



Penyuluhan Penerapan Psychological First Aid Pada Anggota PMR Di Desa Tameroddo Utara

Tri Sulastri¹, Nurul Ramadania²

¹Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

¹Trisulastri99@unm.ac.id, ²nurullramadania@email.com

Abstrak

Psychological First Aid (PFA) merupakan pendekatan yang dirancang untuk memberikan dukungan psikologis kepada individu yang mengalami stres akibat bencana atau situasi krisis. Penyuluhan PFA yang dilakukan kepada anggota Palang Merah Remaja (PMR) di Desa Tameroddo Utara bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan mereka dalam memberikan dukungan emosional kepada teman, keluarga maupun diri mereka sendiri. Penyuluhan ini diikuti oleh 80 anak PMR yang menunjukkan peningkatan pemahaman signifikan setelah menerima materi. Metode pelaksanaan meliputi observasi, penyampaian materi, dan evaluasi pemahaman melalui diskusi interaktif dan kuis. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa 85% peserta mengalami peningkatan pengetahuan dalam kategori "baik" dan "sangat baik". Artikel ini juga menyertakan analisis data dan bagan kemajuan peserta.

Kata Kunci: *Psychological First Aid, Penyuluhan, Evaluasi.*

PENDAHULUAN

Dalam situasi darurat, *Psychological First Aid (PFA)* menjadi alat penting untuk memberikan dukungan psikologis awal bagi individu yang mengalami trauma. Anak-anak PMR sebagai generasi muda perlu dibekali pemahaman dan keterampilan PFA untuk membantu individu yang membutuhkan dalam lingkup sekolah dan komunitas. Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dasar PFA sehingga anak-anak PMR dapat mengidentifikasi, merespons, dan membantu individu dengan trauma ringan hingga sedang.

Hal ini juga sejalan dengan Surat Badan Nasional Penanggulangan Bencana Nomor 8-399/BNPB/D-B/BP.03.02/08/2024 tanggal 23 Agustus 2024 tentang Langkah-langkah Kesiapsiagaan Zona Megathrust. Pemerintah Sulawesi barat mengeluarkan surat edaran nomor 25 tahun 2024 tentang mitigasi bencana gempa bumi (zona megathrust) wilayah sukawesi barat. Dimana Desa Tameroddo Utara, yang terletak di Kabupaten Tammerodo Sendana, Sulawesi Barat merupakan salah satu kawasan yang perlu memperhatikan terkait kesiapan mereka terkhusus dari segi Psikologis.

Psychological First Aid (PFA) merupakan pertolongan psikologis pertama serta terdapat pada tingkat masyarakat dan dapat dilakukan oleh keluarga, teman, relawan untuk yang membutuhkan dukungan (Asih, Utami, and Kurniawan 2018). Hal ini juga dikemukakan oleh (Ratri et al. 2024) dimana PFA merupakan salah satu metode yang digunakan dalam penanganan psikologis pada bencana. Krisis Psikologis yang terjadi adalah respons alami yang muncul sebagai upaya individu untuk menyesuaikan diri terhadap pengalaman yang tidak menyenangkan. Namun, meskipun dianggap wajar, reaksi-reaksi tersebut tetap perlu ditangani. Jika tidak ditangani, hal ini dapat mengganggu keseimbangan psikologis, sosial, dan spiritual, yang pada akhirnya dapat melemahkan kemampuan korban untuk bertahan dan pulih dari situasi tersebut. Hal yang dapat dilakukan ialah dengan memberikan Psychological First Aid (PFA) yang merupakan langkah awal mencegah krisis yang dialami menjadi lebih serius.

PFA atau Dukungan Psikologis Awal merupakan keterampilan dasar praktis guna mengurangi dampak negatif dari stres pasca peristiwa kritis seperti bencana. PFA menjadi salah satu keterampilan yang harus dimiliki baik relawan, pegiat kemanusiaan, hingga masyarakat umum. PFA adalah sebuah pendekatan untuk menolong orang yang terdampak (penyintas) pada kondisi darurat, bencana, atau kejadian yang traumatis. Prinsip dasar dari PFA adalah mempromosikan keamanan (*safety*), mempromosikan ketenangan (*calm*), membangun hubungan (*connectedness*), membangun keberdayaan (*self-efficacy*), dan memunculkan harapan (*hope*), (Muhamad et al. 2022). PFA bermanfaat untuk mengurangi dampak negatif dari pengalaman sulit karena bencana, membantu menguatkan fungsi penyesuaian diri terhadap perubahan yang terjadi pasca bencana, yang dapat berdampak baik jangka pendek maupun jangka panjang serta mempercepat proses pemulihan penyintas, (Fatmawati et al. 2020).

