

## **Pembentukan Komunitas Dan Pendampingan Kesiapsiagaan Bencana Melalui Penerapan Modul *Psychological First Aid* Di Gampong Blang Pulo, Aceh**

### ***Community Formation and Disaster Preparedness Assistance Through the Implementation of The Psychological First Aid Module in Blang Pulo Village, Aceh***

Nursan Junita<sup>(1\*)</sup>, Rahmia Dewi<sup>(2)</sup>, Ella Suzanna<sup>(3)</sup>, Riza Musni<sup>(4)</sup>,  
Riduan Saleh Pasaribu<sup>(5)</sup>, Izzatush Shafa Aina<sup>(6)</sup>, Melisa<sup>(7)</sup> & Putriani<sup>(8)</sup>  
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh, Indonesia

Disubmit: 21 September 2024; Direview: 16 Oktober 2024; Diaccept: 24 November 2024; Dipublish: 13 Desember 2024

\*Corresponding author: nursan@unimal.ac.id

#### **Abstrak**

Aceh merupakan area yang rawan bencana karena kondisi geologi dan geografi Aceh yang berada di jalur *ring of fire*, namun masyarakat sering tidak siap menghadapi situasi bencana. Berdasarkan hal tersebut penting mempersiapkan masyarakat untuk mampu menghadapi berbagai situasi ketika terjadi bencana. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat Gampong Blang Pulo dalam menghadapi bencana melalui Pemberian pelatihan Ketrampilan *Psychological First Aid (PFA)* dan pembentukan komunitas siaga bencana. Kegiatan ini dilaksanakan selama dua hari, melibatkan perangkat desa, kader posyandu, guru pengajian, tokoh pemuda, dan satgas. Metode yang digunakan adalah workshop dan pelatihan dengan ceramah, role play dan simulasi berbasis scenario bencana gempa bumi, bencana banjir dan bencana sosial. Hasil kegiatan menunjukkan; (a) peserta mampu menerapkan prinsip PFA dan memahami tindakan yang harus dilakukan ketika terjadi bencana. (b) Terjadinya peningkatan pengetahuan rata-rata *pretest* (9,3) menjadi *posttest* (11,3) (c) Pembentukan komunitas siaga bencana yang menghasilkan *action plan*, yaitu menjadi Gampong siaga bencana. Komunitas ini diharapkan dapat memperkuat ketahanan Gampong Blang Pulo dalam menghadapi berbagai bencana di masa depan, serta meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya kesiapsiagaan bencana.

**Kata Kunci:** Aceh; Kesiapsiagaan Bencana; Komunitas; PFA; Pendampingan.

#### **Abstrack**

*Aceh is a disaster-prone area due to its geological and geographical location on the Ring of Fire, yet communities are often unprepared for disaster situations. Based on this, it is important to prepare the community to be able to deal with various situations when a disaster occurs. This service aims to improve the preparedness of the Gampong Blang Pulo community in facing disasters through the provision of Psychological First Aid (PFA) skills training and the formation of disaster preparedness communities. This activity was carried out for two days, involving village officials, posyandu cadres, recitation teachers, youth leaders, and task force. The methods used were workshops and training with lectures, role plays and simulations based on earthquake, flood and social disaster scenarios. The results of the activity showed; (a) participants were able to apply the principles of PFA and understand the actions that must be taken when a disaster occurs. (b) There was an increase in the average pretest (9.307) to posttest (11.309) (c) The formation of a disaster preparedness community that produced an action plan, namely becoming a disaster prepared Gampong. This community is expected to strengthen the resilience of Gampong Blang Pulo in the face of various disasters in the future, and increase public awareness of the importance of disaster preparedness.*

**Keyword:** Aceh; Disaster Preparedness; Community; PFA; Mentoring.

#### **Rekomendasi mensitasi :**

Junita, N., Dewi, R., Suzanna, E., Musni, R., Pasaribu, R. S., Aina, I. S., Melisa. & Putriani. (2024), Pembentukan Komunitas Dan Pendampingan Kesiapsiagaan Bencana Melalui Penerapan Modul *Psychological First Aid* Di Gampong Blang Pulo, Aceh. Gotong Royong : Jurnal Pengabdian, Pembinaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat, 4 (2): 7-12.

