relawan merupakan faktor pendukung dalam pelaksanaan kegiatan dengan baik.

Kata kunci : *Kejadian bencana, PTSD, Anak-anak, Psychological first aid (PFA), Relawan.*

PENDAHULUAN

Bencana alam adalah kejadian yang tidak dapat diprediksi dan dapat terjadi kapan saja dan di mana saja. Indonesia memiliki keragaman geografi yang dipengaruhi oleh faktor geologi, termasuk aktivitas pergeseran lempeng tektonik yang aktif sekitar perairan Indonesia. Ini menyebabkan jalur gempabumi, serta rangkaian gunung api dan patahan yang aktif dan berpotensi menjadi sumber gempa (Rais & Somantri, 2021). Gempa bumi adalah peristiwa yang menyebabkan getaran tiba-tiba dan cepat pada permukaan bumi akibat pecahnya dan pergeseran batuan di bawah permukaan (Winarno, 2011).

Pada Senin 21 November 2022 siang, berpusat di Cianjur, Jawa Barat, telah terjadi gempa bumi dengan magnitudo 5.6. Gempa berpusat di 10 km arah barat daya dari Kabupaten Cianjur dengan kedalaman gempa 10 km. Titik gempa berada di 6,84 Lintang Selatan dan 107,05 Bujur Timur. Gempa ini terjadi pada pukul 13.21 WIB. Gempa ini memiliki dampak yang sangat besar hingga menelan banyak korban. Bahkan, gempa terasa hingga Jakarta. Selain di Jakarta, gempa turut dirasakan di Sukabumi, Bogor, Bandung, hingga Depok. Gempa tersebut merusak ribuan rumah dan menelan korban jiwa hingga 600 orang.

Gempa bumi merupakan bencana alam yang sangat mempengaruhi kesejahteraan dan kesehatan mental masyarakat. Anak-anak yang menjadi korban gempa bumi sangat rentan terhadap stres dan trauma yang berkepanjangan. Oleh karena itu, pendekatan Psychological First Aid (PFA) dapat membantu mengurangi dampak negatif dari bencana tersebut pada anak-anak. PFA merupakan pendekatan pertolongan pertama dalam hal perawatan kesehatan mental yang memberikan dukungan dan mengurangi stres pada individu yang terpapar bencana (World Health Organization, 2013).

Menurut studi yang dilakukan oleh (Smith, 2019), PFA memiliki efek yang positif pada anak-anak yang mengalami bencana alam, seperti gempa bumi. PFA membantu mengurangi tingkat stres dan memperkuat kapasitas individu untuk mengatasi kondisi sulit. Oleh karena itu, implementasi PFA di Camp Pengungsian Lapangan Prawatasi Joglo Cianjur sangat penting untuk membantu anak-anak korban gempa bumi dalam mengatasi stres dan trauma yang mereka alami.

Dampak bencana alam tidak hanya menjadi tanggung jawab pemerintah, tetapi juga membutuhkan dukungan dan bantuan dari masyarakat dan profesional. Kerjasama interdisipliner untuk mengevaluasi dampak bencana alam sangat diperlukan demi menemukan solusi yang terbaik dan holistik. Salah satu dampak yang terjadi setelah bencana alam adalah masalah gangguan kondisi emosional dan sosial bagi berbagai pihak, termasuk orang dewasa, remaja, dan anak-anak. Gangguan ini dapat berupa gangguan stress pascatrauma (*Post-Traumatic Stress Disorder/PTSD*), yaitu reaksi maladaptif yang berlanjut setelah pengalaman traumatis dan dapat berlangsung dalam beberapa bulan bahkan tahun. Kondisi seperti ini dapat menurunkan kualitas hidup bagi penderitanya dalam jangka waktu yang lama (Elita et al., 2017).

Post-traumatic stress disorder (PTSD) adalah gangguan yang mungkin muncul setelah seseorang mengalami bencana atau kejadian traumatik. Dalam banyak kasus, PTSD dapat diobati jika dideteksi dan ditangani tepat waktu.

Namun, jika tidak dideteksi dan tidak diterima perawatan khusus, PTSD dapat menyebabkan komplikasi medis atau psikologis yang serius dan permanen, yang akan mempengaruhi kualitas hidup dan pekerjaan seseorang (Flannery R. B., 1999).