Penyuluhan PFA untuk anak-anak PMR di Desa Tameroddo Utara ini bertujuan meningkatkan kemampuan mereka untuk menjadi agen pertolongan pertama psikologis di komunitas pesisir. Wilayah pesisir sering menghadapi risiko bencana, seperti banjir, tsunami, atau angin kencang, yang dapat menyebabkan trauma psikologis pada penduduk, terutama anak-anak dan remaja. Dalam konteks ini, penting bagi anak-anak PMR untuk memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan dukungan psikologis awal yang relevan dengan kebutuhan komunitas pesisir.

METODE

Tahapan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk menganalisis efektivitas penyuluhan Psychological First Aid (PFA) pada anak-anak Palang Merah Remaja (PMR) di Desa Tameroddo Utara. Tahapan pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Observasi dan Identifikasi Kebutuhan
Observasi awal dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat pemahaman anak-anak PMR terkait penerapan PFA. Data dikumpulkan melalui wawancara singkat dan pengisian kuisioner pra-penyuluhan untuk mengetahui kondisi awal peserta.
- b. Penyampaian Materi
Penyuluhan dilakukan secara interaktif menggunakan presentasi PowerPoint, video simulasi, diskusi kelompok, dan latihan langsung. Materi yang disampaikan mencakup pengenalan PFA, teknik mendengarkan aktif, menciptakan rasa aman, dan praktik empati terhadap individu yang mengalami trauma ringan hingga sedang.
- c. Pre-Test dan Post-Test
Untuk mengevaluasi tingkat pemahaman peserta sebelum dan setelah penyuluhan, dilakukan pengukuran dengan kuisioner berupa pertanyaan pilihan ganda dan esai sederhana. Kuisioner ini mencakup aspek pengetahuan dasar tentang PFA, pengenalan teknik, dan kemampuan praktis dalam menghadapi situasi darurat.
- d. Diskusi Interaktif dan Tanya Jawab
Sesi diskusi interaktif dilakukan setelah penyampaian materi untuk memperdalam pemahaman peserta. Tanya jawab juga memberikan ruang bagi peserta untuk menyampaikan pengalaman atau pertanyaan terkait penerapan PFA.
- e. Analisis Data
Data hasil pre-test dan post-test dianalisis secara deskriptif untuk mengukur peningkatan pemahaman peserta. Persentase peningkatan pemahaman dihitung dan dikelompokkan ke dalam kategori "sangat baik," "baik," dan "cukup." Data tambahan berupa feedback peserta juga dianalisis untuk memberikan gambaran mengenai efektivitas metode penyuluhan.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah anak-anak PMR di Desa Tameroddo Utara, dengan sampel sebanyak 80 peserta dari tingkat Wira dan Madya yang mengikuti penyuluhan.

Instrumen Penelitian

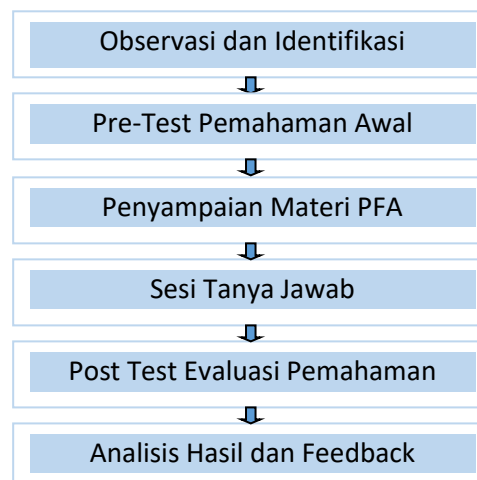
Instrumen penelitian yang digunakan meliputi:

- a. Kuisioner pre-test dan post-test
- b. Observasi partisipatif selama kegiatan penyuluhan
- c. Dokumentasi berupa foto dan catatan lapangan

Prosedur Penelitian

Penelitian dilaksanakan dalam satu hari, dimulai dari sesi observasi awal, penyampaian materi, praktik, hingga evaluasi pemahaman. Hasil analisis digunakan untuk menyimpulkan efektivitas penyuluhan dalam meningkatkan pemahaman peserta tentang penerapan PFA.

