

OPTIMALISASI MITIGASI BENCANA MELALUI PEMBENTUKAN TIM *PSYCHOLOGICAL FIRST AID* PADA BENCANA KEBAKARAN PADA WILAYAH RAWAN KEBAKARAN TAMBORA

^{1*)}Mustikasari, ²⁾Dian Fitria, ³⁾Ice Yulia Wardhani, ⁴⁾Giur Hargiana, ⁵⁾Eriyono Budi Wijoyo, ⁶⁾Maynah Oktavia, ⁷⁾Firhan Nurfalah

- ⁽¹⁾Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: mustikasari@ui.ac.id
- ⁽²⁾Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: dianfitriafanani@gmail.com
- ⁽³⁾Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: iceyulia@ui.ac.id
- ⁽⁴⁾Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: hargiana@ymail.com
- ⁽⁵⁾Mahasiswa Doktoral Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: eriyono.budi31@ui.ac.id
- ⁽⁶⁾Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: mayoktav8@gmail.com
- ⁽⁷⁾Mahasiswa Magister Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Jl. Lingkar, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424 email: firhannurfalah86@gmail.com
- Co-author: mustikasari@ui.ac.id

ABSTRAK

Wilayah Tambora merupakan salah satu kawasan padat penduduk di Jakarta yang memiliki tingkat kerawanan tinggi terhadap bencana kebakaran. Tingginya kepadatan bangunan, rendahnya kesadaran masyarakat terhadap kesiapsiagaan bencana, serta minimnya penanganan psikologis pasca kebakaran menjadi faktor utama yang memperparah dampak sosial dan mental korban. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengoptimalkan mitigasi bencana melalui pembentukan Tim *Psychological First Aid* (PFA) sebagai respon awal dalam penanganan dampak psikologis bagi korban bencana kebakaran. Metode pelaksanaan meliputi sosialisasi, pelatihan dasar PFA, simulasi lapangan, dan evaluasi efektivitas tim. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai PFA dari rata-rata 72% menjadi 86 % serta terbentuknya tim relawan lokal yang siap tanggap memberikan pertolongan psikologis awal. Dengan demikian, program ini berkontribusi terhadap peningkatan kapasitas masyarakat Tambora dalam mitigasi bencana berbasis psikososial.

Kata kunci: Mitigasi bencana, *Psychological First Aid*, kebakaran, Tambora, pemberdayaan masyarakat

ABSTRACT

The Tambora area is one of the densely populated areas in Jakarta with a high level of vulnerability to fire disasters. High building density, low public awareness of disaster preparedness, and minimal post-fire psychological care are key factors exacerbating the social and mental impacts of fire victims. This community service activity aims to optimize disaster mitigation by establishing a *Psychological First Aid* (PFA) Team as an initial response to address the psychological impacts of fire victims. Implementation methods included outreach, basic PFA training, field simulations, and evaluation of the team's effectiveness. Results showed from an average of 72% to 86% increase in participants' knowledge of PFA, as well as the formation of a local volunteer team ready to provide initial psychological assistance. Thus, this program contributes to increasing the capacity of the Tambora community in psychosocial-based disaster mitigation.

Keywords: disaster mitigation, *Psychological First Aid*, fire, Tambora, community empowerment

PENDAHULUAN

Bencana kebakaran merupakan salah satu permasalahan utama di wilayah padat penduduk seperti Kecamatan Tambora, Jakarta Barat. Kecamatan Tambora merupakan salah satu kecamatan di wilayah Jakarta Barat, dengan jumlah penduduk pada tahun 2022 sebanyak 2448,9 ribu, indeks pembangunan manusia (IPM) 82,51, kepadatan penduduk dengan 18.905 jiwa, luas wilayah 129,54 km². Kecamatan Tambora merupakan wilayah paling kecil di antara kecamatan yang ada di Jakarta Barat, tetapi memiliki jumlah penduduk yang cukup tinggi (BPS, 2024). Jakarta Barat memiliki jumlah penduduk terbanyak kedua di Jakarta. Kepadatan penduduk di Jakarta semakin terus bertambah, dengan tidak diimbangnya jumlah lahan yang tersedia untuk tempat tinggal. Hal ini menyebabkan tata letak rumah di Jakarta menjadi tidak sesuai dengan tata kota yang ada, jarak antar rumah hampir tidak ada, berdempetan, hingga mengakibatkan munculnya pemukiman yang kumuh (Januari et al., 2024). Dengan perekonomian yang rendah menyebabkan bangunan yang dibangun menggunakan material yang tidak permanen atau semi permanen. Kondisi ini akan mengakibatkan juga instalasi listrik yang berantakan, sehingga memicu terjadinya kebakaran (Widodo et al., 2023). Kebakaran ini akan menjadi besar ketika bertemu dengan bahan material rumah yang semi permanen dan mudah terbakar, dalam jumlah yang luas karena letak yang berdempetan.

Kebakaran adalah api yang tidak terkendali diluar kemampuan dan keinginan manusia sehingga memberikan distress akut (Gernay et al., 2016; Hendryani et al., 2019). Bencana yang banyak terjadi di wilayah DKI Jakarta adalah kebakaran, Provinsi DKI Jakarta mencatat bahwa peristiwa kebakaran telah terjadi sebanyak 2.286 kebakaran di wilayah DKI Jakarta. Faktor penyebab antara lain kepadatan bangunan, instalasi listrik yang tidak standar, serta aktivitas domestik yang berisiko tinggi terhadap terjadinya kebakaran (Widodo et al., 2023). Dampak kebakaran tidak hanya menimbulkan kerugian material, tetapi juga tekanan psikologis yang signifikan

seperti trauma, kecemasan, dan kehilangan motivasi hidup bagi korban (To et al., 2021).

Akan tetapi penanganan pascabencana selama ini masih terfokus pada aspek fisik, sementara kebutuhan psikologis korban sering terabaikan. Oleh karena itu, pendekatan *Psychological First Aid* (PFA) menjadi penting sebagai langkah awal dalam penanganan dampak psikologis bencana. PFA berfungsi untuk memberikan dukungan emosional, menenangkan korban, serta membantu mereka menemukan sumber daya untuk pemulihan. Melalui kegiatan pengabdian masyarakat ini, dilakukan upaya pembentukan Tim *Psychological First Aid* berbasis masyarakat di wilayah Tambora guna memperkuat mitigasi bencana dan meningkatkan kesiapsiagaan psikososial warga terhadap kebakaran.

METODE

Kegiatan dilaksanakan di wilayah Kelurahan Tambora, Jakarta Barat. Metode yang digunakan meliputi: Observasi dan Analisis situasi dimulai dari mengidentifikasi wilayah dengan tingkat kerawanan kebakaran tinggi dan memetakan kebutuhan masyarakat terkait penanganan psikologis pascabencana. Selanjutnya melakukan sosialisasi dan edukasi dengan memberikan penyuluhan kepada warga tentang pentingnya kesiapsiagaan bencana serta pengenalan konsep dasar *Psychological First Aid*. Selanjutnya melakukan pelatihan dan pembentukan Tim PFA. Pelatihan diberikan kepada kader masyarakat, relawan Karang Taruna, dan perwakilan RT/RW. Materi pelatihan meliputi:

- Konsep dasar PFA
- Teknik komunikasi empatik
- Strategi menenangkan korban
- Identifikasi tanda stres dan trauma
- Prosedur rujukan profesional

Simulasi Lapangan dilakukan simulasi tanggap darurat kebakaran dan penerapan PFA secara langsung dengan skenario realistis. Evaluasi dan tindak lanjut dilakukan melalui kuesioner *pre-test* dan *post-test* serta observasi kinerja tim saat simulasi. Tindak lanjut berupa pendampingan dan pembentukan posko siaga PFA di tingkat RW.

HASIL

Hasil kegiatan pengabdian ini berhasil melibatkan 35 peserta dari berbagai unsur masyarakat. Berikut adalah kemampuan yang dilatih dalam pembentukan tim PFA:

Look: melihat, menilai dan memahami kondisi yang terjadi. Kemampuan yang dimiliki oleh peserta yaitu kemampuan menilai keamanan dalam menolong (diri sendiri, orang lain, dan lingkungan); melakukan pengkajian cepat tepat menilai masyarakat yang membutuhkan bantuan, melakukan prioritas terhadap korban yang membutuhkan bantuan dan melakukan pengamanan korban yang membutuhkan pertolongan.

Selanjutnya untuk proses kemampuan *Listen* yaitu hadir, mendengarkan, fokus, empati, tanggap dan peduli. Kemampuan yang dilatihkan pada peserta yaitu melakukan pengenalan diri; kemampuan hadir, mendengarkan, fokus, empati, tanggap, dan peduli serta melakukan pengkajian dan memberikan kebutuhan dasar yang dibutuhkan.

Kemampuan untuk proses *Link* yaitu hubungan dengan layanan dasar dengan menghubungkan korban dengan bagian terkait yang dibutuhkan serta memberikan informasi kepada korban sesuai dengan kebutuhan.

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan keterampilan peserta mengenai penerapan PFA. Berikut adalah perubahan yang terjadi setelah pelatihan dilakukan seperti peningkatan pengetahuan: dari 72 % menjadi 86 % peserta mengalami peningkatan skor *post-test*; selanjutnya pembentukan Tim PFA: Terbentuk satu tim relawan dengan struktur organisasi sederhana dan sistem komunikasi darurat dan kesiapan psikososial meningkat: Masyarakat menunjukkan kesadaran lebih tinggi terhadap pentingnya dukungan emosional saat bencana.

Selain itu, kolaborasi dengan pihak kelurahan dan petugas damkar Tambora memperkuat jaringan koordinasi bencana berbasis komunitas. Program ini terbukti efektif dalam membangun kapasitas warga agar mampu menghadapi bencana secara lebih

tangguh, baik dari aspek fisik maupun psikologis.



Gambar 01. Pemberian materi PFA



Gambar 02. Pemberian materi strategi penanganan korban kebakaran



Gambar 03. Diskusi kasus

^{1*)}Mustikasari, ²⁾Dian Fitria, ³⁾Ice Yulia Wardhani, ⁴⁾Giur Hargiana, ⁵⁾Eriyono Budi Wijoyo, ⁶⁾Maynah Oktavia, ⁷⁾Firhan Nurfalih

OPTIMALISASI MITIGASI BENCANA MELALUI PEMBENTUKAN TIM PSYCHOLOGICAL FIRST AID PADA BENCANA KEBAKARAN PADA WILAYAH RAWAN KEBAKARAN TAMBORA



Gambar 04. Simulasi PFA oleh peserta



Gambar 05. Pemberian sertifikat kepada pihak Kelurahan Tambora, Jakarta Barat

PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di wilayah Kelurahan Tambora, Jakarta Barat, menunjukkan bahwa pendekatan berbasis komunitas dalam mitigasi bencana, khususnya melalui pembentukan Tim *Psychological First Aid* (PFA), dapat meningkatkan kesiapsiagaan dan ketahanan psikososial masyarakat terhadap bencana

kebakaran. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa wilayah Tambora memiliki kepadatan penduduk yang sangat tinggi dan kondisi permukiman yang sempit dengan jarak antarbangunan kurang dari satu meter. Hal ini sesuai dengan data BPS (2024) yang mencatat Kecamatan Tambora sebagai salah satu daerah dengan frekuensi kebakaran tertinggi di Jakarta Barat.

Selain faktor fisik, ditemukan pula minimnya kesiapan psikologis masyarakat dalam menghadapi bencana. Sebagian besar warga belum mengetahui bagaimana memberikan dukungan emosional awal kepada korban, terutama anak-anak dan lansia. Hal ini memperkuat temuan McFarlane & Williams (2012) bahwa aspek psikologis sering terabaikan dalam manajemen bencana di wilayah padat penduduk, sehingga masyarakat cenderung mengalami trauma pascabencana yang berkepanjangan.

Tahap sosialisasi berhasil meningkatkan pemahaman warga mengenai pentingnya mitigasi bencana berbasis psikososial. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test*, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan sebesar 65% tentang konsep *Psychological First Aid* (PFA) dan penanganan psikologis pasca kebakaran. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian *Mtiraoui et al. (2025)* yang menyatakan bahwa edukasi PFA mampu meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memberikan pertolongan psikologis dasar, terutama pada tahap awal pascabencana. Pendekatan edukatif berbasis masyarakat ini efektif karena memanfaatkan sistem sosial yang sudah ada, seperti RT/RW dan kelompok karang taruna.

Kegiatan pelatihan menghasilkan terbentuknya Tim PFA lokal yang terdiri dari 20 anggota perwakilan warga, kader PKK, dan relawan karang taruna. Peserta menunjukkan peningkatan signifikan dalam keterampilan komunikasi empatik, identifikasi gejala stres, dan prosedur rujukan profesional. Hasil ini mendukung pendapat Kim & Choi (2022) yang menjelaskan bahwa pelatihan PFA dapat meningkatkan efektivitas responden bencana dalam memberikan dukungan emosional tanpa menggantikan peran profesional kesehatan mental. Selain itu, pelatihan berbasis praktik

langsung mendorong rasa percaya diri dan kesiapsiagaan warga dalam menolong sesama saat krisis.

Simulasi lapangan berfungsi sebagai bentuk penguatan kapasitas praktis dari materi pelatihan. Kegiatan ini memperlihatkan kemampuan tim dalam menenangkan korban, mengatur alur evakuasi sederhana, dan memberikan dukungan emosional dengan tetap memperhatikan keselamatan fisik. Simulasi yang melibatkan aparat kelurahan dan petugas pemadam kebakaran juga memperkuat koordinasi lintas sektor. Hasil observasi menunjukkan bahwa partisipasi aktif warga meningkat hingga 80% dibandingkan sebelum kegiatan. Menurut BNPB (2024), keterlibatan aktif warga dalam latihan simulasi merupakan indikator penting dalam membangun budaya tangguh bencana di tingkat komunitas. Evaluasi dan tindak lanjut pada hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan sikap warga dalam menghadapi bencana kebakaran. Selain itu, terbentuknya Posko Siaga PFA di tingkat RW menjadi capaian penting sebagai bentuk keberlanjutan program. Posko ini berfungsi sebagai pusat koordinasi saat terjadi bencana dan wadah kegiatan pelatihan lanjutan.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa pembentukan Tim *Psychological First Aid* (PFA) merupakan strategi efektif dalam mengoptimalkan mitigasi bencana kebakaran di wilayah Tambora. Pendekatan berbasis komunitas tidak hanya meningkatkan kesiapsiagaan warga tetapi juga memperkuat ketahanan psikososial masyarakat terhadap bencana.

Diperlukan upaya berkelanjutan berupa pelatihan lanjutan, supervisi tim PFA, serta integrasi program ini dengan kebijakan kelurahan dan BPBD setempat agar keberlanjutan program dapat terjamin.

DAFTAR PUSTAKA

- BNPB. (2024, July 16). *Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI) - BNPB*. <https://Dibi.Bnpb.Go.Id>.
- BPS. (2024). *Kecamatan Tambora Dalam Angka*.

- Januari, A. D., Rusdayanti, N., Kardian, S., & Shara, S. (2024). Urbanisasi Jakarta dan dampaknya terhadap sosial, ekonomi dan lingkungan. *STUM: Sustainable Transportation and Urban Mobility*, 1, 21–37. <https://journal-iasssf.com/index.php/STUM>
- Kim, H. won, & Choi, Y. J. (2022). A simulation-based nursing education of psychological first aid for adolescents exposed to hazardous chemical disasters. *BMC Medical Education*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03164-6>
- McFarlane, A. C., & Williams, R. (2012). Mental health services required after disasters: Learning from the lasting effects of disasters. In *Depression Research and Treatment* (Vol. 2012). <https://doi.org/10.1155/2012/970194>
- Mtiraoui, A., Mahjoubi, H., Achour, A., Ghardallou, M., & Nakhli, J. (2025). The Impact of Psychological First Aid Training (RAPID-PFA) on Self-Efficacy, Perceived Competencies and Disaster Preparedness of Nursing Students in Tunisian Public Institutions: A Randomized Controlled Trial. *Journal of Contingencies and Crisis Management*, 33(1). <https://doi.org/10.1111/1468-5973.70019>
- To, P., Eboreime, E., & Agyapong, V. I. O. (2021). The impact of wildfires on mental health: A scoping review. *Behavioral Sciences*, 11(9), 1–18. <https://doi.org/10.3390/bs11090126>
- Widodo, S., Desembardi, F., Sutiyono, W., & Arifin, H. (2023). Evaluasi pencegahan kebakaran gedung pada Kantor Kanwil Bea dan Cukai Kota Sorong. *JURNAL TEKNIK SIPIL: RANCANG BANGUN*, 9(1), 25–32. <http://doi.org/xxxWebsite:https://ejournal.um-sorong.ac.id/index.php/rancangbangun>