Untuk membantu memulihkan kondisi dan perilaku seseorang setelah mengalami bencana, dibutuhkan pendampingan dan perawatan. Perlindungan bagi korban bencana alam tidak hanya terbatas pada perawatan fisik, namun juga harus mencakup perawatan terhadap luka trauma yang diakibatkan oleh bencana. Anak-anak seringkali lebih rentan terhadap trauma yang berlangsung lama dibandingkan orang dewasa, sehingga penting untuk memberikan perawatan yang tepat dan memastikan kualitas mental dan hidup mereka tidak terpengaruh (Nugroho et al., 2012). Salah satu layanan bantuan yang dapat diberikan adalah PFA, seperti yang dikemukakan oleh Layne & Pynoos (2001) dalam studinya tentang bantuan psikologis bagi korban bencana alam.

Salah satu cara untuk mencegah terjadinya trauma setelah bencana pada anak-anak adalah dengan memberikan Pertolongan Psikologis Pertama (P3). P3 bertujuan untuk memberikan bantuan dan dukungan pada tahap awal setelah terjadinya bencana untuk membantu mengatasi stres dan trauma akibat bencana. Menurut Sphere (2011) dan Inter-Agency Standing Committee (IASC, 2007), P3 atau PFA didefinisikan sebagai respons yang bersifat kemanusiaan dan dukungan yang memberikan bantuan kepada orang yang sedang membutuhkan. Komponen yang termasuk dalam pelayanan PFA meliputi:

1. Memberikan perawatan dan dukungan yang praktis tanpa menghalangi.
2. Menjelaskan kebutuhan dan hal-hal yang harus diperhatikan.
3. Membantu orang untuk mengakses kebutuhan dasar seperti makanan dan minuman, informasi.
4. Menjadi pendengar, tanpa memaksa mereka untuk berbicara.
5. Menghibur orang dan membantu mereka merasa tenang.

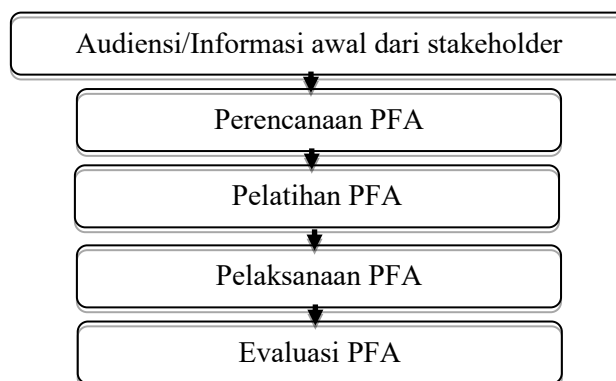
6. Membantu orang untuk terhubung dengan sumber informasi, layanan lain, dan jaringan sosial.
7. Melindungi orang dari bahaya yang lebih lanjut.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kami mengajukan untuk menyelenggarakan pelayanan masyarakat berupa "*Psychological First Aid (PFA) Pada Anak-Anak Korban Gempa Bumi di Camp Pengungsian Lapangan Prawatasi Joglo Cianjur*". Kegiatan ini dirancang sebagai kegiatan pengabdian kepada masyarakat dan sebagai salah satu upaya untuk membantu mencegah kondisi PTSD pada anak-anak yang menjadi korban bencana gempa bumi (Sphere, 2011; IASC, 2007). Kegiatan pengabdian ini

didukung oleh relawan mahasiswa dan dosen dari Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Ma'soem, yang memiliki keterampilan dalam memberikan PFA. Pelaksanaan kegiatan ini diharapkan dapat membantu memperkuat kembali kondisi mental dan emosional anak-anak korban gempa bumi sehingga mereka dapat terus beradaptasi dan memulihkan diri dari dampak traumatis yang mereka alami.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pelayanan *psychological first aid (PFA)* di laksanakan di *camp* pengungsian Cianjur. Kegiatan dilaksanakan dengan alur sebagai berikut.



Gambar 1. Diagram Alur Proses Kegiatan

PERENCANAAN PFA

Kegiatan pelayanan PFA dilaksanakan dengan mengumpulkan informasi dan berbagai pihak (*Stakeholder*) diantaranya relawan survei, perwakilan rumah sakit daerah Cianjur, keluarga civitas Universitas Ma'soem yang berasal dari lokasi. Berdasarkan informasi yang diperoleh Universitas Ma'soem, khususnya Prodi Bimbingan dan Konseling membentuk satgas yang terdiri dari dosen, HIMA dan relawan mahasiswa.

