

## Gambaran Pengetahuan Tentang *Psychological First Aid* Pada Relawan Bencana

### *Overview of Knowledge about Psychological First Aid in Disaster Volunteers*

<sup>1</sup>\*Sitti Rahma Soleman, <sup>1</sup>Salsabilla Az Zahra, <sup>1</sup>Frinska Angelique Sandra

<sup>1</sup> Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

#### ARTIKEL INFO

##### Article history

Received :01-01-2024

Revised :29-01-2024

Accepted :27-02-2024

##### Keywords :

Disaster

Knowledge

Psychological First Aid

Volunteers

##### Kata Kunci :

Bencana

Pengetahuan

Psychological First Aid

Relawan

##### Correspondence :

Sitti Rahma Soleman

Email:

[sitti@aiska-university.ac.id](mailto:sitti@aiska-university.ac.id)

#### ABSTRACT

Geographically, Indonesia, which has a tropical climate, is classified as a country that is very vulnerable to hydrometeorological disasters. Disaster events have an impact on the physical and even psychological conditions of individuals, families and communities. Apart from that, disasters impact stress and traumatic experiences on their victims. First aid efforts can be given to physical and psychological problems so as not to cause prolonged trauma. One way that can be done is Psychological first aid (PFA), which is a series of interventions to help overcome the mental health problems of someone experiencing a crisis due to a disaster. This intervention needs to be known and applied by disaster volunteers. The aim of this research is to determine the level of knowledge of disaster volunteers about Psychological First Aid. This research was conducted in March – July 2023. The population in this research were disaster volunteers, which in this research used a purposive sampling technique. The results of this research showed that the majority of respondents' knowledge was sufficient, 59.3%, while 40.7% had good knowledge. The small difference between respondents who have good and sufficient knowledge can be influenced by educational factors, age, gender, experience as a volunteer, and having attended PFA training. Looking at the existing results, PFA training is also a factor because following this training broadens the volunteers' insight regarding psychological first aid.

#### ABSTRAK

Secara geografis Indonesia yang beriklim tropis tergolong dalam negara yang sangat rentan terjadi bencana hidrometeorologi. Kejadian bencana memiliki dampak terhadap kondisi fisik bahkan psikologis pada individu, keluarga maupun komunitas. Selain itu bencana memberikan dampak tekanan dan pengalaman traumatis pada korbannya. Upaya pertolongan pertama dapat diberikan pada masalah fisik dan psikologis agar tidak menimbulkan trauma yang berkepanjangan. Salah satu cara yang bisa dilakukan adalah Psychological first aid (PFA) yang merupakan rangkaian intervensi untuk membantu mengatasi masalah kesehatan jiwa seseorang yang mengalami krisis akibat bencana. Intervensi ini perlu diketahui dan diaplikasikan oleh relawan bencana. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan relawan bencana tentang Psychological First Aid. Penelitian ini dilakukan bulan Maret – Juli 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah relawan bencana yang mana dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian ini didapatkan mayoritas pengetahuan responden adalah cukup 59,3% sedangkan 40,7% berpengetahuan baik. Sedikitnya selisih antara responden yang berpengetahuan baik dan cukup dapat dipengaruhi oleh faktor pendidikan, usia, jenis kelamin, pengalaman menjadi relawan, dan pernah mengikuti pelatihan PFA. Melihat hasil yang ada maka pelatihan PFA juga menjadi salah satu faktor karena dengan mengikuti pelatihan ini menambah wawasan bagi para relawan terkait dengan psychological first aid.

#### PENDAHULUAN

Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) pada tahun 2022 melaporkan bencana alam sejak awal tahun 2022 mencapai 3.522 kejadian terjadi di Indonesia. Tercatat bencana yang paling sering terjadi adalah banjir

yaitu sebanyak 1.520 kejadian. Bencana alam ini memberikan dampak buruk seperti kematian, luka-luka dan kehilangan. Kejadian bencana juga membuat 5,42 juta orang menderita dan mengungsi. Selanjutnya jumlah kerusakan rumah akibat bencana mencapai 94.990 dan sejumlah 1.980 fasilitas umum mengalami kerusakan (1).

