



PEMANIS PASTI (PERTOLONGAN PERTAMA PSIKOLOGIS PASCA TRAUMA KRISIS)

Kategori health services during crisis

PEMANIS PASTI (PERTOLONGAN PERTAMA PSIKOLOGIS PASCA TRAUMA KRISIS)

Oleh:

Suratni, S.Kep.Ns., MPH

Fauzi Tsanifiandi, S.Kep.Ns.

RINGKASAN

Trauma pada korban bencana dapat menimbulkan gangguan jiwa berat sehingga diperlukan dukungan psikologis awal. RSJ Mutiara Sukma dengan layanan PEMANIS PASTI hadir untuk memberikan respon cepat, tepat dan berkesinambungan dengan pendekatan terapi bermain, manajemen stres, konseling, dan psikoedukasi sesuai dengan tahapan trauma dan kelompok usia. Hasil pelaksanaan kegiatan PEMANIS PASTI terdapat 380 sasaran dimana 57% didominasi oleh kelompok anak-anak. Hasil skrining didapatkan 286 sasaran mengalami rasa takut, 94 cemas dan gangguan tidur dan jenis terapi yang diberikan terbanyak adalah terapi bermain 246 orang, manajemen stres 113 orang, dari 113 orang terdapat 23 orang menjalani konsultasi dan 2 orang dirujuk.

LATAR BELAKANG

Bencana adalah peristiwa traumatis yang mengakibatkan berbagai konsekuensi kesehatan mental dan fisik. Korban bencana mengalami tekanan fisik dan psikologis, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa gangguan stres pasca-trauma (PTSD), depresi, dan masalah kesehatan mental lainnya dapat meningkat setelah terjadi bencana (North, 2016).

Data WHO (2019) menunjukkan 30–50% penyintas bencana mengalami stres, cemas, dan gangguan tidur, 5–10% mengalami gangguan jiwa berat seperti depresi, gangguan psikotik dan PTSD. Penyintas gempa bumi Lombok sebanyak 35% mengalami PTSD, 20% depresi dan 15% kecemasan (kemenkes 2019). Bencana banjir di Jakarta tahun 2022 sebesar 25% penyintas mengalami insomnia dan 12% gejala depresi. Masalah kesehatan jiwa yang muncul ini diperparah dengan kehilangan anggota keluarga atau harta benda, paparan langsung terhadap kejadian traumatis (melihat korban luka/meninggal), tidak adanya dukungan sosial, dan riwayat masalah kesehatan jiwa saat terjadi bencana. Untuk mencegah munculnya berbagai

masalah kesehatan jiwa tersebut maka diperlukan dukungan psikologis awal bagi para korban bencana.

RSJ Mutiara Sukma dengan layanan PEMANIS PASTI (Pertolongan Pertama Psikologis pasca Trauma Krisis) bertujuan memberikan respon cepat, tepat, dan berkesinambungan, sehingga dapat mengurangi dampak psikologis dengan menstabilkan emosi, mencegah PTSD, depresi dan kecemasan, memberikan rasa aman dan tenang, mengembalikan fungsi sosial dimana penyintas dapat kembali beraktivitas dan mencegah isolasi sosial, menghubungkan dengan sumber dukungan dan mencegah trauma berkepanjangan dengan Intervensi sedini mungkin, serta menurunkan risiko masalah kesehatan jiwa jangka panjang sebagai upaya agar para korban bisa berfungsi secara optimal dan kembali produktif.

