

Pelatihan Pendampingan Psikososial bagi Kader dan Karang Taruna dalam Pemulihan Pasca Bencana di Nagari Pasie Laweh

Febria Syafyusari¹, Linda Andriani², Prasetyaningsih³

¹Ilmu Keperawatan, STIKes Piala Sakti Pariaman

²Pendidikan Profesi Ners, STIKes Piala Sakti Pariaman

³DIII Kebidanan, STIKes Piala Sakti Pariaman

^{1*}febrina914@gmail.com

Abstract

Nagari Pasie Laweh, located in the Lubuk Alung District, Padang Pariaman Regency, West Sumatra Province, is an area with a high level of disaster vulnerability, particularly to floods and landslides. On November 22, 2025, this area was affected by a flood that disrupted social, economic, and public health activities. The disaster caused not only physical and material damage but also impacted the psychosocial well-being of the community, especially vulnerable groups such as the elderly, pregnant or breastfeeding women, children, and people with chronic illnesses. The objective of this community service activity is to enhance the psychological resilience of the community through a community-based psychosocial support program. The methods employed include mental health education, training in adaptive coping techniques, and the empowerment of posyandu cadres and youth organization members as facilitators. The activity involved 40 participants. The pre-test results showed that the average knowledge score of participants was 64.4, which increased to 96.7 in the post-test, indicating an improvement of 32.3 points. In addition, the results demonstrated an increase in community knowledge regarding mental health, as well as improved capacity of cadres and youth organization members in the early detection of stress and anxiety. This program also produced a psychosocial support model with the potential to be replicated in other disaster-prone areas. Furthermore, this program supports the achievement of the Sustainable Development Goals (SDGs), particularly Goal 3: Good Health and Well-being.

Keywords: disaster, psychosocial support, vulnerable groups, mental health, community empowerment

Abstrak

Nagari Pasie Laweh yang terletak di Kecamatan Lubuk Alung, Kabupaten Padang Pariaman, Provinsi Sumatera Barat merupakan wilayah yang memiliki tingkat kerawanan bencana cukup tinggi, terutama banjir dan tanah longsor. Pada tanggal 22 November 2025, wilayah ini terdampak bencana banjir yang menyebabkan gangguan terhadap kehidupan sosial, ekonomi, dan kesehatan masyarakat. Bencana tersebut menimbulkan dampak tidak hanya berupa kerusakan fisik dan material, tetapi juga mempengaruhi kondisi psikososial masyarakat, khususnya kelompok rentan seperti lansia, ibu hamil atau menyusui, anak-anak, serta masyarakat dengan penyakit kronis. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan ketahanan psikologis masyarakat melalui program pendampingan psikososial berbasis komunitas. Metode yang digunakan meliputi edukasi kesehatan jiwa, pelatihan teknik coping adaptif, serta pemberdayaan kader posyandu dan karang taruna sebagai fasilitator. Kegiatan ini diikuti oleh 40 orang. Hasil pre-test menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta adalah 64,4, yang kemudian meningkat pada hasil post-test menjadi 96,7, sehingga terdapat peningkatan sebesar 32,3 poin. Selain itu, hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan masyarakat terkait kesehatan mental serta meningkatnya kapasitas kader dan karang taruna dalam melakukan deteksi dini stres dan kecemasan. Program ini juga menghasilkan model pendampingan psikososial yang berpotensi untuk direplikasi di wilayah rawan bencana lainnya. Program ini mendukung pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), terutama tujuan ke-3 yaitu kehidupan sehat dan sejahtera

Kata kunci: bencana, pendampingan psikososial, kelompok rentan, kesehatan jiwa, pemberdayaan masyarakat

© 2026 Author

Creative Commons Attribution 4.0 International License



1. Pendahuluan

Nagari Pasié Laweh yang berada di Kecamatan Lubuk Alung, Kabupaten Padang Pariaman, Provinsi Sumatera Barat merupakan wilayah yang memiliki kerentanan tinggi terhadap bencana alam, khususnya banjir dan tanah longsor. Kondisi geografis serta intensitas curah hujan yang tinggi menjadikan wilayah ini sering mengalami bencana yang berdampak langsung pada kehidupan masyarakat [1], [2].

