

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Debriefing merupakan suatu proses bantuan yang sistematis dimana penyintas diminta untuk mendiskusikan secara mendetail kejadian krisis yang dialami dengan mengungkapkan perasaan, mengelola ulang pikiran dan memfokuskan pada pengalaman individu atau kelompok. Model ini pada mulanya digunakan oleh profesional kesehatan mental dari kalangan militer di Amerika Serikat. Namun seiring pemakaiannya *debriefing* dianggap kurang efektif diberikan dalam penanganan gangguan stres pasca trauma dan mulai melakukan evaluasi untuk mencari alternatifnya. Menurut Brymer dalam Wahyu Cahyono, berkaitan dengan hal tersebut maka *The National Child Traumatic Stress Network* bekerja sama dengan *The National 2 Center for Post traumatic Stress Disorder* mengembangkan panduan *Psychological First Aid (PFA)*.¹

Menurut Sphere dan IASC dalam Wahyu Cahyono bahwa Reaksi kasih sayang dan menolong terhadap sesama manusia yang kesusahan atau membutuhkan bantuan diartikan sebagai Psychological First Aid (PFA).² Menurut Everly dkk. Wahyu Cahyono menggambarkan PFA sebagai serangkaian kemampuan yang dirancang untuk mengurangi dampak berbahaya dari stres dan

¹ Wahyu Cahyono, *Psychological First Aid; 'Sebuah Kesiapsiagaan Dari Kita Untuk Kita.'* (Jakarta: Pusat Krisis Psikologi Universitas Indonesia, 2015) <www.puskrispsiui.or.id>.

² World Health Organization (WHO), *Pertolongan Psikologis Pertama: Panduan bagi Relawan Bencana*, Penerjemah Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, (Surabaya: Airlangga University Press, 2020), h. 3

mencegah berkembangnya penyakit kesehatan mental yang lebih parah setelah peristiwa traumatis. Ia melanjutkan, masyarakat umum, serta mereka yang telah mendapat pelatihan atau melakukan sosialisasi, mampu melakukan PFA. Dalam situasi ini, yang membutuhkan bantuan adalah lingkaran terdekat dari individu tersebut. Siapa pun yang membutuhkan bantuan pada usia berapa pun, termasuk anak-anak, remaja, dewasa, lansia, dan bahkan anggota keluarga, dapat terkena PFA.³

Oleh karena itu, PFA merupakan suatu bantuan kemanusiaan yang mendukung, PFA dapat dilakukan oleh siapa saja yang sudah mendapatkan pelatihan dan diberikan kepada orang lain yang membutuhkan bantuan setelah mengalami kejadian diluar kendali dirinya. Tujuan utama PFA adalah mencegah berkembangnya masalah kesehatan mental yang lebih parah dengan mengurangi efek berbahaya dari stres. PFA dapat diberikan sesegera mungkin setelah situasi krisis itu terjadi atau kapan pun saat dibutuhkan. PFA dapat dilakukan dimana pun dengan tetap menjaga rasa aman, nyaman dan privasi penyintas. Tidak semua yang mengalami bencana atau situasi buruk akan berlanjut menjadi gangguan psikis, akan tetapi layanan PFA diberikan sebagai stabilisasi emosi pada penyintas.

Di Indonesia sekitar tahun 2009-2010, PFA pertama kali mulai diadaptasi oleh Pusat Kritis Fakultas Psikologi UI sebagai suatu pendekatan untuk membantu masyarakat yang terdampak situasi bencana agar dapat menguatkan dirinya sendiri dan saling mendukung. Pada situasi darurat, bantuan dari luar baik berupa layanan medis maupun psikososial sangat terbatas dan tidak selalu

³ Wahyu Cahyono, *Psychological First Aid;....*, h. 10-11

dapat mencakup masyarakat yang terdampak menyeluruh sekaligus. Untuk itu, penting untuk memberdayakan potensi individu maupun kelompok yang ada di setiap daerah, salah satu caranya adalah dengan diberikan pelatihan dan pendampingan PFA. Kemudian, di daerah Jawa Barat sebuah modul pelatihan dibangun dan dicobakan pada saat terjadi bencana gempa. Percobaan tersebut disambut baik oleh peserta pelatihan dan masyarakat penerima manfaat. Hal ini karena PFA memiliki kekuatan yaitu tidak perlu diberikan oleh seseorang yang berlatar belakang pendidikan profesional tertentu sehingga seluruh masyarakat awam dapat mempelajari dan mempraktekannya.⁴

