

**PENGARUH *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* PADA RELAWAN
KEBENCANAAN**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

Rika Fajar Nur Khayati

2061100025

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN**

2023/2024

**PENGARUH *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* PADA RELAWAN
KEBENCANAAN**

SKRIPSI

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi Universitas Widya Dharma**



Disusun Oleh:

Rika Fajar Nur Khayati

2061100025

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS EKONOMI DAN PSIKOLOGI
UNIVERSITAS WIDYA DHARMA KLATEN
2023/2024**

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa apa yang saya tulis dalam karya ilmiah atau skripsi ini adalah benar adanya dan merupakan hasil karya saya sendiri. Segala kutipan karya pihak lain telah saya tulis dengan menyebutkan sumbernya. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiasi, maka saya rela gelar keserjanaan saya dicabut.

Klaten, 23 April 2024

Penulis



Rika Fajar Nur Khayati
NIM. 2061100025

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* PADA RELAWAN
KEBENCANAAN**

Diajukan Oleh:

RIKA FAJAR NUR KHAYATI

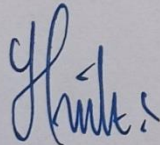
NIM. 2061100025

Skripsi ini telah disetujui oleh Dosen Pembimbing Penulisan Skripsi untuk mengikuti Sidang Ujian Skripsi Fakultas Ekonomi dan Psikologi Universitas Widya Dharma Klaten pada:

Hari : Jum'at

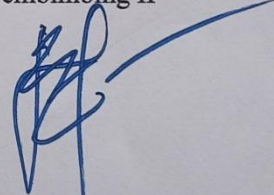
Tanggal : 14 Juni 2024

Pembimbing I



Yulinda Erma Suryani, S.Pd., M.Si.
NIK. 690 208 291

Pembimbing II



Ummu Hany Almasitoh, S.Psi., M.A.
NIK. 690 809 296

Mengetahui
Kepala Program Studi Psikologi



Hartanto, S.Psi., M.A.
NIK. 690 313 334

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN
PENGETAHUAN *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* PADA RELAWAN
KEBENCANAAN**

Diajukan Oleh:

RIKA FAJAR NUR KHAYATI

NIM. 2061100025

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan dewan penguji pada hari Selasa, tanggal
25, bulan Juni, tahun 2024 dengan susunan Dewan Penguji

Ketua,



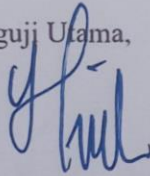
Winarno Heru Murjito, S.Psi., M.Psi, Psikolog
NIK. 690 811 318

Sekretaris,



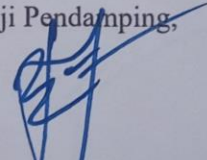
Hartanto, S.Psi., M.A
NIK. 690 313 334

Penguji Utama,



Yulinda Erma Suryani, S.Pd., M.Si
NIK. 690 208 291

Penguji Pendamping,



Ummu Hany Almasitoh, S.Psi., M.A
NIK. 690 809 296

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ekonomi dan Psikologi



Dr. Arif Julianto S.N, S.E., M.Si
NIK. 690 301 250

HALAMAN MOTTO

Sudah Tertakar Tidak Akan Tertukar

*“Allah bersama orang-orang yang beriman, ada Qadha dan Qadhar yang juga
harus diimani”*

*“To Allah belongs whatever is in the heavens and whatever is on the earth. And to
Allah will (all) matters be returned”*

ALI IMRAN (3:109)

“Too Much Pleasure Is Pain”

POST MALONE-GOODBYES

“I’m just the way I am”

ITZY-DALLA-DALLA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Teruntuk Momi, Kakak, dan Penulis

Selamat untuk salah satu impian Momi yang telah terwujud, seluruh putrimu berhasil menyelesaikan pendidikan di Perguruan Tinggi. Terima kasih telah memberikan dukungan penuh dan senantiasa selalu memanjatkan doa terbaik untuk penulis sehingga diberi kelancaran selama masa studi hingga penulisan skripsi ini selesai.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT atas limpahan berkah dan rahmat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh *Health Coaching* Untuk Meningkatkan Pengetahuan *Psychological First Aid* Pada Relawan Kebencanaan”