Dampak negatif banyak terjadi dan diterima oleh manusia akibat terjadinya bencana (2). Dampak dari terjadinya bencana alam menyebabkan permasalahan fisik maupun psikologis (3). Hal yang bisa saja terjadi meliputi penurunan kemampuan dalam beradaptasi karena terjadi perubahan diri, hubungan dengan orang lain dan ekonomi akibat bencana (4). Dampak bencana dapat bervariasi baik pada anak maupun dewasa. Dampak psikologis yang tampak seperti munculnya rasa takut, cemas, gelisah, sedih bahkan muncul rasa bersalah. Beberapa orang mengatakan perasaan-perasaan ini akan dapat pulih jika penyintas memiliki kopingnya konstruktif. Jika penyintas tidak memiliki koping yang adaptif maka akan berdampak psikologis seperti terjadinya trauma yang berkepanjangan (5). Gejala-gejala psikologis yang terjadi pada penyintas menjadi tanda terjadinya distress. Jika distress terjadi maka jelas akan mengganggu penyintas untuk pulih dan produktif. Sehingga respon cepat sangat dibutuhkan dalam penanganan psikologis pasca bencana agar individu, keluarga dan masyarakat yang terdampak bisa kembali menjalankan fungsi kehidupannya dengan baik (6).

Melihat kondisi yang ada di lapangan kita mengetahui bahwa masih terjadi kekurangan dalam penanganan bencana alam yaitu masih focus memberikan perhatian pada pertolongan yang bersifat fisik dan kurang memperhatikan masalah psikologisnya. Hal ini sangat memprihatinkan yang mana penyintas sangat membutuhkan dukungan dan penguatan akibat bencana yang dialami (7). Akan tetapi jauh dari itu para penyintas memerlukan penanganan psikologis mengingat respon awal dari penyintas ketika dihadapkan pada situasi krisis atau bencana yaitu terkejut, kaget bahkan sampai mengalami disorientasi (8). Apabila penanganan psikologis masih dinomorduakan atau diabaikan maka pikiran buruk dapat mengancam dan mengubah pikiran penyintas menjadi memiliki koping negative bahkan dapat melakukan perilaku negative akibat kerapuhannya. Melihat hal ini penanganan psikologi harus diberikan segera setelah terjadi bencana yaitu dapat dilakukan dengan Psychological First Aid (PFA) (9).

Psychological First Aid (PFA) merupakan cara yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah psikologis pada penyintas akibat bencana (10). Kejadian bencana sudah pasti akan meninggalkan duka dan trauma, terutama bagi mereka yang menjadi korban dan mengalami banyak kehilangan (11). Pengetahuan tentang PFA sangat diperlukan oleh relawan, pekerja sosial, psikolog dan tenaga kesehatan jiwa profesional dalam rangka memberikan penanganan atau intervensi psikologis melalui motivasi dan pendampingan pada penyintas bencana (12). Dari beberapa penjelasan diatas, maka pada penelitian ini ditujukan untuk menganalisis tingkat pengetahuan tentang PFA pada relawan bencana.

## METODE

Penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif ini bertujuan mengumpulkan data dan informasi tanpa ada intervensi kepada responden. Penelitian ini dilakukan di Surakarta pada bulan Maret – Juli 2023 dengan populasi relawan bencana. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling dengan kriteria inklusi relawan yang telah lebih dari 6 bulan tergabung menjadi relawan, dapat mengikuti penelitian hingga selesai, sedangkan kriteria eksklusi adalah responden yang tidak bersedia mengikuti penelitian hingga selesai. Dalam penelitian ini didapatkan 27 responden. Kuesioner tentang pengetahuan psychological first aid digunakan sebagai instrument pengumpul data relawan bencana yang telah diuji validitas dengan nilai  $>0,361$  dan uji reliabilitas dengan nilai  $> 088$ . Panduan penilaian menggunakan teknik skoring dengan pendekatan Skala Guttman. Analisis data univariat digunakan untuk mengetahui frekuensi dari variable variabel. Berikut ini diagram alir dari penelitian yang dilakukan :