TUJUAN

Layanan "PEMANIS PASTI RSJ Mutiara Sukma" adalah sebuah upaya komprehensif mulai dari promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif untuk meminimalkan masalah kesehatan jiwa yang muncul pada individu atau kelompok pasca bencana atau masa krisis. Adapun tujuan khusus dari layanan ini adalah sebagai berikut:

- Memberikan layanan pertolongan pertama psikologis pada korban pasca bencana atau trauma krisis
- Mengidentifikasi masalah kesehatan jiwa yang muncul pada korban pasca bencana atau trauma krisis
- Memberikan terapi pada korban pasca bencana atau trauma krisis sesuai kelompok usia

LANGKAH-LANGKAH

Layanan PEMANIS PASTI dibagi dalam 3 tahap:

1. Tahap I: Persiapan

- a. Pembentukan tim pelaksana: psikiater, psikolog klinis, ners spesialis keperawatan jiwa, perawat dan tenaga promosi kesehatan dan ilmu perilaku,
- b. penyusunan rencana kerja meliputi:

- 1) identifikasi dan analisis permasalahan layanan kesehatan jiwa
- 2) penilaian terhadap kebutuhan dan jenis dukungan psikososial
- 3) koordinasi dengan stakeholder terkait



Gambar 4.1: Tim Pelaksana PEMANIS PASTI

- c. persiapan sarana dan prasarana: alat menggambar, sound system, bingkisan, media promosi, dll.
2. Tahap II: pelaksanaan kegiatan

Melakukan pengelompokkan sasaran sesuai dengan usia (anak-anak, remaja, dewasa dan lansia):

1. Kelompok anak-anak:
 - Ketua kelompok menyapa anak-anak dan menjelaskan tujuan dari kegiatan
 - Memperkenalkan seluruh anggota tim



Gambar 4.2 Kegiatan PEMANIS PASTI

- Melakukan terapi bermain, bernyanyi dan menari mengikuti irama musik
- Melaksanakan terapi menggambar dan mewarnai dimana hasilnya akan dianalisa oleh psikolog klinis untuk menentukan rencana tindak lanjut pada pertemuan selanjutnya.
- Memberikan kesempatan pada anak-anak untuk bercerita tentang hasil karya mereka dan diberikan reward
- Kegiatan diakhiri dengan bernyanyi bersama dan membagikan bingkisan



Gambar 4.3 Terapi bermain dan menari

d. Kelompok Remaja

- Ketua kelompok menyapa peserta dan menjelaskan tujuan dari kegiatan
- Memperkenalkan seluruh anggota tim
- Menggunakan pendekatan yang komunikatif untuk lebih mudah diterima

- Melakukan sesi validasi perasaan, secara bergiliran mempersilahkan peserta bercerita tentang perasaan dan pengalaman yang dialami selama terjadi bencana dan masa krisis
- memberikan terapi manajemen stres (relaksasi nafas dalam dan mindfulness)



Gambar 4.4 Pemberian Terapi Manajemen Stress - Mindfulness Therapy

- Memberikan pendampingan secara khusus pada remaja yang mengalami kondisi kecenderungan pada masalah kesehatan jiwa, dan bagi korban yang membutuhkan penanganan lebih lanjut akan dirujuk ke Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) untuk mendapatkan rujukan ke RSJ Mutiara Sukma serta menghubungkan dengan aplikasi Mutiara Sukma fitur LAPOR BUDIR untuk mendapatkan layanan online konsultasi gratis dengan psikolog klinis yang dibuka 24 jam, 7 hari dalam 1 minggu
 - Mengakhiri sesi terapi dengan melakukan evaluasi perasaan dan membagikan bingkisan pada seluruh peserta
- e. Kelompok dewasa dan lansia
- Ketua kelompok menyapa peserta dan menjelaskan tujuan dari kegiatan
 - Memperkenalkan seluruh anggota tim
 - Mengedepankan sopan santun dan rasa menghormati, untuk lebih mudah diterima dan mendapatkan kepercayaan peserta dewasa lansia
 - Melakukan sesi validasi perasaan.