Tabel 1. Alur Kegiatan Penyuluhan PFA



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Penyuluhan PFA dilaksanakan Pada tanggal 16 November 2024 pada pukul 04.00 WITA dan dilaksanakan di SMKN 7 Majene dengan 80 peserta Anak PMR tingkat Wira dan Madya. Materi PFA diberikan di akhir sesi dengan didahului oleh dua materi sebelumnya, yaitu materi mitigasi bencana dan materi pertolongan pertama. Materi PFA dibawakan oleh Nurul Ramadania yang merupakan Ketua dari tim BKP Proyek kemanusiaan dan sebelumnya telah mengikuti Pelatihan nasional Pertolongan pertama yang juga mempelajari terkait Penerapan PFA (psychological first aid). Adapun sistematika pelaksanaan penyuluhan tersebut di antaranya :

- a. Melakukan Pre test
Terlebih dahulu di berikan pre test untuk mengetahui berapa persen tingkat pengetahuan para audiens terkait materi yang akan di sampaikan. Melalui pre test tersebut juga akan dijadikan tolak ukur terkait seberapa jauh pemahaman peserta bertambah sebelum dan sudah memperoleh materi. Pre test yang di berikan berupa pertanyaan Essai yang di bagikan melalui google form. Setelah di pastikan seluruh peserta telah mengisi pre test, maka selanjutnya pemateri mulai membawakan materinya. Dari hasil pre test yang dilakukan, Depoleh bagan pemahaman peserta sebagai berikut.
- b. Penyampaian materi
Pemateri menyampaikan materi dengan sistem penyampaian langsung dan di dukung media PPT. Pemateri juga memberikan kesempatan untuk seluruh peserta melakukan praktek langsung penerapan PFA kepada seluruh peserta. Sesi pembelajaran dilakukan dengan santay dengan beberapa game yang sering di berikan pemateri di sela sela penyampaian materi. Hal ini agar peserta tidak mudah bosan dan mengantuk.
- c. Sesi Tanya jawab
Setelah materi selesai, peserta diberikan kesempatan untuk menyampaikan pertanyaan pertanyaan mereka, cukup banyak peserta yang bertanya dengan pertanyaan yang sebaian besar menanyakan terkait metode yang paling baik apabila korban yang dibantu mengalami keparahan.
- d. Pemberian Post Test
Pemberian Post test dilakukan di akhir sesi Pembelajaran. Pertanyaan yang digunakan sama dengan pertanyaan yang di gunakan di pre test.

Kegiatan penyuluhan PFA yang dilaksanakan di SMKN 7 Majene memberikan manfaat yang besar bagi peserta. Melalui langkah-langkah yang terstruktur, mulai dari pre-test, penyampaian materi, sesi tanya jawab, hingga post-test, kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman peserta mengenai PFA dan mempersiapkan mereka untuk memberikan pertolongan psikologis dalam situasi darurat. Selain itu, penggunaan metode yang interaktif dan penyampaian materi yang menarik juga membantu menjaga motivasi peserta untuk belajar. Evaluasi melalui pre-test dan post-test memungkinkan pengukuran yang jelas mengenai keberhasilan penyuluhan ini. Peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah penyuluhan menunjukkan bahwa materi yang diberikan dapat diterima dengan baik oleh peserta dan memiliki dampak positif dalam meningkatkan kesiapsiagaan mereka dalam menghadapi situasi bencana.

