

PSIKOEDUKASI *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* (PFA) PADA PEGAWAI PT. PELINDO TERMINAL PETIKEMAS NEW MAKASSAR

Abdul Rahmat¹⁾ | Irliyana Febrianti²⁾ | Muhammad Alif Abdi Manaf³⁾ Muhrajan Piara⁴⁾ Faradillah⁵⁾

^{1,2,3,4,5)}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

penulis1@gmail.com | irlinyanaf@gmail.com | alifabdi007@gmail.com

Muhrajan.piara@unm.ac.id faradillah@unm.ac.id alifiah.muthia27@gmail.com⁵

ABSTRACT

Psychological First Aid is a method of providing assistance to individuals experiencing stress or abnormal conditions such as trauma and disasters so that they can feel calm and cope better with their conditions. Psychological First Aid is needed in the work environment due to the workload that needs to be completed every day in the company that can affect the physical or psychological health of employees. The method used in this activity is psychoeducation in the form of health talks and posters conducted at PT Pelindo Petikemas Makassar. Psychoeducation is the development and provision of information in the form of community education as information related to simple psychology or other information that affects the psychosocial well-being of the community. Psychoeducational activities aim to provide understanding so that employees of PT Pelindo Petikemas Makassar know and understand the steps in conducting psychological first aid (PFA). The conclusion of this psychoeducation activity is that it can provide understanding and knowledge about the steps in conducting psychological first aid (PFA).

Keywords: *Psychoeducation; Psychological First Aid; Employee*

ABSTRAK

*Psychological First Aid atau Bantuan Psikologis Awal merupakan metode pemberian bantuan untuk individu yang mengalami tekanan atau kondisi tidak normal seperti trauma dan bencana sehingga mereka dapat merasa tenang dan dapat mengatasi kondisi mereka dengan lebih baik. Psychological First Aid sangat diperlukan di lingkungan pekerjaan disebabkan adanya beban pekerjaan yang perlu diselesaikan yang dilakukan setiap hari di perusahaan yang mampu mempengaruhi kesehatan fisik atau psikologis pegawai. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah psikoedukasi dalam bentuk *health talk* dan poster yang dilakukan di PT. Pelindo Terminal Petikemas Makassar. Psikoedukasi merupakan pengembangan dan pemberian informasi dalam bentuk pendidikan masyarakat sebagai informasi yang berkaitan dengan psikologi sederhana atau informasi lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat. Kegiatan psikoedukasi bertujuan untuk memberikan pemahaman agar pegawai PT. Pelindo Terminal Petikemas Makassar mengetahui dan memahami langkah-langkah dalam melakukan *psychological first aid* (PFA). Kesimpulan dari kegiatan psikoedukasi ini adalah dapat memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai langkah-langkah dalam melakukan *psychological first aid* (PFA).*

Kata Kunci: Psikoedukasi; Pertolongan Pertama Psikologis; Pegawai



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License

CC-BY-NC-4.0 ©2023 by author (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>).

PENDAHULUAN

Sumber daya manusia merupakan penggerak utama perusahaan yang harus diperhatikan secara khusus agar perusahaan dapat berjalan dengan stabil. Menjaga sumber daya manusia di

Abdul Rahmat | Irliyana Febrianti | Muhammad Alif Abdi Manaf | Muhrajan Piara | Faradillah

perusahaan merupakan suatu investasi bagi perusahaan. Meningkatnya kualitas sumber daya manusia akan berdampak pada peningkatan kinerja pegawai perusahaan. Menurut Usnawati, Ahiruddin, Mirnasari (2019) mengemukakan bahwa kinerja pegawai merupakan hasil kerja, baik itu secara kualitas maupun kuantitas yang telah dicapai pegawai dalam menjalankan tugas yang diberikan. Lebih dari sepertiga waktu seorang pegawai dihabiskan di tempat kerja. Realitas kehidupan di tempat kerja pada hakikatnya banyak rintangan dan tidak ada yang berjalan mulus seperti keinginan individu. Ada beragam kejadian yang menjadi sumber krisis dan trauma di kehidupan individu, baik itu di rumah ataupun di tempat kerja tanpa diundang. Hambatan yang dapat terjadi di tempat kerja seperti bencana alam, kerusuhan, kebakaran, kecelakaan, beban kerja atau kekerasan interpersonal (kekerasan seksual, *bullying*, dsb). Dampak dari hambatan yang terjadi mampu mempengaruhi fisik maupun psikologis pegawai.