- memberikan terapi manajemen stres (relaksasi nafas dalam dan relaksasi hipnosis lima jari)



Gambar 4.5 Pemberian Terapi Manajemen Stress - Hipnosis 5 jari

- Memberikan pendampingan secara khusus pada dewasa dan lansia yang mengalami kondisi kecendrungan pada masalah kesehatan mental, dan bagi korban yang membutuhkan penanganan lebih lanjut akan dirujuk ke Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) untuk mendapatkan rujukan ke RSJ Mutiara Sukma serta menghubungkan dengan aplikasi Mutiara Sukma fitur LAPOR BUDIR untuk mendapatkan layanan online konsultasi gratis dengan psikolog klinis yang dibuka 24 jam, 7 hari dalam 1 minggu
 - Mengakhiri sesi terapi dengan melakukan evaluasi perasaan dan membagikan bingkisan pada seluruh peserta.
3. Tahap III: Follow up
- a. 2 minggu pasca bencana, tim kembali ke lokasi bencana dan melakukan skrining kesehatan jiwa dengan menggunakan form Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ) untuk kelompok anak-anak dan form Self-Report Questionnaire (SRQ) pada kelompok dewasa dan lansia.



Gambar 4.6 pendampingan peserta mengisi form SDQ

- b. Membagi anggota tim untuk menangani masing-masing kelompok dimana kelompok anak-anak yang memiliki hasil skrining abnormal dan atau nilai ambang akan mendapatkan konsultasi bersama orang tua, sedangkan bagi remaja dan lansia yang memiliki nilai jawaban ya lebih dari sama dengan 6 akan mendapatkan konsultasi dengan para profesional (Psikiater/psikolog klinis/ners spesialis keperawatan jiwa)



Gambar 4.7 Sesi konsultasi

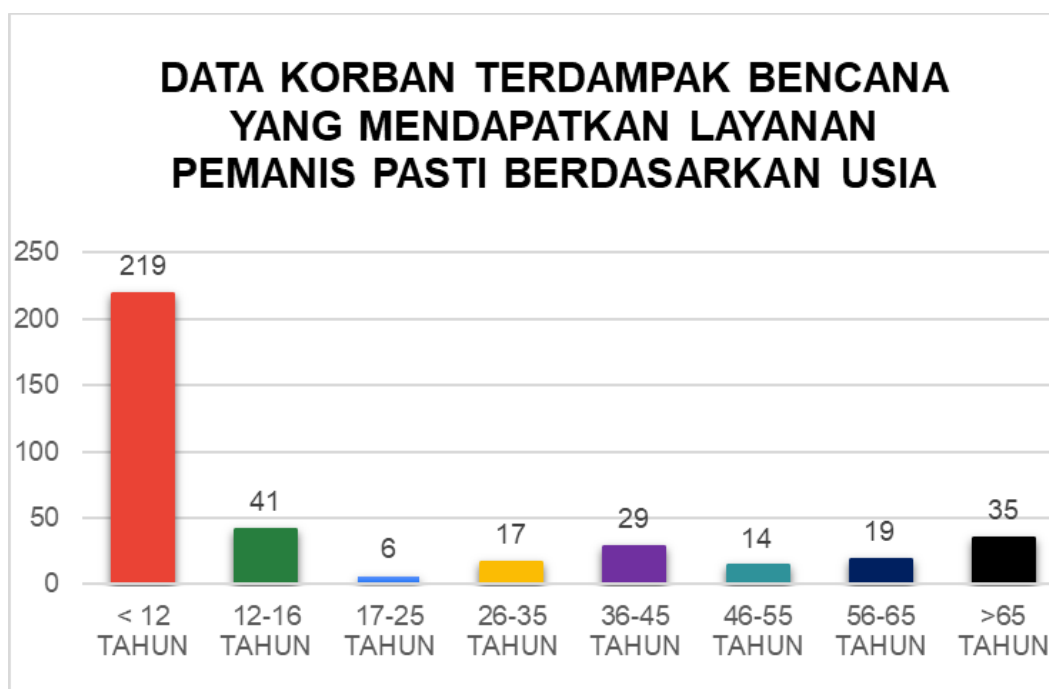
- c. Melakukan penyuluhan dan psikoedukasi pada seluruh sasaran.
- d. Memberikan rekomendasi pada sasaran untuk mendapatkan layanan pada fasilitas kesehatan.

