

Introduction of Psychological First Aid to Teachers

Siti Nurina Hakim¹, Muhamad Machbub Aozai², Nafisa Karunia S³.

^{1,3}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

²Program Studi Magister Psikologi Profesi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

✉ Email: ¹snh147@ums.ac.id, ²ayya_inna@yahoo.co.id, ³f100170091@student.ums.ac.id

Abstract

Crises such as the global COVID-19 pandemic have triggered a variety of personal and social reactions that adversely affect physical and emotional well-being. This document outlines the impact of COVID-19 on students and on the psychological and psychological well-being of students. Students who, after undergoing online learning, must switch to offline learning, so it is important to strengthen school support for this population once online learning returns offline. In a broader sense, the World Health Organization recommends "psychological emergencies" as a useful way to help people during times of crisis. Schools can immediately make an effort for prevention by providing psychological first aid (PFA) to them, but in reality there are still many teachers around students who do not understand and are responsive to the existence of students who have problems, so they are unable to help them with quick. The purpose of this community service is to introduce teachers to PFA which can be used to identify and help students with problems in a simple way. The method is carried out by giving workshops to teachers at schools, as well as making flyers to be pasted in strategic places for teachers and students to read, if there are students who have problems or complain, they can contact what number. Participants who follow there are 24 teachers. The majority of teachers, 20 people (80%) already understand and master the material well, the remaining 4 people (20%) still need further study. There is an awareness of the teacher to help by observing, recognizing, listening, and providing assistance to students in dealing with their problems as best as the teacher can and conveying information that makes students relieved and calm. This briefing about PFA is important in schools for teachers and students. There was a significant change in teachers with this activity, they understood the importance of PFA in their schools. The results of the evaluation and follow-up in future community service need to pay attention to these conditions.

Keywords: *psychology first aid, teachers, students with psychological problems*

Pengenalan Psychological First Aid Kepada Guru

Abstrak

Krisis seperti pandemi global COVID-19 telah memicu berbagai reaksi pribadi dan sosial yang berdampak buruk pada kesejahteraan fisik dan emosional. Dokumen ini menguraikan dampak terhadap COVID-19 pada siswa dan terhadap kesejahteraan psikologis dan psikologis siswa. Siswa yang setelah menjalani pembelajaran daring, harus beralih ke pembelajaran luring, sehingga penting untuk memperkuat dukungan sekolah untuk populasi ini setelah pembelajaran daring kembali luring. Dalam arti yang lebih luas, direkomendasikan pertolongan pertama psikologis/psychological first aid (PFA) sebagai cara yang berguna untuk membantu banyak orang selama masa krisis. Sekolah dapat sesegera mungkin melakukan usaha preventif dengan memberikan PFA pada mereka, kenyataannya masih banyak guru di sekitar siswa yang kurang memahami dan tanggap atas keberadaan siswa yang memiliki masalah, sehingga tidak mampu membantunya dengan segera. Tujuan pengabdian masyarakat ini mengenalkan kepada guru tentang PFA yang dapat dipakainya untuk mengenali dan membantu secara sederhana pada siswa yang bermasalah. Metode yang dilakukan dengan memberikan workshop pada guru di sekolah, serta membuat flyer untuk ditempelkan di tempat strategis untuk dibaca guru maupun siswa, kalau ada siswa yang bermasalah atau berkeluh kesah dapat menghubungi di nomor berapa. Peserta yang mengikuti 24

guru. Mayoritas guru, 20 orang (80%) sudah paham dan menguasai materi dengan baik, 4 orang (20%) masih perlu pendalaman. Ada kesadaran guru untuk membantu dengan mengamati, mengenali, mendengar, dan memberi bantuan pada siswa menghadapi masalahnya semampu guru serta menyampaikan informasi yang menjadikan siswa lega dan tenang. Pembekalan tentang PFA ini penting dilakukan di sekolah pada guru maupun siswa. Terjadi perubahan signifikan pada guru dengan diberikannya kegiatan ini, mereka paham arti pentingnya PFA di sekolahnya. Hasil evaluasi maupun follow up pada pengabdian masyarakat mendatang perlu memperhatikan kondisi tersebut dan menyoal ke sekolah-sekolah lainnya.

