

Digital Repository Universitas Jember

MANAJEMEN PSIKOSOSIAL PADA

POST TRAUMATIC STRESS DISORDER (PTSD) PASKA BENCANA



Ns. Primasari Mahardhika Rahmawati, S. Kep., M. Kep.
Dr. Ns., Rondhianto, S. Kep., M. Kep.
Dr. Suhari, A. Per. Pen., MM,
Ns. R. Endro Sulistyono, S. Kep., M. Kep.
Dwi Ochta Pebriyanti, S. KM, M. KKK.

KHD
Production

Digital Repository Universitas Jember
**MANAJEMEN PSIKOSOSIAL PADA POST TRAUMATIC
STRESS DISORDER (PTSD) PASKA BENCANA**

Ns. Primasari Mahardhika Rahmawati, S. Kep., M. Kep.
Dr. Ns., Rondhianto, S. Kep., M. Kep.
Dr. Suhari, A. Per. Pen., MM,
Ns. R. Endro Sulistyono, S. Kep., M. Kep.
Dwi Ochta Pebriyanti, S. KM, M. KKK.



**MANAJEMEN PSIKOSOSIAL PADA POST TRAUMATIC
STRESS DISORDER (PTSD) PASKA BENCANA**

Penulis :

Ns. Primasari Mahardhika Rahmawati, S. Kep., M. Kep.

Dr. Ns., Rondhianto, S. Kep., M. Kep.

Dr. Suhari, A. Per. Pen., MM,

Ns. R. Endro Sulistyono, S. Kep., M. Kep.

Dwi Ochta Pebriyanti, S. KM, M. KKK.

ISBN: 978-623-8063-33-8

Editor :

Kholid Rosyidi MN

Ainin Nurohmah Febrianti

Riza Dwi Wulansari

Desain Sampul dan Dok. Foto:

KHD Production

Cetakan Pertama: September 2023, 61 halaman

Ukuran buku 14x21

Hak cipta dilindungi undang- undang Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau Seluruh isi buku ini tanpa seijin tertulis dari penerbit

Diterbitkan pertama oleh : KHD Production

Assalamualaikum Wr.Wb.

Bismillahirrahmanirrahim. Segala Puji bagi Allah Swt. serta shalawat dan salam senantiasa penulis panjatkan kepada junjungan kita nabi Muhammad Saw. sehingga buku “Manajemen Psikososial pada Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Paska Bencana” dapat diselesaikan. Buku ini mengulas tentang konsep PTSD, konsep paska bencana dan PTSD paska bencana, serta manajemen psikososial PTSD paska sebagai panduan bagi dosen dan mahasiswa Diploma-III Keperawatan serta bagi praktisi kesehatan khususnya perawat. Buku ini disusun dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami.

Penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi sampai terselesaikannya buku ini. Penulis menyadari masih terdapat kekurangan dalam buku ini untuk itu kritik dan saran terhadap penyempurnaan buku ini sangat diharapkan. Semoga buku ini dapat memberi manfaat bagi mahasiswa Prodi D3 Keperawatan diseluruh Indonesia secara khusus serta seluruh pembaca secara umumnya.

Lumajang, 2023

Penyusun

Segala informasi yang terdapat di dalam buku ini tidak bertujuan untuk mendiagnosa ataupun mengobati penyakit ataupun kelainan tertentu. Semua materi yang terdapat di dalam buku ini bertujuan untuk memberi pemahaman dan wawasan secara luas mengenai intervensi “Manajemen Psikosoial pada Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Paska Bencana” secara general tanpa menjanjikan suatu hal secara spesifik apapun. Adapun perawatan dan diagnose medis dimohon semua pembaca untuk menghubungi tenaga Kesehatan ataupun ahli medis yang berlisensi. Penulis tidak bertanggung jawab atas reaksi setelah intervensi yang mungkin terjadi dalam upaya menjalani program pengendalian stress atau perihal lain kepada siapapun yang membaca informasi di dalam buku ini. Kepada para pembaca memiliki tanggung jawab sepenuhnya atas dirinya maupun penyesuaian semua hal disesuaikan dengan kebutuhan individu masing-masing.

Pembaca perlu menyadari bahwa segala referensi yang terdapat di dalam buku ini ialah diperoleh dari link maupun situs tertentu sehingga dapat berubah kapanpun, disebabkan situs tersebut diluar kendali penulis. Sehingga segala hal di penelitian berupa survey, riset, jurnal serta bentuk lain, isi penelitian tersebut bisa kembali diteliti oleh pihak yang sama ataupun pihak lain. Sehingga semua hasil penelitian

Digital Repository Universitas Jember
yang dicantumkan di dalam buku ini dapat disanggah, ataupun lebih mendalam disertai hasil penelitian lanjutan di masa yang akan datang.





Ramah Untuk Pemula

Bahasa dan gaya penulisan telah disederhanakan dengan ditambahkan ilustrasi gambar sebagai harapan memudahkan pembaca



Mind Blowing / Subconscion Healing

Memperbaiki melalui bantuan fisik juga diperlukan intervensi dalam hal pemulihan gangguan psikologis dengan dukungan psikososial.



