

E-Peer Support: Dukungan Psikososial Teman Sebaya Bagi Remaja di Sekolah Menengah Pertama Negeri 247 Jakarta

Anisa Rahmadani^{1*}, Nurfadilah², Siti Rahmawati³, Fathiya Shafa Rahmadina³, Rosalia Indah Ramadanti¹

¹*Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan 12110*

²*Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia, Jl. Sisingamangaraja, Kompleks Masjid agung Al Azhar, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan 12110*

³*Psikologi, Fakultas Psikologi dan Pendidikan, Universitas Al-Azhar Indonesia Jl. Sisingamangaraja, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan 12110*
Email Penulis Korespondensi: anisa.rahmadani@uai.ac.id

Abstract

The pandemic has had many influences on the way of life, including the mental health of adolescents. During the pandemic, school activities from home also had a negative psychological impact on adolescents, bearing in mind that early adolescents' need to interact with their peers was limited. Mental health conditions also affect the learning process of adolescents. Therefore, psychosocial support for adolescents is important so that youth have resilience during this endemic. The results of community service show that students' knowledge increases in identifying the necessary sources of support and can identify the right parties so that problem-solving becomes more effective. This community service activity should be realized in the form of a sustainable program so that it can be measured and become a new culture in minimizing psychological problems in students.

Keywords: *E-Support, Peer Counseling, Psychosocial, Adolescence*

Abstrak

Pandemi membawa banyak pengaruh terhadap tatanan hidup, termasuk kesehatan mental remaja. Selama pandemi, kegiatan sekolah dari rumah juga ternyata memiliki dampak negatif bagi psikologis remaja, mengingat kebutuhan remaja awal untuk berinteraksi dengan teman sebayanya menjadi terbatas. Kondisi kesehatan mental juga mempengaruhi proses belajar remaja. Oleh karenanya, dukungan psikososial untuk remaja menjadi penting agar remaja memiliki resiliensi selama masa endemi ini. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa pengetahuan peserta didik meningkat dalam mengidentifikasi sumber dukungan yang diperlukan dan dapat mengidentifikasi pihak-pihak yang dapat membantunya dalam menangani masalah menjadi lebih efektif. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sebaiknya diwujudkan dalam bentuk program dukungan psikologis awal yang berkelanjutan dengan siswa sebagai pelaku utama untuk memberikan dukungan kepada teman sebayanya di SMPNN 247 dan dibimbing oleh guru BK.

Kata kunci: *E-Support, Konseling Sebaya, Psikososial, Remaja*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa dengan berbagai perubahan signifikan yang terjadi pada

beberapa domain, termasuk bagaimana remaja memproses pengalaman emosional (Bailen, Green, & Renee, 2018), Perubahan perkembangan yang dialami remaja juga berdampak pada kehidupan sosial. Dengan

adanya transisi ke lingkungan sekolah yang lebih luas, harapan dari lingkungan yang semakin tinggi, dan peningkatan kemandirian dengan mulai berkurangnya interaksi dengan orangtua dan intensitas interaksi dengan teman sebaya yang meningkat. Oleh karenanya, peran kemampuan melakukan regulasi emosi pada remaja menjadi suatu keterampilan yang akan berdampak kepada kualitas hidup.

Pada saat yang bersamaan, datangnya pandemi membuat pola interaksi dan lingkungan yang dihadapi remaja semakin kompleks. Perubahan yang hadir dari konsekuensi pandemi membuat permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat, khususnya remaja pun semakin berkembang dan beragam. Tantangan yang dihadapi oleh setiap keluarga memiliki kekhasannya masing-masing, namun yang sama pada setiap keluarga adalah adanya perubahan kebiasaan di dalam keluarga sehingga perlu penataan dan penyesuaian kembali agar siap menghadapi ketidakpastian dan tetap menjalankan protokol kesehatan. Hal tersebut tidak luput berdampak pada remaja. Beberapa indikasi terganggunya kesehatan mental dan permasalahan emosi yang berdampak pada remaja seperti terjadinya peningkatan angka perceraian keluarga dan kasus kekerasan fisik pada anak. Selain itu, kondisi pandemi juga berdampak pada aspek ekonomi, sehingga penghasilan keluarga menurun bahkan ada yang terkena pemutusan hubungan kerja (PHK). Remaja sebagai anggota keluarga dihadapkan dengan beberapa situasi sulit sekaligus dan membutuhkan dukungan agar kesehatan mentalnya dapat terjaga baik dan tangguh di segala situasi sulit yang dihadapinya.

Kegiatan ini juga menekankan peran orangtua serta interaksi antar anggota keluarga untuk saling menguatkan secara psikologis. Peran orangtua terutama dibutuhkan untuk mengembangkan pola pikir positif pada anak-anak, terutama remaja sehingga orangtua menjadi tauladan bagi anak dalam menyikapi segala situasi dan kondisi dengan jiwa yang tenang dan pikiran yang lapang. Ketenangan hati menjadi awal yang baik untuk berpikir solusi lebih lanjut.