Di wilayah Banten, untuk pertama kalinya PFA diterapkan dalam kegiatan Respon Dompot Dhuafa terhadap korban tsunami Selat Sunda pada bulan Desember tahun 2018. Dompot Dhuafa Banten mengerahkan sebanyak 15 orang relawan untuk memberikan pendampingan pertolongan psikologis yaitu dengan *Psychological First Aid* (PFA) kepada 70 penerima manfaat di posko pengungsian Kp. Cibereum Desa Carita Kec. Carita Kab. Pandeglang. PFA diberikan kepada penyintas bencana tsunami Selat Sunda untuk mencegah terjadinya trauma pasca bencana.⁵ Berdasarkan hasil wawancara dengan Aminah Putri Suardi sebagai salah satu relawan yang terlibat di kegiatan PFA tersebut, disampaikan bahwa hasil evaluasi kegiatan PFA disana dapat memberikan perubahan yang baik bagi penyintas. Hal ini dilihat dari kondisi para penyintas yang mulai dapat kembali menjalankan aktivitas kesehariannya. Kemudian sebagai penerapan prinsip *Link* (Hubungkan) pada layanan PFA, Tim

⁴ Venus Eleonora dan Veronica Iswinahyu, *Panduan Pertolongan Pertama Psikologis (Psychological First Aid) Bagi Pembela HAM LGBTIQ+ di Indonesia*, (Ttp: Konsorsium Crisis Response Mechanisme (CRM): 2022), h. 11

⁵ Tim Redaksi Dompot Dhuafa Banten “Respon Dompot Dhuafa Terhadap Korban Tsunami Selat Sunda”, diakses pada 12 Juli 2023, pukul 08.30 WIB.

Dompot Dhuafa juga terus melakukan kunjungan kepada penyintas setiap sebulan sekali untuk mengecek kondisi para penyintas dan menyalurkan bantuan berupa logistik serta perahu nelayan agar dapat kembali beraktivitas. Melihat efektivitasnya, maka menjadi bahan penilaian Tim Dompot Dhuafa Banten sehingga layanan PFA dapat diterapkan di situasi bencana atau krisis di daerah lainnya berdasarkan laporan sebelum dan sesudah diberikan layanan PFA serta respon baik dari para penerima manfaat PFA.⁶

Selain untuk korban bencana, PFA ini mulai dipergunakan untuk membantu menghadapi situasi krisis yang dialami anak-anak dan remaja. Pada umumnya PFA hanya digunakan untuk kegiatan psikososial dan membantu korban bencana, namun kini PFA sudah banyak digunakan di lingkungan pendidikan sebagai layanan awal pada peserta didik salah satunya di kalangan mahasiswa. Yuninta Rahmadita Nur Syarifah telah menulis makalah berjudul “Implementasi Konselor Sebaya Sahabat Satu Hati Pada Masa Pandemi COVID-19 di P4K IAIN Purwokerto.” Sebagai bagian dari studi ini, Yuninta melatih mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam di IAIN Purwokerto untuk menjadi konselor sejawat (atau "Teman Sehati") dan menawarkan lokakarya untuk membantu mereka menjadi PFA yang lebih baik. Luaran penelitian ini adalah program PFA daring yang dijalankan oleh konselor sebaya “Teman Sehati” di Pusat Layanan Psikologi Pengembangan Karir (P4K) IAIN Purwokerto pada masa pandemi COVID-19. Proses enam langkah penggunaan PFA dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: mengamati, mendengarkan, menenangkan dengan bersantai, menjaga, dan memberikan harapan. Laporan klien tentang perasaan terbantu dan

⁶ Aminah Putri Suardi, “Penerapan PFA di wilayah Banten”, wawancara oleh Nuryanah, 12 Juli 2023.

kecemasan berkurang setelah menggunakan PFA dan teknik relaksasi menunjukkan bahwa penelitian ini berhasil.⁷