Kata kunci: psychology first aid, guru, siswa bermasalah psikologis

1. Pendahuluan

Siswa yang bermasalah pasti akan terganggu kehidupannya normalnya dan sebenarnya patut untuk segera mendapatkan pertolongan pertama untuk membantunya. Masalah yang dialami siswa beresiko pada kondisi psikologis yang tidak seimbang / disequilibrium; merasa sendiri dan tidak ada teman (*lonely*) [1,2]. Kondisi psikologis yang tidak seimbang / disequilibrium bisa dirasakan pada bentuk terganggunya fungsi psikologis seseorang berupa fungsi pikiran, perasaan, serta sikap. Sejumlah kejadian yang biasanya hadir yakni terkejut, menyesal, menyalahkan diri, berduka, cemas, kehilangan orientasi, selalu teringat-ingat pada kajian yang dialami walaupun tidak ingin mengingatkannya, serta mimpi buruk. Disamping itu, ditemukan pula kejadian melingkupi menutup diri, menarik diri dari hubungan sosial, menghindari kejadian yang dialami, merasa dijauhi teman-temannya serta merasakan tak berdaya. Perihal yang harus diingat bahwasanya seluruh perihal yakni reaksi yang sewajarnya untuk menghadapi suatu masalah [2,3].

PFA adalah seperangkat alat yang dirancang untuk membantu responden mengatasi reaksi terkait stres di antara para penyintas segera setelah bencana atau peristiwa traumatis. Membantu korban merasa aman, mengurangi gejala yang berhubungan dengan stres, dan mengembangkan strategi koping yang positif memungkinkan responden untuk memenuhi kebutuhan dasar dengan lebih baik dan memastikan hubungan mereka dengan sumber daya penting dan dukungan sosial. Ini adalah langkah-langkah penting dalam memulai proses pemulihan [4]. PFA adalah pendekatan yang diterapkan di seluruh dunia untuk membantu orang-orang yang terkena dampak keadaan darurat, bencana, atau peristiwa buruk lainnya. Evaluasi terkontrol dari efek pelatihan PFA kurang. Pertolongan pertama psikologis (PFA) adalah pendekatan untuk membantu orang-orang segera setelah bencana dan krisis kemanusiaan untuk mengurangi tekanan awal dan untuk mendorong fungsi adaptif jangka pendek dan jangka panjang. PFA sebagian besar dimaksudkan untuk digunakan oleh para penolong yang berhubungan dengan orang-orang yang baru-baru ini terkena dampak peristiwa yang menyusahkan. Mereka mungkin termasuk staf atau sukarelawan seperti petugas kesehatan yang tidak berspesialisasi dalam kesehatan mental dan dukungan psikososial, petugas kesehatan masyarakat, dan guru [5]. Mengatasi kebutuhan mendesak juga penting karena stres berkepanjangan selama menjalani proses pembelajaran dapat menyebabkan masalah kesehatan mental jangka panjang seperti gangguan stres pascatrauma, depresi, dan penggunaan zat. Intervensi dini setelah kondisi yang kurang menguntungkan penting untuk mencegah gejala sisa jangka panjang ini. Meskipun kelihatannya seperti itu seperti kurang bermakna, sehingga guru-guru akan mengabaikan apapun ketika seorang siswa-siswa berada dalam situasi seperti itu. Jika

situasi yang merupakan reaksi peringatan tidak ditangani dengan benar dan segera diperbaiki, hal itu dapat meningkat dan menjadi berbahaya. Penanganan yang dimulai saat kejadian untuk mengurangi dampak negatif dari masalah dan memperkuat proses penyelesaiannya menjadi hal yang penting [5]. Karena sedikitnya jumlah profesional di bidang psikologi, tidak semua masalah dapat diselesaikan secara optimal. Maka, perlu dilaksanakan mobilisasi para guru dan masyarakat umum supaya mereka bisa menyelenggarakan tugas-tugas tersebut di atas [6]. Dalam konteks ini, *Psychological First Aid* (PFA) ataupun Bantuan Psikologis Awal, menjadi lini pertama intervensi, mempunyai teknik guna mengenalkan serta mensosialisasikannya pada guru sekolah.

