

## ANALISIS PSYCHOLOGICAL FIRST AID PADA KASUS KEKERASAN SEKSUAL: SEBUAH TINJAUAN LITERATUR

Salmatus Zahroh<sup>1</sup>, Nazwa Ratu Nabila<sup>2</sup>, Fuji Astutik<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

[fujiastutik@uin-malang.ac.id](mailto:fujiastutik@uin-malang.ac.id)

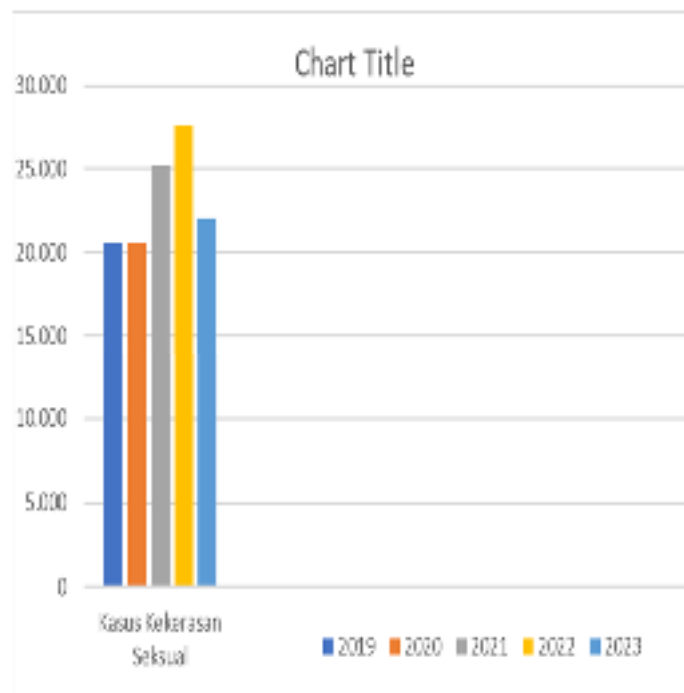
### ABSTRAK

Menurut data dari kementerian pemberdayaan perempuan dan perlindungan anak pada tahun 2023 kasus kekerasan yang paling banyak adalah kekerasan seksual. Dari 1 Januari 2023 sampai dengan saat ini terdapat 22.007 kasus dengan korban laki – laki sebanyak 4.523 dan korban perempuan sebanyak 19.467. Kekerasan seksual merupakan tindakan pemaksaan seksual terhadap seseorang tanpa seizin atau persetujuan orang tersebut. Kekerasan seksual memberikan dampak yang serius terhadap korban, baik dari segi fisik maupun psikis. Oleh karena itu dibutuhkan penanganan segera setelah kejadian untuk meminimalisir dampak jangka panjang. Penanganan pertama yang dapat dilakukan adalah *Psychological First Aid*. *Psychological First Aid* merupakan bentuk pendekatan yang digunakan untuk memberikan penanganan pertama kepada korban dengan pengalaman traumatis. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi efektivitas penerapan *Psychological First Aid* dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada korban kekerasan seksual. Metode penelitian ini menggunakan metode literatur sistematis. Data penelitian dikumpulkan melalui tinjauan jurnal dan artikel terbitan tahun 2013 hingga 2023 yang dianalisis secara kualitatif. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam membantu korban mengatasi dampak psikologis yang dihasilkan dari kekerasan seksual.

**Kata kunci:** kekerasan seksual, korban, psychological first aid, psikologi forensik

### PENDAHULUAN

Kekerasan seksual merupakan salah satu kasus yang tidak ada habisnya untuk dibahas. Kasus ini tidak mengenal suku, budaya, agama maupun penampilan dengan beragam jenis cara pula. Dalam kamus besar bahasa Indonesia, kekerasan



dapat berciri keras, perbuatan yang dapat menyebabkan cedera atau matinya orang lain atau menyebabkan kerusakan fisik maupun barang orang lain dengan adanya paksaan. Kekerasan merupakan suatu bentuk tindakan yang dilakukan oleh seseorang kepada orang lain dengan maksud untuk menyengsarakan, melakukan tindakan tidak manusiawi baik dalam bentuk fisik maupun psikis (Manarat et al., 2021). Menurut data yang disajikan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak per 1 Januari hingga 27 Oktober 2023, kasus kekerasan seksual sudah mencapai angka 22.007 kasus dengan 4.523 korban laki - laki dan 19.467 korban perempuan.

Data diatas diambil melalui website Kementerian  
Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan anak

Pada April 2016, masyarakat Indonesia pernah dikejutkan dengan meninggalnya Yuyun yang merupakan korban kekerasan seksual. Yuyun dicegat oleh 14 pelaku yang sedang dalam keadaan mabuk akibat tuak. Yuyun diseret ke dalam area kebun karet, kemudian ia diperkosa secara bergantian oleh 14 pelaku. Tak hanya itu, ia juga Mendapat pukulan pada bagian kepala beberapa kali dan tangan serta kakinya diikat. Menurut hasil visum, yuyun meninggal saat pemerkosaan yang kemudian jasadnya dibuat ke jurang dan ditutupi oleh dedaunan (Wijaya, 2021).