Answer Top Post Disaster Intervention Questions

Menjabarkan secara terang-terangan kepercayaan atau bukti nyata intervensi dapat dilakukan untuk meringankan fikiran pasca bencana.



Membimbing Untuk Mencintai Diri Sendiri

Menyadarkan sekaligus membimbing kepekaan para pembaca dalam berkomunikasi dan mengenali dengan tubuhnya sendiri.



Flexibel

Keseluruhan materi intervensi keperawatan terdapat 7 intervensi dapat dikembangkan dan diperluas keilmuannya sesuai kebutuhan dan kondisi individu (tidak memaksa ataupun mengekang).



Sumber Solid

Materi atau isi yang dijelaskan berdasarkan sumber yang relevan dan terstandar keilmuan beserta dilengkapi gambar studi yang mendukung materi penjelasan.

| | |
|---|------------|
| PRAKATA | iii |
| DISCLAIMER | iv |
| MENGENAL BUKU INI | vi |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| DAFTAR TABEL | x |
| BAB 1. KONSEP PTSD | 1 |
| Definisi PTSD | 1 |
| Prevalensi | 3 |
| Klasifikasi | 6 |
| Tanda dan Gejala | 8 |
| Faktor Predisposisi..... | 10 |
| Penatalaksanaan | 12 |
| BAB 2. KONSEP PASKA BENCANA & PTSD PASKA BENCANA | 13 |
| Konsep Paska Bencana | 13 |
| PTSD Paska Bencana..... | 14 |
| BAB 3. MANAJEMEN PSIKOSOSIAL PTSD PASKA BENCANA | 16 |
| Definisi Psikososial..... | 16 |
| Inovasi Terapi pada PTSD Berbasis Bukti..... | 20 |

| | |
|---|-----------|
| Art Therapy..... | 20 |
| Cognitive Behavioral Therapy (CBT) | 22 |
| Play Therapy | 25 |
| Progresive Muscle Relaxation (PMR)..... | 27 |
| Dzikir Therapy | 27 |
| Traumatic Conseling | 28 |
| Hipnotik 5 Jari..... | 30 |
| Standard Operating Procedure Terapi pada PTSD | 32 |
| SOP Art Therapy..... | 32 |
| SOP Play Therapy | 34 |
| SOP Dzikir Therapy | 36 |
| SOP Progresive Muscle Relaxation (PMR)..... | 37 |
| SOP Hipnotik 5 Jari..... | 43 |
| SOP Cognitive Behavioral Therapy (CBT) | 45 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 54 |

Gambar 1. 1 Ilustrasi PTSD1



DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 2. 1 Rangkuman Hasil Riset | 48 |
|--|----|



- Adhikari Baral, I., & Bhagawati, K. C. (2019). Post traumatic stress disorder and coping strategies among adult survivors of earthquake, Nepal. *BMC Psychiatry*, *19*(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2090-y>
- Aisyah. (2019). Penerapan Prosedur Hipnosis Lima Jari Terhadap Klien Dengan Ansietas Dalam Konteks Keluarga. *Karya Tulis Ilmiah*, 3–4.
- Aisyatin Kamila. (2022). Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan. *Happiness, Journal of Psychology and Islamic Science*, *4*(1), 40–49. <https://doi.org/10.30762/happiness.v4i1.363>
- Arieh Shalev, M. D., Israel Liberzon, M. D., & Charles Marmar, M. D. (2022). Post-Traumatic Stress Disorder. *Craniofacial Injuries for Nonspecialists, Table 1*, 165–174. https://doi.org/10.1142/9781800610194_0009
- BPBD. (2020). *Bencana dan Manajemen Bencana*. [https://bpbdbogorkab.go.id/bencana-dan-manajemen-bencana/#:~:text=Tahap Pasca Bencana,pemulihan%20rehabilitasi dan juga rekonstruksi.&text=Pemulihan adalah rangkaian kegiatan untuk,sarana dengan melakukan upata rehabilitasi](https://bpbdbogorkab.go.id/bencana-dan-manajemen-bencana/#:~:text=Tahap%20Pasca%20Bencana,pemulihan%20rehabilitasi%20dan%20juga%20rekonstruksi.&text=Pemulihan%20adalah%20rangkaian%20kegiatan%20untuk%20sarana%20dengan%20melakukan%20upaya%20rehabilitasi).
- Hidayah, N. I. (2018). *Gambaran Post Traumatic Disorder pada Bencana* (Issue 3). Universitas Muhammadiyah Purwoerto.
- Hunainah, R. D. (2021). Indonesian Journal of Early Childhood: Traumatic Counseling For Children Affected By the Tsunami Disaster. *Indonesian Journal of Early Childhood Education Studies*, *10*(1), 11–19.
- Jing, X., Lu, L., & Yao, Y. (2022). Personality Modifies the Effect of Post-Traumatic Stress Disorder (Ptd) and Society Support on Depression-Anxiety-Stress in the Residents Undergone Catastrophic Flooding in Henan, China. *Medycyna Pracy*, *73*(4), 305–314. <https://doi.org/10.13075/mp.5893.01254>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Health Information Systems. In *IT - Information Technology* (Vol. 48, Issue 1). <https://doi.org/10.1524/itit.2006.48.1.6>
- Kementerian Pemberdayaan dan Perlindungan Anak. (2019). Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. *Kemenpppa.Go.Id*, 4; 48. <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>
- Mawarti, I., & Yuliana. (2021). Hipnotis Lima Jari Pada Klien Ansietas. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 9(3), 297–304.
- Muslaini, R., & Sofia, N. (2020). Efektivitas Terapi Zikir terhadap Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada Penyintas Tsunami Palu. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 3(2), 123–134. <https://doi.org/10.15575/jpib.v3i2.8749>
- Muthmainnah, M., Djafar, S., Suryani, A., & ... (2021). Gerakan Cipta Relawan Tangguh Sadar Psikososial Pasca Bencana. *Maspul Journal ...*, 3, 30–41. <https://ummaspul.e-journal.id/pengabdian/article/view/3277%0Ahttps://ummaspul.e-journal.id/pengabdian/article/download/3277/1106>
- Nengrum, L. S., & Ramadhani, D. A. (2021). The Effect Of Puzzle Play Therapy On Trauma To Preschool Children After The Flash Flood Disaster In East Java Batu City. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology (BJMLT)*, 3(2), 206–x. <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/bjmlt>
- Norman Wijaya Gati, & Ika Silvitasari. (2022). The Influence of an Exercise Focusing on 5 Fingers towards Anxiety Level in Pulisen Boyolali Village. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 6–12. <https://doi.org/10.46815/jk.v11i1.77>
- Nursalim, M., & Pratiwi, T. I. (2020). *Effectiveness of the Traumatic Counseling Model for Reducing PTSD Symptoms in High School Students*. 491(Ijcah), 1406–1410. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.201201.238>
- PPNI. (2021). *Pedoman Standar Prosedur Operasional Keperawatan* (1st ed.). DPP PPNI.
- PPNI, T. P. S. D. (2019). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*:

