



**PROGRAM KONSELOR PROFESIONAL PASCABENCANA MELALUI LAYANAN
INFORMASI PENDEKATAN *PROBLEM BASED LEARNING (PBL)* DALAM
MANAJEMEN STRES BAGI MASYARAKAT JORONG NAGARI BUKIK
BATABUAH**

**Sectio Putri Larasati¹, Herman Nirwana², Rezki Hariko³, Miftahul Fikri⁴, Farah
Fadhilah⁵, Ahmad Zaki Ilman Nasution⁶**

Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Padang ^{1,2,3,4,5,6}

e-mail: sectioolarras@gmail.com¹, herman.nirwana@yahoo.com², hariko@konselor.org³,
miftahulfikri@fip.unp.ac.id⁴, faarahfadhilah@gmail.com⁵, ahmadzakiilman@gmail.com⁶

ABSTRAK

Bencana alam tidak hanya menyebabkan kerusakan fisik, tetapi juga memunculkan gangguan psikologis yang signifikan pada korban pascabencana yang terdampak. Artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran konselor profesional dalam program konselor profesional pascabencana melalui layanan informasi dengan pendekatan *Problem Based Learning (PBL)* sebagai bentuk intervensi psikologis untuk membantu manajemen stres kepada warga Jorong Nagari Bukik Batabuah, Kabupaten Agam, Sumatera Barat. Metode yang digunakan adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang menggambarkan secara detail suatu masalah dalam konteks faktual. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, pemberian layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning (PBL)*, dan dokumentasi selama pelaksanaan layanan. Intervensi difokuskan pada pemberian layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning (PBL)* mengenai stres pascabencana, pengenalan gejala stres, serta pelatihan teknik relaksasi pernapasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai kondisi psikologis mereka dan mampu menerapkan strategi yang efektif dalam manajemen stres secara mandiri. Temuan ini menegaskan pentingnya peran konselor dalam pemulihan psikologis pascabencana melalui layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning (PBL)* sebagai bentuk intervensi awal yang adaptif dan relevan dengan kebutuhan korban pasca bencana.

Kata Kunci: *Konselor profesional, layanan informasi, problem based learning, manajemen stres pascabencana*

ABSTRACT

Natural disasters not only cause physical damage but also lead to significant psychological disorders in the affected post-disaster victims. This article aims to describe the role of professional counselors in intervening in post-disaster psychology through Problem-Based Learning (PBL) approach information services in helping to manage stress to residents of Jorong Nagari Bukik Batabuah, Agam Regency, West Sumatra. The method used is descriptive qualitative, using a case study approach to describe a problem in detail in a factual context. Data were collected through observation, interviews, and documentation during service delivery. The intervention focused on providing information services using the Problem-Based Learning (PBL) approach regarding post-disaster stress, recognition of stress symptoms, and training in breathing relaxation techniques. The results showed that the community gained a better understanding of their psychological condition and was able to implement effective strategies in stress management independently. This finding confirms the importance of the role of counselors in post-disaster psychological recovery through Problem-Based Learning (PBL) approach information services as a form of early intervention that is adaptive and relevant to the needs of post-disaster victims.



PENDAHULUAN

Terjadinya bencana alam menjadi salah satu faktor eksternal yang secara tiba-tiba dapat menganggu keseimbangan kehidupan manusia baik segi fisik, sosial, maupun psikologis. Masyarakat yang terdampak membutuhkan bantuan secara cepat berupa bantuan pemulihan fisik, maupun psikologis (Rimayati et al., 2019). Korban pascabencana akan mengalami berbagai bentuk gangguan stres seperti kecemasan, kaget, *shock*, tidak percaya, kegelisahan, dan bahkan panik (Nawangsih, 2014). Para korban bencana yang berada di pengungsian mengalami perasaan yang mencekam yang berada pada kondisi krisis (Safitri, 2018). Kebutuhan psikososial pada korban pascabencana bisa terjadi mulai dari gejala yang ringan seperti sakit kepala sampai pada gejala yang lebih berat seperti adanya keinginan untuk mengakhiri hidup. Melalui kesiapsiagaan psikologis dalam menghadapi bencana harus dilakukan kepada masyarakat, terkhususnya pada masyarakat di daerah rawan bencana (World Health Organization, 2020).