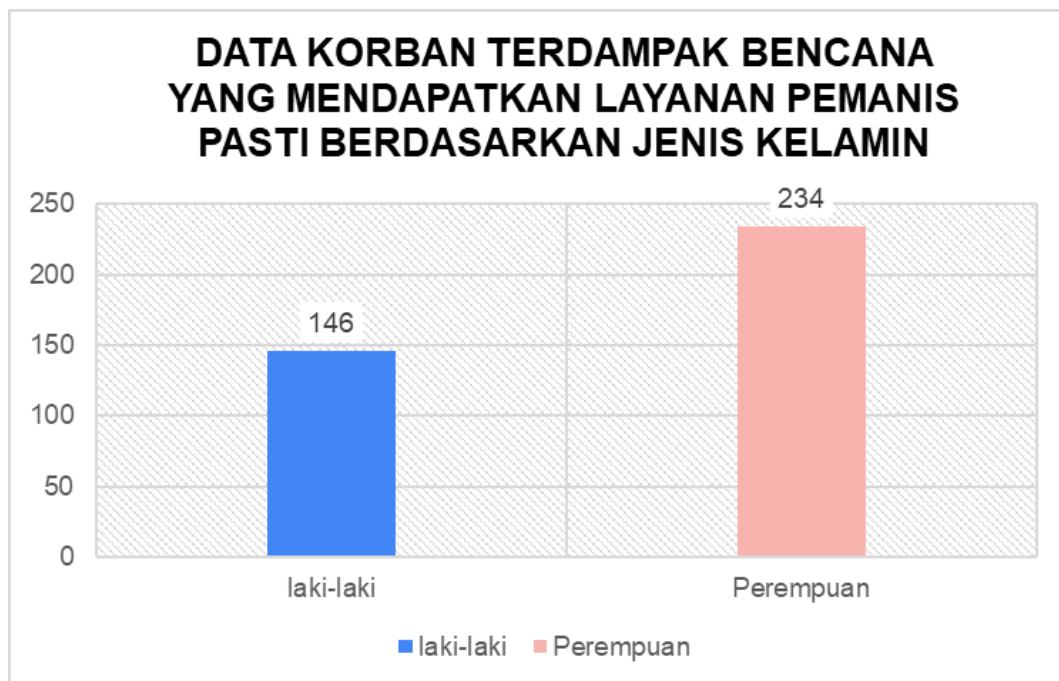
HASIL

Kegiatan layanan PEMANIS PASTI pada bencana banjir di kota mataram yang terjadi tanggal 6 Juli 2025 dimulai sejak hari pertama yaitu kegiatan asesmen awal oleh tim RSJ Mutiara Sukma disertai penyerahan bantuan fisik berupa makanan dan selimut, selanjutnya kegiatan layanan dilakukan secara berkesinambungan sejak tanggal 7 juli hingga 21 Juli 2025 dengan lokasi di beberapa titik yaitu SDN 31 Cakranegara, Pos Bencana Pamotan, Pos Bencana Kekalik dan Pos Bencana Lingkungan Tegal. RSJ Mutiara Sukma dalam pelaksanaan kegiatan ini bekerja sama dengan lintas sektor yaitu RSUD Provinsi NTB, RSUD Moh Ruslan Kota Mataram, Balai Laboratorium Kesehatan Pengujian dan Kalibrasi (BLKPK) Kota Mataram dan Ikatan Perawat Kesehatan Jiwa Indonesia (IPKJI) Provinsi NTB untuk memberikan layanan kesehatan dan sosial terpadu sebagai aksi cepat tanggap bencana yang terjadi di Kota Mataram. Berikut adalah rincian dari hasil kegiatan PEMANIS PASTI:

1. Terlaksananya layanan pertolongan pertama psikologis pada korban terdampak bencana atau trauma krisis

Berikut data jumlah terdampak bencana yang mendapatkan layanan PEMANIS PASTI berdasarkan usia dan jenis kelamin::