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

#### Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=27)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
20-25	5	18,52
26-30		

31-35	14	51,86
36-40	4	14,81
	4	14,81
Jenis kelamin		
Laki-laki	17	62,96
Perempuan	10	37,04
Pendidikan		
SMA	6	22,22
D3	13	48,15
S1	8	29,63
Pengalaman (tahun)		
1-3	13	48,15
4-6	10	37,04
7-9	4	14,81

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan mayoritas responden berada pada usia 26 sampai 30 tahun, yang mayoritas adalah laki-laki berpendidikan terakhir D3. Rata-rata responden telah menjadi relawan antara 1 hingga 3 tahun. Pengetahuan Responden Tentang Psychological First Aid

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Relawan Bencana Tentang Psychological First Aid

Pengetahuan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	11	40,7
Cukup	16	59,3
Kurang	0	0
Total	27	100

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki pengetahuan cukup 16 orang (59,3%) dan diikuti responden dengan pengetahuan baik sebanyak 11 orang (40,7%). Pada hasil ini menunjukkan masih banyak relawan bencana yang belum paham betul tentang psychological first aid, yang mana treatment ini sangat dibutuhkan oleh penyintas bencana.

## PEMBAHASAN

Bencana merupakan suatu kejadian yang tidak disangka terjadi oleh korbannya. Bencana dianggap oleh Sebagian besar orang sebagai peristiwa yang mengancam kehidupan sehingga dirasa sebagai kejadian yang mengganggu aktivitas kehidupan. Bencana dapat terjadi akibat alam maupun non alam atau faktor manusia. Banyak bencana alam yang terjadi tiba-tiba atau belum diprediksi kapan akan terjadinya (13). Dampak buruk dari terjadinya bencana yaitu dapat menimbulkan luka maupun kehilangan dan yang tergambar akan menimbulkan kerugian. Terjadinya bencana menyebabkan terjadinya dampak yang merusak beberapa bahkan semua sector kehidupan seperti biologi, psikologim, ekonomi, social maupun spiritual. Kerusakan fisik seperti hilangnya tempat tinggal atau terjadinya luka yang terjadi saat bencana akan berdampak pada terganggunya aktivitas kehidupan (14).

Terdapat penggolongan bencana yaitu bencana alam dan non alam. Terjadinya gempa bumi, tsunami, gunung meletus, banjir, kekeringan, puting beliung, tanah longsor termasuk dalam bencana dengan kategori bencana alam. Bencana yang termasuk kategori non alam terjadi akibat epidemi atau terserangnya wabah (15).

Pada dasarnya Indonesia termasuk dalam kondisi yang rentan bencana karena berada pada kondisi geografis, geologis, hidrologis, dan demografis yang memungkinkan terjadinya perubahan lingkungan sehingga rawan terjadi bencana. Bencana yang terjadi baik karena faktor alam atau non alam dapat menimbulkan korban, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, serta berdampak munculnya masalah psikologis (13). Badan Perserikatan Bangsa-Bangsa juga menyebut bahwa Indonesia termasuk dalam negara yang paling rawan terhadap bencana di dunia, sehingga sangat diperlukan perencanaan strategi untuk pengurangan resiko bencana (16).

Ancaman baru mungkin terjadi jika bencana tidak segera ditanggulangi, terutama akan mengganggu kehidupan serta penghidupan masyarakat. Bencana juga telah diperhatikan dalam perundang-undangan pada Undang-undang Nomor 24 Tahun 2007, dimana dalam pasalnya telah menjelaskan penanggulangan bencana yang mana ada bencana alam dan bencana nonalam serta ada bencana sosial. Terdapat lembaga badan nasional penanggulangan bencana atau yang sering disebut BNPB yang berkembang untuk menanggulangi bencana seperti gempa bumi (17). Pemerintah tidak bekerja sendiri dalam penyelenggaraan penanggulangan bencana, yang mana pada pasal 27 UU penanggulangan bencana nomor 24 tahun 2007 telah menegaskan bahwa setiap orang berkewajiban untuk membantu kegiatan penanggulangan bencana. Dalam undang-undang tersebut juga mengatur penanggulangan bencana yang melibatkan pihak swasta, lembaga non-pemerintah dan lembaga internasional.