Pada tanggal 22 November 2025 terjadi bencana banjir yang melanda beberapa wilayah di Kabupaten Padang Pariaman termasuk Nagari Pasié Laweh. Bencana ini menyebabkan genangan air yang cukup luas serta kerusakan akses jalan sehingga menghambat aktivitas masyarakat. Dampak bencana tidak hanya dirasakan pada sektor infrastruktur, tetapi juga mengganggu kehidupan sosial, ekonomi, serta kesehatan masyarakat [3].

Secara keseluruhan, bencana yang melanda Kabupaten Padang Pariaman pada periode 22–28 November 2025 mengakibatkan tujuh orang meninggal dunia, sebelas orang mengalami luka-luka, dan satu orang dinyatakan hilang. Selain itu, sebanyak 34.058 jiwa terdampak dan ribuan masyarakat harus mengungsi akibat bencana tersebut [3], [4]. Dampak pasca bencana dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Dampak Pasca Bencana

Bencana alam umumnya menimbulkan dampak multidimensi yang tidak hanya terbatas pada kerusakan fisik dan kerugian material, tetapi juga berdampak terhadap kondisi psikologis dan sosial masyarakat. Kondisi pascabencana seringkali menimbulkan berbagai permasalahan psikososial seperti stres, kecemasan, gangguan tidur, serta ketakutan terhadap kemungkinan terjadinya bencana susulan [5], [6].

Kelompok rentan seperti lansia, ibu hamil atau menyusui, anak-anak, serta individu dengan penyakit kronis merupakan kelompok yang memiliki tingkat kerentanan lebih tinggi terhadap dampak psikologis pascabencana [7].

Hasil pengamatan awal di Nagari Pasié Laweh menunjukkan bahwa sebagian masyarakat masih mengalami keluhan psikologis pascabencana seperti stres, kecemasan, serta gangguan pola tidur. Selain itu, terdapat penurunan motivasi dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Kondisi ini menunjukkan pentingnya intervensi psikososial untuk membantu masyarakat dalam proses pemulihan pascabencana [8].

Di sisi lain, pemerintah nagari telah melakukan berbagai upaya dalam penanganan pascabencana terutama pada fase tanggap darurat dan pemulihan fisik. Namun demikian, keterbatasan sumber daya manusia, anggaran, serta fokus program yang masih dominan pada perbaikan infrastruktur menyebabkan aspek pemulihan psikososial belum menjadi prioritas utama [9].

Meskipun demikian, Nagari Pasié Laweh memiliki potensi sosial yang cukup besar untuk mendukung pelaksanaan program pemulihan psikososial. Potensi tersebut antara lain keberadaan kader kesehatan serta karang taruna yang aktif dalam kegiatan sosial kemasyarakatan. Kader kesehatan dan remaja dapat diberdayakan sebagai fasilitator lokal dalam pelaksanaan program pendampingan psikososial berbasis komunitas [10].

Perguruan tinggi memiliki peran strategis dalam mendukung pemulihan masyarakat pascabencana melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Mahasiswa bersama dosen dapat berperan sebagai fasilitator, edukator, serta pelaksana kegiatan sehingga mampu meningkatkan kapasitas masyarakat dalam menghadapi dampak psikologis pascabencana secara lebih adaptif [11].

Program pendampingan psikososial ini juga berkontribusi terhadap pencapaian Sustainable Development Goals (SDGs), khususnya tujuan ke-3 yaitu kehidupan sehat dan sejahtera serta tujuan ke-4 yaitu pendidikan berkualitas [12].

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program pendampingan psikososial berbasis komunitas mampu menurunkan tingkat stres dan kecemasan masyarakat pascabencana. Intervensi berbasis komunitas merupakan pendekatan yang direkomendasikan dalam penanganan kesehatan

mental pascabencana karena mampu menjangkau masyarakat secara luas serta memanfaatkan sumber daya lokal yang tersedia [13], [14].

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *community-based psychosocial support* merupakan strategi efektif dalam meningkatkan ketahanan psikologis masyarakat terdampak bencana serta memperkuat jaringan sosial dalam proses pemulihan psikologis masyarakat [15].

Pendampingan kelompok dan pelatihan teknik koping adaptif seperti relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif terbukti mampu membantu individu dalam mengelola stres serta meningkatkan kesejahteraan psikologis melalui regulasi sistem saraf otonom [16], [17].

