

Psychological First Aid: Meningkatkan Kompetensi Guru saat Menghadapi Situasi Krisis pada Siswa

Psychological First Aid: Enhancing Teachers' Competence in Responding to Students' Crisis Situations

Muthia Aryuni*

Universitas Tadulako

muthiaaryuni@gmail.com

Jane Mariem Monepa

Universitas Tadulako

monepa.jane85@gmail.com

I Putu Fery Immanuel White

Universitas Tadulako

ipfi.white@outlook.com

Miranti

Universitas Tadulako

myraumar@untad.ac.id

Meilisa Silviana Patodo

Universitas Tadulako

meilisasilviana@untad.ac.id

Abstract

Teachers play a vital role in providing initial psychological support to students experiencing crisis situations; however, most educators still lack adequate Psychological First Aid (PFA) skills. This study aims to enhance and examine the effectiveness of PFA training in improving teachers' competencies in handling students' psychological crises. A quantitative approach with a quasi-experimental one-group pretest-posttest design was utilized. The study involved all 31 teachers at SMP Negeri Model Terpadu Madani, Palu, selected using a total sampling technique. Research instruments consisted of a PFA knowledge test and observation sheets. Data were analyzed using descriptive statistics and N-Gain Score calculations. The findings revealed an increase in the average score from 43.87 (pretest) to 89.35 (posttest), with an N-Gain value of 81.5%, categorized as effective. These results indicate that PFA training successfully improved participants' knowledge, practical skills, and readiness to provide initial psychological support to students experiencing psychological distress. This program is recommended for sustained implementation and replication in other schools, particularly in disaster-prone regions.

Keywords: *Psychological First Aid, Teacher Competency, Mental Health, Psychology Intervention.*

Abstrak

Guru memegang peran penting dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada siswa yang mengalami situasi krisis, namun sebagian besar belum memiliki keterampilan *Psychological First Aid* (PFA) yang memadai. Penelitian ini bertujuan meningkatkan dan menguji efektivitas pelatihan PFA dalam meningkatkan kompetensi guru dalam menangani kondisi krisis psikologis pada siswa. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif

dengan desain *quasi-experimental one-group pretest-posttest*. Penelitian melibatkan seluruh guru SMP Negeri Model Terpadu Madani Kota Palu sebanyak 31 orang, yang dipilih melalui teknik total sampling. Instrumen penelitian terdiri atas tes pengetahuan PFA dan lembar observasi. Analisis data menggunakan statistik deskriptif dan perhitungan *N-Gain Score*. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor rata-rata dari 43,87 pada pretest menjadi 89,35 pada posttest, dengan nilai *N-Gain* sebesar 81,5% yang dikategorikan efektif. Temuan ini mengindikasikan bahwa pelatihan PFA dapat memperkuat pemahaman, keterampilan praktik, serta kesiapan guru dalam memberikan dukungan awal kepada siswa yang mengalami distress psikologis. Program ini direkomendasikan untuk diterapkan secara berkelanjutan dan direplikasi di sekolah lain terutama di wilayah rawan bencana.

Kata Kunci: Psychological First Aid, Kompetensi Guru, Kesehatan Mental, Intervensi Psikologi



© year The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Islam Negeri Datokarama Palu. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).DOI: <https://doi.org/10.24239/moderasi.Vol6.Iss1.479>

Pendahuluan

Guru memiliki peran penting dalam membentuk perkembangan psikologis dan akademik siswa. Namun, dalam konteks pendidikan di Indonesia, banyak guru belum memiliki kompetensi yang memadai dalam menangani siswa yang mengalami situasi krisis, seperti kekerasan, pelecehan, kehilangan orang terdekat atau bencana alam¹. Data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) menunjukkan bahwa 32% siswa di Indonesia pernah mengalami kejadian traumatis yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka². Hal ini menegaskan bahwa guru memerlukan pelatihan khusus agar dapat memberikan intervensi awal yang tepat dan mencegah dampak psikologis jangka panjang pada siswa.

Salah satu pendekatan yang efektif untuk menangani situasi krisis pada siswa adalah *Psychological First Aid* (PFA). PFA adalah strategi berbasis Riset yang bertujuan memberikan dukungan psikososial awal kepada individu yang mengalami stres akut atau trauma³. Hasil penelitian Kurniawan menunjukkan bahwa guru yang diberikan pelatihan

¹ Dinda Dwarawati et al., "Satuan Pendidikan Aman Bencana (SPAB) and Psychological First Aid (PFA) Workshop' for Volunteers in Forum Pengurangan Risiko Bencana (FPRB) Kabupaten Bandung," *KnE Social Sciences*, 2023, <https://doi.org/10.18502/kss.v8i18.14234>.