- Pradessetia, R., Sabri, R., & Putri, D. E. (2021). Pengaruh Terapi Progressive Muscle Relaxation (PMR) terhadap Depresi Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Sabai Nan Aluih Sicincin. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(3), 1139. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v21i3.1717>
- Purwoko, S. A. (2023). *Hyperarousal_ Gejala, Penyebab, Pengobatan, dll*. Hello Sehat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rahmawati, P. M. (2022a). *Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea* (A. Syarifah (ed.); 1st ed.). CV. Pena Persada.
- Rahmawati, P. M. (2022b). Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Kecemasan Ibu Pre Operasi Sectio Caesarea. In *Purwokerto: Pena Persada*.
- Reza Imaduddin, R. M. (2019). Post Traumatic Stress Disorder Pada Korban Bencana Post Traumatic Stress Disorder in Disaster Victims. *Stress Disorder in Disaster Victims*, 10(2), 178–182. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.141>
- Rizkya, I., Purwono, R. U., & Abidin, Z. (2020). Efektivitas Person-Centered Art Therapy Untuk Mengurangi Simtom Post-Traumatic Stress Disorder (Ptsd) Pada Penyintas Bencana Gempa Di Lombok. *Journal of Psychological Science and Profession*, 4(2), 106. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.24930>
- Sari, S. N. J. S. R. D. H. E. N. (2021). Efektifitas Cognitive Behavior Therapy dalam Menurunkan Gejala Post Traumatic Stress Disorder Pasca Bencana: A Systematic Review SupiaEfektifitas Cognitive Behavior Therapy dalam Menurunkan Gejala Post Traumatic Stress Disorder Pasca Bencana: A Systematic. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(April), 205–209. [https://doi.org/DOI: http://dx.doi.org/10.33846/sf12222](https://doi.org/DOI:http://dx.doi.org/10.33846/sf12222)
- Sherchan, S., Samuel, R., Marahatta, K., Anwar, N., Ommeren, M. H. Van, & Ofrin, R. (2017). Post-disaster mental health and psychosocial support: Experience from the 2015 Nepal earthquake. *WHO South East Asia J Public Health*.

<https://doi.org/10.4103/2224-3151.206160>.

Utomo, D. D., & Marta, F. Y. D. (2022). Dampak Bencana Alam Terhadap Perekonomian Masyarakat di Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Terapan Pemerintahan Minangkabau*, 2(1), 92–97.

<https://doi.org/10.33701/jtpm.v2i1.2395>

Widyastuti, C., Widha, L., & Aulia, A. R. (2019). PLAY THERAPY SEBAGAI BENTUK PENANGANAN KONSELING TRAUMA HEALING PADA ANAK USIA DINI. *Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam Vol. 16, No 1, Juni, 1(6)*, 85–91.

<https://doi.org/10.33746/fhj.v7i02.131>



MANAJEMEN PSIKOSOSIAL PADA

**POST TRAUMATIC
STRESS DISORDER
(PTSD) PASKA BENCANA**

KHD Production
khdproduction.com
Jl Kalianyar Selatan Tamanan Bondowoso
Tlp/Wa 082282813311

ISBN 978-623-8063-33-8



9 786238 063338