Melansir dari Kompas TV, Indonesia kembali digemparkan dengan kasus kekerasan seksual pada Juli 2022 yang terjadi pada ABG berumur 15 tahun di Sulawesi tengah. Pemerkosaan dilakukan oleh 11 orang termasuk kades, guru hingga brimob. Pelaku menjalankan modus dengan berbagai macam cara termasuk menawarkan korban narkoba hingga mengancam dengan senjata tajam. Akibat dari peristiwa tersebut, korban mengalami trauma, gangguan reproduksi dan terancam menjalani operasi pengangkatan rahim.

Dari banyaknya kasus diatas perlunya penanganan yang serius terhadap kekerasan seksual. Salah satu langkah yang bisa diambil dalam mencegah terjadinya kembali dan meminimalisir dampak kekerasan seksual dengan cara Psychological First Aid. Psychological First Aid merupakan salah satu langkah yang dapat meminimalisir angka kekerasan seksual dan juga sebagai langkah pertama penanganan kasus kekerasan seksual. Psychological First Aid (PFA) adalah sebuah metode untuk membantu seseorang dalam kondisi distres agar mereka merasa tenang dan didukung, guna mengatasi tantangan atau permasalahan mereka dengan lebih baik. (Internasional Federation Of Red Cross and Red Crescent Societies, 2020). Serta dapat membantu korban untuk bisa lebih adaptif dan kembali beraktivitas kembali. Selain itu, WHO Menerangkan bahwa PFA merupakan bantuan awal dengan durasi singkat yang diberikan kepada orang yang mengalami tekanan atau dalam keadaan yang darurat (Snider et al., 2011).

Penerapan PFA terbukti efektif dalam membantu penanganan terhadap korban kekerasan seksual. Dalam penelitian berjudul “Psychological First Aid bagi Anak yang Beresiko Kekerasan Seksual di SDN 12 Buana Makmur Kecamatan

Dayun”. Program PFA terbukti dapat mengurangi dampak dan emosi negatif yang didapatkan korban melalui pengalaman traumatis. Selain itu, PFA menyediakan layanan pemenuhan kebutuhan dasar korban seperti mendengarkan ataupun support sosial (Rino Gohansen & Didik Widianoro, 2022a). Didukung oleh penelitian yang berjudul “Psychological First Aid (PFA) pada Korban di UPTD PPA Kota Makassar”. PFA secara aktif memainkan peran untuk membangun harapan dalam diri korban agar ia merasa aman, nyaman dan stabil (Murdiana et al., 2023a).

Minimnya jurnal atau penelitian terkait penerapan PFA terhadap korban kekerasan seksual menjadikan pentingnya tulisan ini. Pembahasan tentang penerapan PFA seringkali diterapkan untuk menanggulangi korban-korban bencana atau stress yang dialami seseorang. Sedangkan untuk kasus korban kekerasan seksual masih sangat minim informasi. Namun ada beberapa alasan mengapa PFA tidak selalu diterapkan pada korban kekerasan seksual di antaranya : Pertama, kurangnya pengetahuan terkait PFA dan prinsip-prinsipnya sehingga menyulitkan masyarakat dalam memberikan dukungan kepada korban kekerasan seksual. Yang kedua Stigma, kekerasan seksual sering kali mendapat stigma, dan korban mungkin disalahkan atau dipermalukan atas apa yang terjadi pada mereka. Hal ini dapat mempersulit mereka untuk mencari bantuan atau orang lain untuk memberikan dukungan. Yang ketiga takut memperburuk keadaan: Beberapa orang mungkin takut akan mengatakan atau melakukan hal yang salah dan memperburuk situasi bagi korbannya. Yang terakhir kurangnya sumber daya: Dalam beberapa kasus, karena minimnya sosialisasi PFA kepada masyarakat menjadikan kurangnya sumber daya atau personel terlatih untuk memberikan PFA kepada korban kekerasan seksual.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, Penulis tertarik untuk membahas terkait penerapan PFA dalam membantu korban kekerasan seksual. Adapun tujuan dari kepenulisan ini menginvestigasi efektivitas penerapan *Psychological First Aid* dalam memberikan dukungan psikologis awal kepada korban kekerasan seksual. Dengan harapan hasil dari kepenulisan ini memberikan pemahaman lebih mendalam terkait PFA dan manfaatnya kepada masyarakat umum. Serta dengan pemahaman PFA yang baik dapat membantu dan memberikan dampak positif bagi korban kekerasan seksual.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian studi literatur. Metode studi literatur adalah serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengolah bahan penelitian (Zed, 2008:3). Menelaah teori dan buku-buku literatur yang sesuai dengan teori yang dibahas, khususnya ruang lingkup *Psychological First Aid* (PFA). Disamping itu juga menganalisis artikel- artikel dan jurnal ilmiah yang bereputasi dan yang belum bereputasi. Semua artikel ilmiah bersumber dari Google Scholar. Isi dari penelitian ini menggunakan metode penelitian systematic literature review.