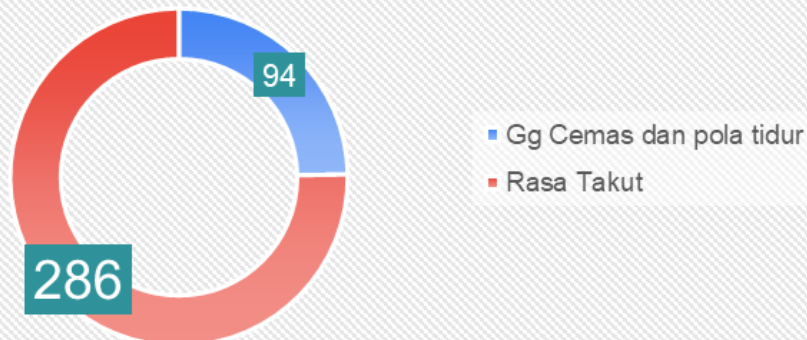




Berdasarkan grafik diatas, total sasaran dalam layanan PEMANIS PASTI adalah 380 orang. Jumlah tertinggi pada kelompok usia anak-anak dibawah 12 tahun sebesar 57,6%, dan sebaran sasaran ada pada semua kelompok usia. Hal ini menunjukkan bahwa layanan PEMANIS PASTI diberikan merata pada seluruh kategori usia serta jenis kelamin. Dimana perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki yaitu sebesar 61,58%.

2. Mengidentifikasi masalah kesehatan jiwa yang muncul pada korban terdampak bencana atau trauma krisis.

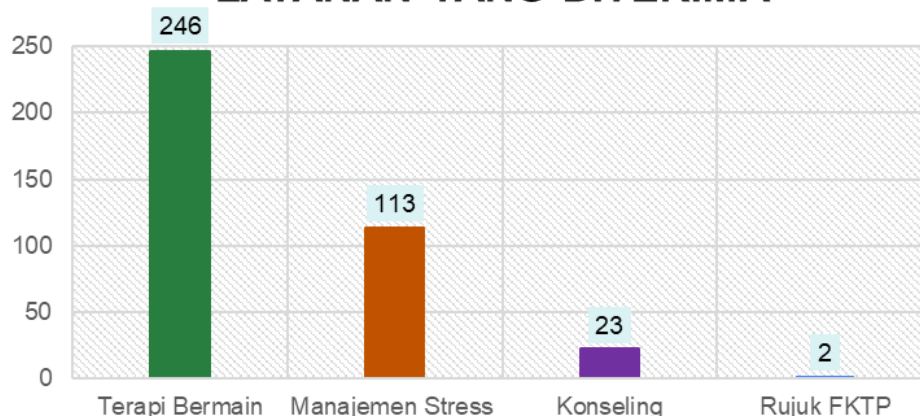
DATA KORBAN TERDAMPAK BENCANA YANG MENDAPATKAN LAYANAN PEMANIS PASTI BERDASARKAN MASALAH KESEHATAN JIWA



Berdasarkan tampilan data inovasi layanan PEMANIS PASTI diatas menggambarkan munculnya masalah kesehatan mental pada penyintas korban bencana yang didominasi oleh rasa takut, data didapatkan menggunakan teknik validasi perasaan. Data awal ini nantinya menjadi dasar penentuan jenis terapi manajemen stres yang akan diberikan.