Berdasarkan hasil-hasil studi di atas, dapat disimpulkan bahwa kondisi psikologis remaja rentan terhadap isu-isu kesehatan mental, seperti stres, cemas, belum stabilnya emosi, serta. Namun di sisi lain, kesadaran dan kemampuan remaja untuk mencari bantuan profesional belum berkembang secara optimal. Masa

pandemi yang sudah berjalan lebih dari dua tahun juga menambah permasalahan psikologis yang dihadapi remaja.

Oleh karenanya diperlukan intervensi komprehensif, yang melibatkan banyak pihak untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam mencari pertolongan psikologis, serta keterampilan dalam meningkatkan ketahanan psikologis. Harapannya, remaja dapat memiliki keterampilan untuk melakukan regulasi emosi yang sehat, serta menjadi salah satu sumber dukungan ketahanan diri yang tidak hanya menyasar teman sebaya, tetapi juga menyasar masyarakat serta khususnya keluarga di masa transisi pandemi. Para remaja akan didorong untuk menjadi agen perubahan yang potensial di masyarakat untuk membantu mengembalikan kestabilan psikologis yang terdampak pandemi, baik di lingkungan keluarga maupun lingkungan sekolah.

Dukungan Psikososial Teman Sebaya

Program dukungan psikososial untuk teman sebaya merupakan modifikasi dari pertolongan psikologis awal atau *Psychological First Aid* (PFA). Pertolongan Pertama Psikologis (PFA) adalah pendekatan untuk meningkatkan resiliensi karena adapat mengurangi gejala stres dan membantu pemulihan yang sehat setelah peristiwa traumatis, bencana alam, darurat kesehatan masyarakat, atau bahkan krisis pribadi yang dialami dalam keseharian (Department of Health Minnesota, 2022), PFA telah diadaptasi dan dikembangkan oleh Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan menjadi Dukungan Psikologis Awal yang berfokus kepada upaya pemberian dukungan secara psikologis agar dapat membantu mencegah dampak yang lebih buruk dan memberikan peluang bagi individu untuk mengembangkan kemampuan menghadapi situasi sulit (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Secara historis, program Dukungan Psikologis Awal berangkat dari latar belakang kondisi di Indonesia yang sering dilanda bencana secara terus menerus dan dalam skala besar. Tidak hanya bencana alam, namun juga bencana "buatan manusia", yang merujuk kepada konflik antar suku, radikalisasi, terorisme, dan rentannya kelompok minoritas (Hidayati, 2017), dari paparan bencana tersebut, ditemukan bahwa dampak psikologis dan sosial yang dihadapi sangat luas dan kompleks. Kemampuan seorang penyintas bertahan

menjadi sangat bergantung pada daya juang atau resiliensi yang dimilikinya. Oleh karenanya, penyembuhan secara psikologis menjadi prioritas sejalan dengan penyembuhan fisik agar penyintas dapat menjadi pribadi tangguh dalam menjalani hidup.

Konsep Dukungan Psikologis Awal semakin berkembang dan tidak hanya mengarah pada terjadinya bencana saja, namun juga situasi sulit dalam kehidupan sehari-hari. Situasi sulit dapat berupa konflik dengan anggota keluarga, perilaku negatif dari lingkungan, serta berbagai masalah lain yang berdampak secara psikologis. Model Dukungan Psikologis Awal ini juga berkembang menjadi sebuah upaya preventif untuk menangani perilaku beresiko yang terjadi karena masalah atau situasi sulit yang dihadapi anak dan remaja (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2018), remaja yang memiliki keterampilan memberikan dukungan psikologis tidak hanya mampu mengelola diri sendiri lebih baik ketika menghadapi situasi sulit, namun turut menjadi faktor pendukung terciptanya lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat yang lebih baik.

Mengingat pentingnya keterampilan pemberian Dukungan Psikologis Awal, tim pelaksana melakukan survei awal terhadap mitra, yaitu SMPN 247 Jakarta yang berlokasi di daerah Mampang, Jakarta Selatan. Hasil wawancara awal kepada kepala sekolah, wakil kepala sekolah dan tim guru BK, menunjukkan bahwa para siswa di SMPN 247 Jakarta rentan menghadapi situasi sulit, baik terkait akademik maupun non akademik, seperti hubungan dengan teman, orang tua, dan ekonomi. Profil sekolah yang terletak di lokasi yang padat penduduk dan didominasi oleh masyarakat tingkat menengah ke bawah, menjadikan profil peserta didik menjadi semakin rawan. Beberapa permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik remaja di SMPN 247 Jakarta adalah tawuran, perceraian orangtua, membolos, tidak pulang ke rumah, mencuri, dan lain-lain. Hal ini berdampak pada nilai akademik yang cenderung rendah dan regulasi diri yang buruk. Di sisi lain, kurangnya partisipasi orangtua dengan pihak sekolah dalam penanganan masalah siswa semakin menambah kompleksitas penambahan. Dampak pandemi juga sangat terasa pada profil peserta didik di SMPN 247 Jakarta. Beberapa kepala keluarga harus berhadapan dengan kehilangan sumber pencaharian, yang tentunya berdampak pada kestabilan psikologis remaja di

keluarga tersebut. