

PSYCHOLOGY FIRST AID VIRUS CORONA (COVID 19) (SEBAGAI UPAYA PENANGANAN AWAL DI MASYARAKAT)

Alimatus Sahrah^{1)*}, Domnina Rani P Rengganis²⁾, & Reny Yuniasanti³⁾

¹⁾²⁾³⁾Fakultas Psikologi

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

*Corresponding author: alin@mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRAK

Informasi Artikel

Terima : 28-03-2023

Revisi : -

Disetujui : 28-03-2023

Kata Kunci:

Psychological First Aid, subjective wellbeing, resiliensi, kader lansia, covid 19

Pandemi Corona virus (Covid-19) telah menciptakan ketakutan kepanikan di masyarakat. Perlu pihak-pihak tenaga medis, psi pemerhati kesejahteraan dan kesehatan masyarakat untuk menyediakan layanan dukungan psikososial kepada masyarakat mengurangi kecemasan ini. Pelatihan *Psychological First Aid* merupakan salah satu cara yang dapat diberikan sebagai sarana berbagai pengetahuan, terutama tentang pertolongan pertama pada psikologis, sekaligus dan bagaimana strategi meningkatkan dan meningkatkan imunitas agar selalu dalam kondisi sehat baik secara fisik maupun psik di tengah kondisi pandemic Covid 19. Kegiatan pengabdian difokuskan Pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) untuk meningkatkan Kesejaht Subjektif (*Subjective Wellbeing*) dan Resiliensi Kader Lansia di Pandemi Covid 19. Pelaksanaan Pelatihan *Psychological First Aid* untuk meningkatkan *Subjektif Wellbeing* (SWB) dan resiliensi pada Lansia dilaksanakan pada hari Senin, 14 September 2020. Salah satu *Transpersonal Psychology* yang dikenalkan dalam pelatihan pendampingan *Psychological First Aid* (PFA) ini adalah Dialog Kesimpulan yang didapat dari pengabdian masyarakat ini adalah hubungan yang signifikan antara *Subjective Wellbeing* (SWB) dan res Korelasi tersebut sebesar 0.792 dengan taraf signifikansi sebesar $p=$ Hasil lain yang ditemukan dalam pengabdian ini adalah Pe *Psychological First Aid* (PFA) dapat dengan efektif meningkatkan *Sub Wellbeing* (SWB) yang dirasakan responden dengan taraf signi sebesar $p= 0.049$ ($p < 0.05$). Aspek dari *Subjective Wellbeing* (SWB) mengalami perubahan adalah pada Afek Negatif. Terdapat penurunan signifikan pada aspek Afek negatif dari sebelum pelatihan dan se pelatihan dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.025$ ($p < 0.05$)

PENDAHULUAN

Akhir tahun 2019 terdapat berita yang berbeda dari sebelum-sebelumnya. Berita yang menghebohkan di seluruh dunia. Berita munculnya wabah pneumonia yang tidak diketahui sebab pastinya. Wabah ini pertama kali muncul di China tepatnya di kota Wuhan. Di awal tahun 2020 para peneliti mengidentifikasi penyebab wabah tersebut dan berhasil menemukan penyebabnya yaitu virus jenis *novel coronavirus* (Levani, Dwi, and Mawaddatunnadila 2021). Corona virus

merupakan virus yang menyerang daerah pernafasan, hal ini ditandai dengan adanya penyakit infeksi saluran pernafasan berawal dari flu biasa kemudian merambat luas sampai yang lebih serius (Hidayah et al. 2021). Kondisi ini membawa dampak yang serius baik dalam tatanan kesehatan, perekonomian maupun sosial yang terjadi di Indonesia (Chairani 2020). Bidang kesehatan merupakan hal utama yang paling diperhatikan karena pertama kali yang menjadi dampak dari adanya covid. Covid menimbulkan dampak kepada kesehatan masyarakat, baik itu