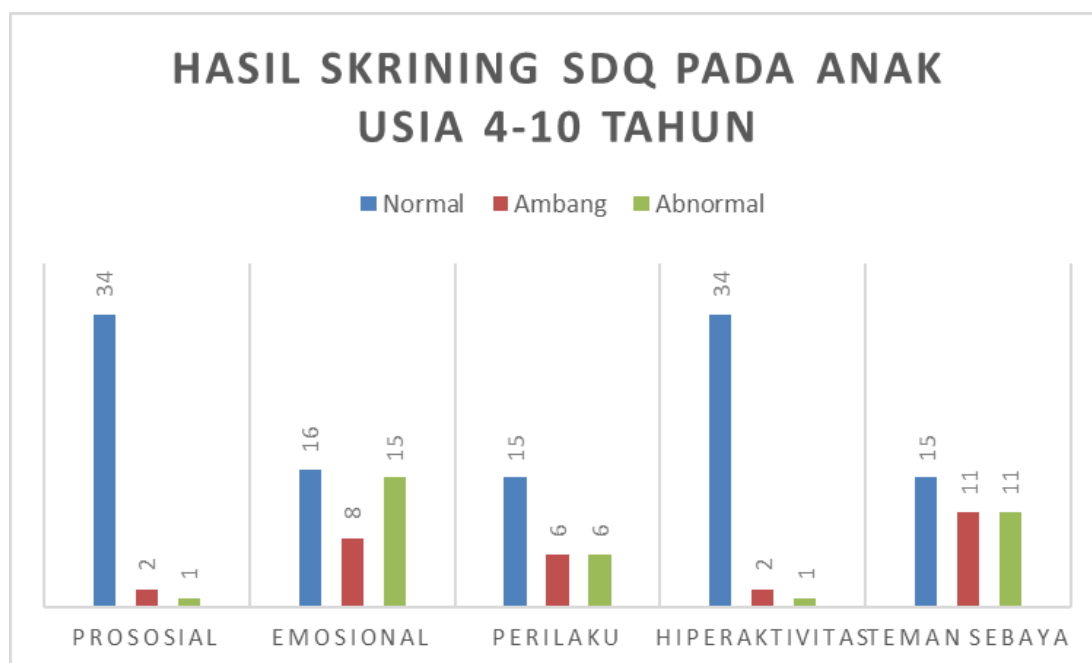
- Identifikasi terapi berdasarkan kebutuhan korban terdampak bencana atau trauma krisis