Kelompok masyarakat dan pihak non-pemerintah juga diatur partisipasinya sebagai pihak yang termasuk dalam bentuk kerelawanan penanggulangan bencana untuk mengurangi risiko bencana. Seseorang yang terlibat dalam penanganan kebencanaan disebut dengan relawan bencana. Seorang relawan yang tergabung dalam penanggulangan kebencanaan memiliki kemampuan dan kepedulian serta bekerja secara sukarela dan ikhlas membantu, menolong dan berupaya menanggulangi bencana (18). Seorang relawan juga telah diatur dalam Peraturan Kepala Badan Nasional Penanggulangan Bencana nomor 17 tahun 2011 yang mana menyatakan peran relawan dalam penyelenggaraan penanggulangan bencana terdiri dari peran relawan pada pra bencana, tanggap darurat dan pasca bencana (19).

Dilaksanakannya program penanggulangan bencana dengan tujuan menjamin terselenggaranya pelaksanaan penanggulangan bencana secara terencana, terstruktur, terpadu, terkoordinasi, dan menyeluruh. Tujuan utama dilakukannya penanggulangan bencana sebagai upaya memberikan perlindungan kepada masyarakat dari ancaman yang mungkin terjadi akibat bencana (20). Penanggulangan bencana dimulai dari tahap pertama yaitu tahap pra bencana (17).

Pra bencana merupakan tahap dimana seorang relawan persiapan sebelum terjadi bencana. Di waktu ini relawan mendukung penyusunan kebijakan, merencanakan langkah untuk mengurangi resiko terjadinya bencana (7). Selanjutnya masuk ke tahap dua, seorang relawan melakukan penanggulangan bencana karena sudah terjadi bencana. Relawan melakukan tugas kerelawanannya dengan terjun kedalam lokasi bencana (21). Pada tahap ketiga relawan bencana memiliki peran relawan pasca bencana, peran ini dilakukan guna perbaikan darurat dan pemulihan psikososial. Tindakan ini ditujukan agar penanggulangan bencana dapat dilaksanakan secara cepat, tepat, terpadu, efektif, efisien, transparan dan penuh tanggung jawab (22).

Pada prosesnya seorang relawan bencana akan menjalankan tugas pengkajian wilayah bencana seperti bagaimana dan berapa korbannya, apa jenis kerusakan serta kebutuhan apa yang diperlukan. Selanjutnya relawan akan berusaha menyediakan serta mencari upaya untuk memenuhi kebutuhan yang diperlukan. Selain itu relawan juga melakukan analisa perkembangan situasi ke depan serta melakukan edukasi kepada masyarakat terkait langkah-langkah yang harus dilakukan dalam menghadapi bencana (23).

Upaya pencegahan sangat perlu diberikan oleh relawan kepada masyarakat sebagai langkah pencegahan terjadinya ancaman dari bencana. Hal ini disebut dengan upaya mitigasi bencana yang mana hal ini dilakukan untuk mengurangi risiko bencana atau dampak bencana, dengan kata lain menyiapkan masyarakat menghadapi ancaman bencana baik secara struktural maupun non structural (17).

Edukasi mitigasi struktural dilakukan untuk meminimalisir terjadinya bencana melalui pembangunan berbagai infrastruktur fisik seperti pembuatan saluran khusus pencegah banjir atau pembangunan lain untuk mencegah atau memberikan peringatan terjadinya bencana. Sedangkan mitigasi non struktural dapat dilakukan dengan adanya upaya pembuatan kebijakan seperti membuat regulasi perundang-undang penanggulangan bencana seperti tata ruang kota, peningkatan kemampuan masyarakat untuk menghadapi dan meningkatkan kesadaran masyarakat agar waspada terhadap bencana yang mungkin terjadi (18).