Salah satu bentuk peran konselor profesional dengan memberikan layanan bimbingan dan konseling yang secara efektif membantu masyarakat dalam mengelola dampak psikologis pascabencana yaitu layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL). Hal ini membantu secara efektif tentang cara mengendalikan dan memanajemen stres yang terjadi pada korban pascabencana (Astutik, 2018). Konselor memiliki peran yang strategis dalam membantu masyarakat dengan mengenali bentuk stres, memahami penyebab stres, dan menemukan strategi yang adaptif untuk mengatasi gangguan psikologis yang terjadi.

Penelitian relevan terkait pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) telah banyak dilakukan, salah satunya adalah penelitian di SMP YAKPI 1 DKI Jakarta yang menunjukkan bahwa penerapan model PBL mampu meningkatkan motivasi dan hasil belajar peserta didik pada mata pelajaran PPKn dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk aktif memecahkan masalah secara sistematis dan logis, sehingga pembelajaran menjadi lebih efektif dan mendorong kreativitas serta kepercayaan diri siswa. Selain itu, penelitian di SMA Mutiara 2 Bandung juga membuktikan bahwa model PBL dapat meningkatkan prestasi belajar siswa pada materi pembangunan ekonomi secara signifikan melalui siklus tindakan kelas yang melibatkan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian-penelitian ini menegaskan bahwa PBL efektif dalam meningkatkan keterlibatan aktif peserta didik dan prestasi belajar dengan menempatkan masalah nyata sebagai pusat pembelajaran serta peran guru sebagai fasilitator.

Layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) dalam manajemen stres menjadi bentuk inovasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat oleh konselor profesional. Integrasi antara pendekatan yang partisipatif dan materi yang secara aplikatif menciptakan layanan tidak hanya bersifat informatif tetapi juga secara terapeutik dan memberdayakan (Yusuf et al., 2022). Adapun nilai baru dari kegiatan pengabdian ini terletak pada kompetensi konselor profesional, menggunakan layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL), serta fokus pada manajemen stres yang kontekstual pada masyarakat Jorong Nagari Bukik Batabuah dengan memberikan pemahaman kepada masyarakat tentang hal yang perlu dilakukan dalam menghadapi bencana alam (Astutik, 2018).

Berdasarkan penjelasan diatas, kegiatan layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) yang dilakukan oleh konselor profesional pascabencana memiliki urgensi dan kontribusi nyata dalam mendukung dan membantu memulihkan gangguan psikologis pada korban pascabencana di Jorong Nagari Bukik Batabuah. Oleh karena



itu, dalam artikel ini akan dibahas secara sistematis mengenai peran konselor dalam memberikan layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) untuk membantu masyarakat di Jorong Nagari Bukik Batabuah dalam memanajemen stres pascabencana.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan pada pelaksanaan program ini yaitu observasi, wawancara dan pelaksanaan pemberian layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL), serta dokumentasi. Observasi awal dilakukan untuk mengidentifikasi gangguan psikologis (stres) pada korban pascabencana. Beberapa korban pascabencana diwawancara oleh konselor mengenai permasalahan yang sedang dialami oleh korban pascabencana. Hal ini dilakukan agar konselor mampu memberikan layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan korban pascabencana. Pelaksanaan layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) dilakukan berbasis ceramah dan curah pendapat tentang (1) ceramah, untuk melakukan transfer *knowledge* tentang stres, sumber stres, manajemen stres, teknik manajemen stres, (2) praktik manajemen stres, (3) pemberian hadiah sebagai bentuk *reward* kepada korban pascabencana sebagai bentuk antusias mengikuti kegiatan layanan bimbingan dan konseling. Setelah itu, kegiatan dokumentasi dilakukan untuk melihat bukti proses kegiatan pemberian layanan informasi pendekatan pemberian layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) di Jorong Nagari Bukik Batabuah.