Beberapa hal yang harus diperhatikan dalam *psychological first aid* adalah : Pertama, Memperhatikan kebutuhan dan apa yang sedang dipikirkan korban. Kedua, Menjadi pendengar yang baik, namun tidak memaksa korban untuk bercerita. Terlebih lagi memintanya untuk mengingat kembali dan menganalisis peristiwa traumatis yang sudah terjadi secara detail. Ketiga, Menenangkan, menghibur serta membuat korban merasa aman dan nyaman. Keempat, Membantu korban untuk terhubung dengan informasi, layanan dan dukungan sosial di luar. Kelima, Tidak semua orang yang mengalami peristiwa kritis membutuhkan *psychological first aid*. Keenam, Tidak terbatas pada profesi tertentu untuk memberikan *psychological first aid*. Ketujuh, Bukan berarti memberi konseling, penyembuhan, pelabelan atau diagnosa terhadap peristiwa yang terjadi. Adapun tujuan PFA adalah, mengurangi dampak negatif dari permasalahan psikologis dan sosial, menguatkan fungsi adaptif jangka pendek & jangka panjang anak dan remaja dan akselerasi proses pemulihan kesejahteraan psikologis [7,8]

Menurut World Health Organization (WHO) mengembangkan 3 (tiga) dasar atau langkah inti dalam penanganan psikis seseorang terkait dengan stres karena bencana salah satunya pada bencana corona virus ini, yaitu *look* (lihat), *listen* (dengar), dan *link* (terhubung). *Look* menjelaskan pentingnya untuk melihat, mengamati dan memastikan situasi darurat yang dimasuki sudah aman. *Listen* menjelaskan pentingnya untuk mendengarkan dan memahami apa yang dibutuhkan oleh korban. *Link* menjelaskan pentingnya penyediaan informasi agar korban terhubung dengan informasi atau bantuan praktis yang dibutuhkan. Berikut penjabaran dari tiga langkah inti di atas [7,8]

Pertama, Mengenali dan Memberikan Perhatian; Tujuan dari langkah ini adalah untuk mengenali dan memenuhi kebutuhan peserta didik yang sedang menghadapi masalah agar merasa aman, nyaman dan tenang. Di antara kegiatan yang dilakukan pada tahap ini meliputi. Mengenali anak yang membutuhkan bantuan, Memenuhi kebutuhan dasar, Menanyakan kondisi yang diduga mengalami kesulitan, Mencari tempat yang aman dan nyaman untuk mendengar masalah yang dihadapi anak, Mendengarkan, Pada tahap ini dapat dilakukan proses pendekatan yang lebih mendalam pada peserta didik yang membutuhkan bantuan, misal menyediakan waktu untuk mendengarkan masalah yang dialaminya [7,8].

Beberapa hal yang dapat dilakukan antara lain: Mendengar dengan penuh perhatian, Tidak memberikan tanggapan pribadi yang menyakiti dan lainnya. Kedua, Menghubungkan; Pada tahap ini, tugas orang tua atau guru maupun anggota keluarga yang memberikan DPA adalah memberikan bantuan kepada peserta didik agar dapat

berpartisipasi aktif untuk menyelesaikan masalah dengan merencanakan tindakan yang diperlukan. Adapun aktivitas yang dilakukan melalui, Menjembatani pada pihak terkait, Psikologis, medis, hukum, dan rehabilitasi, Mendorong pendampingan orang sekitar [9,10].

Pelatihan atau orientasi PFA berlangsung selama periode antara satu setengah atau, lebih umum, sehari penuh, dan mencakup penjelasan tentang konsep dasar dan prinsip-prinsip PFA, termasuk bagaimana mendekati situasi dengan aman, bagaimana mendukung orang yang sangat tertekan, dan bagaimana agar tidak menimbulkan kerugian lebih lanjut. Ini menggunakan pembelajaran partisipatif termasuk bermain peran [11]. Pelatihan PFA dianggap dapat meningkatkan pengetahuan dan kompetensi yang berkaitan dengan beberapa domain, termasuk membangun kontak awal, membantu secara bertanggung jawab, persiapan untuk membantu, mengamati situasi, mendengarkan, rujukan, dan perawatan diri.[5,12].