Data penelitian dikumpulkan melalui tinjauan jurnal dan artikel terbitan tahun 2013 hingga 2023 yang dianalisis secara mendalam serta diambil kesimpulan sehingga mendapatkan hasil akhir yang baik dan sesuai dengan yang diharapkan (Agustianti et al., n.d.).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pencarian literatur di Google Scholar periode tahun 2013 - 2023 ditemukan 3 jurnal yang membahas terkait psychological first aid dalam kasus kekerasan seksual dari sekian banyaknya pembahasan PFA. Dalam pencarian literatur Psychological first aid ditemukan banyaknya pembahasan PFA dengan kasus selain kekerasan seksual yang menunjukkan minimnya literatur terkait penerapan PFA dengan kekerasan seksual yang digunakan. berikut ini tabel literatur yang membahas terkait PFA.

Psychological First Aid dengan Kasus Kekerasan Seksual:

No.	Penulis	Judul	Tahun	Hasil
1.	Rino Gohansen, Didik Widianoro	Psychological First Aid Bagi Anak yang Beresiko Kekerasan Seksual di SDN 12 Buana Makmur Kecamatan Dayun	2022	Pelaksanaan PFA berjalan sukses di SDN 12 Buana Makmur. Tahapan pelaksanaan PFA yaitu: 1. persiapan, 2. pelaksanaan, 3. Evaluasi (Rino Gohansen & Didik Widianoro, 2022b).

2.	Sitti Murdian, Putri Amaliah Arifin, Essam S. Sappe Abdulwahid Muhammad, Andi Iftitah Mutiarra Patonangi, Israk	Psychological First Aid (PFA) Pada Korban Di UPTD PPA Kota Makassar	2023	Berdasarkan laporan UPTD PPA Kota Makassar, kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak merupakan hal yang sedang marak terjadi di Kota Makassar. Diketahui terdapat 488 kasus yang sudah dilaporkan. Salah satu intervensi yang dilakukan adalah dengan menerapkan PFA. Penelitian ini menggunakan skala SDQ-25 dan DASS-21 kepada 3 korban untuk melihat rentang kondisi psikologis korban setelah pemberian PFA. Hasil akhir menunjukkan, pemberian PFA terbukti efektif dalam memberikan rasa tenang, aman dan terhubung bagi korban yang terdampak (Murdiana et al., 2023b).
----	--	--	------	---

3.	Yustina Gemilang, Magdalena Pranata Santoso	Video Psikoedukasi Sebagai Psychological First Aid Dalam Menolong Anak Korban Sexual Abuse	2021	Penelitian ini menunjukkan bahwa PFA berperan penting dalam mengatasi trauma jangka pendek maupun jangka panjang dalam kasus sexual abuse. Wawancara dilakukan kepada 2 psikolog anak yang banyak menangani kasus kekerasan seksual. Peneliti membuat video psikoedukasi tentang sexual abuse yang diharapkan dapat menolong korban sexual abuse (Gemilang & Santoso, 2021).
----	---	---	------	--

Psychological First Aid dengan Kasus Lain:

No.	Penulis	Judul	Tahun	Hasil
-----	---------	-------	-------	-------

1.	Yudi Kurniawan, Markus Nanang Irawan Budi Susilo, Adiprana Yogatama, Widiananto Parantopo, Nadya Yumna Shella Anggrain	Pelatihan Dukungan Psikologis Awal untuk Meningkatkan Kemampuan Asesmen Kasus pada Pendamping Korban Kekerasan di Kota Semarang	2023	Pelatihan ini diikuti oleh 22 pendamping dan 22 korban kekerasan. Pelatihan Dukungan Psikologis Awal (DPA) mampu meningkatkan pengetahuan dan kemampuan asesmen kasus pada pendamping korban kekerasan. Skor pengetahuan asesmen kasus peserta awal adalah 8,1 (maksimal skor 25). yang kemudian meningkat menjadi 20,9 (maksimal skor 25). Dari hasil evaluasi pula, didapatkan 20 peserta memberikan penilaian sangat puas dan 2 peserta memberi nilai puas dengan pelatihan ini (Kurniawan et al., n.d.).
2.	Martha Kurnia Asih, Retno Ristiasih Utami, Yudi Kurniawan	Psychological First Aid (PFA) Untuk Pendamping Balai Pemasarakatan (BAPAS Kelas 1) Semarang	2018	Hasil rata – rata pretest materi PFA sebesar 3,14 sedangkan hasil post test menunjukkan skor 9,86. Berdasarkan data tersebut, PFA terbukti dapat meningkatkan pemahaman peserta karena adanya peningkatan nilai sebesar 6,72 (Asih et al., 2018).