PELATIHAN PFA

Sebelum berangkat melaksanakan PFA tim relawan dibekali dengan pengetahuan PFA oleh dosen Bimbingan dan Konseling. Sesampainya dilokasi relawan juga mendapat pengarahan dan pembekalan oleh tim BNPB dan TNI Angkatan Laut.

PELAKSANAAN PFA

Kegiatan dilaksanakan pada Tanggal 22-26 November 2022. Berlokasi camp pengungsian Lapangan Prawatasi Joglo Cianjur. Tim relawan Universitas Ma'soem yang mengikuti kegiatan berjumlah 18 orang.

Desain Pengabdian

Pengabdian dilaksanakan sebagai bentuk pelayanan pada masyarakat. Pelayanan pada masyarakat di sini ialah pemberian pelayanan kepada masyarakat, khususnya anak-anak korban bencana gempa. Pelayanan yang diberikan menggunakan prinsip PFA.

Peserta

Peserta kegiatan adalah anak-anak korban bencana gempa bumi Kabupaten Cianjur.

Bimbingan Kelompok

Kegiatan bimbingan kelompok terdiri dari berbagai aktivitas kelompok, seperti senam pagi,

menonton dan bermain bersama. Pada akhir kegiatan juga berlangsung sesi refleksi (Smith, 2004).

Sesi Curhat dan Konsultasi

Kegiatan sesi curhat dan konsultasi juga dilakukan sebagai sarana katarsis anak-anak yang ingin bercerita dan berkeluh kesah secara pribadi. Konsultasi hanya terjadi jika anak meminta diskusi terkait hal dibicarakan (King, 2006).

EVALUASI PFA

Analisis Hasil

Hasil dari kegiatan PFA dianalisis secara kualitatif dari observasi, catatan relawan, testimoni peserta dan stakeholder (Lai, Tam, Chan, & Hau, 2011). Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dalam bentuk bimbingan kelompok dan konsultasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilakukan selama dua kali dengan masing-masing terdiri dari beberapa tahapan.

Pelatihan

Kegiatan pelatihan dilaksanakan sejumlah dua kali, yaitu: 1) Pelatihan pertama dilaksanakan oleh dosen Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Ma'soem dan berlangsung di Universitas Ma'soem; 2) Pelatihan kedua dilaksanakan di lokasi camp pengungsian oleh relawan dari Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB).

Dalam pelatihan, fokus utama adalah pembekalan informasi dan kompetensi dalam melakukan PFA. Selain itu, juga diberikan penguatan terkait konsep-konsep penting dalam PFA, di antaranya:

1. Pelayanan PFA dapat dilakukan oleh siapa saja, bukan hanya oleh tenaga ahli atau profesional dalam bidang psikologi atau konseling (American Psychological Association, 2017).
2. Layanan PFA bukanlah *psychological debriefing*, sehingga tidak melibatkan pembahasan detail tentang kejadian krisis

yang dialami seseorang (National Center for Posttraumatic Stress Disorder, 2020).

3. Pelayanan PFA tidak meminta individu untuk menganalisis peristiwa atau menjelaskan kejadian sesuai dengan urutan waktu dan kejadian (American Psychological Association, 2017).
4. Relawan yang memberikan PFA akan berusaha menjadi pendengar bagi orang-orang terdampak, namun relawan tidak boleh memaksa mereka untuk menceritakan perasaan dan reaksi mereka terhadap suatu kejadian bencana atau krisis (National Center for Posttraumatic Stress Disorder, 2020).

Bermain dengan Format Bimbingan Kelompok

Anak-anak menggunakan permainan untuk mengekspresikan diri. Bermain adalah alat komunikasi yang penting bagi anak. Bermain memiliki efek yang sama sama seperti berbicara untuk orang dewasa. Mainan dan bahan yang dipilih dapat membantu anak untuk memerankan perasaan dan ketakutan seperti yang mereka alami. Anak-anak tidak hanya mengekspresikan diri tetapi juga belajar banyak hal baru sambil bermain. Ketika anak-anak bermain atau menggambar, mereka mampu mengeluarkan rasa frustrasi, ketakutan, ketegangan, kemarahan, dan rasa tidak aman mereka. Ini membantu mereka menghadapi emosi dan kemudian mengurangi kekuatan emosi pada mereka (Das & Mohanty, 2018).