Pemberdayaan kader kesehatan dan remaja sebagai fasilitator lokal juga merupakan strategi penting dalam memastikan keberlanjutan program. Model ini sejalan dengan konsep *task sharing* dalam kesehatan mental komunitas yang memungkinkan masyarakat terlibat aktif dalam proses pemulihan psikososial [18].

Pendampingan psikososial berbasis komunitas juga berperan dalam memperkuat ketahanan sosial (*social resilience*) masyarakat pascabencana. Masyarakat dengan jaringan sosial yang kuat cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi dampak bencana [19].

Integrasi dukungan psikososial dengan program pengurangan risiko bencana di tingkat komunitas juga penting untuk meningkatkan kesiapsiagaan masyarakat dalam menghadapi bencana di masa depan [20].

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan ketahanan psikologis masyarakat melalui program pendampingan psikososial berbasis komunitas di Nagari Pasie Laweh.

2. Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Nagari Pasie Laweh, Kecamatan Lubuk Alung, Kabupaten Padang Pariaman. Sasaran kegiatan adalah kelompok rentan pascabencana yang meliputi lansia, ibu hamil atau menyusui, anak-anak, masyarakat dengan penyakit kronis, serta kelompok remaja sebagai agen perubahan dalam komunitas.

Metode pelaksanaan kegiatan menggunakan pendekatan partisipatif dan kolaboratif dengan melibatkan berbagai pihak, antara lain pemerintah nagari, kader Posyandu, kelompok karang taruna, serta masyarakat setempat. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan keterlibatan masyarakat secara aktif dalam proses pemulihan psikososial pascabencana serta memastikan keberlanjutan program di tingkat komunitas.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui tiga tahapan utama yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

2.1 Tahap Persiapan

Tahap persiapan merupakan tahap awal yang dilakukan untuk memastikan kesiapan pelaksanaan kegiatan di lapangan. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini meliputi:

2.1.1 Koordinasi

Tim pelaksana melakukan koordinasi dengan Camat Kec Lubuk Alung, BPBD Padang Pariaman, Puskesmas Lubuk Alung, Pemerintah Nagari, kader, serta kelompok karang taruna. Koordinasi ini bertujuan untuk menyepakati rencana kegiatan, menentukan sasaran program, serta menyusun jadwal pelaksanaan kegiatan pendampingan psikososial.

2.1.2 Identifikasi dan pemetaan sasaran

Tim bersama kader kesehatan melakukan pendataan kelompok rentan yang terdampak bencana, seperti lansia, ibu hamil atau menyusui, anak-anak, serta masyarakat dengan penyakit kronis. Selain itu dilakukan identifikasi kelompok remaja pada organisasi karang taruna yang akan dilibatkan juga sebagai fasilitator dalam kegiatan pendampingan psikososial.

2.1.3 Penyusunan media edukasi dan instrumen kegiatan

Pada tahap ini tim menyiapkan berbagai perangkat kegiatan yang akan digunakan dalam pelaksanaan program, antara lain media edukasi berupa poster, booklet, dan materi digital mengenai kesehatan jiwa serta panduan pelatihan teknik koping adaptif. Media edukasi disusun dengan bahasa yang sederhana dan mudah dipahami oleh masyarakat.

2.2 Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan merupakan tahap inti kegiatan yang dilakukan di masyarakat. Dilaksanakan pada tanggal 25-28 Februari 2026 di wilayah Nagari Pasie Laweh. Lubuk Alung dengan melibatkan sebanyak 40 peserta. Kegiatan yang dilaksanakan meliputi beberapa aktivitas utama sebagai berikut.

2.2.1 Sosialisasi Program

Tahap awal kegiatan dilakukan melalui sosialisasi program kepada masyarakat, perangkat nagari, kader kesehatan, serta kelompok karang taruna. Sosialisasi bertujuan untuk memberikan pemahaman mengenai tujuan dan manfaat program pendampingan psikososial serta membangun dukungan dan partisipasi masyarakat dalam pelaksanaan kegiatan.