3.	Mahmuddah Dewi Edmawati, Bambang Susanto, Muhammad Arief Maulana, Rita Kumalasari	Psychological First Aid Training Untuk Meningkatkan Mental Health Awareness Pada Remaja di Era Pandemi Covid-19	2023	Hasil pengujian wileoxon diperoleh skor pretest 67,75 dan meas post test 88,00. Maka, dapat dilihat bahwa terjadinya peningkatan skor mental health awareness sehingga PFA dikatakan efektif dalam meningkatkan mental health awareness pada remaja di era pandemi covid 19 (Edmawati et al., 2022).
4.	Eka Sufartianinsih Jafar, Muh Wahyu Al Fadly, Ika Wahyuni, Rizky Rahmawati Saudi, Siti Naga Uleng Purnama Sari D, Rizka Ayu Ananda	Pelatihan Psychological First Aid (PFA) pada Shelter Warga Se-Kecamatan Manggala Kota Makassar	2022	Melalui pelatihan PFA ini didapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan dari skor pre-test yaitu sebesar 44% menjadi 84% pada skor post-test sehingga dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan PFA pada peserta sebesar 40% setelah mengikuti pelatihan (Jafar et al., 2023).



5	Sri Ngayomi Yudha Wastuti <sup>1</sup> , Sri Listiana Izar	PENERAPAN PSYCHOLOGICAL FIRST AID DALAM MEREDUKSI KECEMASAN MAHASISWA SEMESTER AKHIR BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UMSU	2020	Penerapan Psychological First AID dalam mereduksi kecemasan mahasiswa semester akhir bimbingan dan konseling FKIP UMSU pada kelas eksperimen dengan rata-rata 69,06 yaitu baik. Tanpa menggunakan penerapan Psychological First AID dalam mereduksi kecemasan mahasiswa semester akhir bimbingan dan konseling FKIP UMSU pada kelas kontrol dengan rata-rata 62,61 yaitu cukup. (Listiana & Ngayomi Yudha Wastuti, 2020)
6	Ugung Dwi Ario Wibowo, Dyah Astorini Wulandari	Psychological First Aids (PFA) by Online untuk Mengurangi Kecemasan Covid-19	2020	Pelatihan Online PFA untuk Relawan Psikososial PRA Darul Muhajirin Sumampir Purwokerto sangat tepat diterapkan sebagai salah satu upaya membentuk kerelawanan dan manajemen penanganan menggunakan metode dukungan psikologis awal untuk mengurangi kecemasan covid-19 dan memunculkan kesadaran akan kebencanaan pada anggotanya. Metode kombinasi daring dan luring menjadi metode yang tepat untuk memberi pemahaman di masa pandemik dan sekaligus sebagai metode simulasi materi pelatihan itu sendiri.

				Follow up. Pendampingan pasca pelatihan di lapangan/lokasi bencana dan simulasi dalam peningkatan kemampuan relawan dan skill psychological first aid by online (wibowo & wulandari, 2020).
7	Faradillah Firdaus, Nurfitriany Fakhri, Kurniati Zainuddin, Muhammad Nurhidayat Nurdin, M. Ahkam Alwi.	Psychological First Aid pada Penyintas Anak Pasca Gempa di Sulawesi Barat	2022	Pelaksanaan kegiatan PFA untuk anak penyintas pasca gempa bumi di Sulawesi Barat memiliki tujuan untuk membantu anak dalam mendapatkan pertolongan pertama terhadap masalah psikososial yang dihadapi para korban, sehingga para korban dapat mempersiapkan diri secara psikologis dan mampu menyesuaikan diri dengan sehat di masa depan. hasilnya, seluruh kegiatan yang sudah terlaksana berjalan dengan harmonis (Firdaus et al., n.d.).

8.	Anis Nabila Ahmad, Aisyah Arifuddin, Andi Besse Wulan Fauziah, St.Saniah Khalisah Zakaria, Asniar Khumas	Pelatihan Psychological First Aid Pada Kebencanaan	2023	hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hasil dari pre-test sebesar 37% sedangkan hasil dari post-test sebesar 63%. maka, terlihat peningkatan pengetahuan peserta setelah menerima pelatihan PFA (Anis Nabila Ahmad et al., 2023).
9.	Ida Ayu Ratih Tricahyani dan Putu Nugrahaeni Wideasavitri	HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA AWAL DI PANTI ASUHAN KOTA DENPASAR	2016	Hasil kategorisasi responden pada skala dukungan sosial, menunjukkan bahwa 65% atau 65 remaja awal dari 100 responden penelitian memiliki dukungan sosial yang tinggi, sisanya sebanyak 9% atau 9 remaja awal berada pada kategori sedang dan 26% atau sama dengan 26 remaja awal memiliki dukungan sosial sangat tinggi. Hal ini membuktikan pada umumnya remaja awal yang tinggal di panti asuhan Kota Denpasar tersebut memiliki dukungan sosial yang tinggi (Tricahyani & widiasavitri, 2016).