Tabel 2. Hasil Analisis

Kategori Peningkatan Pengetahuan	Presentase (%)
Sangat Baik	45%
Baik	40%
Cukup	15%

Sebanyak 45% peserta menunjukkan peningkatan pemahaman yang sangat baik. Ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari peserta mampu memahami dan mengaplikasikan materi PFA dengan baik. Mereka dapat mengidentifikasi situasi yang memerlukan PFA dan tahu cara memberikan dukungan psikologis yang tepat. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas metode pengajaran yang digunakan, serta keterlibatan peserta selama sesi penyuluhan. Sekitar 40% peserta berada dalam kategori baik, yang menunjukkan bahwa mereka memiliki pemahaman yang memadai tentang PFA. Meskipun mereka tidak mencapai tingkat pemahaman yang sangat baik, mereka masih dapat memahami konsep dasar dan teknik PFA. Ini menunjukkan bahwa penyuluhan berhasil memberikan informasi yang berguna, meskipun ada beberapa area yang mungkin masih memerlukan penjelasan lebih lanjut atau latihan tambahan. Hanya 15% peserta yang berada dalam kategori cukup, yang menunjukkan bahwa pemahaman mereka tentang PFA masih terbatas. Peserta dalam kategori ini mungkin mengalami kesulitan dalam memahami beberapa aspek materi atau tidak sepenuhnya terlibat dalam sesi penyuluhan. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan tambahan atau metode pengajaran yang lebih interaktif untuk meningkatkan pemahaman mereka di masa depan.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman peserta tentang PFA, dengan mayoritas peserta (85%) menunjukkan peningkatan yang baik hingga sangat baik. Namun, adanya 15% peserta yang berada dalam kategori cukup menunjukkan bahwa masih ada ruang untuk perbaikan dalam metode penyuluhan, agar semua peserta dapat mencapai pemahaman yang optimal. Ini juga menekankan pentingnya evaluasi berkelanjutan dan penyesuaian dalam program pelatihan untuk memenuhi kebutuhan semua peserta.

KESIMPULAN

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan berhasil mencapai tujuan tersebut dengan baik. Dari 80 peserta yang mengikuti penyuluhan, 45% mengalami peningkatan pemahaman dalam kategori "sangat baik", sementara 40% berada dalam kategori "baik". Hanya 15% peserta yang menunjukkan pemahaman dalam kategori "cukup". Hasil ini mencerminkan efektivitas metode pengajaran yang digunakan, termasuk penyampaian materi secara interaktif dan evaluasi melalui kuis. Peningkatan pemahaman yang signifikan di kalangan peserta menunjukkan bahwa mereka kini lebih siap untuk mengidentifikasi dan memberikan dukungan psikologis kepada individu yang mengalami trauma, terutama dalam konteks situasi darurat yang sering dihadapi oleh komunitas pesisir. Adanya 15% peserta yang masih berada dalam kategori cukup menunjukkan perlunya perhatian lebih lanjut untuk meningkatkan pemahaman mereka. Disarankan untuk melakukan evaluasi berkelanjutan dan penyesuaian dalam metode penyuluhan di masa depan, agar semua peserta dapat mencapai pemahaman yang optimal tentang PFA.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam proses penyelesaian jurnal ini. Ucapan terima kasih ditujukan kepada dosen pembimbing lapangan yang telah memberikan arahan dan masukan berharga, rekan-rekan tim Proyek Kemanusiaan yang telah kebersamai selama pelaksanaan pengabdian.

Tidak lupa, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan teman-teman atas dukungan moral yang tak ternilai. Semoga jurnal ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan menjadi kontribusi positif didalamnya

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Martha Kurnia, Retno Ristiasih Utami, and Yudi Kurniawan. 2018. "Psychological First Aid (PFA) Untuk Pendamping Balas Pemasarakatan (BAPAS Kelas 1) Semarang." *Proceeding SNK-PPM* 1(1): 450–53.
- Fatmawati, Ariani, Ita Djuwitaningsih, Deswani Deswani, and Asep Gunawan. 2020. "Pelatihan Dan Pendampingan Konseling Sebaya Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja Di Daerah Bencana." *Intervensi Komunitas* 1(2): 157–65.
- Muhamdi, Nalini, Izzatul Fithriyah, Agustina Konginan, and Gilang Dokman Perkasa. 2022. "Pembentukan Desa Siaga Bencana Sebagai Wujud Upaya Mitigasi Bencana Di Surabaya." *Budimas : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 4(1): 1–6.
- Ratri, Prapti Madyo, Mohammad Khasan, Trubus Raharjo, and Ahmad Faqihuddin. 2024. "Pemberian PFA (*Psychological First Aids*) Terhadap Penyintas Bencana Banjir Tahun 2024 Di Posko Balai Desa Jati Wetan , Kudus." 6(2): 114–24.