untuk yang terjangkit maupun yang berada di sekitar orang-orang yang terjangkit. Salah satu hal yang terjadi akibat pandemi covid 19 yaitu menciptakan ketakutan dan kepanikan di masyarakat (Anne Keer dalam Fajar et al., 2020). Tidak hanya itu, akan tetapi juga berimbas kepada penurunan kesehatan mental bagi setiap orang/sekelompok orang di masyarakat (Varadhila Peristiano dan Adelia 2020). Berdasarkan hal tersebut perlu dilakukan usaha untuk mengurangi kekhawatiran dan kecemasan yang ada dalam masyarakat. Untuk melakukan usaha tersebut perlu adanya dukungan pihak tenaga medis/ tenaga kesehatan, psikolog/tenaga psikologis, pemerhati kesejahteraan sosial dan kesehatan masyarakat serta pihak-pihak yang terkait untuk memberikan dukungan kepada orang-orang yang mengalami kecemasan, ketakutan dan kepanikan tentang covid-19. Menurut WHO (2011), *Psychological First Aid* (PFA) merupakan penanganan dasar bersifat praktis, suportif dan humanis serta merupakan pertolongan pertama untuk membuat rasa nyaman, aman, tenang dan penuh harapan kepada korban dan keluarga yang mengalami covid 19 (Snider et al. 2011). Dalam beberapa penelitian juga menjelaskan bahwa *Psychological First Aid* (PFA) membantu korban untuk menstabilkan dan mengurangi tekanan stress (Everly dan Lating 2017), memberikan dukungan emosi (Koocher dan la Greca 2011), fisik dan sosial, serta menolong diri sendiri baik individu maupun komunitas dalam jangka pendek maupun jangka panjang (Shultz dan Forbes 2013). Penanganan ini merupakan langkah sederhana dan hemat biaya (Minihan et al. 2020). Hal ini menunjukkan bahwa *Psychological First Aid* dapat dipergunakan untuk penanganan situasi krisis dan penanganan bencana (Cahyono 2015). *Psychological First Aid* bisa dilakukan oleh masyarakat yang bertugas saat tanggap bencana (Asih, Utami, dan Kurniawan 2021), tidak hanya praktisi Kesehatan mental atau tenaga professional (Hansen 2018). Prinsip dasar PFA adalah *Look, Listen, Comfort, Connect* dan *Protect* (Margia Wiranata dan Widjajanto 2020). a) *Look* adalah melihat dan memeriksa kebutuhan korban. b) *Listen* adalah mendengarkan apa yang menjadi keluhannya. c) *Comfort* adalah memberikan rasa nyaman sesuai kebutuhan. d) *Connect* adalah menghubungkan kondisi yang lebih baik. e) *Protect* adalah melindungi dari gangguan pemikiran negative.

Psychological First Aid (PFA) terfokus pada beberapa hal yaitu 1) ketersediaannya dukungan serta perawatan praktis dan sederhana untuk melakukan penanganan dengan sifat sukarela, 2) pengetahuan dan kecukupannya kebutuhan dasar yang dimiliki, 3) kemauan dalam mendengarkan serta memberi informasi dengan sukarela tanpa adanya paksaan, 4) kemauan dari korban ataupun keluarga agar merasa nyaman, 5) informasi tentang pelayanan dan dukungan sosial yang diberikan kepada korban dan keluarga agar terbantu, 6) melindungi korban dalam hal yang membuat bahaya dirinya.

Komunitas kader lansia merupakan sekelompok orang yang terdiri atas bapak/ibu yang telah memiliki usia di atas 60 atau bisa disebut sudah memasuki lanjut usia. Lansia merupakan kelompok awal yang sangat membutuhkan penanganan permasalahan tentang covid-19 ini dikarenakan apabila terjangkit penyakit covid kemudian menyebabkan berbagai-bagai macam pemikiran dapat menyebabkan hal yang buruk kepada seorang lansia. Oleh sebab itu diperlukan perhatian khusus guna untuk mencegah hal tersebut, salah satunya dengan melakukan pelatihan kepada lansia agar mereka mampu menjaga diri pribadinya dalam hal kecemasan dan ketakutan akan hal bencana tersebut. Kemudian diharapkan langkah dan tujuan ini menjadi langkah yang baik untuk pengabdian kepada masyarakat.