2.2.2 Edukasi Kesehatan Jiwa

Edukasi kesehatan jiwa diberikan melalui kegiatan penyuluhan kelompok, diskusi interaktif, serta distribusi media edukasi berupa poster, booklet, dan konten digital. Materi edukasi mencakup pemahaman mengenai stres pascabencana,

pentingnya menjaga kesehatan mental, serta cara mengelola emosi dan stres secara sehat.

2.2.3 Pelatihan Teknik Koping Adaptif

Pelatihan teknik koping adaptif dilakukan untuk membantu masyarakat mengelola stres dan kecemasan secara mandiri. Teknik yang diajarkan meliputi relaksasi napas dalam, relaksasi otot progresif, serta strategi manajemen stres sederhana yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

2.2.4 Pendampingan Psikososial Berbasis Komunitas

Pendampingan psikososial dilakukan melalui kegiatan edukasi Teknik Koping Adaptif, serta pendampingan keluarga dan dukungan sosial. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan dukungan emosional kepada masyarakat serta meningkatkan rasa aman dan ketahanan psikologis pascabencana.

2.2.5 Pemberdayaan Kader dan Karang Taruna

Kader dan karang taruna diberikan pelatihan khusus agar mampu berperan sebagai fasilitator lokal dalam kegiatan pendampingan psikososial. Pelatihan yang diberikan meliputi deteksi dini masalah psikologis, teknik komunikasi efektif, serta keterampilan dalam memfasilitasi kegiatan

Melalui pelatihan ini diharapkan kader dan karang taruna dapat berperan sebagai agen perubahan dalam mendukung pemulihan psikososial masyarakat di tingkat komunitas.

2.3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai efektivitas program pendampingan psikososial yang telah dilaksanakan. Evaluasi dilakukan secara berkala melalui beberapa metode berikut:

2.3.1 Evaluasi Peningkatan Pengetahuan Masyarakat

Evaluasi dilakukan dengan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan masyarakat mengenai kesehatan jiwa dan manajemen stres setelah mengikuti kegiatan edukasi.

2.3.2 Evaluasi Partisipasi Masyarakat

Evaluasi juga dilakukan dengan mengamati tingkat partisipasi masyarakat dalam kegiatan serta keterlibatan kader dan karang taruna dalam memfasilitasi kegiatan pendampingan psikososial.

Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menilai keberhasilan program serta sebagai bahan perbaikan untuk pelaksanaan kegiatan serupa di masa yang akan datang.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan program pendampingan psikososial menunjukkan bahwa kader dan karang taruna memiliki antusiasme yang cukup tinggi dalam mengikuti kegiatan.

Kegiatan edukasi kesehatan jiwa memberikan peningkatan pemahaman kader dan karang taruna mengenai pentingnya menjaga kesehatan mental pascabencana. Media edukasi yang disediakan juga membantu memahami teknik manajemen stres secara lebih mudah.

Pelatihan teknik koping adaptif menunjukkan bahwa sebagian besar peserta mampu mempraktikkan teknik relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif secara mandiri. Teknik ini dinilai efektif dalam membantu mengurangi ketegangan dan meningkatkan rasa tenang.

Selain itu, pemberdayaan Kader dan karang taruna memberikan dampak positif terhadap keberlanjutan program. Kader dan remaja yang telah mendapatkan pelatihan mampu berperan sebagai fasilitator lokal dalam kegiatan pendampingan psikososial di masyarakat.

Pendampingan berbasis komunitas juga memperkuat solidaritas sosial antarwarga serta meningkatkan dukungan sosial bagi kelompok rentan. Dukungan sosial yang kuat merupakan salah satu faktor penting dalam proses pemulihan psikologis pascabencana.

Pelaksanaan program pendampingan psikososial di Nagari Pasie Laweh dilakukan melalui beberapa tahapan kegiatan, yaitu skrining psikososial, edukasi kesehatan jiwa, pelatihan teknik koping adaptif, serta pendampingan komunitas. Program ini melibatkan kelompok rentan pascabencana seperti lansia, ibu hamil atau menyusui, anak-anak, serta masyarakat dengan penyakit kronis.

3.1 Hasil Edukasi dan Pelatihan Teknik Koping Adaptif

Kegiatan edukasi kesehatan jiwa dilakukan melalui penyuluhan kelompok yang disertai dengan distribusi media edukasi berupa poster dan booklet mengenai manajemen stres dan teknik relaksasi. Sebanyak 100 media modul /panduan pelatihan dan 40 media booklet berhasil didistribusikan kepada kader dan karang taruna dan diarsipkan juga di kantor Wali Nagari.