10.	Dimas Teguh Prasetyo, Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, Fitra Hasri Rosandi, Efan Yudha Winata, Pratiwi Sakti	Lihat-Dengar- Hubungkan : Efektivitas Program Dukungan Psikologis Awal untuk Generasi Milenial	2020	Dari hasil penelitian, ditemukan skor pretest sebesar 7,14 dan skor posttest sebesar 8,57. maka, adanya peningkatan pengetahuan peserta terkait dukungan psikologis awal sebesar 1,43 (Prasetyo et al., 2020).
11.	Menik Tetha Agustina, Puspita Puji Rahayu, Qurnia Fitriyatinur, Isti Mayasari	Psychological First Aid Pada Anak-Anak Korban Bencana Di Dusun Tambak Rejo Semarang	2022	Kegiatan yang telah dilaksanakan tanggal 16 Juli 2022 tersebut, diikuti kurang lebih 50 peserta anak-anak penduduk Dusun Tambak Rejo Kota Semarang. Kegiatan ini memberikan manfaat bagi anak-anak dalam membantu penanganan trauma yang dialami mereka ketika terdampak banjir rob (Agustina et al., 2022).
12.	Candra Aprilia Kartika, Ahmad Guntur Alfianto, Mizam Ari Kurniyanti	Pertolongan Pertama Kesehatan Jiwa Pada Siswa Dengan Masalah Psikososial Yang Berisiko Bunuh Diri	2020	Hasil penelitian didapatkan bahwa setelah diberikan intervensi MHFA terhadap tanda dan gejala psikososial Depresi, ansietas/cemas, dan stres pada kelompok intervensi yang di analisis menggunakan uji statistik Wilcoxon masing-masing mendapatkan nilai p value= 0.000 yang berarti 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat Pengaruh terapi MHFA terhadap Tanda dan Gejala

				Psikososial (Kartika et al., 2020).
13.	Rusdi Kasman, Nuha Lutfiah, Hadining, Hafsah Nur Afifah, Hikmah Khamelia, Hanisa	Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Stres Sekolah Online Melalui Keterampilan Psychological First Aid (PFA)	2022	Pengentasan permasalahan yang dimaksud melalui pendekatan keterampilan Psychological First Aid. Cara merealisasikan kegiatan PFA meliputi, Penyusunan konsep PFA untuk mengatasi stres sekolah Online oleh mahasiswa; Selanjutnya, gagasan diajukan ke dinas pendidikan dan kebudayaan untuk diketahui serta memberikan legalitas; Sosialisasi gagasan PFA ke sekolah di setiap jenjang pendidikan; Pelaksanaan kegiatan. Gagasan PFA dalam mengatasi stres sekolah Online diyakini dapat memberikan kontribusi positif bagi anak dalam penguatan psikologis oleh orang tua dan orang-orang terdekat terkait permasalahan yang dihadapi (Kasman et al., 2021).

14.	Hana Meilani, Nur Ahyani, Mulyadi	PENGELOLAAN SEKOLAH BERBASIS PARTISIPATIF MELALUI INOVASI DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL KANTI BEKISAH DI SMP NEGERI 1 KOB	2022	Inovasi DPA Kanti Bekisah, Ku Ade Untuk Ka merupakan pemberian bantuan Dukungan Psikologis Awal (DPA) dari peserta didik kepada sesama temannya yang sedang bermasalah atau berada dalam situasi sulit. Dukungan Psikologis Awal Kanti Bekisah, Ku Ade Untuk Ka memberikan bantuan secara langsung dan sesegera mungkin terhadap teman yang dianggap membutuhkan bantuan dengan menggunakan keterampilan dasar Dukungan Psikologis Awal. DPA ini dikembangkan sedini mungkin agar meminimalisir hal buruk yang akan terjadi (Meilani & Ahyani, 2022).
15.	Djoko Nugroho, Saiful Muktiali, Nenda, Listian Indriyani Achmad	Dukungan Psikologi Awal (DPA) Pada Pelajar Dalam Upaya Memilih Jurusan Kuliah dan Jenis Pekerjaan SMK Garuda Nusantara	2023	Dukungan Psikologi Awal (DPA) dengan metode melatih diri sendiri (coaching your self) sangat bermanfaat untuk membantu pelajar menyelesaikan permasalahan untuk beradaptasi dalam menghadapi lingkungan yang baru di dunia pendidikan tinggi dengan pengetahuan yang semakin tinggi dan lingkungan pekerjaan yang memiliki

