

ANALISIS KECEMASAN *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) PADA PESERTA DIDIK PASCA PANDEMI COVID-19

Nuraly Masum Aprily¹, Sofi Mutiara Insani², Anggit Merliana³

¹Universitas Pendidikan Indonesia

²Universitas Pendidikan Indonesia

³Universitas Pendidikan Indonesia

Email: nuralymasumapriily@upi.edu

(Received: Agustus 2022; Accepted: Agustus 2022; Published: Desember 2022)

ABSTRACT

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) can be defined as a disorder that occurs in a person after experiencing a painful event/event or experience such as the death of a family member, having an accident, experiencing rape, natural disaster, violence and others, resulting in feelings of trauma to something. This study aims to analyze the anxiety of Post Traumatic PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) in students aged 10-12 years with a total of 36 people. The data collection technique is by providing a questionnaire/questionnaire via Google Form. The aspects asked in this questionnaire are: 1) respondent's information/data, 2) 5 types of symptoms including physical, emotional, mental, behavioral, and spiritual symptoms, 3) diagnostic criteria for post-traumatic anxiety. The results revealed that genetic factors have an influence on PTSD. Some things that can cause PTSD are: stressful events including traumatic events, getting a risk of mental disorders such as anxiety and depression, temperamental individual traits, and the way the brain regulates hormones.

ABSTRAK

*Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) dapat diartikan sebagai gangguan yang terjadi pada seseorang setelah mengalami suatu peristiwa/kejadian maupun pengalaman yang menyakitkan seperti kematian anggota keluarga, mengalami kecelakaan, mengalami perkosaan, bencana alam, kekerasan dan lainnya sehingga timbul perasaan trauma terhadap suatu hal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kecemasan Pasca Trauma PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*) pada peserta didik usia 10-12 tahun dengan jumlah 36 orang. Teknik pengumpulan data yakni dengan memberikan angket/kuesioner melalui *Google Form*. Aspek yang ditanyakan dalam angket ini adalah: 1) informasi/data responden, 2) 5 jenis gejala meliputi gejala fisik, emosi, mental, perilaku, dan spiritual, 3) kriteria diagnostik kecemasan pascatrauma. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa faktor genetik memiliki pengaruh terhadap PTSD. Beberapa hal yang dapat menyebabkan PTSD yaitu: kejadian yang membuat stres termasuk kejadian trauma, mendapatkan risiko kelainan mental seperti cemas dan depresi, sifat individu yang temperamental, dan cara otak meregulasi hormon.*

Keywords: *post traumatic; stress disorder; pasca pandemic covid-19.*

PENDAHULUAN

Secara harfiah psikologi diartikan sebagai “ilmu jiwa”. Edwin G. Boring dan Herbert S. Langfeld mendefinisikan psikologi yakni studi tentang hakikat manusia (Syah dalam Nurliani, 2016). Sementara itu Wundt (dalam Nurliani, 2016) menyatakan bahwa psikologi merupakan ilmu tentang kesadaran manusia (*the science of human consciousness*). Pendidikan sendiri berasal dari bahasa Yunani “*Paedagogike*” yang terdiri dari kata “*paes*” berarti anak dan kata

“*ago*” berarti aku membimbing. Jadi “*Paedagogike*” berarti aku membimbing anak. Sedangkan pendidikan merupakan sebuah sistem yang terdiri dari beberapa komponen, yakni pendidik, peserta didik, tujuan pendidikan, alat pendidikan, dan lingkungan pendidikan (Saat, 2015). Pendidikan juga diartikan sebagai proses dengan metode-metode tertentu sehingga orang dapat memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku sesuai kebutuhan. Oleh karena itu pendidikan sangatlah penting bagi

manusia guna mengembangkan diri dan dapat melangsungkan kehidupannya.