Keberhasilan dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak baik berupa doa, dukungan, arahan, motivasi dan kebutuhan data yang diperlukan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Triyono, M. Pd., selaku Rektor Universitas Widya Dharma Klaten, atas kesempatan dan fasilitas yang diberikan selama menimba ilmu di Universitas Widya Dharma Klaten.
2. Dekan Fakultas Ekonomi dan Psikologi, Bapak Dr. Arif Julianto S.N., S.E., M.Si., atas dukungan dan kebijakannya selama proses perkuliahan hingga penulisan skripsi.
3. Ketua Program Studi Psikologi, Bapak Hartanto S.Psi., M.A. yang telah memberikan arahan, dukungan dan kebijakannya dalam proses perkuliahan hingga penulisan skripsi.
4. Ibu Yulinda Erma Suryani S.Pd., M.Si., selaku dosen pembimbing I yang telah mengajarkan banyak hal baru sehingga menambah pengalaman penulis serta memberikan arahan, dukungan, kebaikan, motivasi dalam penelitian ini sehingga penulisan skripsi ini selesai. Juga terima kasih atas semangat, bimbingan dan waktu yang diluangkan selama masa PKM 2023 berlangsung.

5. Ibu Ummu Hany Almasitoh S.Psi., M.A, selaku pembimbing II atas semangat arahan yang diberikan dalam penyelesaian penulisan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Psikologi yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan hingga penulisan skripsi.
7. Bidadari tak bersayap dan panutan penulis yaitu Momi. Terima kasih selalu sabar menghadapi penulis, mendengarkan keluh kesah penulis, menemani penulis disegala kondisi, terima kasih atas setiap doa yang dipanjatkan demi kesehatan, kelancaran dan keberhasilan penulis. Terima kasih atas motivasi, semangat, dan kebaikan, dan kasih sayang yang tiada tanding. Juga terima kasih untuk Alm. Babe untuk semua hal indah, usaha terbaik yang telah diberikan.
8. ATM berjalan sekaligus bansos pribadi tersayang Dewi Eko Rahayu, Wahyu Damayanti, dan Linda Oktavia, terima kasih atas segala doa baiknya, selalu memberikan energi positif, pemberi semangat sehingga penulisan skripsi berjalan lancar. Sukses selalu *sisters*.
9. Bayi kecil yang menjadi *moodbooster* penulis a.k.a Rafan Prabu. Terima kasih telah menghibur penulis melalui hari-hari yang dirasa berat dan sebagai pemecah suasana membawa keceriaan. *Don't grow up too fast ya nephew*.
10. *Dearest partner*, Andi Setyabudi. Manusia baik pemberi semangat, penenang sekaligus gudang cerita suka duka penulis. Terima kasih telah menemani perjalanan penulis, memberikan banyak masukan yang bermanfaat dan berjuang bersama dalam penulisan skripsi. Semangat, semoga doa baik dan hal-hal indah lekas terwujud *and good luck*.

11. Teman dekat penulis Isti, Sabrina, Dania, Tara, Tassa, Bintang, Weyne dan penghuni grup *whatsapp* “Malika” yang telah memberikan semangat selama masa perkuliahan hingga penulisan skripsi.
12. Teman-teman Psikologi angkatan 2020 yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih telah berjuang bersama selama kuliah.
13. Teman-teman tim PKM-RSH 2023 atas semangat dan perjuangan kita bersama selama PKM berlangsung.
14. Terima kasih kepada pemain drama korea *Queen of Tears, Hospital Playlist, Strong Woman Doo Bong Soon, Welcome to Samdal-ri, Descendants of The Sun, The Heirs*, dan masih banyak lainnya yang telah menemani penulis dalam penyusunan skripsi dan mengajarkan untuk tidak menyerah dalam mengejar cita-cita yang ingin dicapai.
15. Terima kasih kepada member SUPER JUNIOR, GOT7, EXO, iKON, BLACKPINK yang kontennya sangat menghibur penulis sehingga tidak banyak tekanan selama penulisan skripsi, serta lagu-lagu yang dirilis dapat menemani penulis dan mendamaikan suasana hati.
16. Responden dan semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini.

Untuk penyempurnaan skripsi supaya lebih berdaya guna, penulis mengharap saran dan kritik dari pembaca sehingga dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan di masa depan.