Penelitian mengenai program Konselor Profesional Pascabencana melalui layanan informasi dengan pendekatan Problem Based Learning (PBL) dalam manajemen stres dilakukan di Jorong Nagari Bukik Batabuah, Kecamatan Candung, Kabupaten Agam, Sumatera Barat. Tahapan penelitian dimulai dengan orientasi pada masalah stres pascabencana yang dialami masyarakat, kemudian mengorganisasi kelompok masyarakat untuk belajar dan berdiskusi secara aktif menggunakan pendekatan PBL. Selanjutnya, masyarakat dibimbing untuk melakukan penyelidikan mandiri dan kelompok dalam mengenali dan mengelola stres, diikuti dengan pengembangan dan penyajian hasil pemecahan masalah yang ditemukan. Tahap akhir adalah analisis dan evaluasi proses pembelajaran dan manajemen stres yang dilakukan, sehingga diperoleh hasil bahwa pendekatan PBL efektif dalam meningkatkan kemampuan masyarakat mengelola stres pascabencana secara mandiri dan adaptif. Program ini didukung oleh konselor profesional yang berpengalaman dalam trauma pascabencana, seperti yang dilakukan oleh Ikatan Konselor Indonesia di Nagari Bukik Batabuah pada Juli 2024, dengan layanan konseling dan terapi yang terstruktur serta pendekatan edukatif berbasis masalah untuk pemulihan psikologis masyarakat terdampak bencana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil layanan informasi pendekatan pemberian layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) yang telah diberikan kepada korban pascabencana terlihat bahwa masyarakat cukup memperhatikan arahan konselor secara baik. Namun, ketika pelaksanaan layanan korban pascabencana mengalami kurang fokus. Hal ini dikarenakan bertepatan terjadi gempa susulan di daerah setempat yaitu di Jorong Nagari Bukik Batabuah yang mengakibatkan masyarakat menjadi cemas dan semakin panik. Kondisi ini menjadi tepat untuk diberikan layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) sehingga korban pascabencana mampu menerapkan praktisasi manajemen stres pascabencana dengan benar. Materi manajemen stres ini perlu dilakukan karena bencana yang datang terjadi secara tiba-tiba dan terkadang timbulnya bencana susulan (Rahman, 2019).

Selama proses pemberian layanan, konselor melihat bahwa masyarakat dapat mengikuti arahan konselor dengan benar, terutama dalam praktik teknik pernapasan. Konselor memberikan apresiasi positif kepada masyarakat, dengan dilakukan kegiatan yang berulang sehingga korban pascabencana menjadi tenang, nyaman, dan tidak panik. Adapun proses pemberian layanan ini dilakukan di tenda pengungsian korban pascabencana yang diikuti oleh 19 orang korban pascabencana. Melalui hasil layanan tersebut dapat disimpulkan bahwa layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) untuk memanajemen stres cukup membantu korban pascabencana dalam mengatasi bentuk rasa cemas, panik, ketakutan yang terjadi. Pemberian materi manajemen stress diberikan kepada korban bencana agar korban pascabencana mampu untuk mengelola sumber daya yang dimiliki agar kesehatan mental tetap terjaga atau setidaknya mereka tahu cara mengenali dan mengatasi gangguan mental yang mungkin muncul sehingga mereka mampu memperbaiki kualitas hidupnya secara bertahap (Rialmi, 2021). Harapan konselor praktik yang telah diberikan oleh konselor dapat diterapkan oleh korban pascabencana disaat terjadi bencana susulan, dan dilakukan secara mandiri agar dapat membantu meredakan bentuk gangguan psikologis yang dialami (Afiat et al., 2021).

Setelah proses pelaksanaan layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) dilakukan, konselor mewawancara salah satu korban pascabencana. Dalam kegiatan tersebut, konselor meminta keterangan kepada salah satu klien (MJS) yaitu apa saja yang telah didapatkan selama proses layanan, apakah layanan yang diberikan konselor dapat membantu meringankan kondisi stres yang dialami, apakah layanan yang diberikan berguna untuk kondisi saat itu (Kurniadi et al., 2023). Kemudian, klien (MJS) memberikan keterangan bahwa selama kejadian hingga pascabencana, klien (MJS) hanya mendapatkan bantuan berupa fisik (bantuan sandang, pangan, dan papan), tetapi dengan kegiatan layanan yang diberikan oleh konselor, memiliki makna baru, pembelajaran baru, dan kegiatan baru yang dirasakan oleh klien (MJS) serta klien mengakui bahwa baru pertama mengikuti kegiatan layanan bimbingan dan konseling. Klien (MJS) merasa terbantu dengan materi layanan yang diberikan oleh konselor, dan berkomitmen akan menerapkan praktisasi yang telah diajarkan oleh konselor selama proses layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) dalam manajemen stres yang dialami.