Psikologi Pendidikan dipandang sebagai ilmu pengetahuan praktis yang berusaha menerangkan belajar sesuai dengan prinsip dan fakta tingkah laku manusia dengan menerangkan bagaimana perkembangan seseorang dapat berlangsung dalam pembelajaran (Nuliani, 2016). Dalam proses pembelajaran, keberhasilan pendidik bergantung pada kesanggupan peserta didik dalam memahami. Peserta didik juga menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan suatu pembelajaran karena peserta didik berperan sebagai subjek dalam proses pembelajaran. Dalam praktiknya di lapangan, peserta didik sering kali mendapatkan beberapa kesulitan-kesulitan dalam proses pembelajaran, maka seorang pendidik menjadi sosok utama dalam mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut dalam pengembangan peserta didik.

Dunia pendidikan kita sudah tidak asing dengan kata bimbingan (*guidance*) yang berarti bantuan atau tuntunan. Menurut Susanto (2015) menyatakan bahwa bimbingan adalah sebuah proses pemberian bantuan yang dilakukan dengan sengaja, sistematis dan berencana guna mencapai tujuan agar peserta didik dapat memahami diri, berkembang secara optimal, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sedangkan menurut Miller (2015) bimbingan merupakan proses bantuan pada individu guna mencapai pemahaman diri dan dapat menyesuaikan diri secara maksimum di sekolah. Adapun kata konseling (*counseling*) yang berarti nasihat, anjuran, atau pembicaraan. konseling merupakan upaya membantu individu secara pribadi antara konselor dan konseli yang bertujuan agar konseli mampu memahami diri, membuat keputusan, dan dapat menentukan tujuan setelah mendapatkan konseling dari konselor. Konseling merupakan sebuah teknik dalam bimbingan, tanpa adanya konseling maka bimbingan dianggap tidak berhasil (Susanto, 2015).

Melihat banyaknya permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik, maka diperlukan bimbingan konseling dalam upaya membantu menyelesaikan permasalahan karena hal tersebut saling

berkaitan dalam memberi motivasi kepada peserta didik. Bimbingan dan konseling berperan dalam membantu peserta didik memahami diri dan mengenali potensinya, sehingga guru bisa mengarahkannya baik dalam minat, bakat, sehingga permasalahan akan teratasi.

Berdasarkan permasalahan yang peneliti temukan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan bagaimana kondisi mental/stress peserta didik setelah berakhirnya masa pandemi covid-19.

TINJAUAN PUSTAKA

Dalam perkembangan ilmu psikologi pendidikan terdapat istilah PTSD atau *Post Traumatic Stress Disorder*.

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) merupakan gangguan mental/stres pasca trauma yang terjadi setelah seseorang mengalami kejadian traumatis, seperti kekerasan seksual, peperangan, kecelakaan, atau kejadian-kejadian lainnya yang dapat mengancam kehidupan seseorang dengan memiliki gejala seperti mimpi buruk dan kenangan-kenangan menyedihkan terkait trauma yang dialaminya (Erlin & Sari, 2020).

Seseorang yang mengalami PTSD berusaha menghindari hal yang dapat mengingatkan mereka dengan trauma tersebut. Gejala yang dialami dapat timbul secara biasa dan masih dapat ditangani melalui perawatan. Namun dapat pula terjadi gejala dramatis seperti penyalahgunaan alkohol, kemarahan, agresif, atau kekerasan, bahkan menyakiti diri sendiri. Gejala yang terjadi dapat juga berupa perubahan kepribadian, menghindari kehidupan sosial, dan mengalami insomnia.

Menurut Erlin & Sari (2020) gejala kecemasan yang terjadi setelah seseorang telah terkena peristiwa traumatis yang mengakibatkan perasaan ngeri, tidak berdaya atau takut serta gangguan emosional tersebut di alami seseorang setelah mengalami kejadian traumatis. Gangguan tersebut dapat meliputi 3 gejala pokok yakni perasaan mengalami kembali (*re-experiencing*), keinginan untuk menghindari semua