² Ahmad Febi Rozaki, "Survei Kemendikbudristek: Kekerasan Seksual Terbanyak Di Perguruan Tinggi," 2023.

³ Yaryna Kaplunenko, "Psychological First Aid: Experience of International Organizations," *Psychology and Psychosocial Interventions*, 2021, <https://doi.org/10.18523/2617-2348.2020.3.36-41>.

PFA dapat lebih efektif dalam mengenali tanda-tanda distress pada siswa serta memberikan respons yang tepat sebelum rujukan profesional dilakukan⁴.

Di Indonesia, implementasi PFA dalam dunia pendidikan masih sangat terbatas. Survei yang dilakukan oleh Lembaga Perlindungan Anak Indonesia pada tahun 2023 mengungkapkan bahwa hanya 14% sekolah yang memiliki program pelatihan bagi guru dalam menangani krisis psikologis pada siswa⁵. Selain itu, banyak sekolah, terutama di daerah tertinggal, belum memiliki tenaga psikolog atau konselor yang dapat memberikan intervensi langsung. Kesenjangan ini menuntut adanya program intervensi yang dapat membekali guru dengan keterampilan PFA untuk memberikan pertolongan awal kepada siswa yang mengalami situasi krisis.

Remaja yang mengalami permasalahan psikologis namun tidak mendapat penanganan yang tepat cenderung mengalami gangguan mental lanjutan saat dewasa muda, termasuk saat kuliah⁶. Mereka memiliki kemungkinan dua kali lipat mengalami gangguan kecemasan dan depresi saat menjadi mahasiswa, prestasi akademik menurun dengan IPK yang lebih rendah dibanding mahasiswa tanpa riwayat gangguan psikologis dan kesulitan adaptasi sosial di lingkungan kampus juga lebih tinggi⁷.

Saat ini, sebagian besar guru di Sulawesi Tengah belum mendapatkan pelatihan dalam menangani siswa yang mengalami trauma. Dalam survei awal yang dilakukan oleh peneliti, sebanyak 80% guru menyatakan bahwa mereka merasa tidak siap untuk menghadapi siswa yang mengalami krisis psikologis. Selain itu, hanya 10% sekolah yang memiliki mekanisme rujukan psikologis yang jelas bagi siswa yang membutuhkan intervensi lebih lanjut. Minimnya sumber daya ini memperkuat urgensi program pelatihan PFA bagi guru agar mereka dapat berperan sebagai pendamping pertama dalam memberikan bantuan psikologis kepada siswa.

⁴ Luky Kurniawan et al., "Psychological First Aid (PFA) Training For Teachers in Indonesia and Malaysia," *International Journal Of Community Service*, 2021, <https://doi.org/10.51601/ijcs.v2i1.58>.

⁵ Adinda Khairun Nisa and Nicka Tri Mulyasari, "Bantuan Hukum Terhadap Anak Korban Tindak Pidana Kekerasan Seksual Di Indonesia," *Risalah Hukum*, 2023.

⁶ Muthia Aryuni and Gabriella Bamba Ratih Lintin, "Interaksi Resiliensi Dan Strategi Coping Pada Mahasiswa Yang Mengalami Distress," *Indonesia Berdaya* 5(1) 2024 (2024): 351–264.

⁷ Muthia Aryuni, Jane Mariem Monepa, and Meilisa Silviana Patodo, "Pelatihan Manajemen Stres Pada Mahasiswa," *Indonesia Berdaya* 6 (1), 202 (2024): 8.

Program pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kompetensi guru dalam memberikan *Psychological First Aid* kepada siswa yang mengalami situasi krisis. Secara spesifik, program ini akan mencakup pelatihan keterampilan dasar PFA, simulasi penanganan kasus krisis, serta pengembangan instrument identifikasi permasalahan psikologis siswa modul berbasis riset yang dapat digunakan oleh guru dalam praktik sehari-hari. Selain itu, program ini akan dilengkapi dengan sesi monitoring dan evaluasi untuk mengukur efektivitas pelatihan dalam meningkatkan kesiapan guru dalam menangani situasi krisis di sekolah.

Implementasi PFA di sekolah tidak hanya membantu siswa dalam mengatasi dampak psikologis dari kejadian traumatis, tetapi juga menciptakan iklim sekolah yang lebih suportif dan inklusif⁸. Oleh karena itu, program ini diharapkan dapat menjadi model intervensi yang dapat direplikasi di berbagai daerah lain di Indonesia, khususnya di Sulawesi Tengah.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi-experimental one-group pretest-posttest*. Desain ini dipilih untuk mengukur efektivitas pelatihan *Psychological First Aid* (PFA) dalam meningkatkan kompetensi guru sebelum dan sesudah intervensi.