Pegawai yang mengalami hambatan di tempat kerja akan mempengaruhi kinerja pegawai dalam bekerja. Oleh sebab itu, perusahaan diharapkan bisa memperhatikan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pegawai, baik secara fisik maupun secara psikologis. Untuk itu, pertolongan pertama dari sisi psikologis atau sering disebut dengan *psychological first aid* (PFA) tidak boleh dilupakan karena hambatan yang dialami individu berpotensi menimbulkan gangguan psikologis jika ditangani dalam jangka waktu yang lama. Menurut Saptandari dkk (2022) mengemukakan bahwa *psychological first aid* (PFA) merupakan tindakan suportif dan manusiawi, berupa dukungan sosial, emosional, atau praktis yang diberikan terhadap individu yang mengalami peristiwa krisis seperti, kecelakaan, bencana alam, atau peristiwa traumatis lainnya.

Menurut WHO (dalam Asih dkk, 2021) mengemukakan bahwa *psychological first aid* (PFA) merupakan perawatan dasar yang bersifat praktis, suportif, dan humanis, yang digunakan untuk menolong orang yang mengalami tekanan karena bencana atau keadaan krisis, diberikan segera setelah bencana terjadi, dengan pendekatan yang tidak memaksa dan disesuaikan dengan nilai-nilai yang berlaku. Menurut Amin, Safarina, Anastasya, dan Amalia (2021) mengemukakan bahwa pertolongan pertama psikologis (*Psychological First Aid*) merupakan respons manusiawi dan suportif (gerakan hati nurani) pada sesama yang sedang menderita, bukan hanya fisik saja, namun juga tekanan mental dan memerlukan dukungan psikologis. Menurut Sijbrandij (Edmawati dkk, 2023) mengemukakan bahwa *psychological first aid* (PFA) diperuntukkan untuk

Abdul Rahmat | Irliyana Febrianti | Muhammad Alif Abdi Manaf | Muhrajan Piara | Faradillah

orang-orang yang berada dalam suatu kondisi tertekan dan tidak menyenangkan, dan baru saja mengalami kejadian yang sangat kritis dan mencekam.

Hal ini berarti *psychological first aid* (PFA) harus diperkenalkan dan diterapkan di perusahaan untuk meminimalisir dampak jangka panjang dan membantu membangun ketahanan terhadap pegawai yang mengalami hambatan di tempat kerja ataupun di luar tempat kerja. Sehingga penulis melakukan psikoedukasi mengenai *psychological first aid* (PFA) kepada pegawai PT. Pelindo Terminal Petikemas Makassar bertujuan untuk memberikan pemahaman agar pegawai PT. Pelindo Terminal Petikemas Makassar mengetahui langkah-langkah dalam melakukan *psychological first aid* (PFA). Menurut Sujarwo, Buana, dan Marita (2021) mengemukakan bahwa psikoedukasi merupakan pengembangan dan pemberian informasi dalam bentuk pendidikan masyarakat sebagai informasi yang berkaitan dengan psikologi sederhana atau informasi lain yang mempengaruhi kesejahteraan psikososial masyarakat. Pemberian psikoedukasi diharapkan dapat membantu pegawai dalam meningkatkan pemahaman dan mengetahui langkah-langkah dalam melakukan *psychological first aid* (PFA) agar dapat diterapkan khususnya di lingkungan kerja.

Terdapat beberapa jurnal terdahulu yang terkait dengan kegiatan yang dilakukan oleh penulis yaitu pada penelitian Gemilang dan Santoso (2021) yang berjudul Video Psikoedukasi sebagai *Psychological First Aid* dalam Menolong Anak Korban *Sexual Abuse* dengan metode pemberian video psikoedukasi mengenai penerapan *Psychological First Aid* untuk memberikan dukungan psikologis pertama dalam mengatasi trauma yang dialami anak korban *sexual abuse* dan hasil dari kegiatan tersebut yaitu video psikoedukasi efektif menolong anak korban *sexual abuse* dalam memberikan dukungan psikologi pertama. Kemudian peneliti selanjutnya yaitu Asih, Utami, dan Kurniawan (2021) yang berjudul *Psychological First Aid* (PFA) Untuk Pendamping Balai Pemasarakatan (Bapas Kelas I) Semarang dengan metode ceramah dan pelatihan mengenai *Psychological First Aid* dan dari hasil kegiatan tersebut disimpulkan bahwa berhasil memberikan informasi dan pengetahuan kepada pendamping balai pemasarakatan kelas 1 Semarang.