Seringkali kita berbicara tentang dampak bencana besar bagi anak-anak, tetapi bagi anak-anak sekalipun pengalaman buruk yang kecil menghentikan/mengubah kehidupan sehari-hari bagi anak tersebut. Hal yang sama terlihat di lokasi pengungsian. Dalam situasi seperti ini, penting untuk memahami bahwa permainan dapat menjadi alat untuk membantu anak-anak mengatasi masalah dan memperlakukan kondisi psikologis mereka (Anema, Stams, & Dekovic, 2013).

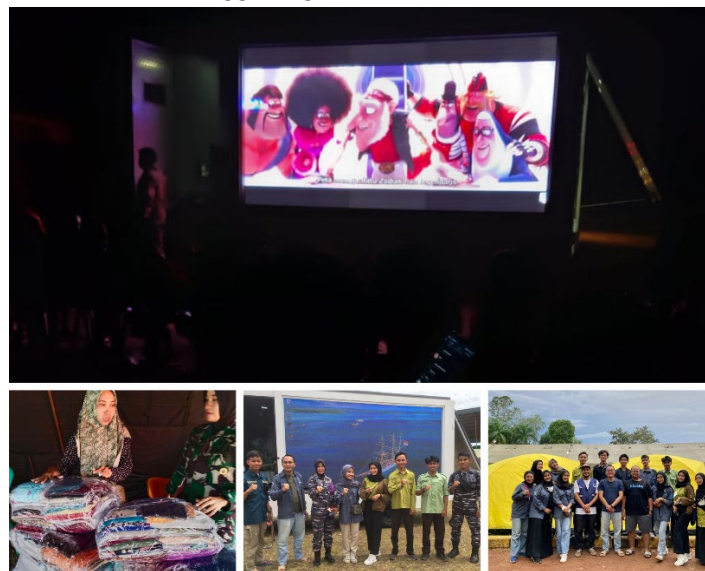


Gambar 2: Bimbingan Kelompok

Kolaborasi

Dalam situasi bencana alam, profesi atau latar belakang individu tidak lagi menjadi hal yang penting, yang terpenting adalah kesediaan dan komitmen untuk memberikan bantuan. Dalam pelaksanaan kegiatan posko bencana alam, tim pertama diterima dengan baik dan mendapat dukungan dari Badan Nasional Penanggulangan

Bencana (BNPB) dan relawan Tentara Nasional Indonesia (TNI) Angkatan Laut. Pelatihan dan diskusi bersama memperkuat komitmen dan kompetensi tim dalam memberikan bantuan. KitaBisa.Com juga memainkan peran penting dalam memotivasi dan menyebarkan informasi tentang kegiatan-kegiatan yang baik.



Gambar 3: Kolaborasi

Refleksi dan Evaluasi

Praktik reflektif telah menjadi lebih jelas selama dua dekade terakhir, namun masih cukup luas. Sintesis temuan dalam ulasan ini menguraikan bagaimana manfaat praktik reflektif dapat mencakup membangun harga diri, harga diri, kepercayaan diri, kepercayaan, dan keseimbangan kehidupan kerja, sekaligus

mengurangi kelelahan secara psikologis. Manfaat ini berkontribusi pada pengarahan diri dan agensi konselor, yang memiliki potensi untuk menghasilkan hasil klien yang jauh lebih baik (Schön, 1983; Boud, Keogh & Walker, 1985).

Berg (2016) menemukan bahwa praktik reflektif membentuk bagian penting dari intervensi

kesehatan mental di mana perbedaan bahasa dan budaya memerlukan kerja sama dengan penafsir bahasa. Penelitian Berg menyoroti pentingnya praktik reflektif yang diinformasikan secara budaya bagi pekerja kesehatan mental untuk

lebih memahami klien yang telah mengalami trauma, terlantar, dan/atau mencoba menemukan jalan mereka melalui hambatan budaya yang dirasakan (Berg, 2016).