## PENDAHULUAN

Bencana menurut UU Nomor 24 Tahun 2007 adalah “peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat yang disebabkan, baik oleh faktor alam dan/atau faktor non-alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis” (Rohmi, 2016). Bencana gempa bumi dan tsunami yang terjadi tanggal 26 Desember 2004 di Aceh menyebabkan kerusakan berbagai fasilitas, kehilangan harta benda serta banyaknya korban jiwa yaitu sebanyak 165.708 jiwa meninggal, 37.063 jiwa hilang, sekitar 100.000 jiwa menderita luka berat dan ringan.

Salah satu faktor utama penyebab timbulnya banyak korban akibat bencana seperti gempa bumi adalah karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang bencana dan kesiapan mereka dalam mengantisipasi bencana tersebut oleh karena itu, mempersiapkan pengetahuan tentang kebencanaan sejak dini kepada masyarakat yang rentan bencana serta adalah sangat penting untuk menghindari atau memperkecil risiko menjadi korban (Lubis & Amiati, 2024). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, pasal 26 mengamatkan bahwa setiap orang berhak untuk mendapatkan pendidikan, pelatihan dan keterampilan dalam penyelenggaraan penanggulangan bencana. Pendidikan kewaspadaan bencana ini dapat dilakukan oleh pihak sekolah, pemerintah, maupun pihak swasta (Syamila dkk., 2023).

Salah satu upaya dalam meningkatkan kesiapsiagaan dalam menghadapi bencana adalah dengan memberikan

<https://jp3km.jurnalp3k.com/index.php/j-p3km>

pendidikan atau ilmu pengetahuan tentang kesadaran tanggap bencana. kegiatan pembelajaran dapat dikombinasikan dengan penggunaan strategi yang bisa dilakukan agar materi bahan ajar yang disampaikan lebih terkonsep dan mencapai tujuan. Pelatihan siaga bencana perlu dikembangkan untuk membangun budaya keselamatan dan ketahanan khususnya untuk generasi muda. Belajar dari pengalaman tentang banyaknya kejadian bencana alam dan berbagai bahaya yang terjadi di Indonesia, maka pelatihan tersebut sangat diperlukan yang mencakup tentang cara yang tepat untuk menyelamatkan diri saat bencana terjadi dan juga cara menghindari kecelakaan yang seharusnya tidak perlu terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Bruner dan Lewis (2006) menyatakan bahwa kesiapan psikologis menghadapi bencana dapat diberikan secara multilevel. Dengan demikian, masyarakat dan komunitas di daerah mempunyai kemampuan dan kepedulian terhadap diri sendiri dalam menghadapi bencana maupun dalam membantu orang lain.

Bencana alam atau bencana yang disebabkan oleh aktivitas manusia dapat terjadi tanpa peringatan dan memiliki dampak yang serius terhadap kehidupan dan lingkungan. Menghadapi bencana dengan persiapan yang matang dan respons yang tepat adalah kunci untuk mengurangi kerugian dan melindungi nyawa. Bencana alam merupakan ancaman serius bagi kehidupan manusia dan lingkungan di seluruh dunia. Kejadian seperti gempa bumi, banjir, badai, letusan gunung berapi, dan tsunami dapat menyebabkan kerusakan fisik yang luas, kerugian ekonomi, dan bahkan hilangnya nyawa. Hal ini sejalan dengan pengertian dari (Suryanti, dkk.2022) bencana adalah

suatu kondisi kerusakan alam yang disebabkan oleh faktor alam, non alam atau keduanya, sehingga menyebabkan kerugian pada masyarakat. Pada kajian resiko bencana Aceh 2016-2020 yang dilakukan oleh badan penanggulangan bencana Aceh (BPBD) didapatkan hasil potensi bencana alam untuk Aceh Utara sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar potensi bencana alam untuk Aceh Utara

| Potensi Bencana            | Bahaya    |        |
|----------------------------|-----------|--------|
|                            | Luas (Ha) | Kelas  |
| Banjir                     | 152,506   | Tinggi |
| Banjir bandang             | 11,675    | Tinggi |
| Gelombang ekstrem abrasi   | 1,307     | Sedang |
| Gempa bumi                 | 273.178   | Sedang |
| Tsunami                    | 417       | Rendah |
| Kebakaran lahan dan hutan  | 106,568   | Tinggi |
| Kekeringan                 | 273.175   | Sedang |
| Epidemi dan wabah penyakit | 8         | Sedang |
| Cuaca ekstrem              | 220.992   | Tinggi |
| Tanah longsor              | 43.429    | Tinggi |

Pada kajian resiko bencana tersebut juga disampaikan bahwa, Kajian Risiko Bencana (KRB) merupakan sebuah acuan awal untuk membangun dasar yang kuat dalam penyelenggaraan Rencana Penanggulangan Bencana (RPB) di Provinsi Aceh. Sebagai modal awal untuk memperjelas langkah teknis apa yang harus dilakukan untuk Upaya penanganan bencana di provinsi Aceh, dimana panduan untuk penanggulangan bencana harus sesuai dengan kondisi daerah dan kemampuan pemerintahnya (Badan Penanggulangan Bencana Aceh, 2015).