Penelitian dilaksanakan di SMP Negeri Model Terpadu Madani Kota Palu, Sulawesi Tengah. Populasi penelitian adalah seluruh guru SMP Negeri Model Terpadu Madani. Teknik sampling adalah total sampling, sesuai jumlah guru yang mengikuti pelatihan PFA dalam program yaitu 31 orang.

Instrumen penelitian yang digunakan meliputi: Tes pengetahuan PFA (*pretest-posttest*), panduan observasi dan supervisi pelaksanaan PFA di sekolah, modul PFA berbasis riset. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif yaitu dengan menganalisis

⁸ S. Mukherjee, T. Sebastian, and J. Gawai, "Effectiveness of Mental Health First Aid Kit for Depression and Psychological Well-Being in Adolescents," *Journal of Pharmaceutical Research International*, 2021, <https://doi.org/10.9734/jpri/2021/v33i34a31831>.

skor rata-rata, minimum, maksimum dan standar deviasi serta menganalisis *N-Gain Score* untuk mengukur efektivitas pelatihan.

Hasil dan Pembahasan

1. Deskripsi Responden Penelitian

Tabel 1
Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase
Laki-laki	14	45,16%
Perempuan	17	54,84%
Total	31	100%

2. Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Tabel 2
Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Statistik Deskripsi	N	Mean	Standar Deviasi	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Pretest	31	43.87	13.58	20	70
Posttest	31	89.35	8.53	70	100

3. Analisis Uji *Ngain-Score*

Untuk mengetahui efektivitas pemberian *Psychological First Aid* dengan tujuan untuk Meningkatkan Kompetensi Guru saat Menghadapi Situasi Krisis pada Siswa dalam pengabdian ini, maka dilakukan uji *N-gain score* dengan mengacu pada kategori dibawah ini.

Tabel 3
Kategori Efektivitas *N-Gain*

Nilai N-Gain (%)	Kategori
< 40	Tidak Efektif
40 – 55	Kurang Efektif
56 – 75	Cukup Efektif
> 76	Efektif

Sumber: Hake⁹

Berdasarkan hasil perhitungan uji *N-Gain score* pada tabel dibawah ini, diperoleh nilai rata-rata *N-Gain score* sebesar 81,5 yang termasuk dalam kategori efektif. Adapun nilai N-gain score minimal adalah 50 dan maksimal 100. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kegiatan *Psychological First Aid* (PFA): dengan tujuan untuk Meningkatkan Kompetensi Guru saat Menghadapi Situasi Krisis pada Siswa terbukti efektif untuk meningkatkan pengetahuan guru tentang PFA.

Tabel 3
Hasil Uji *N-Gain Score*

Responden	Pretest	Posttest	<i>NGain Score</i>
01	20	80	.75
02	20	70	.63
03	40	90	.83
04	30	100	1.00
05	50	100	1.00
06	60	90	.75
07	50	90	.80
08	40	80	.67
09	30	70	.57
10	40	80	.67
11	50	90	.80
12	70	100	1.00
13	60	100	1.00
14	50	90	.80
15	40	90	.83
16	50	80	.60
17	20	90	.88
18	40	100	1.00
19	50	90	.80
20	60	80	.50
21	60	90	.75
22	40	100	1.00
23	50	90	.80
24	30	90	.86

⁹ Richard R. Hake, "Interactive-Engagement versus Traditional Methods: A Six-Thousand-Student Survey of Mechanics Test Data for Introductory Physics Courses," *American Journal of Physics*, 1998, <https://doi.org/10.1119/1.18809>.

25	50	100	1.00
26	70	100	1.00
27	40	90	.83
28	30	90	.86
29	30	90	.86
30	40	80	.67
31	50	90	.80
<i>Mean</i>		81.5	
Minimal		50	
Maksimal		100	

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam kompetensi guru setelah mengikuti pelatihan *Psychological First Aid* (PFA). Data *pretest* dan *posttest* memperlihatkan kenaikan rata-rata skor dari 43,87 menjadi 89,35, dengan nilai *N-Gain* sebesar 81,5% yang dikategorikan efektif. Temuan ini memperlihatkan bahwa intervensi berupa pelatihan PFA mampu meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru dalam menangani situasi krisis pada siswa secara bermakna.