				tantangan yang lebih rumit (Nugroho et al., 2023).
--	--	--	--	--

Psychological First Aid (PFA) merupakan pendekatan pertolongan pertama yang diberikan kepada korban kekerasan seksual. PFA bertujuan untuk memberikan dukungan psikologis yang segera kepada korban, serta membantu mereka dalam memulihkan diri dari trauma yang dialami. Pertolongan pertama psikologis (psychological first aid) menjadi sangat penting dalam menghadapi kasus kekerasan seksual. Kekerasan seksual merupakan tindakan yang melibatkan penggunaan kekuatan fisik atau ancaman yang bertujuan untuk mendapatkan kepuasan seksual secara paksa. Kasus ini dapat terjadi pada siapa saja, baik laki-laki maupun perempuan, dan seringkali meninggalkan dampak psikologis yang serius pada korban.

Pertama-tama, penting untuk memahami bahwa kekerasan seksual dapat berdampak jangka panjang pada korban. Dampak psikologisnya meliputi gangguan kecemasan, depresi, post-traumatic stress disorder (PTSD), dan berbagai gangguan jiwa lainnya. Oleh karena itu, memberikan pertolongan pertama psikologis yang kuat dan tepat pada waktu yang tepat sangatlah penting.

Salah satu strategi yang bisa digunakan dalam memberikan pertolongan pertama psikologis pada kasus kekerasan seksual adalah dengan mendengarkan dan memberikan dukungan emosional kepada korban. Korban sering kali merasa malu, bersalah, atau tak berdaya setelah mengalami kekerasan seksual. Oleh karena itu, menunjukkan empati dan menghargai perasaan mereka adalah langkah awal yang sangat penting. Dalam melakukan pendekatan ini, penting bagi penolong agar tidak menyalahkan korban, melainkan memberikan dukungan dan memastikan mereka merasa aman.

Saat melakukan PFA, ada tiga prinsip yang mendasari proses ini. Prinsip-prinsip tersebut antara lain mengamati, yaitu mengamati keadaan sekitar korban, yang kedua mendengarkan yaitu mendengarkan secara aktif, dan terakhir berhubungan yaitu menghubungkan korban dengan keluarganya. PFA fokus pada beberapa hal, khususnya: 1) Memfasilitasi penyediaan perawatan dan dukungan yang praktis dan tanpa paksaan; 2) Pengenalan dan pemenuhan kebutuhan dasar; 3) Bersedia mendengarkan tanpa memaksa korban untuk berbicara; 4) Bersiaplah untuk membantu korban merasa nyaman. 5). Membantu korban memperoleh informasi tentang layanan dan dukungan sosial; 6) Melindungi korban dari hal-hal yang berbahaya (Murdiana et al., 2023b).

Dalam memberikan PFA, terdapat langkah – langkah yang perlu diperhatikan. Yang pertama merupakan langkah persiapan dengan memahami situasi,

memperkenalkan diri dan memulai kontak. Terakhir adalah langkah dasar yang berupa memfasilitasi rasa aman, memfasilitasi individu untuk aktif kembali dan memfasilitasi proses pemulihan dan rencana tindak lanjut (cahyono, 2015)

Adapun pelaksanaan PFA dalam penelitian yang berjudul “Pelatihan Psychological First Aid (PFA) pada Shelter Warga Se-Kecamatan Manggala Kota Makassar” terbagi menjadi 3 tahap:

Tahap 1: Pemberian Materi. Fasilitator memberikan materi dalam bentuk ceramah terkait Psychological First Aid (PFA) serta membagikan pengalaman selama melakukan PFA secara langsung kepada peserta yang mengikuti pelatihan.

Tahap 2: Praktik. Fasilitator bersama peserta mempraktikkan cara sederhana stabilisasi emosi bagi penyintas.

Tahap 3: Diskusi. Sesi pertanyaan dibuka untuk peserta terkait materi yang sudah dibahas dan permasalahan yang kurang dipahami.

Sebelum pemberian intervensi, peserta diminta untuk mengikuti pretest dan setelah mendapatkan intervensi peserta mengisi posttest guna mengukur pemahaman peserta terkait materi yang sudah diberikan (Jafar et al., 2023). Selain itu, dalam penelitian (Edmawati et al., 2022) terdapat 4 tahapan pelaksanaan pelatihan Psychological First Aid (PFA):

Tahap 1: Sharing dan tanya jawab. Penyampaian materi terkait kesehatan mental yang dilakukan untuk meningkatkan mental health awareness.

Tahap 2: Pemberian Materi Psychological First Aid (PFA). Materi disampaikan dalam bentuk ceramah, diskusi dan pemberian contoh PFA melalui video.