Klaten, 07 Juni 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
HALAMAN MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
ABSTRAK.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. <i>Psychological First Aid (PFA)</i>	9
1. Tujuan PFA.....	10

2. Manfaat PFA.....	11
3. Prinsip PFA.....	12
B. <i>Health Coaching</i>	15
1. Tujuan <i>Health Coaching</i>	17
2. Peran <i>Health Coaching</i>	18
3. Pilar <i>Health Coaching</i>	19
4. Teknik <i>Health Coaching</i>	20
5. Komponen <i>Health Coaching</i>	22
C. Dinamika Hubungan Antar Variabel	23
D. Kerangka Pikir.....	24
E. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Identifikasi Variabel Penelitian	26
B. Definisi Operasional	27
C. Subjek Penelitian	28
D. Desain Penelitian	29
E. Rancangan Penelitian.....	30
F. Teknik Pengumpulan Data	30
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	32
H. Teknik Analisis Data	34

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
A. Gambaran Subjek Penelitian	36
B. Pelaksanaan Penelitian.....	37
C. Hasil Penelitian.....	39
1. Uji Validitas.....	39
2. Uji Reliabilitas	41
3. Deskripsi Data Penelitian.....	42
4. Uji Asumsi	45
D. Pembahasan	50
BAB V KESIMPULAN	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	61

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint</i> Instrumen Kognitif PFA	31
Tabel 2. Karakteristik Responden	36
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Instrumen Kognitif PFA	40
Tabel 4. Ringkasan Statistik.....	41
Tabel 5. Ringkasan Statistik <i>Paired Sample T-Test</i>	42
Tabel 6. Ringkasan Statistik <i>Independent Sample T-Test</i>	43
Tabel 7. Uji Normalitas <i>Paired Sample T-Test</i>	46
Tabel 8. Uji Normalitas <i>Independent Sample T-Test</i>	46
Tabel 9. Uji Homogenitas	47
Tabel 10. Hasil Uji Hipotesis	49
Tabel 11. Dokumentai Penelitian.....	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Alur Kerangka Berpikir.....	24
Gambar 2. Desain Eksperimen.....	29
Gambar 3. Formula Persamaan Aiken's V	33
Gambar 4. Kategorisasi.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Kognitif PFA	62
Lampiran 2. Surat Keterangan <i>Expert Judgement</i> Instrumen Penelitian	71
Lampiran 3. Bukti Keterangan <i>Expert Judgement</i>	75
Lampiran 4. Bukti Penyebaran Instrumen	75
Lampiran 5. Hasil Analisis Validitas Aiken's V	76
Lampiran 6. <i>Informed Consent</i>	78
Lampiran 7. Data Responden Penelitian.....	79
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas	83
Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas	84
Lampiran 10. Deskripsi Data dan Kategorisasi.....	85
Lampiran 11. Hasil Uji Asumsi	87
Lampiran 12. Hasil Uji Hipotesis	88
Lampiran 13. Dokumentasi Penelitian.....	89
Lampiran 14. <i>Modul Health Coaching</i> (PFA)	91

ABSTRAK

PENGARUH *HEALTH COACHING* UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* PADA RELAWAN KEBENCANAAN

Rika Fajar Nur Khayati
2061100025

Fakultas Ekonomi dan Psikologi, Universitas Widya Dharma Klaten

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan *psychological first aid* pada relawan kebencanaan. Metode penelitian menggunakan metode eksperimen kuasi atau eksperimen semu. Alat pengumpulan data menggunakan instrumen kognitif PFA dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,65. Subjek penelitian sebanyak 50 orang relawan yang dibagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Data diperoleh dari nilai pengisian instrumen kognitif PFA sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Teknik analisis data menggunakan statistik inferensial uji beda *independent sample t-test* dan *paired sample t-test*. Analisis data menggunakan bantuan komputer dengan *software JASP* versi 0.17.3. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan *psychological first aid* pada relawan kebencanaan serta terdapat perbedaan peningkatan pengetahuan antara kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen setelah diberikan intervensi *health coaching*.

Kata Kunci: *health coaching*, relawan, *psychological first aid*.

ABSTRACT

This research aims to increase psychological first aid knowledge in disaster volunteers. The research method uses quasi-experimental or pseudo-experimental methods. The data collection tool used PFA cognitive instruments with a reliability coefficient of 0.65. The research subjects were 50 volunteers who were divided into experimental groups and control groups. Data were obtained from the filling values of PFA cognitive instruments before and after the intervention was given. The data analysis technique used inferential statistics of different tests of independent sample t-test and paired sample t-test. Data analysis using computer assistance with JASP software version 0.17.3. The results showed that there was an increase in psychological first aid knowledge in disaster volunteers and there was a difference in knowledge increase between the control group and the experimental group after being given health coaching interventions.