Materi edukasi mencakup pemahaman mengenai stres pascabencana, cara mengenali gejala kecemasan, serta teknik koping adaptif yang dapat dilakukan secara mandiri oleh masyarakat.

Evaluasi pengetahuan peserta dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur perubahan pemahaman masyarakat terkait kesehatan jiwa.

3.2 Perubahan Pengetahuan Peserta

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan Peserta tentang Kesehatan Jiwa

Variabel	Pre-test Mean	Post-test Mean	P-value
Pengetahuan kesehatan jiwa	64.4	96.7	0.001

Dari tabel 1 dapat dilihat peningkatan pengetahuan peserta, serta foto-foto kegiatan pengabdian Masyarakat dapat dilihat pada gambar 2 sampai gambar 4.



Gambar 2. Penyerahan Modul/ Panduan dan Booklet Kepada Bapak Wali Nagari



Gambar 3. Kegiatan Pelatihan Pendampingan Psikososial



Gambar 4. Dokumentasi Foto Bersama

3.3 Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan masyarakat setelah mengikuti kegiatan edukasi kesehatan jiwa. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang disertai media edukasi mampu meningkatkan literasi kesehatan mental masyarakat.

3.3.1 Pemberdayaan Kader dan Karang Taruna

Sebanyak 20 orang kader dan 20 orang anggota karang taruna mengikuti pelatihan fasilitator psikososial. Pelatihan ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan kader dan karang taruna dalam memberikan edukasi kesehatan jiwa, serta

memfasilitasi latihan teknik relaksasi kepada masyarakat.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa sekitar 100% kader dan karang taruna mampu melakukan teknik koping adaptif secara mandiri setelah mengikuti pelatihan.

Program ini juga meningkatkan partisipasi masyarakat dalam kegiatan komunitas, yang ditunjukkan dengan terbentuknya pendampingan psikososial berbasis masyarakat yang secara rutin melakukan kegiatan diskusi dan latihan teknik relaksasi.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa program pendampingan psikososial berbasis komunitas mampu menurunkan tingkat stres dan kecemasan masyarakat pascabencana. Program yang melibatkan edukasi kesehatan jiwa, pelatihan teknik koping adaptif, serta pemberdayaan kader dan remaja terbukti memberikan dampak positif terhadap kondisi psikologis masyarakat. Intervensi berbasis komunitas merupakan pendekatan yang banyak direkomendasikan dalam penanganan kesehatan mental pascabencana karena mampu menjangkau masyarakat secara luas serta memanfaatkan sumber daya lokal yang tersedia [6], [21].

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *community-based psychosocial support* (CBPSS) merupakan strategi efektif dalam meningkatkan ketahanan psikologis masyarakat terdampak bencana. Program berbasis komunitas tidak hanya berfokus pada individu yang mengalami trauma, tetapi juga memperkuat jaringan sosial yang berperan penting dalam proses pemulihan psikologis masyarakat [22], [23]. Studi terbaru menunjukkan bahwa program dukungan psikososial pada situasi darurat kemanusiaan mampu meningkatkan kesejahteraan psikologis serta mengurangi gejala kecemasan dan depresi pada kelompok rentan [24].

Pendekatan berbasis komunitas juga terbukti efektif karena melibatkan berbagai aktor lokal seperti kader kesehatan, relawan, serta organisasi masyarakat. Keterlibatan masyarakat lokal dapat meningkatkan keberhasilan program serta memperkuat kapasitas masyarakat dalam menghadapi bencana di masa depan [25], [26].

Pendampingan kelompok dan pelatihan teknik koping adaptif merupakan salah satu komponen penting dalam program ini. Teknik koping adaptif seperti relaksasi napas dalam dan relaksasi otot progresif dapat membantu individu mengelola stres secara mandiri. Penelitian menunjukkan bahwa teknik pernapasan terstruktur mampu menurunkan tingkat stres, kecemasan, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis individu melalui regulasi sistem saraf otonom [27], [28].