Subjective Wellbeing merupakan pandangan yang dimiliki oleh seseorang tentang kondisi dimana seseorang mampu dikatakan bahagia dan mendapatkan kehidupan yang layak. Berdasarkan hal tersebut menunjukkan bahwa *Subjective Wellbeing* seseorang merupakan hal yang penting (Dewi and Dahlan 2019). Hal ini juga di sampaikan oleh (Bukhari and Khanam 2015) tentang kebahagiaan merupakan bagian dalam *subjective wellbeing* yang berarti suatu pandangan bersifat subjektif dari keseluruhan kehidupan yang dimiliki individu. Jika seseorang mengalami kepuasan hidup dan sering mengalami kegembiraan maka bisa dikatakan orang tersebut memiliki *subjective wellbeing* yang tinggi, sebaliknya seseorang mengalami emosi negative seperti kemarahan dan kesedihan maka dikatakan bahwa orang tersebut memiliki *subjective wellbeing* yang rendah (Pamungkas, Astuti, and Yumiasanti 2021). *Subjective wellbeing* merupakan suatu kajian dalam

psikologi positif dengan menggunakan pendekatan teori *need* (kebutuhan) dan *goal satisfaction* (kepuasan tujuan) (Nayana 2013). Banyak perbedaan pendapat yang dimaksud dengan kebahagiaan dan mendapatkan hidup yang layak, karena setiap orang tahu kondisi dimana itu bahagia tetapi tidak harus dengan selalu dengan kemewahan. Akan tetapi dapat dilihat bahwasannya untuk mencapai kebahagiaan seorang lansia itu sangatlah mudah yaitu tentang kondisi kesehatan badan serta kondisi mental ketika sudah memasuki usia lansia. Hal utama yang menjadi pertimbangan *subjective wellbeing* seorang lansia adalah keluarga yang terdiri dari anak ataupun cucunya. Karena itu merupakan harta yang paling berharga dan tidak pernah terlupakan oleh seorang lansia. Oleh sebab itu diadakan pelatihan ini diharapkan mampu memberikan rasa aman dan nyaman seorang lansia karena terdapat banyak orang yang memperhatikannya seperti keluarga sendiri.

Resiliensi merupakan suatu kemampuan seseorang dalam mengatasi kondisi yang terjadi kembali kepada kondisi semula setelah mengalami hal hal yang menyebabkannya tertekan/stress. Hal ini juga disampaikan oleh (Ruswahyuningsih and Afiatin 2015) bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk bangkit setelah mengalami suatu tekanan/stress dan peristiwa trauma dalam kehidupan. Kemampuan ini sangatlah penting dimiliki oleh semua orang untuk mengelola kondisi mereka ketika tertekan atau stress dalam kehidupan sehari-hari. Resiliensi yang dibangun sejak usia dini akan membantu seseorang tumbuh dan berkembang menjadi individu yang dapat menghadapi permasalahan di kehidupannya (Ruswahyuningsih and Afiatin 2015). Tetapi resiliensi juga diperlukan untuk diseluruh kalangan. Meningkatkan resiliensi merupakan hal yang diperlukan karena memberikan pengalaman bagi manusia dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup (Utami and Helmi 2017). Individu yang memiliki resiliensi yang baik membuatnya lebih bisa dan mampu mengatasi permasalahan hidup yang dihadapi. Oleh sebab itu pelatihan ini diharapkan memberikan suatu gambaran untuk mengatasi pandemi covid yang telah terjadi sehingga seseorang tidak merasakan kecemasan dan kekhawatiran yang berlebihan.

Berdasarkan penelitian tentang 1) *Psychological First Aid* dalam situasi pandemic