Peningkatan tersebut sejalan dengan penelitian Eweida et al. yang menegaskan bahwa guru yang diberikan pelatihan PFA dapat lebih cepat mengenali tanda distress psikologis dan memberikan intervensi awal yang tepat sebelum siswa dirujuk ke tenaga profesional¹⁰. Hal ini penting mengingat hasil survei awal mitra menunjukkan bahwa 80% guru merasa tidak siap menghadapi siswa dalam kondisi krisis. Pelatihan yang dilaksanakan melalui metode simulasi, role-play, dan diskusi kelompok terbukti efektif memperkuat keterampilan praktis guru, sebagaimana ditegaskan oleh Karaca-Atik et al. bahwa pembelajaran interaktif berbasis pengalaman langsung meningkatkan keberhasilan transfer keterampilan psikososial¹¹.

Secara teoritis, PFA merupakan bentuk intervensi psikososial awal yang berlandaskan pendekatan humanistik, dimana individu yang terdampak krisis dibantu untuk

¹⁰ Rasha Salah Eweida et al., "Psychological First Aid Intervention: Rescue from Psychological Distress and Improving the Pre-Licensure Nursing Students' Resilience amidst COVID-19 Crisis and Beyond," *Scientific African*, 2023, <https://doi.org/10.1016/j.sciaf.2022.e01472>.

¹¹ Aysegül Karaca-Atik et al., "Uncovering Important 21st-Century Skills for Sustainable Career Development of Social Sciences Graduates: A Systematic Review," *Educational Research Review*, 2023, <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2023.100528>.

kembali merasa aman, didengar, dan didukung¹². Dengan demikian, pelatihan PFA bagi guru tidak hanya menambah pengetahuan, tetapi juga membangun kepekaan empatik yang krusial dalam interaksi dengan siswa yang mengalami trauma. Temuan ini sejalan dengan perspektif Aryuni & Lintin yang menyatakan bahwa intervensi psikososial sejak dini dapat mencegah berkembangnya masalah mental serius pada remaja hingga dewasa¹³.

Selain itu, keberhasilan program ini juga memperkuat pentingnya integrasi kesehatan mental ke dalam sistem pendidikan. Guru berperan sebagai garda terdepan yang dapat mendeteksi permasalahan psikologis sejak awal, sehingga intervensi lebih cepat dilakukan. Hal ini relevan dengan laporan Kemendikbud tahun 2023 yang menemukan bahwa 32% siswa di Indonesia pernah mengalami kejadian traumatis¹⁴. Oleh karena itu, hasil pengabdian ini dapat menjadi model intervensi berkelanjutan yang direkomendasikan untuk diadopsi pada skala lebih luas, terutama di wilayah rawan bencana seperti Sulawesi Tengah. Dengan melihat hasil yang dicapai, pelatihan PFA tidak hanya memenuhi tujuan meningkatkan kompetensi guru, tetapi juga memberikan manfaat lebih luas dalam menciptakan iklim sekolah yang aman, suportif, dan inklusif.

Kesimpulan

Program *Psychological First Aid* (PFA): Meningkatkan Kompetensi Guru saat Menghadapi Situasi Krisis pada Siswa terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan guru. Hasil uji *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya peningkatan skor yang signifikan, dengan nilai rata-rata *N-Gain* sebesar 81,5% yang masuk kategori “efektif”. Temuan ini menegaskan bahwa pelatihan PFA mampu memberikan dampak positif terhadap kesiapan guru dalam mendampingi siswa yang mengalami krisis psikologis.

Selain peningkatan pengetahuan, pelatihan juga berkontribusi pada penguatan sikap empatik guru, membangun kepercayaan diri dalam memberikan pertolongan awal, serta meningkatkan kemampuan deteksi dini terhadap siswa yang mengalami trauma. Hal ini

¹² Kaplunenko, “Psychological First Aid: Experience of International Organizations.”

¹³ Aryuni and Lintin, “Interaksi Resiliensi Dan Strategi Coping Pada Mahasiswa Yang Mengalami Distress.”

¹⁴ Kemendikbud, “Kemendikbudristek Wujudkan Pendidikan Inklusi Yang Adil Dan Merata,” *Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi (Kemendikbudristek)*, 2023.

penting mengingat sebagian besar guru sebelumnya merasa belum siap menghadapi siswa dalam situasi krisis.