stimulus yang berhubungan dengan peristiwa traumatis (*avoidance*), dan peningkatan kesadaran yang berlebihan (*arousal*) yang di alami selama kurun waktu satu bulan atau lebih (Erlin & Sari, 2020). Untuk mengenali gejala pada anak-anak penderita PTSD berbeda dengan orang dewasa. Permasalahan yang terjadi memerlukan penanganan dan pemecahan agar mereka dapat menyesuaikan dan beradaptasi dengan masalah dan tekanan yang dialaminya. Anak memerlukan dukungan serta bantuan dari orang dewasa dalam menghadapi kecemasan setelah mengalami peristiwa traumatis. Sehingga anak penderita PTSD dapat menghadapi dan menyesuaikan diri dengan masalah tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Emzir (dalam Batubara, 2016) pendekatan kuantitatif adalah suatu pendekatan penelitian yang secara primer menggunakan paradigma positivistik untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan menggunakan strategi penelitian seperti kegiatan survei yang memerlukan data statistic. Penelitian ini juga menggunakan metode analisis deskriptif dengan menyebarkan kuesioner melalui *Google Form* untuk mendapatkan informasi dari responden, yaitu peserta didik pada rentang usia 10-12 tahun yang berjumlah 36 orang. Prosedur penelitiannya terdiri dari: 1) persiapan dan membuat instrumen di *Google form*, 2) penyebaran dan pengumpulan angket, dan 3) melakukan analisis data.

Teknik pengumpulan yang dilakukan, yakni dengan memberikan angket/kuesioner melalui *Google Form*. Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup. Kuesioner tertutup merupakan sejumlah pertanyaan baik *multiple choice* (pilihan ganda) maupun *Check List* yang digunakan untuk memperoleh informasi/data dari sumbernya langsung. Aspek yang ditanyakan dalam angket ini adalah: 1) informasi/data responden, 2) 5 jenis gejala meliputi gejala fisik, emosi, mental, perilaku, dan spiritual, 3) kriteria diagnostik kecemasan pascatrauma. Sedangkan pilihan jawabannya dengan memberi tanda *check list* pada jawaban yang sesuai dengan kondisi responden serta

memilih jawaban yaitu sesuai atau tidak sesuai. Adapun kelebihan kuesioner menurut Mania (2008) yakni pengumpulan data jauh lebih praktis, menghemat waktu dan tenaga karena tidak perlu berhadapan langsung dengan responden sedangkan kelemahannya yakni jawaban yang diperoleh sering tidak objektif, tidak sesuai dengan fakta yang sebenarnya (tidak jujur).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Trauma diartikan secara umum berkaitan dengan cedera fisik, kerusakan jaringan, luka atau *shock*. Sedangkan trauma secara psikologis dapat diartikan sebagai kecemasan yang mendadak akibat peristiwa di lingkungan seseorang yang melampaui batas kemampuannya untuk bertahan, mengatasi atau menghindari dari peristiwa tersebut (Nevid dalam Nawangsih, 2014). PTSD (*posttraumatic stres disorder*) adalah jenis gangguan stres terkait dengan peristiwa traumatik tertentu yang gejalanya dapat muncul dalam rentang waktu satu atau beberapa bulan setelah bencana, bahkan pada kasus tertentu, bertahun-tahun setelah bencana berlalu (Rahmadian, dkk., 2016). Poerwandari (dalam Tentama, 2014) mendefinisikan *Post-Traumatic Stress Disorder* mengacu pada pengalaman yang mengagetkan dan menyakitkan melebihi situasi stres seperti kejadian yang mengguncang, kematian anggota keluarga secara mendadak, keguguran, dipecat dari kerja, mengalami kecelakaan, dan mengalami perkosaan.

Menurut *National Institute of Mental Health* (NIMH) PTSD diartikan sebagai gangguan berupa kecemasan yang timbul setelah seseorang mengalami peristiwa yang mengancam keselamatan jiwa atau fisiknya. Peristiwa trauma ini bisa berupa serangan kekerasan, bencana alam yang menimpa manusia, kecelakaan, atau perang (Nevid, dalam Nawangsih, 2014). Dengan demikian, *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) dapat diartikan sebagai gangguan yang terjadi pada seseorang setelah mengalami suatu peristiwa/kejadian maupun pengalaman yang menyakitkan seperti kematian anggota keluarga, mengalami kecelakaan, mengalami perkosaan, bencana alam, kekerasan dan

lainnya sehingga timbul perasaan trauma terhadap suatu hal.