covid-19 yang dilakukan oleh (Saptandari et al. 2022) menunjukkan bahwa pandemic covid-19 memang menimbulkan dampak psikologis negative yang signifikan seperti kecemasan, psikosomatis, permasalahan klinis dan permasalahan emosi. Permasalahan tentang pekerjaan, kegiatan dirumah, relasi sosial, stress dan adaptasi juga sering muncul selama pandemi. Pemberian *Psychological First Aid* ini menjadi salah satu upaya penyelesaian permasalahan terhadap permasalahan psikologis yang timbul. Sebagian besar partisipan berdasarkan penelitian menunjukkan kepuasan terhadap perlakuan dengan *Psychological First Aid* tersebut sehingga menunjukkan bahwa *Psychological First Aid* ini merupakan hal yang sangat berpengaruh terhadap kondisi pasien/masyarakat yang terdampak 2) Layanan psikologi konseling BNPB melalui metode *psychological first aid* pada masa pandemic covid-19 yang dilakukan oleh (Syihab 2022) menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dengan menggunakan metode *psychological first aid* untuk mengurangi rasa kecemasan dan kekhawatiran orang sangat efektif dan memberikan manfaat pada klien. Sehingga memberikan saran kedepannya untuk penggunaan metode ini dalam jangkauan yang lebih luas (baik online maupun offline).

Mitra komunitas dalam pengabdian masyarakat ini adalah Komunitas Kader Lansia wilayah Pakuncen Yogyakarta. Komunitas Kader Lansia ini merupakan kelompok orang-orang lansia yang masih aktif dalam kegiatan. Kelompok ini terdiri dari 25 orang sebagai pengurus, hal ini tercantum dalam web kalurahan Pakuncen. Kader lansia dipilih sebagai responden karena lansia merupakan golongan yang rentan terpapar covid 19 sehingga dinilai merupakan targetan yang tepat dalam pengabdian masyarakat ini. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk menumbuhkan Subjektif dan Resiliensi para Kader Lansia. Cara untuk menumbuhkan Subjektif dan Resiliensi ini dengan melalui berbagi ilmu dan pengetahuan tentang pertolongan pertama masalah psikologis. Pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) memiliki tujuan melatih para Kader Lansia sehingga nantinya mampu menggunakan dan mempraktekkan ilmu yang telah didapatkan selama pelatihan baik untuk dirinya maupun lingkungan sekitar.

METODE KEGIATAN

Pengabdian masyarakat ini berlangsung di bulan Juni-November 2020. Pengabdian masyarakat ini dengan menggunakan metode pelatihan untuk membuat rasa nyaman, aman, tenang dan penuh harapan para kader lansia dimasa pandemi covid 19. Responden dalam pengabdian masyarakat ini adalah para lansia di RW 04 Pakuncen Yogyakarta. Skala instrumen yang digunakan 1-4 dengan keterangan 1 menunjukkan sangat tidak sesuai, 2 menunjukkan tidak sesuai, 3 menunjukkan sesuai dan 4 menunjukkan sangat sesuai. Instrumen pengabdian ini terdiri dari 19 pernyataan tentang *Subjektive Wellbeing* dan 16 pernyataan untuk resiliensi diri.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa tahapan. Tahapan pertama yaitu tahap survey, dimana pada saat tahapan ini menunjukkan kondisi lingkungan di daerah Pakuncen. Tahap survey ini dengan cara pengumpulan data menggunakan lembar observasi yang dilakukan melalui observasi wilayah, selain observasi dilanjutkan dengan wawancara kepada masyarakat yang terdampak covid 19. Tahap selanjutnya adalah tahap implementasi. Dalam tahapan implementasi ini terbagi menjadi 2 bagian yaitu pendampingan pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) dan penyebaran media edukasi baik melalui media cetak maupun media elektronik (*online*). Penyebaran media cetak dan media elektronik dilakukan sebelum dilakukan pendampingan.

Hal ini dikarenakan supaya warga mengetahui terlebih dahulu tentang covid serta penanganan pertama saat kondisi covid. Pendampingan pelatihan dilaksanakan pada Senin, 14 September 2020 dengan materi tentang *Psychological First Aid* (PFA), pertolongan pertama pada masalah psikologis, peruntukkan *Psychological First Aid* (PFA), cara mempercepat proses kerja sistem imun dan metode dalam pelatihan *Psychological First Aid* (PFA). Dalam pelatihan juga terdapat *pre-test*, *post-test* dan *feedback*. Yang mana *pre-test* tersebut menjadi acuan awal pengetahuan dari para peserta sebelum dilakukan pelatihan. *Post-test* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan yang dimiliki oleh peserta. Serta *feedback* untuk evaluasi dari proses pengabdian masyarakat ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Tahap 1 : Survey