2. Metode

Berdasarkan identifikasi permasalahan yang dihadapi, kami beserta mitra telah mendiskusikan langkah untuk menyelesaikan permasalahan psikologis yang terjadi di lingkungan sekolah SMA Muhammadiyah Program Khusus Karatasura dengan mengenalkan dan membekali guru-guru tentang PFA. Adapun solusi pengenalan dan pembevelan bagi guru-guru tentang PFA ini akan dilakukan melalui program kegiatan yang kami rancang.

Dalam wawancara dengan pemangku jabatan di sekolah, semua guru belum mengenal apa itu PFA. Metode yang dipergunakan adalah dengan pengadaan workshop PFA pada seluruh guru, yang dilakukan selama satu hari penuh. Diakhir workshop dilakukan evaluasi untuk mengetahui tingkat pemahaman guru atas PFA. Hasil evaluasi dianalisis secara sederhana untuk pengelompokan tingkat capaian guru atas materi yang telah disampaikan.

Tabel 1. Rancangan Workshop Pengenalan *Psychological First Aid* Kepada Guru

No	Metode	Sasaran	Deskripsi Kegiatan	Tujuan
----	--------	---------	--------------------	--------

1	Melaksanakan diskusi bersama kepala sekolah dan guru BK dengan kepala sekolah dan guruBK	Guru-guru di lingkungan SMA Muhammadiyah Program Khusus Karatasura	Guru-guru di lingkungan SMA Muhammadiyah Program Khusus Karatasura	Mendapatkan format workshop yang disepakati oleh Kep Sekdan guru BK
2	Workshop untuk guru-guru	Guru-guru di lingkungan SMA Muhammadiyah Program Khusus Karatasura	<p>Pengenalan tentang apa dan bagaimana PFA,</p> <p>Psikoedukasi tentang gejala-gejala yang tampak bila siswa-siswa mengalami masalah psikologis</p> <p>Mengenalkan dan mengajarkan beberapa prinsip dalam pemberian pertolongan psikologis pertama</p> <p>Mengajarkan dan mempraktekkan tiga aspek dasar yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan pemberian pertolongan psikologis pertama</p>	<p>Guru-guru mengenal dan memiliki ketrampilan melakukan PFA</p> <p>Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepadaguru-guru gejala-gejala yang tampak bila siswa-siswa mengalami masalah psikologis</p> <p>Memberikan informasi dan pemahaman kepadaguru-guru tentang prinsip dalam pemberian pertolongan psikologis pertama</p> <p>Guru-guru mampu melakukan tentangdasar yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan pemberian pertolongan psikologis pertama</p>
3	Pelatihan pembuatan flyer PFA	Guru-guru di lingkungan SMA Muhammadiyah Program Khusus Karatasura	Mengajarkan pembuatan flyer yang komunikatif dan sederhana sebagai cara pengenalan PFA pada seluruh warga di sekolah	Guru-guru mampu membuat flyer sederhana dan komunikatif tentang PFA untuk ditempel di beberapa tempat strategis di lingkungan sekolah

3. Hasil dan Pembahasan

Bersumberkan hasil analisis kuantitatif sederhana terhadap sejumlah peserta yang mengikuti aktivitas ini, bisa disimpulkan bahwasanya aktivitas ini meraih target yang ditentukan di awal. Para guru yang melaksanakan aktivitas ini timbul semangat serta berperan serta di tiap sesi pengutaraan materi hingga akhir. Para peserta berpartisipasi dalam tanya jawab ataupun menjawab yang berhubungan pada pengalaman serta pengetahuan mereka mengenai PFA. Gambaran yang didapati dari aktivitas ini yakni :

- a. Peserta yang melaksanakan aktivitas terdapat 24 orang.
- b. Hasil yang dicapai dijelaskan di bawah ini :
 - 1) Mayoritas guru, 20 orang (80%) sudah paham dan menguasai materi dengan baik,
 - 2) Masih ada 4 orang sisanya (20%) yang perlu mendalami lagi.
 - 3) Dari 20 orang tersebut yang termasuk kategori sangat terampil ada 10 orang (37.5%), Terampil 6 orang (37.5%), cukup terampil 4 orang (25%)

Tabel 2. Kategori Capaian

No	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	Menguasai Materi dengan Baik :	20	80
	a. Sangat terampil	10	50
	b. Terampil	6	30
	c. Cukup terampil	4	20
2	Perlu Mendalami Lagi	4	20

Pendekatan PFA perlu melibatkan pihak-pihak yang memiliki keterkaitan langsung dengan siswa, baik secara kedekatan emosional maupun profesionalitas [10]. Guru adalah unsur utama yang menjadi bagian penting dalam kegiatan PFA di sekolah, sebab guru memiliki kedekatan dengan siswa. Kontribusi yang diberikan oleh guru dalam kegiatan PFA adalah memberikan dukungan psikologis secara langsung kepada siswa yang mengalami permasalahan psikologis yang mengarah ke kondisi cemas, stress maupun murung saat di sekolah [12,13].