PTSD dapat terjadi setelah seseorang mengalami kejadian yang sangat menakutkan ataupun kejadian yang membuatnya stres berat. Faktor genetik juga memiliki pengaruh terhadap PTSD. Beberapa hal yang dapat menyebabkan PTSD yaitu kejadian yang membuat stres termasuk kejadian trauma, mendapatkan risiko kelainan mental seperti cemas dan depresi, sifat individu yang temperamental, dan cara otak meregulasi hormone (Zaki, 2019).

Beberapa hal yang berkaitan dengan terjadinya PTSD, yaitu :

1. Mekanisme mempertahankan hidup
Ingatan mengenai pengalaman masa lalu mendorong untuk berpikir mengenai kejadian tersebut secara detail sehingga dapat mempersiapkan diri jika kejadian tersebut terulang, tetapi respon tersebut dapat berdampak buruk karena tidak dapat memproses dan melupakan hal yang buruk setelah kejadian yang membuat trauma.
2. Tingkat adrenalin
Menurut sebuah penelitian seseorang yang mengalami PTSD memiliki hormon stres yang tidak seimbang. Penderita PTSD memproduksi hormon adrenalin yang tinggi secara terus menerus.
3. Perubahan di otak
Seseorang yang mengalami PTSD memiliki proses emosi berbeda dengan orang normal yang terjadi di otak. Bagian otak yang bertugas untuk memori dan emosi yang disebut hippocampus didapatkan mempunyai ukuran yang lebih kecil pada penderita PTSD.

a. Gejala PTSD

Menurut Kadek (2020) secara umum gejala-gejala yang sering dialami korban PTSD adalah sebagai berikut:

1. Pengulangan pengalaman trauma.
Adapun gejala yang dialami:
 - a) *Flashback* (merasa seolah-olah peristiwa yang menyedihkan terulang kembali), mengingat peristiwa yang menyedihkan yang pernah dialami.
 - b) *Nightmares* (mimpi buruk mengenai kejadian-kejadian yang membuatnya sedih).

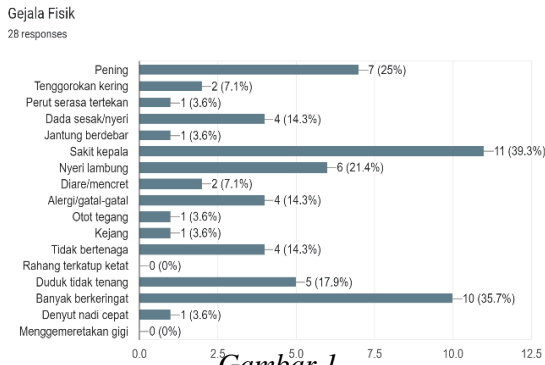
- c) Reaksi emosional dan fisik berlebihan yang dipicu oleh peristiwa atau kejadian yang menyedihkan
 - d) Perilaku mengungkit-ungkit kembali peristiwa yang mengganggu yang berasal dari image, pikiran, atau persepsi seseorang.
2. Penghindaran stimuli yang diasosiasikan dengan pengalaman traumatik atau mati rasa dalam responsivitas. Adapun gejala yang muncul dari indikator penghindaran yakni:
 - a) Berusaha menghindari untuk berpikir tentang trauma atau stimulus yang mengingatkan pada kejadian tersebut.
 - b) Upaya menghindarkan pikiran, perasaan, atau hal yang dapat mengingatkan kembali pada peristiwa traumatik.
 - c) Berkurangnya minat atau partisipasi pada aktivitas yang sebelumnya ia lakukan dan senang.
 - d) Perasaan terasing,
 - e) Menurunnya ketertarikan pada orang lain, ketidakmampuan untuk merasakan berbagai emosi positif (mati rasa).
 - f) Merasa masa depan suram.
 3. Ketegangan meningkat, seperti susah tidur atau mempertahankan tidur, mudah marah atau tidak dapat mengendalikan marah, sulit berkonsentrasi, sikap waspada yang berlebihan, respon yang berlebihan atas segala sesuatu (Nevid dalam Nawangsih, 2014).