Survei merupakan suatu penelitian dengan cara mengumpulkan informasi dari suatu sampel dengan menggunakan angket atau melalui wawancara untuk menggambarkan aspek tertentu yang dicari dalam suatu populasi. Tahap survey kondisi lingkungan masyarakat di Pakuncen menggunakan lembar observasi. Hasil dari tahapan survey ini berbentuk data. Terdapat 2 jenis data yang dicari yaitu data primer dan data sekunder. 1) Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung pada saat peneliti sedang melakukan penelitian atau di tempat penelitian dalam penelitian ini yaitu di Pakuncen. Data ini didapat melalui wawancara, observasi, maupun dokumentasi dari narasumber yang dijadikan informan penelitian (Wandra, Cikusin, and Hayat 2021). 2) Data sekunder adalah data pelengkap yang diperoleh secara tidak sengaja dari proses pencarian data primer (Wandra et al. 2021). Dari proses survei juga menghasilkan data sekunder. Data tersebut dari observasi dan wawancara kepada masyarakat di RW 04 Pakuncen Yogyakarta yang terdampak covid 19. Hasil tersebut menunjukkan tentang dampak dan akibat yang dialami oleh masyarakat yang terdampak covid 19. Hal ini merupakan tahap persiapan yang terjadi dalam proses pelatihan *Psychological First Aid* yaitu dengan mempersiapkan beberapa hal yang harus dimiliki oleh penyedia layanan PFA seperti pengetahuan awal tentang pandemi, hal-hal yang terjadi dilingkungan sekitar tujuan pelatihan, hal-hal apa saja yang dibutuhkan oleh orang-orang sekitar sebagai dampak adanya pandemi. Oleh sebab itu, tahapan survei merupakan hal yang utama untuk melanjutkan langkah selanjutnya dalam pelatihan *Psychological First Aid* di lingkungan Pakuncen ini.

b. Tahap 2 : Perencanaan

Tahap perencanaan dengan menggunakan media *Psychological First Aid* (PFA) sesuai dengan *Planning Of Action* yaitu dengan penyebaran media edukasi baik media cetak maupun media *online* yang disebar ke media sosial yang familiar. Media cetak dimaksudkan karena mengandung pesan

utama dan mampu merangkum seluruh informasi penting secara cepat dan jelas (Gemayel 2018).

Tahap ini merupakan sebagian dari tahap kedua dalam *Psychological First Aid*, karena tahap ini mulai untuk memperkenalkan diri kepada lingkungan sekitar. Dalam proses ini sudah mengawali perkenalan dengan media cetak dan sosial adanya keberadaan pelayanan PFA kepada masyarakat di kawasan Pakuncen walaupun masih dalam perkenalan bertatap muka secara langsung.

c. Tahap 3 : Implementasi

Tahap implementasi dilakukan dengan pengisian *google form* terlebih dahulu sebagai *pre-test* dalam kegiatan pelatihan tersebut. Kemudian dilanjutkan dengan pelatihan dan pendampingan *Psychological First Aid* (PFA) dengan menghadirkan pembicara Erydani Anggawijayanto, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Fakultas Psikologi UMBY dan Psikologi Klinis Biro Psikologi UMBY.

Dalam tahapan inilah tahapan lanjutan pengenalan secara tatap muka serta memperkenalkan langsung keberadaan pelayan PFA kepada masyarakat. Hal ini diharapkan menimbulkan rasa kedekatan sehingga mampu terjalinnya hubungan saling memahami dan mempercayai satu sama lain. Dalam proses pengenalan ini perlu adanya asas saling menghormati satu sama lain yaitu dengan seperti tanpa memotong pembicaraan orang lain, melakukan pemaksaan kepada masyarakat untuk bercerita akan tetapi secara sukarela dari masyarakat.