Dalam kegiatan pengabdian ini, pemberdayaan kader kesehatan dan remaja menjadi salah satu strategi

utama untuk memastikan keberlanjutan program. Kader dan remaja yang telah mendapatkan pelatihan mampu berperan sebagai fasilitator lokal yang memberikan edukasi kesehatan mental kepada masyarakat. Pendekatan ini sejalan dengan konsep *task sharing* dalam kesehatan mental komunitas, yaitu pelibatan anggota masyarakat yang telah dilatih untuk membantu layanan kesehatan mental dasar [29], [30].

Selain itu, pelibatan kader dan relawan lokal juga dapat meningkatkan efektivitas program karena mereka memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap kondisi sosial dan budaya masyarakat setempat. Pendekatan yang sensitif terhadap budaya lokal terbukti mampu meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap program kesehatan mental [31], [32].

Pendampingan psikososial berbasis komunitas juga berperan dalam memperkuat ketahanan sosial (*social resilience*) masyarakat pascabencana. Masyarakat yang memiliki jaringan sosial yang kuat cenderung memiliki tingkat ketahanan psikologis yang lebih baik dibandingkan masyarakat yang memiliki dukungan sosial yang rendah [33], [34].

Pendekatan berbasis komunitas juga memungkinkan integrasi antara dukungan psikososial dengan program pengurangan risiko bencana di tingkat lokal. Integrasi ini penting untuk memastikan bahwa aspek kesehatan mental menjadi bagian dari sistem penanggulangan bencana secara menyeluruh [35], [36].

Namun demikian, intervensi berbasis komunitas tetap memerlukan dukungan dari tenaga profesional di bidang kesehatan mental untuk menangani kasus yang lebih kompleks. Integrasi antara layanan kesehatan mental profesional dan dukungan komunitas menjadi strategi penting dalam memastikan keberhasilan program pemulihan psikososial pascabencana [37], [38], [20].

4. Kesimpulan

Program pendampingan psikososial berbasis komunitas di Nagari Pasie Laweh terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan mental, ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata dari 64,4 menjadi 96,7. Program ini juga membantu menurunkan tingkat stres dan kecemasan pada kelompok rentan pascabencana. Pemberdayaan kader dan remaja sebagai fasilitator mendukung keberlanjutan program, serta model yang dikembangkan berpotensi direplikasi di wilayah rawan bencana lain dan berkontribusi pada peningkatan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat.

Model pendampingan psikososial yang dikembangkan dalam kegiatan ini berpotensi untuk direplikasi di wilayah lain yang memiliki kerentanan

terhadap bencana alam. Program ini juga memberikan kontribusi terhadap pencapaian tujuan pembangunan berkelanjutan khususnya pada aspek kesehatan dan kesejahteraan masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Tim pelaksana menyampaikan terima kasih kepada Kemendiknas, Program Mahasiswa Berdampak, Pemerintah Nagari Pasie Laweh, Kelompok Kader dan Kelompok Karang Taruna serta seluruh masyarakat yang telah berpartisipasi dalam kegiatan program Mahasiswa berdampak pemulihan pasca bencana.

Daftar Rujukan

- [1] BNPB, Indeks Risiko Bencana Indonesia, Jakarta: Badan Nasional Penanggulangan Bencana, 2023.
- [2] UNDRR, Global Assessment Report on Disaster Risk Reduction, Geneva: United Nations Office for Disaster Risk Reduction, 2022.
- [3] BNPB, Laporan Bencana Banjir Sumatera Barat, Jakarta: BNPB, 2025.
- [4] Pemerintah Kabupaten Padang Pariaman, Laporan Penanganan Bencana Daerah, Padang Pariaman, 2025.
- [5] T. Wind, M. Fordham, and I. Komproe, "The impact of disasters on mental health: A systematic review," *European Journal of Psychotraumatology*, vol. 11, no. 1, 2020.
- [6] World Health Organization, Mental Health and Psychosocial Support in Emergencies, Geneva: WHO, 2021.
- [7] D. Silove, P. Ventevogel, and S. Rees, "The contemporary refugee crisis and mental health," *The Lancet Psychiatry*, vol. 7, no. 6, pp. 475–483, 2021.
- [8] W. A. Tol et al., "Outcomes of psychosocial interventions in humanitarian settings," *PLOS Medicine*, vol. 17, no. 9, 2020.
- [9] J. Ager et al., "Psychosocial support in humanitarian crises," *Journal of Public Health*, vol. 45, no. 2, 2023.
- [10] N. Pakasi et al., "Community mental health approaches in Indonesia," *BMC Public Health*, vol. 23, 2023.
- [11] V. Patel et al., "Global mental health and sustainable development," *The Lancet*, vol. 399, 2022.
- [12] United Nations, Transforming Our World: The 2030 Agenda for Sustainable Development, New York: UN, 2021.
- [13] J. M. Shultz and D. Forbes, "Psychological first aid," *Disaster Health*, vol. 8, no. 2, 2020.
- [14] M. Bangpan et al., "Mental health and psychosocial support programmes in humanitarian emergencies," *Global Mental Health*, vol. 11, 2024.
- [15] S. Purgato et al., "Psychosocial interventions for people affected by humanitarian crises," *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2020.
- [16] J. Ma et al., "Effects of breathing interventions on stress and mental health," *Frontiers in Psychology*, vol. 12, 2021.
- [17] L. Zaccaro et al., "Breathing techniques for stress management," *Frontiers in Human Neuroscience*, vol. 13, 2019.