b. Akibat PTSD

Gejala yang ditimbulkan akibat PTSD atau gangguan stress pascatrauma:

1. Gejala Fisik

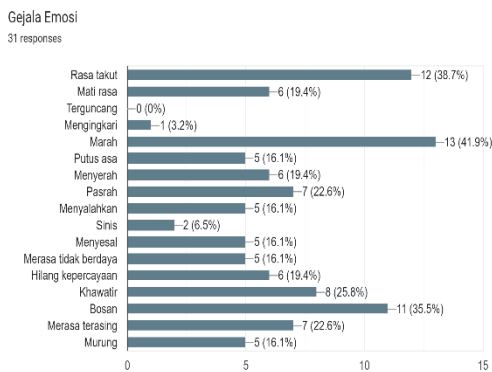
Pening, tenggorokan kering, perut serasa tertekan, dada sesak/nyeri, jantung berdebar, sakit kepala, nyeri lambung, diare/mencret, alergi/gatal-gatal, otot tegang, kejang, tidak bertenaga, rahang terkatup ketat, duduk tidak tenang, banyak berkeringat, denyut nadi cepat, rasa lelah, dan menggemeretakan gigi. Berikut hasil dari responden:



Gambar 1

2. Gejala Emosi

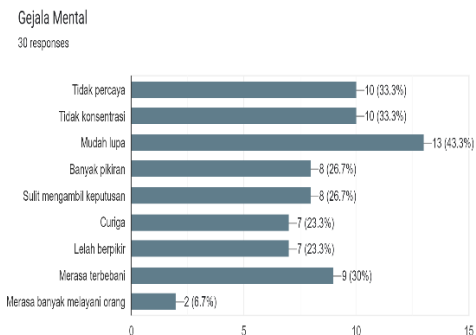
Rasa takut, mati rasa, terganggu, mengingkari, marah, putus asa, menyerah, pasrah, menyalahkan, sinis, menyesal, merasa tidak berdaya, hilang kepercayaan, khawatir, bosan, merasa terasing, dan murung. Berikut hasil dari responden:



Gambar 2

3. Gejala Mental

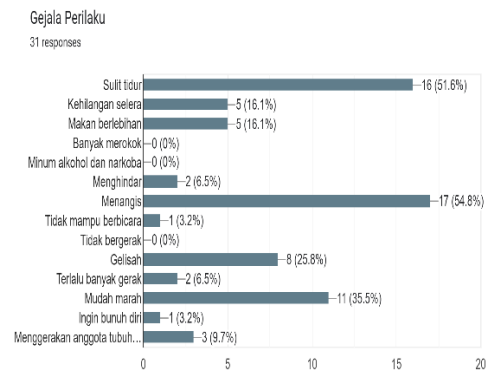
Tidak percaya, tidak konsentrasi, mudah lupa, banyak pikiran, sulit mengambil keputusan, curiga, lelah berpikir, merasa terbebani, dan merasa banyak melayani orang. Berikut hasil dari responden :



Gambar 3

4. Gejala Perilaku

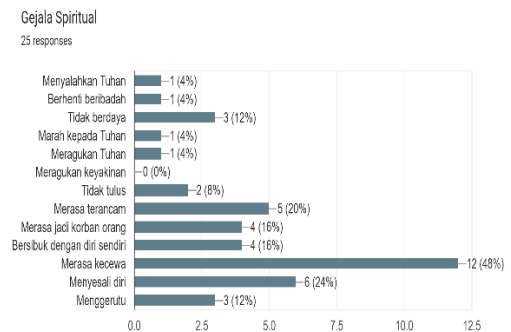
Sulit tidur, kehilangan selera, makan berlebihan, banyak merokok, minum alkohol dan narkoba, menghindari, menangis, tidak mampu berbicara, tidak bergerak, gelisah, terlalu banyak gerak, mudah marah, ingin bunuh diri, menggerakkan anggota tubuh berulang-ulang, rasa malu berlebihan, mengurng diri serta menyalahkan orang lain. Berikut hasil dari responden:



Gambar 4

5. Gejala Spiritual

Menyalahkan Tuhan, berhenti beribadah, tidak berdaya, marah kepada tuhan, meragukan tuhan, meragukan keyakinan, tidak tulus, merasa terancam, merasa jadi korban orang, bersibuk dengan diri sendiri, merasa kecewa, menyesali diri, dan menggerutu. Berikut hasil dari responden:



Gambar 5

c. Peran Dukungan Sosial Pada Gangguan Stress Pascatrauma

Dukungan sosial sangat penting dan berharga bagi siswa yang mengalami *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) karena

mereka membutuhkan seseorang yang dapat membantu dalam mengatasi gangguan tersebut. Dengan adanya dukungan sosial dari orang tua, guru, teman sebaya, dan lingkungan masyarakat diharapkan remaja menjadi memiliki kepercayaan diri yang baik, merasa diterima, merasa disayangi, merasa diperhatikan, merasa diakui, dan merasa masih mempunyai nilai serta dapat kembali hidup secara normal (Tentama, 2014).

Bastaman (dalam Tentama, 2014) mengartikan dukungan sosial sebagai hadirnya orang-orang tertentu yang dapat memberikan nasehat, memotivasi, mengarahkan, memberi semangat, dan menunjukkan jalan keluar ketika sedang mengalami masalah. Dukungan sosial diartikan sebagai transaksi interpersonal yang ditunjukkan dengan memberikan bantuan kepada individu yang lain. Dukungan diperoleh dari hubungan sosial yang akrab atau dari keberadaan mereka yang membuat individu merasa diperhatikan, dinilai, dan dicintai (Sarason, dkk, 1990).

Dukungan sosial mempunyai peran dalam menurunkan tingkat *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) atau gangguan stress pascatrauma. Dukungan ini menjadikan seseorang yang mengalami trauma merasa diperhatikan, disayangi, diakui, dicintai sehingga seseorang dapat menjalani hidup dengan percaya diri.

Terdapat 2 (dua) pendekatan terapi yang dapat dilakukan bagi penderita PTSD, yakni dengan menggunakan farmakoterapi dan psikoterapi. Pendekatan secara farmakoterapi, berupa terapi menggunakan obat-obatan yang secara medis diperbolehkan untuk dikonsumsi oleh penderita. Sedangkan pendekatan psikoterapi dengan menggunakan model psikologi atau yang dikenal dengan psikoterapi, dengan bertujuan untuk memperbaiki fungsi sosial penderita.

SIMPULAN

Psikologi pendidikan adalah cabang ilmu psikologi dan ilmu yang mempelajari perilaku manusia. Psikologi pendidikan adalah ilmu praktis yang mencoba menjelaskan pembelajaran dalam kaitannya dengan prinsip dan fakta perilaku manusia.

Psikologi pendidikan menjelaskan bagaimana perkembangan manusia dapat terjadi melalui pembelajaran. Dalam perkembangan ilmu psikologi pendidikan terdapat istilah PTSD atau *Post Traumatic Stress Disorder*.

Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) merupakan gangguan mental/stres pasca trauma yang terjadi setelah seseorang mengalami kejadian traumatis, seperti kekerasan seksual, peperangan, kecelakaan, atau kejadian-kejadian lainnya yang dapat mengancam kehidupan seseorang. PTSD dapat terjadi setelah seseorang mengalami kejadian yang sangat menakutkan ataupun kejadian yang membuatnya stres berat. Faktor genetik juga memiliki pengaruh terhadap PTSD. Beberapa hal yang dapat menyebabkan PTSD yaitu: kejadian yang membuat stres termasuk kejadian trauma, mendapatkan risiko kelainan mental seperti cemas dan depresi, sifat individu yang temperamental, dan cara otak meregulasi hormon.