Materi yang dipaparkan tentang *Psychological First Aid* (PFA) dari penjelasan pengertiannya serta contoh-contoh yang dimaksudkan dengan materi tersebut, pertolongan pertama pada masalah psikologis menjelaskan tentang cara-cara pertolongan dalam kondisi covid ini, *Psychological First Aid* (PFA) yang merupakan respon manusia terhadap lingkungan sekitar atau orang lain yang menderita hal ini didasarkan juga pada kondisi lingkungan yang berada disekitar masyarakat, peruntukkan *Psychological First Aid* (PFA) yang mana diperlukan cara untuk mempercepat proses kerja imun

tubuh yaitu dengan *Transpersonal Psychology*.



Pada proses ini menunjukkan serta memperkenalkan bagaimana pelayan PFA memahami tentang materi yang akan diberikan serta mengetahui kondisi yang dialami oleh masyarakat yang berada di Pakuncen kemudian berusaha untuk menyelesaikan ataupun mengurangi kondisi kekhawatiran dan kecemasan masyarakat terhadap covid-19.

Metode yang diperkenalkan dalam pelatihan dan pendampingan *Psychological First Aid* (PFA) tersebut adalah Dialog Organ yaitu (1) individu diminta untuk mengenali organ dalam tubuhnya, (2) mengenali proses sistem syaraf, (3) mengenali sistem pencernaan sistem kognitif, (4) mengenali sistem imun kita mulai dari pembentukan sel darah putih hingga terbentuknya imun tubuh. Dialog organ bertujuan untuk mengenali diri dan optimalisasi kinerja otak kita yang mana akan melakukan akses langsung dari kondisi sadar melalui otak ke organ penghasil sistem imun tubuh.

Setelah pengenalan dan materi disampaikan hal ini bertujuan untuk memberikan rasa aman kepada masyarakat melalui penyampaian hal-hal yang dibutuhkan oleh masyarakat dalam kondisi itu. Hal ini dimaksudkan juga untuk memberikan suatu kepercayaan kepada masyarakat bahwa kita bisa melalui proses ini dengan cara bersama-sama karena hal ini tidak dapat dilakukan sendiri, tetapi perlu adanya dukungan dari masyarakat sekitar. Setelah masyarakat merasakan aman tersebut diharapkan penjelasan atau penyampaian materi tersebut juga menjadi langkah selanjutnya bagi penyedia PFA yaitu mendorong keberfungsian. Ditunjukkan mengenai beberapa hal yang menyebabkan masyarakat yang mengalami penyebab terjadinya kecemasan serta kekhawatiran

dari masyarakat sekitar, hal ini memberikan fungsi agar penyedia layanan PFA mampu mengurangi kondisi tersebut. Sehingga pengetahuan yang diberikan memberikan fungsi serta manfaat untuk peserta yang mengikuti pelatihan ini.

Kemudian dalam akhir pelatihan responden diminta untuk mengisi *google form* kembali untuk mengetahui evaluasi dan dua minggu kemudian dilakukan tindak lanjut dengan mendatangi Pakuncen untuk meminjau serta pengisian angket kembali oleh peserta pelatihan.

Dan ditahap yang terakhir dalam memberikan fasilitas untuk pemulihan setelah diberikan pemahaman tentang kondisi tersebut diharapkan dapat disebarluaskan kepada masyarakat, diterapkan dalam lingkungan sehingga sangatlah berfungsi pelatihan dan pemahaman tersebut.

Hasil yang diperoleh dari pengabdian masyarakat dalam bentuk pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) di kawasan Pakuncen menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikansi antara *Subjective Wellbeing* (SWB) dan resiliensi sebesar 0.792 dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.000$. Dari kedua variabel baik *Subjective Wellbeing* (SWB) maupun resiliensi saling berkorelasi/ berhubungan satu dengan lainnya. Kedua variabel tersebut perlu diperhatikan saat kondisi pandemi covid agar masyarakat selalu waspada dan meningkatkan imunitas selama pandemi berlangsung. Selain korelasi dari kedua variabel terdapat hasil lain dalam pengabdian masyarakat yang ditemukan yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara taraf *Subjective Wellbeing* (SWB) sebelum dan sesudah pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) dilakukan. Pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) dapat meningkatkan *Subjective Wellbeing* (SWB) responden dengan efektif dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.049$ ($p<0.05$). Aspek *Subjective Wellbeing* mengalami perubahan pada Afek Negatif yaitu terdapat penurunan yang signifikan pada aspek Afek Negatif sebelum pelatihan dan sesudah pelatihan dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.025$ ($p<0.05$).