METODE

Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah psikoedukasi ke pegawai dalam bentuk penyampaian materi *Health Talk* tentang apa itu *Psychological First Aid* (PFA) dan penyebaran poster. Menurut Nurfadhillah (2021) poster adalah salah satu bahan pembelajaran yang digunakan dalam proses

Abdul Rahmat | Iriyana Febrianti | Muhammad Alif Abdi Manaf | Muhrajan Piara | Faradillah

belajar mengajar. Poster tersebut memenuhi kriteria tertentu agar dapat digunakan secara maksimal. Suatu media pembelajaran poster dikatakan baik apabila memenuhi kriteria tertentu antara lain keterbacaan, visibilitas, keterbacaan, dan tata letak yang baik. Menurut Rosyda (2018) *Health Talk* adalah metode berbagi informasi dengan masyarakat melalui pendekatan partisipatif, informal dan menghibur, yang memungkinkan individu untuk menyampaikan pendapat atau berdiskusi secara bebas, terutama karena beberapa orang mungkin merasa tidak nyaman dalam suasana kelas yang kaku dan formal ketika mereka menerima informasi. Berbicara mengenai kesehatan efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan.



Gambar 1. Poster Psikoedukasi *Psychological First Aid* (PFA)

Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan kegiatan psikoedukasi, yakni:

1. Sebelum dilaksanakan pemaparan materi *health talk* pada pegawai, para pegawai sedang melaksanakan *briefing* kerja di sore hari dan di tengah-tengah pelaksanaan *briefing*, penulis menyampaikan materi yang dikemas dalam bentuk *health talk* dengan tujuan untuk memberikan gambaran awal mengenai apa itu *psychological first aid* (PFA).
2. Setelah pemaparan materi *health talk*, pegawai yang telah mendapat gambaran awal mengenai *psychological first aid* (PFA) disuguhkan dan disebarakan poster mengenai langkah-langkah *psychological first aid* (PFA).
3. Setelah penyebaran, penulis memasang poster langkah-langkah *psychological first aid* (PFA) di sekitar klinik PT. Pelindo Makassar yang mudah dilihat dan dijangkau oleh pegawai.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan psikoedukasi health talk dilaksanakan pada hari Jumat, 13 Oktober 2023 dan pelaksanaan psikoedukasi dalam bentuk poster dilaksanakan pada hari Senin, 23 Oktober 2023. Psikoedukasi health talk disampaikan oleh Muh Alif Abdi Manaf dilaksanakan di lingkungan PT Pelindo Petikemas Makassar yang berlangsung selama 30 menit (15.30-16.00) dengan jumlah peserta kurang lebih 40 pegawai. Pengumpulan data dan evaluasi tentang kegiatan psikoedukasi dilakukan melalui wawancara ke beberapa pegawai dan observasi oleh fasilitator. Menurut Trivaika dan senubekti (2022) mengemukakan bahwa wawancara merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui tatap muka dan tanya jawab langsung antara narasumber/sumber data. Menurut Khaatimah dan Wibawa (2017) mengemukakan bahwa observasi merupakan suatu pengamatan atau teknik yang dilakukan dengan mengadakan suatu pengamatan secara teliti serta pencatatan secara sistematis. Hasil wawancara dan observasi yang dilakukan selama kegiatan psikoedukasi dapat disimpulkan bahwa para pegawai sangat antusias dalam mendengarkan dan membaca materi mengenai *psychological first aid* (PFA). Para pegawai juga sudah mulai paham mengenai materi dan langkah-langkah *psychological first aid* (PFA) diketahui dari hasil wawancara fasilitator terhadap pegawai.