Di tahap pra bencana peran relawan dapat membentuk media atau sarana komunikasi seperti pos komando, penyiapan lokasi evakuasi, sebagai wadah untuk koordinasi penanganan bencana. Peran relawan Ketika tahap pra bencana salah satunya adalah memberikan peringatan dini, yang ditujukan memberikan peringatan sesegera mungkin kepada masyarakat tentang kemungkinan terjadinya bencana. Biasanya hal ini dilakukan juga oleh lembaga yang berwenang. Tugas pemberian peringatan ini harus dilakukan dengan segera mungkin, jelas tidak bertele-tele atau

menimbulkan kebingungan serta bersifat resmi yang dikeluarkan oleh Lembaga yang berwenang agar tidak dinyatakan hoax (24).

Peran relawan menjadi lebih urgen dan sigap bergerak ketika bencana terjadi dan menimbulkan keserahan masyarakat. Di tahap ini masuk dalam kategori fase emergency yang mana relawan harus bergerak cepat, langsung merespon kejadian bencana atau disebut dengan relawan harus tanggap darurat. Para relawan harus mampu memberikan sesegera mungkin pencarian dan penyelamatan korban, harta benda, evakuasi, medis, dan membawa korban ketempat pengungsian. Selain penyelamatan relawan juga membrikan bantuan darurat guna pemenuhan kebutuhan dasar, seperti makanan, pakaian, tempat tinggal sementara, pemenuhan kebutuhan kesehatan, sanitasi, dan air bersih (21). Tidak berhenti sampai tahap bencana, seorang relawan juga masih memiliki peran penting setelah terjadinya bencana (19). Tahap ini relawan menjalankan peran untuk fase pemulihan, seorang relawan harus sepenuhnya memberi perhatian terhadap kondisi masyarakat hingga bangkit kembali (25).

Melihat proses serta peran relawan dalam kebencanaan maka sangat penting seorang relawan memiliki pengetahuan yang baik tentang penanggulangan kebencanaan. Dalam penelitian ini difokuskan pada pengetahuan pada psychological first aid. Hal ini sejalan dengan penelitian Alfandi yang menyatakan seorang relawan secara statistic harus memiliki pengetahuan dan sikap serta keterampilan relawan dalam melaksanakan triase metoda START karena ketiga hal tersebut sangat memiliki hubungan yang erat. Melihat hal ini maka dalam penelitiannya Alfandi memberikan saran kepada BPBD Bukittinggi untuk memberikan pelatihan mengenai tanggap darurat bencana khususnya dengan triase metoda START pada relawan agar dapat menangani dengan siap, sigap dan siaga (26).

Pada penelitian Kamrina juga menyebutkan beberapa indikator kesiapsiagaan dimasyarakat yang dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap dan pengalaman dengan kesiapsiagaan relawan dalam menghadapi bencana banjir (27). Dalam kebencanaan trauma merupakan salah satu dampak yang sering dialami para penyintas. Melihat hal ini maka sangat diperlukan upaya penanganan psikologi. Pertolongan pertama psikologis adalah teknik yang dirancang untuk mengurangi terjadinya gangguan stres pascatrauma, upaya ini disebut dengan psychological First Aid.

Psychological first aid merupakan teknik yang digunakan untuk memberikan dukungan psikologis awal setelah mengalami bencana. Penanganan psikologi awal ini ditujukan agar korban bencana yang mengalami distres lebih merasa tenang, menerima dan merasa mendapatkan teman penguatan guna mengatasi tantangan atau permasalahan mereka dengan lebih baik. Bekal penanganan dengan psychological first aid harus dimiliki relawan untuk mengelola situasi yang sedang dihadapi penyintas agar dapat membuat keputusan yang tepat berdasarkan informasi yang dimiliki. Dasar utama dari relawan yang menjalankan psychological first aid adalah kepedulian terhadap seseorang dalam kondisi distres dengan menunjukkan sikap empati.