Hasil pengabdian masyarakat ini juga

berupa tanggapan dari responden maupun tokoh di wilayah Pakuncen. (1) Bapak Tri Hardoko, Ketua RW 04 Pakuncen mengatakan, “Kami menyampaikan terimakasih kepada Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang telah melaksanakan program pengabdian masyarakat di wilayah Pakuncen ini terutama di RW 04, kami rasa tepat sekali pada saat menghadapi covid-19. Program tentang pendampingan secara psikologis ini diharapkan sangat bermanfaat untuk kader-kader lansia baik sekarang maupun kedepannya”. (2) Ibu Fera, peserta pelatihan juga selaku Ketua PKK RW 04 menyampaikan bahwa program ini sangat positif dan bermanfaat. “Program ini sangat positif karena memang saat ini lansia itu yang paling rentan menghadapi pandemi. Dengan adanya program ini, pengetahuan secara psikologis itu harapannya kami para kader bisa menularkan ke warga khususnya ke Lansia pada situasi ini sehingga mereka lebih siap secara psikologis,” ungkap Fera. Berdasarkan kedua tanggapan tersebut menunjukkan bahwa program pengabdian masyarakat ini memiliki pengaruh kepada responden serta mendapatkan tanggapan yang positif baik dari responden maupun tokoh di wilayah RW 04 Pakuncen.

PENUTUP

Kesimpulan dari pengabdian masyarakat ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara *Subjective Wellbeing* (SWB) dan resiliensi. Korelasi tersebut sebesar 0.792 dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.000$. Kedua variabel tersebut saling berkorelasi/ berhubungan satu dengan lainnya. Selain korelasi dari kedua variabel terdapat hasil lain dalam pengabdian masyarakat yang ditemukan yaitu terdapat perbedaan yang signifikan antara taraf *Subjective Wellbeing* (SWB) sebelum dan sesudah pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) dilakukan. Pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) dapat meningkatkan *Subjective Wellbeing* (SWB) responden dengan efektif dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.049$ ($p<0.05$). Aspek *Subjective Wellbeing* mengalami perubahan pada Afek Negatif yaitu terdapat penurunan yang signifikan pada aspek Afek Negatif sebelum pelatihan dan sesudah