Pembekalan kemampuan pemberian intervensi psikososial dan keterampilan PFA merupakan langkah preventif dan karena ini bersifat pelatihan dalam meningkatkan keterampilan, maka kedepannya diharapkan akan menimbulkan efek bola salju. Hal yang paling mendukung dalam pembekalan PFA ini yaitu tidak harus dilakukan oleh professional (Asih dkk., 2018), sehingga PFA dapat dilakukan

oleh kader yang ada di Gampong Blang Pulo. Setiap kader yang dilatih untuk memberikan dukungan psikososial dan PFA akan melatih kembali kader baru sehingga harapannya penyebarannya pengetahuan dan kemampuan untuk memberikan dukungan psikososial dan PFA dimasyarakat semakin meningkat.

Pelatihan PFA dapat digunakan untuk pengurangan risiko bencana. Pembentukan Komunitas dan Pelatihan ini dapat dijadikan media pembelajaran bagi kader yang ada didesa akan kesiapsiagaan terhadap bencana. Sehingga masyarakat lebih siap dan waspada dalam menghadapi potensi bencana yang ada. Masyarakat yang telah memahami bahkan telah sadar terhadap potensi bencana yang ada didaerahnya serta mampu untuk memitigasi bencana tersebut, maka akan mengurangi risiko bencana yang akan terjadi. Pada kebencanaan dikenal konsep *Psychological First Aid (PFA)*.

Prinsip dalam PFA menurut WHO (2011) adalah penyediaan dukungan dan perawatan praktis, pengenalan dan pemenuhan kebutuhan dasar, kesediaan untuk mendengarkan korban tanpa memaksanya berbicara, membantu mencari informasi, dan melindungi dari hal yang berbahaya. Oleh karena itu tujuan utama dari PFA adalah memberikan pertolongan pertama pada saat terjadi bencana, sehingga dapat meminimalisirkan berbagai dampak psikologis akibat bencana tersebut. Mengingat tenaga profesional seperti konselor, psikolog, atau tenaga klinisi lainnya seperti dokter tidak selalu mampu menangani efek bencana, maka masyarakat di tempatlah yang wajib untuk mengenal dan trampil dalam melakukan PFA. Masyarakat harus mampu dalam melakukan PFA kepada orang-orang sekitar yang memerlukan dukungan.

Sehingga penting bagi masyarakat untuk paham bagaimana cara menolong kondisi psikologis korban bencana atau penyintas sekaligus menolong diri sendiri. Hal ini sejalan dengan penelitian Nusantara dkk (2023) dalam meningkatkan kapasitas tangguh bencana melalui PFA pada Masyarakat di kelurahan Sendangmulyo, Kota Semarang kepada 24 Kepala Keluarga, sementara pada Pengabdian Masyarakat yang ingin dilakukan yaitu kepada kader Gampong Blang Pulo, yaitu Anggota Posyandu, Satgas Gampong, Ibu-Ibu Pengajian, dan Remaja Masjid, karena bisa membagikan secara luas ilmu yang telah didapatkan sehingga nantinya yang mengikuti pengabdian nantinya bisa berbagi ilmu dan pengalaman kepada pemuda/pemudi lainnya (Fitri dkk., 2024).

#### **BAHAN DAN METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini menggunakan desain workshop dengan metode yang berbentuk pelatihan, ceramah, role play dan simulasi. Peserta kegiatan terdiri dari komunitas kader desa yaitu instansi pemerintah desa, kader Posyandu, guru Pengajian, tokoh pemuda dan satgas. Hasil dari pelatihan *Psychological First Aid (PFA)*, dibentuknya komunitas kader siaga bencana Gampong Blang Pulo. Pembentukan komunitas (untuk kesiapsiagaan pada Masyarakat adalah sebagai berikut:

##### **a. Pra Kegiatan**

Beberapa persiapan yang dilakukan sebelum kegiatan pengabdian masyarakat.