Keywords: health coaching, volunteers, psychological first aid

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Negara kepulauan terbesar di dunia salah satunya Indonesia merupakan negara yang rawan terjadi bencana alam baik secara geologis, geografis, maupun sosio-demografis (Sitorus et al., 2023). Letak wilayah Indonesia secara geografis berada di tempat yang strategis karena berada di persilangan antara dua benua, Benua Asia dan Benua Australia, dan dua samudera yaitu Samudera Hindia dan Samudra Pasifik. Indonesia berbatasan laut dengan sepuluh negara tetangga: Singapura, Vietnam, Filipina, India, Thailand, Malaysia, Palau, Papua Nugini, Timor-Leste, dan Australia. Indonesia dipengaruhi oleh iklim laut tropik karena letak geografisnya yang strategis dan banyaknya air. Indonesia rentan terhadap tanah longsor di dataran tinggi serta banjir akibat curah hujan tinggi dan pasang laut (Sitorus et al., 2023).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan bencana sebagai peristiwa yang menancam keadaan kehidupan normal dan menjadi penyebab tingkat kesulitan yang melampaui kemampuan orang yang terdampak untuk beradaptasi. Dalam Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, definisi bencana adalah rangkaian peristiwa atau peristiwa yang sifatnya mengganggu serta mengancam 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. Selain itu, Undang-Undang tersebut juga mendefinisikan bencana sosial, bencana alam, dan bencana non alam.

Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) mencatat bahwa sampai 14 Mei 2022 telah terjadi kejadian bencana sebanyak 1.509 kejadian. Terjadi bencana alam mulai dari gempa bumi sebanyak 10 kasus, kekeringan 1 kasus, banjir 591 kasus, tanah longsor 279 kasus, cuaca ekstrem 550 kasus, gelombang pasang & abrasi 8 kasus (Nurani et al., 2022). Pusdalop PB BNPB (2022) mencatat beberapa kejadian bencana yang berlangsung di Jawa Tengah, diantaranya banjir sebanyak 374 kejadian, tanah longsor sebanyak 1.010 kejadian, gempa bumi sebanyak 4 kejadian dan erupsi gunung api 1 kejadian.

Wilayah Klaten beriklim tropis dimana musim penghujan dan kemarau terus berubah sepanjang tahun, suhu rata-rata 28-30°C serta kecepatan angin rata-rata kisarannya di angka 20-25 km/jam. Berdasarkan pengamatan iklim di stasiun KBB Kabupaten Klaten, tercatat pada November 2021 Kecamatan Klaten Tengah curah hujan tertinggi sebesar 434 mm dengan 25 hari hujan (Lia, 2022).

Selama tiga tahun terakhir, berita tentang berbagai peristiwa bencana baik bencana alam atau non-alam telah melanda Kabupaten Klaten. Kabupaten Klaten ini memiliki kondisi alam yang sangat beragam, dilihat dari segi topografi, geografi, geologi dan iklim. Keadaan alam tersebut menjadi manifestasi sehingga Kabupaten Klaten memiliki bentuk bentang alam dataran rendah dan memiliki gunung berapi, puluhan sungai, pegunungan serta kemiringan lahan yang dapat menimbulkan potensi bencana alam. Berdasarkan

hasil pencarian melalui catatan yang terkumpul dari Data dan Informasi Indonesia (DIBI) yang dipublikasikan BNPB tahun 2012 sampai tahun 2022 terdapat beberapa peristiwa bencana yang terjadi di Kabupaten Klaten seperti erupsi gunung api 3 kejadian, tanah longsor 17 kejadian, banjir 25 kejadian, kekeringan 3 kejadian dan cuaca ekstrem 58 kejadian (Lia, 2022). Bencana yang terus menerus terjadi di berbagai daerah Indonesia salah satunya di Klaten, terkadang masih dianggap sebagai cerita legenda yang terjadi jauh sebelum peradaban saat ini. Melihat dampak yang diakibatkan dari bencana kepada manusia yang kondisi psikologisnya terganggu maka peranan psikologis pasca kejadian bencana menjadi sangat penting.