Gambar 1. Pemberian Layanan Informasi format klasikal pada warga terdampak bencana oleh konselor



Gambar 2. Pelaksanaan Layanan Informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) kepada korban pascabencana



Gambar 3. Tim konseling pascabencana Universitas Negeri Padang bersama korban pascabencana

| DAFTAR HADIR | | | |
|---------------------|------------------|---------|--------------|
| No | Nama | Jabatan | Tanda Tangan |
| 1. | ERLINDAWATI | | 1. |
| 2. | SRI FEBRIANI | | 2. |
| 3. | SUSILAHUTI | | 3. |
| 4. | DESIAGRILA | | 4. |
| 5. | MIRA JUNI SASTRA | | 5. |
| 6. | TAHMAY HIDAYAH | | 6. |
| 7. | APRIADA | | 7. |
| 8. | Yusmaniar | | 8. |
| 9. | Azimah | | 9. |
| 10. | ✓ AZIMAR | | 10. |
| 11. | AIMI | | 11. |
| 12. | SHIDA | | 12. |
| 13. | Dewi | | 13. |
| 14. | YUNITA | | 14. |
| 15. | YOLITA | | 15. |
| 16. | NUR HAMIDAH | | 16. |
| 17. | LINDWULAH | | 17. |
| 18. | MUSIAWATI | | 18. |
| 19. | RITA | | 19. |

Gambar 4. Daftar kehadiran korban pascabencana di Jorong Nagari Bukik Batabuah, Kabupaten Agam, Sumatera Barat

Pembahasan

Pemberian layanan informasi menggunakan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) memberikan konsekuensi terhadap korban pascabencana. Penjelasan ini didukung oleh pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) yang merupakan model pendekatan yang berfokus pada pemecahan masalah melalui materi manajemen stres yang telah disampaikan dengan penyelidikan secara nyata dapat terselesaikan (Azizah, 2020). Penelitian ini terlihat bahwa korban pascabencana secara mandiri mampu melakukan teknik manajemen stres dengan baik, terutama pada teknik relaksasi pernapasan (Rokhyani, 2023). Sejalan dengan teori Lazarus & Folkman (Lazarus, 1984) yang menyatakan bahwa stres bukan semata respons secara otomatis, tetapi melainkan hasil dari penilaian individu terhadap situasi serta keyakinan akan kemampuan untuk mengatasi tekanan yang dialami oleh korban pascabencana (Arsini et al., 2023). Pemberian layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) memungkinkan korban pascabencana tidak hanya menerima informasi manajemen stres secara pasif, melainkan juga membentuk penilaian ulang terhadap kondisi yang dialami korban pascabencana secara reflektif dan partisipatif (Setyawati, 2024).

Peranan konselor profesional dalam membantu korban pascabencana melalui layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) merupakan langkah awal dalam meningkatkan kesadaran psikologis dan membangun keterampilan praktis korban pascabencana dalam mengelola stres yang dialami (Awalya et al., 2022). Bentuk intervensi yang dilakukan konselor profesional dilapangan mampu menghubungkan materi yang diberikan dengan kondisi psikologis korban pascabencana, sehingga perubahan perilaku menjadi lebih mungkin terjadi (Suhardita et al., 2022). Meskipun ada beberapa hambatan yang terjadi berupa gempa susulan bertepatan dengan waktu pelaksanaan layanan, hal ini justru menegaskan kembali urgensi layanan yang diberikan (Atmarno, 2021).