1. Tahap Pertama melakukan persiapan dan menyiapkan berbagai keperluan
2. Tahap Kedua melakukan koordinasi dengan perangkat desa yaitu Sekretaris Desa.

3. Memberikan Pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta
4. Tahap ketiga, menyiapkan materi untuk diberikan kepada masyarakat dan kader desa terkait dengan kesiapsiagaan bencana.
5. Tahap keempat, merancang modul PFA dan leaflet.

##### **b. Kegiatan**

1. Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pembukaan MC
2. Perkenalan anggota peserta dengan panitia
3. Memberikan materi mengenai PFA dan Kebencanaan juga cara melakukan self-care berupa tehnik relaksasi dan *Progressive Muscle Relaxation (PMR)*
4. Peserta Melakukan Roleplay dan simulasi
5. Diskusi kelompok dan evaluasi kegiatan
6. Memberikan Posttest
7. Pembentukan komunitas satgas dan membuat rencana Lanjutan Komunitas
8. Pembagian Peket Siaga Bencana dan Foto Bersama
9. Post-Test

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari pelatihan ini membangun kesadaran diri pada para peserta bahwa betapa pentingnya kesiapsiagaan bencana. Selain itu pendampingan yang dilakukan oleh tim pelaksana membantu peningkatan pengetahuan dan ketrampilan bagi peserta terkait hal apa yang dapat dilakukan oleh kader siaga bencana pada saat bencana melalui prinsip *Psychological First Aid (PFA)*. Peserta juga diberikan keterampilan tehnik *self-care* untuk membantu diri dan penyintas ketika berada dalam kondisi bencana yang membuat

kondisi menjadi panik atau cemas melalui tehnik Teknik relaksasi pada masyarakat Blangpulo. Berdasarkan hasil nilai pre-test dan pos-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan di bawah ini:

Tabel 2. Data Pretest dan Posttest

| No    | Nama | Pretest | Posttest |
|-------|------|---------|----------|
| 1     | AM   | 6       | 8        |
| 2     | AY   | 13      | 14       |
| 3     | HA   | 12      | 13       |
| 4     | HR   | 12      | 14       |
| 5     | IM   | 12      | 13       |
| 6     | MA   | 10      | 11       |
| 7     | MS   | 9       | 12       |
| 8     | NL   | 5       | 10       |
| 9     | R    | 4       | 6        |
| 10    | STY  | 13      | 12       |
| 11    | SF   | 5       | 8        |
| 12    | TMI  | 9       | 12       |
| 13    | YL   | 11      | 14       |
| Total |      | 121     | 147      |
| Mean  |      | 9,3     | 11,3     |

Dari tabel di atas menunjukkan adanya perubahan peserta sebelum dan sesudah mengikuti pelatihan. Hasil nilai *post-test* lebih tinggi dibandingkan nilai *pre-test*. Hasil ini menunjukkan adanya pengaruh pelatihan pada peningkatan pengetahuan mengenai PFA pada masyarakat Gampong Blang Pulo yang mengikuti kegiatan.

Hasil dari pengabdian dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu pelatihan yang diberikan merupakan kebutuhan masyarakat Gampong Blang Pulo yang juga merupakan daerah rawan bencana (Muhdi dkk., 2022). Kegiatan yang dilakukan kepada Masyarakat tidak hanya pelatihan namun juga pembentukan komunitas siaga bencana yang beranggotakan warga-warga Gampong Blang Pulo. Pembentukan komunitas masyarakat merupakan upaya untuk menumbuhkan kesadaran, kemauan, dan kesejahteraan Masyarakat. Kader-kader komunitas juga menjadi promotor Kesehatan Masyarakat desa setelah diberikan pelatihan melalui modul *Psychological First Aid* (PFA) (Muhdi dkk.,

2022). PFA bukan obat untuk perawatan Kesehatan mental, tetapi menjadi alat yang berguna untuk membantu orang dalam tekanan pada saat terjadi bencana, dan PFA dapat dilakukan oleh orang yang sudah mendapatkan pelatihan (Damayanti & Avelina, 2019). Hasil pengabdian ini juga sejalan dengan kegiatan terdahulu yaitu pelatihan PFA efektif dalam meningkatkan kapasitas desa Tangguh bencana sehingga dapat mempersiapkan Masyarakat dalam menghadapi bencana (Munawaroh dkk., 2023).