Loss adalah masalah penting yang selalu muncul dalam situasi yang mengerikan seperti pada bencana dan dapat memberikan dampak psikologis yang signifikan. Ada banyak model kehilangan, seperti kehilangan orang yang disayang, harta benda berharga, dan sebagainya (Sakar, 2016). Tiap-tiap individu pasti pernah dihadapkan pada situasi sulit. Situasi yang tidak menyenangkan dan tidak nyaman dapat menyebabkan emosi negatif seperti sedih, marah, kesal, dan benci. Orang-orang yang dekat dengan penyintas mempunyai keterampilan untuk mempraktikkan hal-hal sederhana sehingga dapat memperbaiki kondisi diri penyintas untuk mengantisipasi problematika psikologis yang serius. Keterlibatan ilmu psikologi dalam bidang kebencanaan sangat diperlukan, salah satunya yaitu *Psychological First Aid (PFA)* atau dukungan psikologi awal.

PFA adalah serangkaian kemampuan yang dimaksudkan untuk menurunkan stress dan mengantisipasi tingkah laku yang tampak seperti keadaan kesehatan mental buruk yang akibat terjadinya bencana atau keadaan kritis yang dilalui seseorang (Everly et al., 2006). Model sederhana seperti *Psychological First Aid* (PFA) yang didasarkan pada empati sosial dengan sesama hadir dan diharapkan dapat membantu pemulihan kondisi psikologis (Reifels et al., 2013). PFA adalah serangkaian kemampuan yang dimaksudkan untuk menurunkan efek negatif yaitu stres dan mengantisipasi problematika kesehatan mental yang lebih buruk akibat keadaan rumit atau bencana yang dilalui seseorang (Martin, P W, 2020). *Psychological first aid* juga merupakan pemeliharaan dasar yang berciri praktis dan non-invasif (pendekatan tanpa paksaan). PFA berkonsentrasi pada mendengarkan, mengidentifikasi, dan mencukupi kebutuhan dasar, mendorong pendampingan dari orang-orang penting di sekitar mereka yang menginginkan *support*, dan mengamankan mereka dari akibat buruk yang lebih besar (Sphere, 2004).

Penanganan psikologis yang dapat diterapkan ketika terjadi bencana salah satunya yaitu dengan memberikan PFA (Shah et al., 2020). Beberapa dekade terakhir, intervensi terhadap kondisi darurat, termasuk bencana alam, telah muncul untuk mengobati PTSD dan reaksi stres akut. Dalam pedoman tersebut, disarankan bahwa bantuan psikologis pertama (PFA) diberikan pertama kali kepada penyintas sesaat setelah bencana (Australian Psychological Society, 2013). Sebagai panduan utama dalam situasi bencana keunggulan PFA adalah bahwa itu dapat diberikan dalam berbagai situasi selama bencana berlangsung.

PFA dapat disesuaikan dengan keadaan sosial budaya masyarakat dan menghasilkan intervensi yang berbasis komunitas (Damayanti & Avelina, 2019).

Salah satu pendekatan yang cocok digunakan untuk penanganan atau respon cepat setelah terjadinya bencana untuk mengurangi dampak negatif dari bencana yang dialami korban bisa menerapkan PFA atau *psychological first aid*. Perancangan PFA dimaksudkan untuk menurunkan kesulitan awal yang disebabkan oleh trauma dan mendorong perilaku adaptasi dalam jangka pendek dan panjang (Allen et al, 2010). PFA sangatlah penting sebagai tonggak awal dalam menangani kondisi psikologis para penyintas. Kegunaan PFA akan sangat membantu relawan-relawan dalam menanggulangi keadaan psikologis korban bencana yang terjadi. Tidak hanya membantu korban bencana yang mendapat permasalahan psikologis saja, PFA juga akan membantu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan relawan dalam melakukan tugasnya. Namun faktanya, berdasarkan wawancara yang dengan beberapa relawan yang ada di Klaten, masih banyak yang belum mengetahui mengenai PFA, P3K lebih populer masyarakat dibandingkan dengan PFA, padahal keduanya sama pentingnya.