Di Indonesia materi PFA kini telah banyak dikembangkan dalam kegiatan pelatihan-pelatihan baik di lingkup relawan, tenaga medis, tenaga pendidik dan pelajar. Sebagaimana pengembangan yang telah dilakukan oleh Rumah Konseling Aku Temanmu Kota Serang menghasilkan materi pengayaan berjudul “Keterampilan PFA untuk Konselor Sebaya”. Rumah Konseling Aku Temanmu menggunakan materi pengayaan PFA sebagai bahan ajar dalam kegiatan pelatihan dan pendampingan calon konselor sebaya. Materi PFA menjadi penting untuk dipelajari karena calon konselor sebaya yang mengikuti pelatihan tersebut dipersiapkan untuk dapat berkontribusi memberikan bantuan layanan PFA kepada masyarakat umum. Keterampilan PFA yang telah dikembangkan Rumah Konseling Aku Temanmu tidak hanya diimplementasikan pada kegiatan psikososial di situasi bencana, juga pada sesi konseling baik secara *online* maupun *offline*.⁸

Dilihat dari kegunaannya, materi pengayaan keterampilan PFA untuk konselor sebaya yang disusun oleh Rumah Konseling Aku Temanmu juga dapat dikembangkan pada mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Oleh karena itu, peneliti akan mengembangkan materi pengayaan tersebut menjadi media pembelajaran yang praktis merujuk kepada kebutuhan mahasiswa.

⁷ Yuninta Rahmadita Nur Syarifah, “Implementasi Konselor Sebaya Teman Sehati Pada Masa Pandemi Covid-19 Di P4K IAIN Purwokerto” (Skripsi pada program studi Bimbingan dan Konseling Islam, IAIN Purwokerto, 2020).

⁸ Wawancara dengan MJ, Program Director Rumah Konseling Aku Temanmu, 22 Agustus 2023.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan inisial AA mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam angkatan 2019 menyatakan bahwa tidak mengetahui pendekatan PFA. NA memaparkan bahwa merasa kebingungan ketika mendapat tugas mata kuliah untuk melakukan *trauma healing* di lokasi bencana banjir kota Serang.⁹ Hal serupa dialami oleh inisial D mahasiswa BKI angkatan 2020 yang menyatakan bahwa saat melakukan tugas kuliah *trauma healing* di lokasi Banjir kota Serang ia belum mengetahui pendekatan PFA, dan yang dilakukan oleh AA saat kegiatan *trauma healing* di lokasi bencana yaitu dengan mengajak bercerita pada orang dewasa, bermain *games* dan melukis dengan anak-anak. Sehingga menurut D penting untuk melakukan pengembangan buku saku PFA bagi mahasiswa BKI karena masih banyak mahasiswa yang salah paham tentang *trauma healing* dan tidak mengetahui tentang PFA.¹⁰ Berbeda dengan penjelasan inisial IM, mahasiswa BKI angkatan 2021 menyatakan bahwa ia pernah mendapat penjelasan tentang PFA dari argumen tambahan yang disampaikan oleh dosen pengampu mata kuliah psikologi abnormal saat menyimak presentasi yang dibawakan oleh sebagian temannya di kelas. Dari penjelasan tersebut, IM memaparkan bahwa sedikitnya mengenal bahwa PFA merupakan pertolongan psikologis awal yang bisa diberikan oleh siapa saja yang telah mempelajari PFA..¹¹

Buku saku PFA akan menjadi produk penelitian ini. Pusat Bahasa mendefinisikan buku saku sebagai buku kecil dan portabel

⁹ Mahasiswa AA, wawancara oleh Nuryanah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Kota Serang. Tanggal 14 September 2023. Pukul 10.00

¹⁰ Mahasiswa D, wawancara oleh Nuryanah, Cipocok, Kota Serang. Tanggal 20 September 2023. Pukul 14.00.

¹¹IM, wawancara oleh Nuryanah, UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten, Kota Serang. Tanggal 8 Oktober 2023. Pukul 13:30.

yang dapat dimasukkan dengan rapi ke dalam saku seseorang. Sementara itu, buku saku mempunyai beberapa ciri yang membedakan, sebagaimana diutarakan Sankarto dan Endang. Antara lain: (1) jumlah halaman tidak terbatas, paling sedikit dua puluh empat halaman; (2) penyajian informasi sesuai kepentingan; (3) pencantuman literatur yang dirujuk di akhir artikel, bukan di teks itu sendiri; (4) pencantuman nama penulis; dan (5) ketaatan pada kaidah penulisan ilmiah populer.¹²

Peneliti memfokuskan objek pembelajar buku saku adalah mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten, penguji validitas buku saku oleh dosen program studi BKI dan praktisi PFA dari Konselor Rumah Konseling Aku Temanmu. Pengembangan buku saku yang dilakukan ini terkait sasaran penerima manfaat layanan PFA dimana pada modul diperuntukkan bagi korban bencana sedangkan pada pengembangan ini adalah bagi mahasiswa program studi BKI. Sejauh mana mahasiswa dapat menambah keterampilannya melalui mempelajari buku saku PFA yang akan disusun oleh peneliti.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti dan mengembangkan buku saku *Psychological First Aid (PFA)* dengan judul **“Pengembangan Buku Saku *Psychological First Aid (PFA)* bagi Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam”** (R&D di Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten).