Gambar 5: Refleksi dan Evaluasi

Kegiatan refleksi dan evaluasi sangat penting dalam kegiatan bantuan psikologis. Refleksi membantu meningkatkan seni dan ilmu konseling, dan praktik reflektif secara signifikan meningkatkan hasil bantuan (Fahriza et al., 2020). Dalam sesi refleksi, relawan baru menceritakan pengalamannya, memberikan dukungan dan saran untuk memperbaiki kegiatan, dan memikirkan cara untuk mengatasi gejala stress dan depresi yang dialami. Ini juga membantu relawan untuk mengelola emosinya dengan baik, tanpa menunjukkan emosi secara kasar atau menyembunyikan emosinya (Fahriza et al., 2020). Evaluasi juga merupakan bagian penting dari kegiatan, karena membantu menilai dampak stress pada relawan dan memperbaiki kemampuan coping mereka dengan bencana.

Dampak PFA bagi Anak-anak Korban Gempa

Pemberian PFA pada anak-anak korban gempa bumi memiliki dampak yang signifikan dalam membantu mereka mengatasi trauma dan memulihkan diri. Berikut adalah beberapa dampak penting dari PFA terhadap anak korban gempa :

1. Mengurangi gejala trauma: PFA membantu mengurangi gejala trauma ini melalui pemberian dukungan emosional, validasi pengalaman mereka, dan pengenalan teknik pemulihan yang sederhana seperti relaksasi

pernapasan. Aktivitas PFA pada anak-anak mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologi mereka selama di *camp* pengungsian.

2. Peningkatan pemahaman: PFA membantu anak-anak memahami apa yang terjadi selama dan setelah gempa bumi. Melalui komunikasi yang jelas dan informatif, anak-anak memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang bencana tersebut. Hal tersebut membantu mengurangi rasa kebingungan dan ketakutan yang mereka rasakan. Pemahaman yang lebih baik tentang kejadian tersebut juga membantu anak-anak mempersiapkan diri secara mental untuk menghadapi situasi serupa di masa depan.
3. Memberikan rasa aman dan dukungan: PFA memberikan rasa aman kepada anak-anak korban gempa bumi dengan menunjukkan empati, kepedulian, dan perhatian pada kebutuhan mereka. Melalui pendekatan yang mendukung, anak-anak merasa didengar dan diperhatikan, yang berkontribusi pada perasaan keselamatan dan kepercayaan diri mereka. Dukungan ini juga mengurangi rasa terisolasi dan kesepian yang sering kali dirasakan oleh anak-anak dalam situasi bencana.
4. Membantu anak-anak mengungkapkan emosi: Setelah mengalami gempa bumi,

anak-anak mungkin kesulitan dalam mengungkapkan emosi mereka dengan kata-kata. PFA membantu anak-anak mengekspresikan emosi mereka melalui berbagai cara, seperti melalui seni, permainan, atau cerita. Hal ini membantu anak-anak melepaskan ketegangan emosional dan merasa lebih lega. PFA juga mengajarkan anak-anak tentang pentingnya mengenali dan mengelola emosi mereka secara sehat.

5. Meningkatkan keberdayaan dan pemulihan psikologi: PFA memberikan alat dan strategi kepada anak-anak korban gempa bumi untuk membantu mereka mengatasi kesulitan dan memulihkan diri. Anak-anak diajarkan keterampilan dasar untuk menghadapi situasi sulit, mengelola stres, dan membangun kembali kekuatan mereka. Aktivitas tersebut memberikan mereka kontrol atas kehidupan mereka, membantu meningkatkan keberdayaan dan ketahanan mereka dalam menghadapi masa depan.

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan PKM Pelayanan PFA bagi korban gempa bumi terselenggara dengan baik dan memberikan dampak positif pada kesejahteraan anak-anak di lokasi posko bencana. Dalam kegiatan ini terdapat beberapa tahapan yang fokus pada pengurangan stres untuk mencegah terjadinya PTSD pada anak-anak. Para relawan perlu mengikuti sesi khusus untuk memperoleh pemahaman dan keterampilan *coping stress* yang baik selama berada di lokasi bencana.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Universitas Ma'soem, Donatur dan Relawan yang telah berdedikasi sesuai dengan kemampuannya.