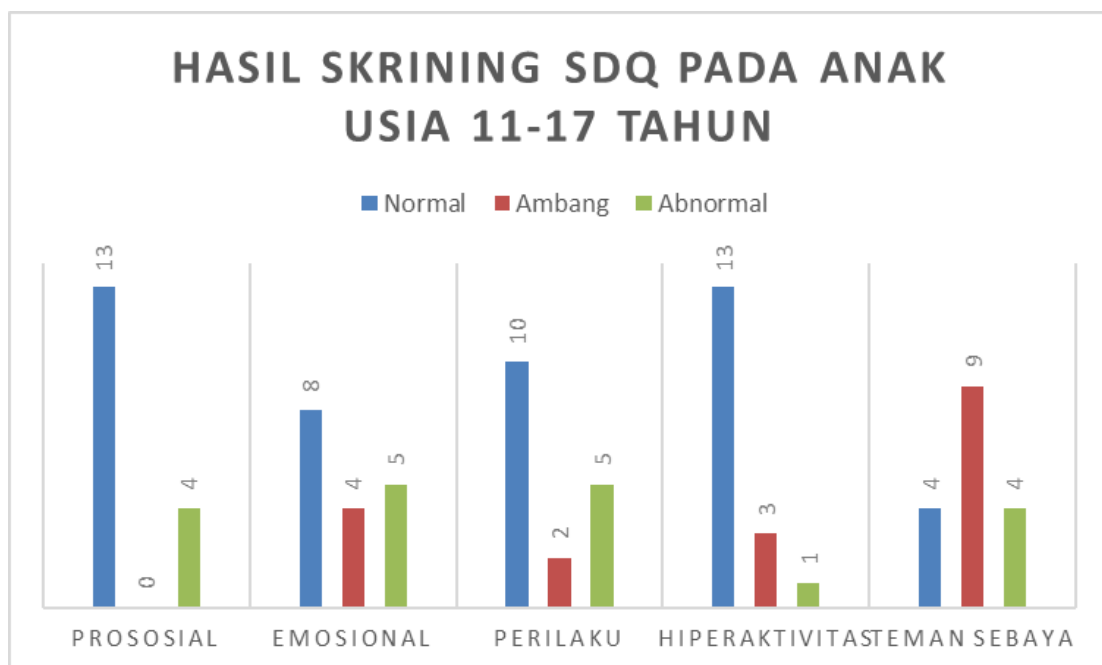
DATA KORBAN TERDAMPAK BENCANA BERDASARKAN JENIS LAYANAN YANG DITERIMA



Berdasarkan grafik diatas adapun layanan PEMANIS PASTI diberikan sesuai dengan kebutuhan pada masing-masing kelompok. Dimana layanan terbanyak adalah terapi bermain sebanyak 246 orang (64,70%) hal ini dikarenakan sasaran terdampak yang didominasi oleh kelompok usia anak-anak. Sedangkan terapi manajemen stres sebanyak 113 orang, dari 113 orang tersebut terdapat 23 orang yang menjalani konsultasi dengan para profesional (Psikiater/psikolog klinis/ ners spesialis keperawatan jiwa) dan 2 orang dirujuk ke FKTP untuk mendapatkan rujukan ke RSJ Mutiara Sukma untuk ditangani lebih lanjut karena memiliki gejala gangguan jiwa berat.

Kegiatan dilanjutkan dengan melakukan follow up 2 minggu kemudian untuk dilakukan skrining yang dihitung dari tanggal kunjungan awal. Untuk follow up layanan PEMANIS PASTI banjir kota mataram, tim melakukan fokus kegiatan pada lokasi SDN 31 Cakranegara, hal ini dikarenakan lokasi tersebut merupakan area yang paling terdampak dibandingkan wilayah lainnya. Kegiatan lanjutan dilakukan pada hari Senin 21 Juli 2025, dengan anggota tim sejumlah 8 orang. Agenda kegiatan dilakukan sama seperti kunjungan sebelumnya dan dilakukan pada sasaran yang sama pula, berikut adalah data hasil skrining:





Sumber: Laporan Instalasi PKRS Keswamas bulan Juli 2025

Dari data yang ditampilkan, menunjukkan bahwa ada peserta yang memiliki hasil pada kategori abnormal dan nilai ambang. Tindak lanjut yang diberikan adalah bimbingan konseling oleh psikolog dan ners spesialis keperawatan jiwa baik pada anak-anak dan juga orang tua.



PEMERINTAH PROVINSI NUSA TENGGARA BARAT
DINAS KESEHATAN
RUMAH SAKIT Jiwa MUTIARA SUKMA

Jl. Ahmad Yani No. 1 Selagalas, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat 83237
Telepon (0370) 672140, Faksimile (0370) 671515
Laman rsjmutiarasukma.ntbprov.go.id, Pos-el rsjmutiarasukma@gmail.com



SURAT PENGESAHAN
Nomor: 400.7.28/339/JANG/RSJMS/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : dr. Hj. Wiwin Nurhasida
NIP : 19700213 200112 2 002
Pangkat/ Golongan/ Ruang : Pembina Tk. I / IV-b
Jabatan : Direktur Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma

Dengan ini menerangkan dan mengesahkan bahwa

Nama : Suratni, S.Kep.Ns., MPH
NIP : 19861025 201001 2 031
Pangkat/ Golongan/ Ruang : Penata Tk. I / III-d
Jabatan : Penyuluh Kesehatan Masyarakat Ahli Muda

Nama : Fauzi Tsanifiandi, S.Kep., Ns
NIP : 19921022 201402 1 001
Pangkat/ Golongan/ Ruang : Penata Muda Tk. I / III-b
Jabatan : Perawat Mahir / Pelaksana Lanjutan

Telah menyusun makalah dengan judul "**PEMANIS PASTI (Pertolongan Pertama Psikologis Pasca Trauma Krisis)**", untuk mengikuti lomba kategori 4 - *Health Services During Crisis*, dalam acara PERSI Award 2025 dan tidak keberatan bila dipublikasikan oleh PERSI pusat dengan tujuan untuk menyebarkan pengetahuan dan pengalaman dalam manajemen rumah sakit.

Demikian surat pengesahan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Mataram, 15 Agustus 2025

Direktur Rumah Sakit Jiwa
Mutiara Sukma



dr. Hj. Wiwin Nurhasida
Pembina Tk. I
NIP. 19700213 200112 2 002

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).