## SIMPULAN

Kegiatan pembentukan komunitas dan pendampingan kesiapsiagaan bencana di Gampong Blang Pulo telah menunjukkan hasil yang positif dalam upaya meningkatkan ketahanan masyarakat terhadap bencana. Melalui inisiatif ini, sebuah komunitas kesiapsiagaan bencana telah berhasil dibentuk, melibatkan partisipasi aktif warga setempat.

Langkah ini menjadi fondasi penting dalam membangun kesadaran kolektif dan rasa tanggung jawab bersama dalam menghadapi potensi bencana. Pendampingan yang dilakukan dengan menerapkan modul *Psychological First Aid* (PFA) telah memberikan pemahaman dan keterampilan baru kepada masyarakat. Modul ini berfokus pada aspek psikologis dalam penanganan bencana, membekali warga dengan kemampuan untuk memberikan dukungan emosional dan psikologis yang tepat pada saat-saat kritis. Pengetahuan ini tidak hanya bermanfaat dalam konteks bencana, tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari masyarakat.

Keseluruhan kegiatan ini mencerminkan pendekatan holistik dalam membangun ketahanan masyarakat terhadap bencana. Dengan memadukan

pembentukan komunitas, pelatihan psikologis, dan penyediaan alat-alat kesiapsiagaan, inisiatif ini telah meletakkan dasar yang kuat bagi Gampong Blang Pulo untuk menjadi lebih tangguh dan siap dalam menghadapi berbagai tantangan terkait bencana di masa depan. Diharapkan, melalui kegiatan ini, masyarakat Gampong Blang Pulo tidak hanya akan lebih siap menghadapi bencana, tetapi juga akan menjadi lebih kohesif dan saling mendukung dalam berbagai aspek kehidupan bermasyarakat.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah dan terimakasih kami ucapkan kepada LPPM Universitas Malikussaleh yang telah memberikan dukungan baik secara moril maupun materil melalui pendanaan PNBPN hingga terlaksananya pengabdian kepada masyarakat ini dengan sukses. Terimakasih kepada pak Geucik, Sekdes dan Masyarakat Gampong Blang Pulo yang telah memfasilitasi, memberikan dukungan & berpartisipasi dalam kegiatan ini. Terimakasih kepada semua tim anggota pengabdian dan mahasiswa yang sudah berkontribusi sehingga kegiatan simulasi memberikan dampak yang besar bagi peserta. Terimakasih kepada pihak prodi psikologi dan Fakultas Kedokteran yang telah memberikan dukungan sehingga pengabdian ini dapat terlaksana. Semoga Allah berikan semua balasan kebaikan dan keberkahan.

### DAFTAR PUSTAKA

Damayanti, F. E., & Avelina, Y. (2019). Keefektifan Psychological First Aid (Pfa) Sebagai Pertolongan Pertama Pada Korban Bencana & Trauma. *Prosiding Seminar Nasional 2018 "Peran Dan Tanggung Jawab Tenaga Kesehatan Dalam Mendukung Program*

- Kesehatan Nasional*, o, Article o. <https://doi.org/10.32528/psn.v0i0.1738>
- Lubis, R., & Amiati, R. (2024). Tingkat Pengetahuan Kepala Keluarga Tentang Kesiapsiagaan Terhadap Bencana Gempa Bumi Di Rt.010/Rw.005 Pademangan Barat Jakarta Utara. *Husada Karya*, 10(1).
- Muhdi, N., Fithriyah, I., Konginan, A., & Perkasa, G. D. (2022). Pembentukan Desa Siaga Bencana Sebagai Wujud Upaya Mitigasi Bencana Di Surabaya. *Budimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1). <https://doi.org/10.29040/budimas.v4i1.2950>
- Munawaroh, E., Nusantara, B. A., Amin, Z. N., & Nugraheni, E. P. (2023). Peningkatan Kapasitas Desa Tangguh Bencana Banjir Melalui Pelatihan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2).
- Rohmi, F. (2016). Psychological Preparedness Masyarakat Di Daerah Rawan Bencana Banjir Desa Sitarjo Sumbermanjing Wetan. *ejournal.umm*, 7(2), 88–93. <https://doi.org/10.22219/jk.v7i2.3932>
- Syamila, A. I., Nurika, G., & Ridzkyanto, R. P. (2023). Sekolah Siaga Bencana: Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Siswa Dalam Upaya Mitigasi Bencana Gempa Bumi Di Sdn 1 Panji Lor Situbondo. *Panrita Abdi - Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 7(2), Article 2. <https://doi.org/10.20956/pa.v7i2.18610>