PFA dapat dilakukan oleh semua orang. Pada saat terjadinya bencana tidak seluruh penyintas memerlukan layanan ahli dan sinkron atau mampu menikmati manfaat dari layanan ahli, baik melalui pendekatan perorangan maupun kelompok. Penyintas mendapat manfaat dari pendampingan awam orang-orang yang ada disekitar mereka. Oleh karena itu, pendampingan awam yang berada disekitar mereka perlu dibekali dengan keterampilan dasar

pendampingan. Sampai saat ini hanya ada beberapa publikasi yang membuktikan secara nyata mengenai pendidikan kebencanaan berbasis intervensi *health coaching* dengan isi PFA di Indonesia (Emanuel, 2019)

Ada publikasi yang menerapkan modul *Psychological First Aid* sebagai pelatihan tanggap darurat bencana oleh Nalini Muhdi dan kawan-kawan. Dalam penelitiannya menjelaskan bahwa melalui pemahaman maupun pengetahuan mengenai PFA dapat memberikan hasil yang positif yaitu masyarakat menjadi lebih peka, mengetahui dan mengerti langkah apa saja yang harus dilakukan ketika terjadi bencana dan masyarakat berharap supaya pelatihan PFA dapat dijadikan program rutin (Muhdi et al., 2022).

Berdasarkan tesis oleh Primalova Septiavy Estiadewi dalam penelitian yang dilakukan menggunakan metode *pra eksperiment: static-group comparison design*, uji statistik dengan *paired sample t-test* dan MANOVA diperoleh hasil yaitu intervensi *health coaching: PFA* yang dilakukan dapat menurunkan atau mengurangi PTSD pada penyintas terdampak bencana alam gempa bumi di Lombok Utara.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sulis Winurini mengenai Kontribusi *Psychological First Aid (PFA)* Dalam Penanganan Korban Bencana Alam menjelaskan bahwa penerapan PFA di Indonesia dilihat dari sisi pemerintah bantuan hanya berfokus pada bantuan fisk saja, bantuan nonfisik seperti PFA masih jarang diberikan, padahal dengan adanya PFA membantu kapasitas penyintas pulih sehingga dapat mengatasi atau menangani situasi sulit dan mengurus diri sendiri tanpa bergantung pada lingkungan. Namun diperlukan

pengelolaan pelayanan PFA supaya terintegrasi dengan layanan penanggulangan bencana seperti layanan pemenuhan kebutuhan dasar, layanan medis, layanan kesehatan jiwa, dan lain sebagainya. Karena PFA bukan merupakan tindakan pertolongan profesional dan hanya berupa perawatan dasar yang digunakan sebagai tindakan awal (Winurini, 2014).

Oleh karena melalui penelitian ini, peneliti ingin membuktikan secara empirik: Pengaruh *Health Coaching* Untuk Meningkatkan Pengetahuan *Psychological First Aid* Pada Relawan Kebencanaan. Pada penelitian-penelitian terdahulu *health coaching* seringkali diberlakukan di bidang kesehatan. Peneliti mengadaptasi pendekatan *health coaching* untuk diterapkan pada bidang psikologi dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti: apakah modul intervensi efektif dalam meningkatkan pengetahuan psychological first aid (PFA) pada relawan kebencanaan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keefektivitasan modul intervensi yang digunakan dalam meningkatkan pengetahuan *psychological first aid (PFA)* pada relawan kebencanaan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

- a. Diharapkan bukti empirik hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan literatur bagi peneliti lain yang memiliki penelitian serupa.
 - b. Sebagai bahan referensi ilmu kesehatan dan sosial khususnya pada bidang psikologi.
 - c. Memperbanyak kajian ilmiah mengenai penanganan akibat bencana.
2. Manfaat praktis
- a. Bagi pemerintah, dapat memberikan rekomendasi kepada instansi terkait kebencanaan khususnya BPBD agar *health coaching* ini dapat dijadikan program rutin, begitu pula di kegiatan mahasiswa karena pada saat terjadinya bencana banyak mahasiswa yang terjun langsung menjadi relawan.
 - b. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk melakukan pelatihan-pelatihan PFA karena PFA dapat diterapkan dalam situasi apapun.

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, pengetahuan *psychological first aid* pada relawan kebencanaan ditunjukkan pada gambar 4 dalam pengkategorisasian. Pada gambar tersebut menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan PFA pada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen menunjukkan adanya peningkatan. Peningkatan rata-rata pada kelompok eksperimen lebih tinggi dan lebih banyak daripada kelompok kontrol. Intervensi *health coaching* dengan menggunakan modul *health coaching* PFA untuk meningkatkan pengetahuan *psychological first aid* pada relawan kebencanaan yang sudah dilakukan oleh peneliti melalui serangkaian ketentuan pedoman dalam penelitian terbukti efektif dibuktikan dengan pengetahuan *psychological first aid (PFA)* pada relawan kebencanaan yang mengalami peningkatan.