pelatihan dengan taraf signifikansi sebesar $p=0.025$ ($p<0.05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Asih, Martha Kurnia, Retno Ristiasih Utami, and Yudi Kurniawan. 2021. "Psychological First Aid (PFA) Untuk Pendamping Balai Pemasarakatan (BAPAS Kelas 1) Semarang." *Jurnal Tematik* 3(1):2775–3360.
- Bukhari, Razia, and Sarwat Jahan Khanam. 2015. "Happiness And Life Satisfaction Among Depressed And Non Depressed University Students." *Pakistan Journal of Clinical Psychology* 14:49–59.
- Cahyono, Wahyu. 2015. *Psychological First Aid "Sebuah Kesiapsiagaan Dari Kita Untuk Kita."* edited by Mahyuddin. Parepare: IAIN Parepare Nusantara Press.
- Chairani, Ikfina. 2020. *Jurnal Kependudukan Indonesia | Edisi Khusus Demografi Dan COVID-19.*
- Dewi, Lharasati, and Ahmad Dahlan. 2019. "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Subjective Well-Being." *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan* 1(1):54–62.
- Everly, George S., and Jeffrey M. Lating. 2017. *The Johns Hopkins Guide to Psychological First Aid.* United States of America: Johns Hopkins University Press.
- Fajar, Muhammad, Nurul Annisa, Andi Jurana Anggriana, Silmi Qurota Ayun, Fitriah Tajuddin, Muhammad Rusdi, Aulia Dewi, Raudatul Adawia, St Rahmah Syam Ali, Iva Murida, Astry Damayanti Parasi, Nur Aisyah, Muhammad Zaldy Febri, and Muhammad Ali Imran. 2020. *Bunga Rampai Pandemi "Menyingkap Dampak-Dampak Sosial Kemasyarakatan Covid-19."* Parepare.
- Gemayel, Rita. 2018. "How to Design an Outstanding Poster." *FEBS Journal* 285(7):1180–84. doi: 10.1111/febs.14420.
- Hansen, Pernille. 2018. *Psychological First Aid Training in For Red Cross and Red Crescent Societies.* edited by L. Vinther Larsen and N. Wiedemann. Denmark: International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies.
- Hidayah, Nurul Nasution, Arinil Hidayah, Khoirunnisa Sari Mardiah, Wirda Cahyati, Mar'atun Khoiriyah, Riska Hasibuan Putriana, Ahmad Lubis Afandi, and Andi Siregar Yahya. 2021. "Gambaran Pengetahuan Masyarakat Tentang Pencegahan Covid-19 Di Kecamatan Padangsidimpuan Batunadua Kota Padangsidimpuan." *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia* 6(1):107–14.
- Koocher, Gerald, and Annette la Greca. 2011. *The Parents' Guide to Psychological First Aid.* New York: Oxford University Press.
- Levani, Yelvi, Aldo Prastya Dwi, and Siska Mawaddatunnadila. 2021. "Coronavirus Disease 2019 (COVID-19): Patogenesis, Manifestasi Klinis Dan Pilihan Terapi." *Kedokteran Dan Kesehatan* 17(1):44–57.
- Margia Wiranata, Amanda, and Donna Widjajanto. 2020. *Surviving Covid-19: Tetap Waras Di Tengah Pandemi.* Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Minihan, E., B. Gavin, B. D. Kelly, and F. McNicholas. 2020. "COVID-19, Mental Health and Psychological First Aid." *Irish Journal of Psychological Medicine* 37(4):259–63.
- Nayana, Firra Noor. 2013. "Kefungsian Keluarga Dan Subjective Well-Being Pada Remaja." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 1(2):230–44.
- Pamungkas, Endah Ayu, Kamsih Astuti, and Reny Yuniasanti. 2021. *Systematic Literature Review On Types Of Intervention: Efforts To Improve Sebjective Well-Being.*
- Ruswahyuningsih, M. C., and Tina Afiatin. 2015. "Resiliensi Pada Remaja Jawa." *JOURNAL OF PSYCHOLOGY* 1(2):96–105.
- Saptandari, Edilburga Wulan, Ardian Praptomojati, Restu Tri Handoyo, Novita Dewi Anjarsari, Yesica Grahita, and Rumanti Mahambara. 2022. "Layanan Telekonseling: Psychological First Aid Dalam Situasi

- Pandemi COVID-19 Telecounseling Services: Psychological First Aid in COVID-19 Pandemic Situation.” *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 13(1):51–71.
- Shultz, James M., and David Forbes. 2013. “Psychological First Aid: Rapid Proliferation and the Search for Evidence.” *Disaster Health* 2(1):3–12. doi: 10.4161/dish.26006.
- Snider, Leslie., Mark van Ommeren, Alison. Schafer, World Health Organization., War Trauma Foundation., and World Vision International. 2011. *Psychological First Aid: Guide for Field Workers*. World Health Organization.
- Syihab, Aisyah. 2022. *Layanan Psikologi Konseling BNPB Melalui Metode Psychological First Aid Secara Online Pada Masa Pandemi COVID-19 (Psychological Counseling Services of BNPB through the Psychological First Aid Method Online during the COVID-19 Pandemic)*.
- Utami, Cicilia Tanti, and Avin Fadilla Helmi. 2017. “Self-Efficacy Dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis.” *Buletin Psikologi* 25(1):54–65. doi: 10.22146/buletinpsikologi.18419.
- Varadhila Peristiano, Sheilla, and Rahma Adelia. 2020. “Covid 19 Dalam Ragam Tinjauan Perspektif.” 109.
- Wandra, Yaqub Cikusin, and Hayat. 2021. “WABAH CORONA VIRUS (COVID-19) (Studi Pada Desa Pandansari Lor Kecamatan Poncokusumo Kabupaten Malang).” *Jurnal Inovasi Penelitian* 2(5):1627–34.