¹² Ria Anjelita dkk., (ed.), “*Pembuatan Buku Saku sebagai Media Pembelajaran Pada Materi Jamur Kelas X SMA*”, (Program Studi Pendidikan Biologi Jurusan P.MIPA FKIP Untan Pontianak) h. 2

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka ada beberapa masalah yang teridentifikasi, diantaranya:

1. Kurangnya pengetahuan mengenai keterampilan PFA pada mahasiswa BKI.
2. Mahasiswa belum dikenalkan PFA ketika mengikuti pembelajaran mata kuliah konseling sebaya, dan *trauma healing*.
3. Masih kurangnya ketersediaan media bimbingan dan konseling bagi mahasiswa BKI yang akan praktikum.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, maka peneliti membatasi penelitian pada:

1. Peneliti akan melakukan pengembangan bahan ajar berupa buku saku PFA untuk meningkatkan pemahaman *Psychological First Aid* (PFA) pada mahasiswa BKI.
2. Pengembangan dan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa program studi Bimbingan Konseling Islam dikhususkan untuk meningkatkan keterampilan PFA pada mahasiswa dengan cara mempelajari buku saku PFA.

D. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengembangan Buku Saku PFA (Psychological First Aid) bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam?
2. Bagaimana kelayakan Buku Saku PFA (Psychological First Aid) bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam?

E. Tujuan Penelitian

1. Mengembangkan produk berupa Buku Saku PFA bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam.
2. Mengetahui kelayakan pengembangan Buku Saku PFA bagi mahasiswa Bimbingan Konseling Islam.

F. Manfaat Produk yang Dikembangkan

Manfaat yang diharapkan dari penelitian dan pengembangan ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu referensi media pembelajaran pada mata kuliah yang relevan, dan menjadi tambahan pengetahuan mengenai keterampilan PFA (Psychological First Aid) bagi para Mahasiswa BKI.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi peneliti

Manfaat penelitian bagi peneliti dapat menambah pengetahuan mengenai penelitian dan pengembangan produk berupa buku saku *Psychological First Aid (PFA)*, serta dapat memahami lebih jauh penggunaannya.

b. Manfaat bagi Mahasiswa

Hasil penelitian dan pengembangan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang positif dan menjadi alat bantu bagi mahasiswa dalam mempelajari pendekatan *Psychological First Aid (PFA)*, sehingga dapat memberikan dampak baik bagi mahasiswa.

c. Manfaat bagi Dosen

Hasil penelitian dan pengembangan ini diharapkan dapat menjadikan masukan yang bermanfaat dan inovatif pada program studi BKI terutama dalam mengembangkan media pembelajaran BK berupa Buku Saku PFA (*Psychological First Aid*) sebagai bentuk referensi pada kegiatan belajar mengajar yang relevan.

d. Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dan pengembangan ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan referensi terhadap penelitian yang relevan.

G. Spesifikasi Produk yang Akan Dikembangkan



Gambar 1.1 Buku Saku PFA

Gambar 1.1 menunjukkan produk yang dihasilkan berupa buku saku PFA dengan spesifikasi sebagai berikut:

1. Buku Saku PFA Memiliki Isi Bagian 1 – Pendahuluan, Bagian 2 - Menenal Masalah Kesehatan Mental Pada Mahasiswa, Bagian 3 - *Psychological First Aid* (PFA), Bagian 4 - Penerapan PFA Bagi Mahasiswa, Bagian 5 - Tips Untuk Menjaga Kesehatan Mental, Bagian 6 – Penutup, Daftar Pustaka dan Biodata Penulis.
2. Buku saku memiliki ukuran 10,5 cm (lebar) x 14,8 cm (tinggi) dengan orientasi *potrait*.
3. Dicitak menggunakan kertas jenis *art carton* untuk sampul, dan kertas *art paper* untuk isi, disertai dengan gambar dan warna yang menarik.