B. Saran

1. Untuk peneliti yang akan datang dengan topik serupa, sebagai penyempurnaan hasil penelitian supaya lebih berdaya guna perlu dilakukan penelitian lanjutan dengan durasi intervensi yang lebih maksimal supaya intervensi yang dilakukan semakin efektif dan membuahkan hasil yang diharapkan oleh peneliti. Penelitian longitudinal dapat memberikan

wawasan lebih dalam tentang perubahan dari waktu ke waktu terkait dengan topik penelitian yang dibahas.

2. Untuk masyarakat alangkah lebih baik jika intervensi *health coaching* yang membahas tentang *psychological first aid* ini dijadikan sebagai program rutin sehingga dapat mengurangi dampak psikologis yang muncul akibat bencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzollini, S., Depaula, P., Cosentino, A., & Bail Pupko, V. (2018). Applications of Psychological First Aid in Disaster and Emergency Situations: Its Relationship with Decision-Making. *Athens Journal of Social Sciences*, 5. <https://doi.org/10.30958/ajss.5-2-5>
- Bennett, H. D., Coleman, E. A., Parry, C., Bodenheimer, T., & Chen, E. H. (2010). Health Coaching for Patients With Chronic Illness. *Family Practice Management*, 17(5), 24–29.
- Claeys, C., Nève, J., Tulkens, P. M., & Spinewine, A. (2012). Content Validity and Inter-Rater Reliability of an Instrument to Characterize Unintentional Medication Discrepancies. *Drugs & Aging*, 29(7), 577–591. <https://doi.org/10.1007/BF03262275>
- 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,”* 0, Article 0. <https://doi.org/10.32528/psn.v0i0.1738>
- Emanuel, R. H. (2019). *Validasi Modul Pelatihan Psychological First Aid dalam Bencana Alam* [Universitas Gadjah Mada]. <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/169284>
- Everly, G. S., Phillips, S. B., Kane, D., & Feldman, D. (2006). Introduction to and Overview of Group Psychological First Aid. *Brief Treatment and Crisis Intervention*, 6(2), 130. <https://doi.org/10.1093/brief-treatment/mhj009>

- Ghorob, A., Willard-Grace, R., & Bodenheimer, T. (2013). Health Coaching. *AMA Journal of Ethics*, *15*(4), 319–326.
<https://doi.org/10.1001/virtualmentor.2013.15.4.stas2-1304>
- Gispen, F., & Wu, A. W. (2018). Psychological first aid: CPR for mental health crises in healthcare. *Journal of Patient Safety and Risk Management*, *23*(2), 51–53. <https://doi.org/10.1177/2516043518762826>
- Jeon, S., & Benavente, V. (2016). Health Coaching in Nurse Practitioner–led Group Visits for Chronic Care. *The Journal for Nurse Practitioners*, *12*.
<https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2015.11.015>
- Kerlinger, F. N. (1966). *Foundations of behavioral research*. New York.
- Lawson, K. (2013). The Four Pillars of Health Coaching: Preserving the Heart of a Movement. *Global Advances in Health and Medicine*, *2*(3), 6–8.
<https://doi.org/10.7453/gahmj.2013.038>
- Lia, S. (2022). Kajian Risiko Bencana Di Kabupaten Klaten Dengan (Issue 8.5.2017). *BPBD Kabupaten Klaten*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Martin, P. W. (2020). *Psychological. Experiment In Depth*, 25–43.
<https://doi.org/10.4324/9781315009094-5>.
- Morton, M. J. (2017). Within-Laboratory Variance Outlier Detection: An Alternative to Cochran’s Test. *Beiträge Zur Tabakforschung International/Contributions to Tobacco Research*, *27*(7), 135–144.
<https://doi.org/10.1515/cttr-2017-0014>