Lebih jauh, strategi manajemen stres yang diberikan oleh konselor terbukti cukup membantu korban pascabencana. Pernyataan ini didukung oleh adanya integrasi antara layanan informasi pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) dengan materi manajemen stres yang menunjukkan adanya sinergi antara aspek kognitif dan afektif oleh korban pascabencana. Artinya, korban tidak hanya “mengerti” secara intelektual, tetapi juga “merasakan” dan “mempraktikan” keterampilan dalam mengatasi stres dalam situasi secara nyata. Hal tersebut menguatkan pernyataan oleh Dimmitt (2017) bahwa layanan bimbingan yang efektif yang melibatkan dimensi afektif, kognitif, dan perilaku secara seimbang (Arianti et al., 2023).

Adapun keterbatasan yang tercatat dalam pelaksanaan layanan ini, yaitu keterbatasan jumlah peserta, lokasi yang terbuka yaitu di tenda pengungsian, serta gangguan sekitar. Dalam mengatasi hal tersebut, layanan lanjutan yang bersifat pengembangan layanan untuk dimasa datang yang bersifat intensif, seperti layanan konseling kelompok, konseling individu, atau home visit (*door to door*).

KESIMPULAN

Layanan informasi dengan pendekatan *Problem Based Learning* (PBL) yang dilaksanakan oleh konselor profesional pascabencana di Jorong Nagari Bukik Batabuah telah menunjukkan kontribusi nyata dalam mendukung pemulihan psikologis masyarakat terdampak bencana. Berdasarkan hasil pelaksanaan dan temuan lapangan, kegiatan ini tidak hanya memberikan informasi tentang manajemen stres secara kognitif, tetapi juga mendorong keterlibatan afektif dan praktik langsung yang memberdayakan individu untuk mengelola stres secara mandiri.



Secara substansial, kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan *Problem Based Learning (PBL)* dalam layanan informasi mampu membentuk kesadaran reflektif dan partisipatif masyarakat terhadap kondisi psikologis mereka pascabencana. Hal ini sejalan dengan harapan yang dinyatakan dalam pendahuluan bahwa layanan konseling harus bersifat adaptif, aplikatif, dan relevan dengan kebutuhan nyata masyarakat terdampak. Penerapan teknik relaksasi pernapasan yang sederhana namun efektif menjadi strategi yang dapat langsung diadopsi dalam kehidupan sehari-hari para korban, terutama di tengah potensi bencana susulan yang tidak terduga. Kesimpulan penting dari kegiatan ini adalah bahwa peran konselor profesional dalam memberikan layanan berbasis masalah bukan hanya menjawab kebutuhan pemulihan jangka pendek, melainkan juga membangun fondasi kemandirian psikologis masyarakat untuk menghadapi tekanan di masa depan. Selain itu, pengabdian ini memperlihatkan bahwa integrasi antara pendekatan ilmiah dan budaya lokal menjadi kunci keberhasilan intervensi psikososial pascabencana.

Prospek pengembangan ke depan dari layanan ini sangat terbuka, baik dari segi skala maupun bentuk. Layanan serupa dapat diperluas ke wilayah terdampak bencana lainnya dengan menyesuaikan konteks sosial-budaya setempat. Selain itu, pendekatan ini dapat dikembangkan menjadi model layanan yang lebih berkelanjutan seperti layanan konseling kelompok, *home visit*, atau integrasi dengan program ketahanan bencana berbasis komunitas. Penelitian selanjutnya dapat diarahkan untuk mengukur efektivitas layanan ini secara kuantitatif dan membandingkannya dengan pendekatan intervensi lainnya. Dengan demikian, layanan informasi berbasis *Problem Based Learning (PBL)* oleh konselor profesional bukan hanya bentuk respons darurat terhadap krisis, tetapi juga representasi nyata dari inovasi pengabdian masyarakat yang berbasis teori, berorientasi praktik, dan berpihak pada pemulihian martabat manusia pascabencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiat, Y., Fitriani, W., & Aisyah, T. F. (2021). Need Assesment Sebagai Manifestasi Unjuk Kerja Konselor. *Al-Tazkiah Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 10(1), 1–20.
- Arianti, A. E., Burhani, I. K., Diniyah, U., & Alamsyah, M. N. (2023). Peran Konselor dalam Meningkatkan Adaptabilitas Karier Remaja untuk Meghadapi Peluang dan Tantangan Era Society 5.0. *Prosiding Seminar Hasil Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (SEHATI ABDIMAS)*, 6(1), 119–129.
- Arsini, Y., Yamani, R., Saragih, S. N., & Prasaty, Y. (2023). Keterampilan Konselor Dalam Menyusun Program Manajemen Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Konseling*, 1(3), 1107–1112.
- Atmarno, T. W. S. (2021). Persepsi dan Sikap Konselor terhadap E-konseling: Potensi Implementasi dalam Program Konseling Komprehensif. *Didaktika*, 1(3), 510–527.
- Awalya, A., Indriyanti, D. R., Arinata, F. S., Khiyaruseh, U., Istiqomah, M., & Nugraha, Y. P. (2022). Peningkatan Kompetensi Kolaborasi Konselor Sekolah Melalui Program Pelatihan di Musyawarah Guru Bimbingan Dan Konseling (MGBK) Kabupaten Semarang. *Journal of Community Empowerment*, 2(1), 27–31.
- Azizah, N. I. (2020). Penerapan Model Pembelajaran Problem Based Learning Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematis di Tinjau dari Self-Confodience SiswaSMP/MTS. *Juring (Journal for Research in Mathematics Learning)*, 3(4), 311–322.