Tahap 3: Praktik. Praktik dan pendampingan pelaksanaan PFA dengan role play.

Tahap 4: Evaluasi. Evaluasi hasil praktik pelaksanaan Psychological First Aid. PFA dapat diberikan oleh siapa saja yang memahami prinsip-prinsipnya, termasuk para helper yang berada di sekitar korban kekerasan seksual dan bersedia membantu, termasuk anggota keluarga, teman, anggota komunitas, dan petugas pertolongan pertama. Para penolong dapat memberikan dukungan awal yang signifikan dan berdampak positif pada pemulihan korban kekerasan seksual dengan menerapkan teknik-teknik PFA yang tepat. Penting untuk dicatat bahwa PFA bukanlah pengganti konseling atau terapi profesional, namun dapat menjadi langkah awal yang penting dalam membantu korban kekerasan seksual. Dengan memberikan dukungan segera, PFA dapat membantu korban merasa aman, tenang, dan penuh harapan, serta dapat mengurangi dampak negatif dari peristiwa traumatis tersebut.

## **SIMPULAN**

Psychological First Aid adalah bantuan psikologis awal yang diberikan kepada orang yang memiliki masalah atau dalam kondisi tidak baik guna mengatasi



permasalahan tersebut. Penerapan Psychological First Aid (PFA) pada korban kekerasan seksual dapat membantu korban merasa lebih aman, tenang, dan berharap, serta dapat mengurangi dampak negatif dari peristiwa traumatis yang dialami. Teknik-teknik PFA yang dapat dilakukan oleh para helper pada korban kekerasan meliputi secara seksual menghormati keselamatan, harga diri, dan hak-hak korban, memahami nilai dan budaya yang dianut oleh penyintas,, mendengarkan dengan penuh perhatian dan tanpa menghakimi, menunjukkan empati dan pemahaman terhadap situasi korban, membantu korban merasa aman dan nyaman, mendorong korban untuk mencari bantuan profesional jika diperlukan, dan menjaga kerahasiaan informasi yang diberikan oleh korban. Namun, terdapat beberapa permasalahan yang sering dihadapi dalam penerapan PFA pada korban kekerasan seksual, seperti stigma, berkurangnya pengetahuan, ketakutan, dan kurangnya sumber daya. Oleh karena itu, para penolong perlu meningkatkan pengetahuan seksual mereka tentang PFA dan cara memberikan dukungan yang tepat kepada korban kekerasan. Dengan menerapkan teknik-teknik PFA yang tepat, para penolong dapat memberikan dukungan awal yang signifikan dan berdampak positif pada pemulihan korban kekerasan seksual penerapan.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada para peneliti terdahulu yang sudah memberikan inspirasi dan pandangan sehingga terbitnya artikel ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agustianti, R., Nussifera, L., Meliana, I., Sidik, E. A., Simarmata, N., Himawan, I. S., Ikhrum, F., Andriani, A. D., Rai, I., Gatriyani, N. P., & Mayasari, N. (n.d.). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF DAN KUALITATIF*.
- Agustina, M. T., Rahayu, P. P., Fitriyatinur, Q., & Mayasari, I. (2022). Psychological First Aid Pada Anak-Anak Korban Bencana Di Dusun Tambak Rejo Semarang. *Literasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Inovasi*, 2(2), 1321–1326. <https://doi.org/10.58466/literasi.v2i2.570>
- Anis Nabila Ahmad, Aisyah Arifuddin, Andi Besse Wulan Fauziah, St.Saniah Khalisah Zakaria, & Asniar Khumas. (2023). Pelatihan Psychological First Aid Pada Kebencanaan. *Joong-Ki : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(3), 650–655. <https://doi.org/10.56799/joongki.v2i3.2077>
- Asih, M. K., Utami, R. R., & Kurniawan, Y. (2018). *PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA) UNTUK PENDAMPING BALAI PEMASYARAKATAN (BAPAS KELAS 1) SEMARANG*.
- cahyono, wahyu. (2015). *Psychological First Aid “Sebuah Kesiapan Dari Kita Untuk Kita.”* Pusat Krisis Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Edmawati, M. D., Susanto, B., Maulana, M. A., & Kumalasari, R. (2022). *PSYCHOLOGICAL FIRST AID TRAINING UNTUK MENINGKATKAN MENTAL HEALTH AWARENESS PADA REMAJA DI ERA PANDEMI*