Terdapat tiga teknik dalam psychological first aid yang dapat diterapkan yaitu melihat, mendengar dan merujuk pada fasilitas yang sesuai. Pada tahap melihat relawan memperhatikan reaksi emosi seseorang, lalu mendengarkan secara aktif keluhan yang mereka sampaikan dan, jika perlu, menyediakan bantuan praktis, seperti penyelesaian masalah, bantuan untuk mengakses kebutuhan dasar atau merujuk pada pilihan bantuan lebih lanjut seperti membawa ke klinik atau ahli lainnya. Tujuan akhir dari penanganan psychological first aid adalah kestabilisasi kecemasan dan emosi penyintas serta dalam psychological first aid juga mengedukasi agar penyintas melakukan perilaku pengelolaan diri yang sehat, memberikan rasa aman, menenangkan, dan menumbuhkan harapan hidup kedepannya setelah terjadi bencana (9).

Hasil dalam penelitian ini usia memungkinkan mempengaruhi pengetahuan karena semakin tua usia semakin banyak pengetahuan yang didapat dari pengalaman dan seringnya terpapar informasi. Semakin bertambah usia seseorang khususnya relawan bencana maka harapannya akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya dalam menyelesaikan masalah yang sedang menjadi tanggung jawabnya. Sehingga dengan relawan memiliki pengetahuan yang diperoleh semakin baik maka penanganannya psikologi awal juga dapat diberikan (9)(11). Faktor pendidikan juga mempengaruhi pengetahuan karena semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pula informasi yang diperoleh. Dengan pendidikan yang tinggi harapannya relawan sudah dering terpapar untuk mengkaji dan menganalisis suatu informasi atau materi (9). Begitu juga dengan pengalaman menjadi faktor yang mempengaruhi perilaku serta pengetahuan seseorang. Relawan dengan pengalaman yang banyak maka mereka telah terpapar dengan pengalaman menghadapi fenomena yang ada (12). Selanjutnya pelatihan PFA juga menjadi salah satu faktor karena dengan mengikuti pelatihan ini menambah wawasan bagi para relawan terkait dengan psychological first aid (12).