- Astutik, C. (2018). Efektifitas Layanan Informasi Untuk Meningkatkan Kemampuan Manajemen Stres Siswa. *Menjadi Guru Profesional Menuju Generasi Emas Indonesia Tahun 2045*, 35–50.
- Dimmitt, C. , C. J. C. , & H. T. (2017). *Evidence-Based School Counseling: Making a Difference with Data-Driven Practices*. Corwin Press.
- Kurniadi, K., Hasbi, M., & Wulandari, A. T. (2023). Pemberdayaan Konselor Sebaya dalam Pencegahan Kejadian Pernikahan Dini dengan Program Pendewasaan Usia Perkawinan (PUP). *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(2), 612–623.
- Lazarus, R. S. , & F. S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Nawangsih, E. (2014). Play therapy untuk anak-anak korban bencana alam yang mengalami trauma (post traumatic stress disorder/ptsd). Psympathic. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164–178.
- Safitri, N. A., & Irawan, D. D. (2018). Crisis and Disaster Counseling: Peran Konselor terhadap Korban Yang Selamat Dari Bencana Alam. *Educational Guidance and Counseling Development Jounal*, 1(2), 66–76.
- Rahman, F. , Y. F. , R. A. , & R. D. (2019). *Manajemen Bencana Bidang Kesehatan (Muhammad I)*. CV. Mine.
- Rialmi, Z. (2021). *Manajemen Konflik dan Stress*. Widina Bhakti Persada.
- Rimayati, E., Bimbingan, J., & Konseling, D. (2019). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application Konseling Traumatik Dengan CBT: Pendekatan dalam Mereduksi Trauma Masyarakat Pasca Bencana Tsunami di Selat Sunda. *IJGC*, 8(1). <https://doi.org/10.15294/ijgc>
- Rokhyani, E. (2023). Penguatan Implementasi Peran Guru Bk/Konselor Dalam Program Kurikulum Merdeka. *Pd Abkin Jatim Open Journal System*, 3(2), 13–22.
- Setyawati, S. P. (2024). Penguatan Konselor Sebaya sebagai Implementasi Buddy Program untuk Mencegah Bullying di Sekolah. *Prosiding Konseling Kearifan Nusantara (KKN)*, 3, 14–21.
- Suhardita, K., Juliawan, I. W., Mulyawan, N. R., Suastini, N. W., & Giri, P. A. S. P. (2022). Peran konselor/guru bimbingan dan konseling dalam memajukan program merdeka belajar. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling*, 6(1), 106–112.
- Yusuf, M. M., Manullang, T. I. B., Sunardi, S., & Saripah, I. (2022). Persepsi Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling terhadap Kompetensi Konselor di Lingkungan Pendidikan Inklusif. *Jurnal Pendidikan Kebutuhan Khusus*, 6(2), 128–137.
- World Health Organization. (2020). *Pertolongan Psikologis Pertama: Panduan bagi Relawan Bencana*. Airlangga University Press.