- COVID-19. *Jurnal Terapan Abdimas*, 8(1), 1.  
<https://doi.org/10.25273/jta.v8i1.12362>
- Firdaus, F., Fakhri, N., Zainuddin, K., Nurhidayat, M., & Alwi, M. A. (n.d.). *Psychological First Aid pada Penyintas Anak Pasca Gempa di Sulawesi Barat*.
- Gemilang, Y., & Santoso, M. P. (2021). VIDEO PSIKOEDUKASI SEBAGAI PSYCHOLOGICAL FIRST AID DALAM MENOLONG ANAK KORBAN SEXUAL ABUSE. *Aletheia Christian Educators Journal*, 2(1), 105–124.  
<https://doi.org/10.9744/aletheia.2.1.105-124>
- Internasional Federation Of Red Cross and Red Crescent Societies. (2020). *Remote Psychological First Aid during the COVID-19 outbreak*.
- Jafar, E. S., Al Fadly, M. W., Wahyuni, I., Saudi, R. R., Sari D, S. N. U. P., & Ananda, R. A. (2023). Pelatihan Psychological First Aid (PFA) pada Shelter Warga Se-Kecamatan Manggala Kota Makassar. *Jurnal Edukasi dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(1), 23–32. <https://doi.org/10.35914/jepkm.v1i1.5>
- Kartika, C. A., Alfianto, A. G., & Kurniyanti, M. A. (2020). PERTOLONGAN PERTAMA KESEHATAN JIWA PADA SISWA DENGAN MASALAH PSIKOSOSIAL YANG BERISIKO BUNUH DIRI. 3(2).
- Kasman, R., Lutfiah, N., Hadining, H., Afifah, H. N., Khamelia, H., & Hanisa, H. (2021). Peran Orang Tua dalam Mengatasi Stres Sekolah Online Melalui Keterampilan Psychological First Aid (PFA). *Prophetic Guidance and Counseling Journal*, 2(1), 13–18. <https://doi.org/10.32832/pro-gcj.v2i1.5144>
- Kurniawan, Y., Yogatama, A., Parantopo, W., & Anggraini, N. Y. S. (n.d.). *Pelatihan Dukungan Psikologis Awal untuk Meningkatkan Kemampuan Asesmen Kasus pada Pendamping Korban Kekerasan di Kota Semarang*.
- Listiana, S. I., & Ngayomi Yudha Wastuti, S. (2020). PENERAPAN PSYCHOLOGICAL FIRST AID DALAM MEREDUKSI KECEMASAN MAHASISWA SEMESTER AKHIR BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UMSU. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 5(2), 149. <https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v5i2.1528>
- Manarat, Y., Kaawoan, J., & Rachman, I. (2021). Peran Dinas Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak Dalam Menangani Korban Kekerasan Seksual Pada Anak di Kota Kotamobagu. *JURNAL GOVERNANCE*, 1.
- Meilani, H., & Ahyani, N. (2022). *PENGELOLAAN SEKOLAH BERBASIS PARTISIPATIF MELALUI INOVASI DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL KANTI BEKISAH DI SMP NEGERI 1 KOB. 1*.
- Murdiana, S., Arifin, P. A., Muhammad, E. S. S. A., Patonangi, A. I. M., & Israk, I. (2023a). PSYCHOLOGICAL FIRST AID (PFA) PADA KORBAN DI UPTD PPA KOTA MAKASSAR. *DEVOTE: Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 2(1), 60–67. <https://doi.org/10.55681/devote.v2i1.1089>
- Nugroho, D., Muktiali, S., & Achmad, L. I. (2023). *Dukungan Psikologi Awal (DPA) Pada Pelajar Dalam Upaya Memilih Jurusan Kuliah dan Jenis Pekerjaan SMK Garuda Nusantara*. 01(03).
- Prasetyo, D. T., Darmayanti, K. K. H., Rosandi, F. H., Yudha, E., & Sakti, P. (2020). *Lihat-Dengar-Hubungkan: Efektivitas Program Dukungan Psikologis Awal untuk Generasi Milenial*.

- Rino Gohansen & Didik Widianoro. (2022a). Psychological First Aid bagi Anak yang Beresiko Kekerasan Seksual di SDN 12 Buana Makmur Kecamatan Dayun. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 2(3), 873–879. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.4889>
- Snider, L., Van Ommeren, M., & Schafer, A. (2011). *Psychological first aid: Guide for field workers*. World Health Organization.
- Tricahyani, I. ayu ratih, & widiasavitri, putu nugharaeni. (2016). HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA REMAJA AWAL DI PANTI ASUHAN KOTA DENPASAR. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3.
- Wibowo, ugung dwi ario, & wulandari, dyah astorini. (2020). *Psychological First Aids (PFA) by Online untuk Mengurangi Kecemasan Covid-19*.
- Wijaya, T. S. (2021). Tinjauan Psikologi Perkembangan dalam Pemberian Pembinaan Pelaku Kasus Kekerasan Seksual dan Pembunuhan (Studi Kasus Kekerasan Seksual Dan Pembunuhan Yuyun). *Journal of Psychological Perspective*, 3(2), 77–80. <https://doi.org/10.47679/jopp.321462021>
- Zed, Mestika. 2008. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta : Yayasan Obor Indonesia.