Referensi

- Adib, M. Afiquel. "Pendidikan Kontekstual dan Keterikatan Dengan Masyarakat (Analisis Pemikiran Rahmah El Yunusiyah)." *Jurnal Hurriah: Jurnal Evaluasi Pendidikan dan Penelitian* 3, no. 2 (2022): 71-81.
- Aji, Daru Tunggul. "Literasi Visual sebagai Pendekatan dalam Pembelajaran Fotografi." *Rekam: Jurnal Fotografi, Televisi, Animasi* 17, no. 2 (2021): 123-134.
- Angelita, Pristian Pratama, and Firsty Chintya Laksmi Perbawani. "Analysis of International Expert Migration: A Case Study of Brain Drain in the Philippines in 2015-2023." *Journal of Humanities and Social Sciences (JHASS)* 6, no. 2 (2024): 91-101.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Flores Timur. Kecamatan Ile Boleng Dalam Angka 2024 Volume 20, 2024. 2024.
- David, Hanna. "Digital Immigrants, Digital Natives and Digital Learners: Where Are We Now?." *Journal for the Education of Gifted Young Scientists* 10, no. 2 (2022): 159-172.
- Doolan, Paul M.M. "Collective Memory and Unremembering." In *Collective Memory and the Dutch East Indies: Unremembering Decolonization*, 15–26. Amsterdam University Press, 2021.
- Fitriyah, Chumi Zahroul, and Rizki Putri Wardani. "Paradigma kurikulum merdeka bagi guru sekolah dasar." *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan* 12, no. 3 (2022): 236-243.
- Gutama, Prima Putra Budi, and Bambang Widiyahseno. "Inklusi Sosial dalam Pembangunan Desa." *Reformasi* 10, no. 1 (2020): 70-80.
- Haderani, Haderani. "Tinjauan Filosofis Tentang Fungsi Pendidikan dalam Hidup Manusia." *Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan* 7, no. 1 (2018).
- Hardiyanto, Tito, and Cecep Pardani. "Analisis Keunggulan Kompetitif Beberapa Tanaman Pangan Utama di Kabupaten Ciamis." *Mimbar Agribisnis: Jurnal Pemikiran Masyarakat Ilmiah Berwawasan Agribisnis* 3, no. 1 (2017): 73-88.
- Hasanah, Hasyim. "Teknik-teknik Observasi (Sebuah Alternatif Metode Pengumpulan Data Kualitatif Ilmu-ilmu Sosial)." *At-Taqaddum* 8, no. 1 (2017): 21-46.
- Hasminur, Hasminur, Zulhaini Zulhaini, Arief Rachman Hadi, and Mangatur Sinaga. "Keefektifan Penggunaan Storyboard Dalam Pembuatan Film Pendek sebagai Implementasi Pembelajaran Teks Anekdote" *GERAM: Gerakan Aktif Menulis* 10, no. 2 (2022): 52-63.
- Jurhana, Jurhana, Usman Made, and Ichwan Madauna. "Pertumbuhan dan Hasil Tanaman Jagung Manis (Zea Mays Saccharata) pada Berbagai Dosis Pupuk Organik." *Agrotekbis: Jurnal Ilmu Pertanian (e-journal)* 5, no. 3 (2017): 324-328.

Machmud, Mulyana, Hartati Hartati, Syafaruddin Syafaruddin, Misbahuddin Misbahuddin, Salmiyah Thaha, and Riska Andreani Syafaruddin. "Keberlanjutan Usaha Desa Melalui Pemberdayaan Potensi Desa di Wilayah Kelurahan Canrego, Kecamatan Polombangkeng Selatan Kabupaten Takalar." *Journal of Training and Community Service Adptisi (JTCSA)* 3, no. 1 (2023): 65-75.

McIntyre, Alice. *Participatory Action Research*. Sage Publications, 2007.

Pemerintah Indonesia. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2024 tentang Perubahan atas Undang-undang Repbulik Indonesia Nomor 6 tahun 2014. Sekretariat Negara, 2024.

Putri, Elisa Eliyani. "Generasi Z dan Brain Drain: Apa yang Mendorong Talenta untuk Pergi?" *Dewantara: Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora* 4, no. 1 (2025): 68-77.

Salim, Munir. "Adat Recht sebagai Bukti Sejarah dalam Perkembangan Hukum Positif di Indonesia." *Al Daulah: Jurnal Hukum Pidana dan Ketatanegaraan* 4, no. 1 (2015): 16-31.

Sholehatun, Syaputri, Moh Irawan Zain, and Prayogi Dwina Angga. "Nilai Pendidikan Karakter pada Permainan Tradisional Bentengan dan Gobak Sodor." *Journal Of Classroom Action Research* 5, no. 3 (2023): 180-186.

Utami, Ratih Apri, and Nurul Dwi Novikarumsari. "Pemberdayaan Masyarakat Petani Kopi Lego Menuju Agrowisata Berkelanjutan dalam Perspektif Pentahelix Model Di Gombongsari, Kabupaten Banyuwangi." *Jurnal Kirana* 3, no. 1 (2022): 62-74.