## KESIMPULAN

Hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan tentang psychological first aid pada relawan bencana menunjukkan hasil 59,3% memiliki pengetahuan cukup dan 40,7% memiliki pengetahuan baik. Saran bagi penelitian selanjutnya yaitu bisa melakukan penelitian lebih lanjut memberikan intervensi untuk meningkatkan pengetahuan. Disarankan juga untuk penelitian selanjutnya untuk meningkatkan jumlah responden agar lebih representatif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin menyampaikan apresiasi yang tinggi kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan untuk kelancaran dan kesesuaian pelaksanaan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. dataindonesia.id. dataindonesia.id. 2023. BNPB: Indonesia Alami 3.522 Bencana Alam pada 2022.
2. Isa M. Bencana Alam : Berdampak Positif Atau Negatif Terhadap Pertumbuhan Ekonomi? In: The 3rd University Research Colloquium 2016. publikasiilmiah.ums.ac.id; 2016. p. 147–56.
3. Makwana N. Disaster and its impact on mental health: A narrative review. *J Fam Med Prim care*. 2019 Oct;8(10):3090–5.
4. Rahman MN. Hubungan Antara Resiliensi Dengan Kesiapan Psikologis Dalam Menghadapi bencana. Universitas Airlangga; 2020.
5. Khamdani M. Psychological Impact of Early Childhood Development Due to Sexual Violence. *J Creat Student*. 2021;6(2):187–206.
6. Aryuni M. Post-Traumatic Stress Disorder Pada Penyintas Bencana Ganda. *Kinesik*. 2023;10(1):113–31.
7. Widayatun, Fatoni Z. Permasalahan Kesehatan Dalam Kondisi Bencana: Peran Petugas Kesehatan Dan Partisipasi Masyarakat. *J Kependud Indones*. 2013;8(1).
8. Yuwanto L, Hartanti, Tjiong YW, Eunike P, Widyakristi K V, Halim V. Intervensi Psikologi Bagi Penyintas Bencana. Pertama. Yuwanto L, editor. Cerdas Pustaka Publisher; 2018.
9. Cahyono W. Psychological First Aid “ Sebuah Kesiapsiagaan dari Kita untuk Kita.” Kedua. Pusat Krisis Fakultas Psikologi Universitas Indonesia; 2015.
10. Asih MK, Utami RR, Kurniawan Y. Psychological First Aid ( Pfa ) Untuk Pendamping Balai Pemasarakatan ( Bapas Kelas 1 ) Semarang. *J Temat*. 2021;3(1):35–41.
11. Anisah L, Suprihatma. Pelatihan Psychological First Aid ( PFA ): Milenial Tanggap Bencana Pada Anggota Palang Merah Remaja ( PMR ) di SMK Bhakti Kencana Kabupaten Kendal. *J Pengabd Kpd Masy Univ Selamat Sari*. xx(xx).
12. Edmawati MD, Susanto B, Maulana MA, Kumalasari R. Psychological First Aid Training Untuk Meningkatkan Mental Health Awareness Pada Remaja Di Era Pandemi Covid-19. *J Terap Abdimas*. 2023;8(1):1–11.
13. Danil M. MANAJEMEN BENCANA. In: Prosiding Mitigasi Bencana, Universitas Dharmawangsa. 2021. p. 7–14.
14. Undang- Undang RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2019 Tentang Penanggulangan Krisis Kesehatan Dengan Rahmat Tuhan Yang Maha Esa Menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2019.
15. Pabowo RGM, Eldon M. Kajian Pengetahuan Dalam Manajemen Bencana. *J Benefit*. 2018;5(1).
16. Bbc.com. bbc.com. 2021. Indonesia negara rawan bencana.
17. Direktorat Mitigasi. Pengenalan Karakteristik Bencana dan Upaya Mitigasinya di Indonesia. II. Direktorat Mitigasi; 2007.
18. Mappaware NA, Tanra AH, Wahid S, Rijal S, Muchsin AH, Makmun A, et al. Tim Relawan Association of Medical Doctor of Asian ( AMDA ) Indonesia dan Asian Medical Students Association ( AMSA ) UMI pada Banjir Bandang Masamba Sulawesi Selatan. *J Pengabd Kedokt Indones*. 2020;1(1):30–8.
19. Anam AK, Winarni S, Andriani SR. Peran relawan dalam penanggulangan bencana erupsi gunung kelud. *J Inf Kesehat Indones*. 2017;3(1):1–7.
20. Arsyad. Modul penanggulangan bencana pelatihan operasi dan pemeliharaan irigasi tingkat juru 2017. Bandung; 2017.
21. Muthmainnah, Djafar S, Suryani A, Indriani D, Mursyid I, Irmayanti. Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana. *Maspul J C Empower*. 2021;3(2):30–41.
22. Abdurasyid, Darmawan DF, Juferta FF, Arare K, Parangin-Angin M, Situmorang RA. Menjadi Relawan Kesehatan pada Bencana Gempa Bumi Cianjur. *E-DIMAS J Pengabd Kpd Masy*. 2023;14(1):188–94.

23. Pusat Pendidikan dan Pelatihan Sumber Daya Air dan Konstruks. Modul manajemen penanggulangan bencana pelatihan penanggulangan bencana banjir. 2017.
24. sekolahrelawan.org. sekolahrelawan.org. 2023. Peran Relawan dalam Tahap Penanggulangan Bencana.
25. Anam AK, Jupriono, Kasiati. Peran Relawan Dalam Penanggulangan Bencana Erupsi Gunung Kelud Di Kabupaten Blitar. *J Borneo Holist Heal*. 2018;1(2).
26. Alfandi M. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Relawan Bencana Dengan Keterampilan Melakukan Triase Metode Start Di Kota Bukittinggi Tahun 2019. *Stikes Perintis Padang*; 2019.
27. Putri ZS, Mushoddik. Tingkat kesiapsiagaan masyarakat menghadapi bencana banjir. *J Penelit Pendidik Geogr*. 2022;7(4):122–6.