Selain itu, di lingkungan sekolah, guru bertugas sebagai informan bagi orang tua terkait perkembangan psikologis siswa/anak. Guru juga harus mampu memberi rasa aman dan memiliki peran strategis dalam pemberian dukungan psikologis pada anak [14,15]. Kontribusi yang diberikan oleh guru dalam kegiatan PFA adalah : 1) sebagai partner yang dapat bersinergi dalam memberikan dukungan psikologis secara langsung kepada siswa yang mengalami permasalahan stress, cemas, depresi saat pembelajaran. 2) selain itu, guru bertugas sebagai informan bagi orang tua terkait perkembangan psikologis siswa/anak, dan sebaliknya. 3) Guru memiliki peran seperti anggota keluarga bahkan orang tua, karena memiliki kedekatan dan pemahaman terkait permasalahan siswa. Kontribusi yang diberikan oleh guru dalam kegiatan PFA adalah sebagai partner yang dapat bersinergi dalam memberikan dukungan psikologis secara langsung kepada siswa yang mengalami permasalahan stres pada pembelajaran serta sebagai pendamping orang tua dalam pemberian PFA [9,15]. Selain itu, guru melakukan kegiatan asesmen permasalahan siswa. 4) Guru dapat berperan sebagai konselor yang memiliki pemahaman mendalam tentang siswa. Kontribusinya adalah sebagai pembimbing bagi siswa dan guru dalam penerapan kegiatan PFA, selain itu juga dapat memberikan rujukan ke ahlinya bila dirasa perlu [15,16].

Dari hasil tersebut kegiatan “Pengenalan Psychological First Aid Kepada Guru” menjadi penting untuk dilakukan [9,6,17], dan akan dapat dilanjutkan kegiatan serupa dengan sasaran siswa-siswanya, sehingga semua yang ada di lingkungan sekolah paham dan terampil dalam melakukan PFA.

Adapun contoh flyer yang telah dibuat :





Gambar 1. Contoh Flyer Hasil Workshop

4. Kesimpulan

Gagasan PFA dalam mengatasi stres sekolah diyakini dapat memberikan kontribusi positif bagi anak dalam penguatan psikologis oleh guru dan orang-orang terdekat terkait permasalahan yang dihadapi. Selain itu, sinergisitas, guru, siswa, keluarga dan tim ahli serta pihak lainnya dapat memberikan kontribusi positif dalam tujuan capaian pembelajaran nasional. Cara merealisasikan kegiatan PFA meliputi, Penyusunan konsep PFA untuk mengatasi stres sekolah online oleh guru-guru, selanjutnya, gagasan diajukan ke dinas pendidikan dan kebudayaan untuk diketahui serta memberikan legalitas; Sosialisasi gagasan PFA ke sekolah di jenjang pendidikan yang setara sangat perlu dilakukan sebagai tindak lanjut kegiatan ini.

Kesimpulannya, pelatihan PFA meningkatkan perolehan dan retensi pengetahuan dan pemahaman tentang respons dan keterampilan psikososial yang tepat dalam memberikan dukungan kepada individu yang terpapar kesulitan oleh para guru. Data kami mendukung penggunaan pelatihan PFA untuk memperkuat kapasitas dukungan psikososial dalam konteks gangguan psikologis siswa. Studi masa depan harus memeriksa efek PFA pada hasil psikososial bagi orang-orang yang terkena dampak krisis.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih disampaikan kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta dan Fakultas Psikologi yang telah membiayai kegiatan ini. Terima kasih juga disampaikan kepada segenap guru diri SMP Muhammadiyah PK Kartasura yang telah memfasilitasi kegiatan ini.