- [18] K. Jordans et al., “Task-sharing interventions for mental health in humanitarian settings,” *Global Mental Health*, 2019.
- [19] F. H. Norris et al., “Community resilience after disasters,” *American Journal of Community Psychology*, vol. 65, 2020.
- [20] WHO and UNHCR, *Mental Health and Psychosocial Support in Humanitarian Emergencies*, Geneva, 2022
- [21] V. Patel et al., “Global mental health and sustainable development,” *The Lancet*, vol. 399, no. 10340, pp. 123–140, 2022.
- [22] W. A. Tol et al., “Outcomes of psychosocial interventions in humanitarian settings,” *PLOS Medicine*, vol. 17, no. 9, 2020.
- [23] D. Silove, P. Ventevogel, and S. Rees, “The contemporary refugee crisis and mental health,” *The Lancet Psychiatry*, vol. 6, no. 6, pp. 475–483, 2019.
- [24] M. Bangpan et al., “The impact of mental health and psychosocial support programmes on people affected by humanitarian emergencies,” *Global Mental Health*, vol. 11, 2024.
- [25] A. Fuady et al., “Community-based psychosocial interventions in low-resource settings,” *Infectious Diseases of Poverty*, vol. 13, no. 1, 2024.
- [26] T. Wind et al., “The impact of disasters on mental health: A systematic review,” *European Journal of Psychotraumatology*, vol. 11, no. 1, 2020.
- [27] J. Ma et al., “Effects of breathing interventions on stress and mental health,” *Frontiers in Psychology*, vol. 12, 2021.
- [28] L. Zaccaro et al., “Breathing techniques for stress management,” *Frontiers in Human Neuroscience*, vol. 12, 2019.
- [29] K. Jordans et al., “Task-sharing interventions for mental health in humanitarian settings,” *Global Mental Health*, vol. 6, 2019.
- [30] World Health Organization, *mhGAP Intervention Guide for Mental, Neurological and Substance Use Disorders*, Geneva: WHO, 2021.
- [31] N. Pakasi et al., “Community mental health approaches in Indonesia,” *BMC Public Health*, vol. 23, 2023.
- [32] M. Raharjo et al., “Community-based psychosocial support after disasters,” *Journal of Disaster Research*, vol. 18, no. 3, 2023.
- [33] K. E. Miller and A. Rasmussen, “War exposure and daily stressors in post-conflict settings,” *Social Science & Medicine*, vol. 70, no. 1, pp. 7–16, 2019.
- [34] F. H. Norris et al., “Community resilience after disasters,” *American Journal of Community Psychology*, vol. 65, 2020.
- [35] UNDRR, *Global Assessment Report on Disaster Risk Reduction*, United Nations, 2022.
- [36] UNICEF, *Psychosocial Support for Children in Emergencies*, New York: UNICEF, 2021.
- [37] S. Shultz and D. Forbes, “Psychological first aid: Rapid proliferation and evidence,” *Disaster Health*, vol. 8, no. 2, 2020.
- [38] J. Ager et al., “Psychosocial support in humanitarian crises,” *Journal of Public Health*, vol. 45, no. 2, 2023.