Gambar 2. Pelaksanaan Health Talk *Psychological First Aid* (PFA)



Gambar 3. Pemasangan Poster *Psychological First Aid (PFA)*

KESIMPULAN

Pelaksanaan psikoedukasi mengenai *psychological first aid (PFA)* bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada pegawai PT. Pelindo Terminal Petikemas Makassar agar dapat memahami materi dan langkah-langkah dalam melakukan *psychological first aid (PFA)*. Pemberian psikoedukasi kepada pegawai diharapkan dapat membantu pegawai dalam meningkatkan pemahaman dan mengetahui langkah-langkah dalam melakukan *psychological first aid (PFA)* agar dapat diterapkan khususnya di lingkungan kerja. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan fasilitator, dapat disimpulkan bahwa kegiatan psikoedukasi ini cukup efektif untuk memberikan pemahaman dan meningkatkan pengetahuan pegawai mengenai pentingnya memahami *psychological first aid (PFA)*.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, S., Safarina, N. A., Anastasya, Y. A., & Amalia, I. (2021). Terapan Model Psychological First Aid (Pfa) Pada Pengungsi Banjir Paya Tumpi Takengon, Provinsi Aceh. *Abdimas Galuh*, 3(2), 371. <https://doi.org/10.25157/ag.v3i2.6048>
- Asih, M. K., Utami, R. R., & Kurniawan, Y. (2018). Psychological First Aid (PFA) Untuk Pendamping Balas Pemasarakatan (BAPAS Kelas 1) Semarang. *Proceeding SNK-PPM*, 1(1), 450–453.
- Buana, A. N. T. (2021). Psikoedukasi Protokol Kesehatan dalam Mencegah Penyebaran Covid-19 di Desa Banding Agung. *Dharma: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 128–145. <https://doi.org/10.35309/dharma.v2i1.5185>
- Edmawati, M. D., Susanto, B., Maulana, M. A., & Kumalasari, R. (2022). Psychological First

Abdul Rahmat | Irliyana Febrianti | Muhammad Alif Abdi Manaf | Muhrajan Piara | Faradillah

- Aid Training Untuk Meningkatkan Mental Health Awareness Pada Remaja Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Terapan Abdimas*, 8(1), 1. <https://doi.org/10.25273/jta.v8i1.12362>
- Gemilang, Y., & Santoso, M. P. (2021). Video Psikoedukasi Sebagai Psychological First Aid Dalam Menolong Anak Korban Sexual Abuse. *Aletheia Christian Educators Journal*, 2(1), 105–124. <https://doi.org/10.9744/aletheia.2.1.105-124>
- Husnul Khaatimah, R. W. (2017). Efektivitas Model Pembelajaran Cooperative Integrated Reading and Composition Terhadap Hasil Belajar. *Jurnal Teknolofi Pendidikan*, 2(2), 76–87.
- Nurfadhillah, S., Pertiwi, D., Pratiwi, D. I., Dewi, E. P., Saidah, M., & Nurhaliza, S. (2021). Pengembangan media poster dalam pembelajaran IPA kelas IVB SD Negeri Cikokol 3. *BINTANG*, 3(2), 313-322.
- Rosyda, R. (2018). *Pengaruh Health Talk Terhadap Perilaku Deteksi Dini Kanker Serviks Pada Wanita Di Wilayah Kerja Puskesmas Boja I, Kabupaten Kendal* (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Saptandari, E. W., Praptomojati, A., Handoyo, R. T., Anjarsari, N. D., & Mahambara, Y. G. R. (2022). Layanan Telekonseling: Psychological First Aid dalam Situasi Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(1), 51–71. <https://doi.org/10.26740/jppt.v13n1.p51-71>
- Trivaika, E., & Senubekti, M. A. (2022). Perancangan Aplikasi Pengelola Keuangan Pribadi Berbasis Android. *Nuansa Informatika*, 16(1), 33–40. <https://doi.org/10.25134/nuansa.v16i1.4670>
- Usnawati, U., Ahiruddin, A., & Mirnasari, T. (2020). Pengaruh Tekanan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Cv. Trimulya Di Bandar Lampung. *Jurnal Manajemen Mandiri Saburai (JMMS)*, 3(04), 41–48. <https://doi.org/10.24967/jmms.v3i04.587>