DAFTAR PUSTAKA

Anema, J.R., Stams, G.J.J.M., & Dekovic, M. (2013). Play and Problem Behavior in Childhood. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(2), 225-236. <https://doi.org/10.1007/s10802-012-9678-6>

- Berg, A. (2016). *Cultural competence in trauma treatment: Reflective practices for therapists*. New York, NY: Guilford Press.
- Boud, D., Keogh, R., & Walker, D. (1985). *Reflection: Turning experience into learning*. Kogan Page Publishers.
- Das, M., & Mohanty, N. (2018). Physical Activity and Play as a Medium of Psychological First Aid (PFA) Leading to Psychosocial Care for Building Resiliency and Helps to Overcome Trauma in Emergency Situations. *Clinical and Experimental Psychology*, 04(01). <https://doi.org/10.4172/2471-2701.1000184>
- Elita, Y., Sholihah, A., & Sahiel, S. (2017). Acceptance and Commitment Therapy (ACT) for Disaster-Stressed Individuals. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(2), 97-101. <https://doi.org/10.29210/117800>
- Flannery, R. B. (1999). Psychological trauma and post-traumatic stress disorder: a review. *International Journal of Emergency Mental Health*, 1(2), 135-140.
- Fahriza, I., Fitrah Rayaginansih, S., & Rismara Agustina, E. (2020). Coping Strategies to Increase Adolescent Emotional Intelligence in the Pandemic Covid-19. *Bimbingan Dan Konseling*, 1(1). <https://doi.org/10.26539/terapeutik.41280>
- Fahriza, Y., Wulaningsih, W., & Andayani, D. (2020). The Role of Reflection on the Effectiveness of Psychological First Aid in Disaster Response. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 16(1), 56-62.
- Inter-Agency Standing Committee. (2007). *IASC Guidelines on Mental Health and Psychosocial Support in Emergency Settings*. Accessed on February 4, 2023, from https://www.who.int/mental_health/emergencies/IASC_MHPSS_Guidelines.pdf
- King, N. (2006). Listening in Qualitative Research. *Qualitative Research*, 6(1), 9-25.
- Lai, S. Y., Tam, C. W., Chan, A. W., & Hau, K. T. (2011). The effectiveness of group art therapy on reducing symptoms of depression and anxiety among Chinese adolescent survivors of the Sichuan earthquake. *Journal of Adolescence*, 34(1), 87-95.
- Layne, C. M., & Pynoos, R. S. (2001). *Psychological first aid for children after*

- disasters and terrorism. *Psychiatric Annals*, 31(6), 355-360.
- National Center for Post-traumatic Stress Disorder. (2020). *Psychological First Aid*. National Center for Post-traumatic Stress Disorder.
- Nugroho, D. U., Unggul, N., Rengganis, S., Wigati, A., Fakultas, M., Masyarakat, K., Diponegoro, U., Pengajar, S., Administrasi, B., & Kesehatan, K. (2012). Sekolah Petra (Penanganan Trauma) Bagi Anak Korban Bencana Alam. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(2), 97–101. <http://kila.or.id>
- Rais, I. L. N., & Somantri, L. (2021). Analisis Bencana Gempa Bumi dan Mitigasi Bencana di Daerah Kertasari. 4(2).
- Smith, M. (2004). *Group art therapy*. London, England: Jessica Kingsley Publishers.
- Smith, J. (2019). The effects of psychological first aid on children affected by natural disasters. *Journal of Mental Health*, 28(3), 182-186.
- Sphere. (2011). *Humanitarian charter and minimum standards in humanitarian response*. Diakses pada 4 Februari 2023 dari <https://www.spherestandards.org/handbook/>
- Schön, D. A. (1983). *The Reflective Practitioner: How professionals think in action*. Basic Books.
- Das, M., & Mohanty, N. (2018). Physical Activity and Play as a Medium of Psychological First Aid (PFA) Leading to Psychosocial Care for Building Resiliency and Helps to Overcome Trauma in Emergency Situations. *Clinical and Experimental Psychology*, 04(01). <https://doi.org/10.4172/2471-2701.1000184>
- Winarno, S. (2011). House Seismic Vulnerability and Mitigation Strategies: Case of Yogyakarta City. *Journal Penanggulangan Bencana*, 2(2), 1–8.
- World Health Organization. (2013). *Psychological first aid: Guide for field workers*. Geneva, Switzerland: Author.
- Undang-Undang No 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, Jakarta.