a. Saran

1. Orangtua Sebagai orang terdekat haruslah memberi dukungan sosial karena akan sangat penting dan berharga bagi remaja yang mengalami PTSD karena mereka membutuhkan seseorang yang dapat membantu dalam mengatasi gangguan tersebut.
2. Mereka yang mengalami PTSD disarankan untuk melakukan terapi tergantung sejauh mana gejala yang dirasakan terdapat 2 metode terapi yakni terapi perilaku kognitif, untuk mengenali dan mengubah pola pikir pasien yang negatif menjadi positif. Dan Terapi eksposur, untuk membantu pasien menghadapi keadaan dan ingatan yang memicu trauma secara efektif,
3. Orangtua disarankan untuk tetap konsisten dengan perubahan yang dialami selama terapi karena sangat memengaruhi kondisi anak seperti menerapkan keterampilan pola asuh pada anak.

b. Implikasi

Anak-anak dan remaja memerlukan dukungan dan bantuan dari orang dewasa dalam menghadapi kecemasan yang dialami setelah mengalami kejadian traumatis. Sehingga anak dan remaja penderita PTSD mampu menghadapi dan menyesuaikan permasalahan tersebut. permasalahan-permasalahan yang dihadapi tersebut memerlukan pemecahan sebagai upaya untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang menimpa mereka terutama pada anak-anak atau remaja. Konsep untuk memecahkan permasalahan ini disebut dengan coping dapat diartikan sebagai menghadapi, melawan ataupun mengatasi. Dari berbagai penyebab terjadinya gejala atau gangguan stress pasca traumatis yang dialami oleh beberapa anak dan remaja, maka perlu adanya intervensi yang diberikan oleh konselor.

DAFTAR PUSTAKA

- Inayh, I. P. (2017). Penerapan strategi penanggulangan penanganan PTSD pada anak dan remaja. *Ikatan Bimbingan dan Konseling Sekolah*.
- Nurliani, N. (2016). Studi Psikologi Pendidikan. *Jurnal As-Salam*.
- Ichsan, M. (2016). Psikologi pendidikan dan ilmu mengajar. *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 60-76.
- Batubara, H. H. (2016). Penggunaan google form sebagai alat penilaian kinerja dosen di Prodi PGMI Uniska Muhammad Arsyad Al Banjari. *Al-Bidayah: jurnal pendidikan dasar Islam*, 8(1).
- Mania, S. (2008). Teknik non tes: telaah atas fungsi wawancara dan kuesioner dalam evaluasi pendidikan. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 11(1), 45-54.
- Nawangsih, E. (2014). Play therapy untuk anak-anak korban bencana alam yang mengalami trauma (*posttraumatic stress disorder/ptsd*). *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164-178.
- Kadek, I. (2020). Gejala Post Traumatic Stress Disorder (Ptd):Remaja Yang Pernah Mengalami Kekerasan Oleh Orang Tua. Skripsi. Sarjana Psikologi Program Studi Psikologi. Universitas Sanata Dharma Yogyakarta.
- Erlin, F., & Sari, I. Y. (2020). Gejala PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) Akibat Bencana Banjir pada Masyarakat Kelurahan Meranti Rumbai Pesisir Pekanbaru). *Jurnal Dinamika Lingkungan Indonesia*, 7, 17-21.
- Zaki, M. (2019). *Studi Kasus Penanganan Post Traumatic Stress Disorder Dengan Bimbingan Konseling Pada Anak Pasca Gempa Di Pondok Pesantren Al Ikhlas Taliwang Sumbawa Barat* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Rohmah, S. (2021). *Penerapan Teknik Self Healing Untuk Mengurangi Stres Pasca Trauma Atau Ptd (Post Traumatic Stress Disorder) Pada Korban Bencana Alam (tsunami)(Studi Kasus Di Desa Citeureup Kecamatan Panimbang Kabupaten Pandeglang)* (Doctoral dissertation, UIN SMH BANTEN).
- Rahmadian, A. A., LN, S. Y., Rusmana, N., & Downs, L. L. (2016). Prevalensi PTSD dan karakteristik gejala stres pascatrauma pada anak dan remaja korban bencana alam. *Edusentris*, 3(1), 1-17.
- Tentama, F., & Psi, S. (2014). Peran dukungan sosial pada gangguan stres pascatrauma. *Jurnal Psikologi*.
- Ahmad Susanto, M. P. (2015). *Bimbingan & konseling di taman kanak-kanak*. Jakarta. Prenada Media.