Referensi

- [1] Kartika, C. Aprilia, A.G.Alfianto, and M.A. Kurniyanti. "Pertolongan pertama kesehatan jiwa pada siswa dengan masalah psikososial yang berisiko bunuh diri." *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* 3.2 (2020): 161-72.
- [2] N. Hidayah, dan Ismiradewi, (2020). *Modul Pelatihan Untuk Guru: Identifikasi Dan Penanganan Masalah Siswa. Children and Family Education Center (ChiFEC)* Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan.

- [3] G.S. Everly Jr., S.B. Phillips, D. Kane, dan D. Feldman, (2006). Introduction to and Overview of Group Psychological First Aid. *Brief Treatment and Crisis Intervention* / 6:2 May.
- [4] G.S. Birkhead, (2018). Sustainability of Psychological First Aid Training for the Disaster Response Workforce. *AJPH PERSPECTIVES Supplement* 5, Vol 108, No. S5. <https://dx.doi.org/10.2105/AJPH.2018.304643>
- [5] M. Sijbrandij, R. Horn, R. Esliker, F. O'May, R. Reiffers, L. Ruttenberg, K. Stam, J. de Jong, and A. Ager (2020). The effect of psychological first aid training on knowledge and understanding about psychosocial support principles: a cluster-randomized controlled trial. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 17(2), 484.
- [6] W. Cahyono, (2015). *Psychological First Aid "Sebuah Kesiapsiagaan dari Kita untuk Kita"*. Jakarta : Pusat Krisis Fakultas Psikologi Universitas Indonesia
- [7] E. Minihan, B. Gavin, B.D. Kelly, dan F. McNicholas, (2020). COVID-19, Mental Health And Psychological First Aid. *Irish Journal of Psychological Medicine*, 37, 259–263. <https://dx.doi.org/10.1017/ipm.2020.41>
- [8] M. Schreiber, R. Gurwitch, & M. Wong, (2006). *Listen, Protect, Connect--Model & Teach: Psychological First Aid (PFA) for Students and Teachers*. US Department of Homeland Security.
- [9] L. Wang, I. Norman, T. Xiao, Y. Li, and M. Leamy, (2021). Psychological First Aid Training: A Scoping Review of Its Application, Outcomes and Implementation. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 4594. <https://doi.org/10.3390/ijerph18094594>
- [10] M. Brymer, A. Jacobs, C. Layne, R. Pynoos, J. Ruzek, A. Steinberg, E. Vernberg, P. Watson (2006). *Psychological First Aid: Field Operation Guide 2nd Edition*. National Centre Child Traumatic Stress Network (NCTSN) and National Center for PTSD.
- [11] T. Laluyan, N. Sumampouw, M. Z. Reza, M. Estrely, dan W. Cahyono, (2007). *Pemulihan Trauma: Panduan Praktis Pemulihan Trauma Akibat Bencana Alam*. LPSP3: Fakultas Psikologi UI. Jakarta.
- [12] J.M. Shultz, and D. Forbes, (2014). Psychological First Aid :Rapid proliferation and the search for evidence. *Disaster Health* 2:1, 3–12. <http://dx.doi.org/10.4161/dish.26006>
- [13] M.R. McCart, J.E. K. Chapman, Zajac, A.A. Rheingold, (2020). Manuscript version of Community- Based Randomized Controlled Trial of Psychological First Aid With Crime Victims. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. DOI: <https://dx.doi.org/10.1037/ccp0000588>.
- [14] F. E. Sitorus, R. Girsang, Z. Zuliawati, & W. Nasution, (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Audio Visual Terhadap Pengetahuan Pertolongan Pertama Pada Siswa Yang Mengalami Sinkop. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 2(2), 147-152.
- [15] J. Corey, F. Vallières, T. Frawley, A.D. Brún, S. Davidson, and G. Brynne, (2021). A Rapid Realist Review of Group Psychological First Aid for Humanitarian Workers and Volunteers. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 18, 1452. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041452>
- [16] J.I. Bisson, and C. Lewis, (2014). *Systematic Review of Psychological First Aid*. : <https://www.researchgate.net/publication/265069490>
- [17] Margaretha dan D.K. Sari, (2020). *Pertolongan Psikologis Pertama: Panduan bagi Relawan Bencana*. Surabaya. Airlangga University Press.