- M.Pd, D. H. F. I. (2018). *Statistika Untuk Penelitian Pendidikan dan Ilmu-Ilmu Sosial*. Kencana.
- 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), Article 1. <https://doi.org/10.29040/budimas.v4i1.2950>
- Nurani, Y., Hapidin, H., Wulandari, C., & Sutihat, E. (2022). Pengenalan Mitigasi Bencana Banjir untuk Anak Usia Dini melalui Media Digital Video Pembelajaran. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5747–5756. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2940>
- Nusantara, B. A., Munawaroh, E., Amin, Z. N., & Nugraheni, E. P. (2023). Peningkatan Kapasitas Desa Tangguh Bencana Banjir Melalui Pelatihan Psychological First Aid. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.31960/caradde.v6i2.2056>
- Oliveira, J. S., Sherrington, C., Amorim, A. B., Dario, A. B., & Tiedemann, A. (2017). What is the effect of health coaching on physical activity participation in people aged 60 years and over? A systematic review of randomised controlled trials. *British Journal of Sports Medicine*, 51(19), 1425–1432. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096943>
- Olsen, J. M. (2014). Health Coaching: A Concept Analysis. *Nursing Forum*, 49(1), 18–29. <https://doi.org/10.1111/nuf.12042>
- Petroliené, R. (2013). Motivational interviewing: Theoretical model and working mechanism. *Social Transformations in Contemporary Society*, 61–69.

- Reifels, L., Pietrantonio, L., Prati, G., Kim, Y., Kilpatrick, D. G., Dyb, G., Halpern, J., Olf, M., Brewin, C. R., & O'Donnell, M. (2013). Lessons learned about psychosocial responses to disaster and mass trauma: An international perspective. *European Journal of Psychotraumatology*, 4(1), 22897. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v4i0.22897>
- Ridha, N. (2017). Proses Penelitian, Masalah, Variabel dan Paradigma Penelitian. *Hikmah*, 14(1), Article 1.
- Sakar, A. K. (2016). A Way of Disaster Management. *Asian Journal Of Multidisciplinary Studies*, IV, 216–219.
- Shah, K., Bedi, S., Onyeaka, H., Singh, R., & Chaudhari, G. (2020). The Role of Psychological First Aid to Support Public Mental Health in the COVID-19 Pandemic. *Cureus*. <https://doi.org/10.7759/cureus.8821>
- Simmons, L. A., & Wolever, R. Q. (2013). Integrative Health Coaching and Motivational Interviewing: Synergistic Approaches to Behavior Change in Healthcare. *Global Advances in Health and Medicine*, 2(4), 28–35. <https://doi.org/10.7453/gahmj.2013.037>
- Sitorus, M. E. J., Nababan, D., & Bangun, H. A. (2023). Dampak Bencana Banjir Terhadap Kesehatan Masyarakat Siatas Barita. *Tour Abdimas Journal*, 2(2), Article 2.
- Sriwidadi, T. (2011). Penggunaan Uji Mann-Whitney pada Analisis Pengaruh Pelatihan Wiraniaga dalam Penjualan Produk Baru. *Binus Business Review*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.21512/bbr.v2i2.1221>

- Sunaryo, S., Setiawan, S., Djuraidah, A., & Saefuddin, A. (2003). Sejarah Perkembangan Statistika Dan Aplikasinya. *Forum Statistika Dan Komputasi*, 8(1), Article 1. <https://jurnalpenyuluhan.ipb.ac.id/index.php/statistika/article/view/5506>
- Voss, R., Gardner, R., Baier, R., Butterfield, K., Lehrman, S., & Gravenstein, S. (2011). The Care Transitions Intervention: Translating From Efficacy to Effectiveness. *Archives of Internal Medicine*, 171(14), 1232–1237. <https://doi.org/10.1001/archinternmed.2011.278>
- Winurini, S. (2014). Kontribusi Psychological First Aid (PFA) Dalam Penanganan Korban Bencana Alam. *Info Singkat Kesejahteraan Sosial*, VI. https://berkas.dpr.go.id/pusaka/files/info_singkat/Info%20Singkat-VI-3-I-P3DI-Februari-2014-48.pdf
- Wolever, R. Q., Simmons, L. A., Sforzo, G. A., Dill, D., Kaye, M., Bechard, E. M., Southard, M. E., Kennedy, M., Vosloo, J., & Yang, N. (2013). A Systematic Review of the Literature on Health and Wellness Coaching: Defining a Key Behavioral Intervention in Healthcare. *Global Advances in Health and Medicine*, 2(4), 38–57. <https://doi.org/10.7453/gahmj.2013.042>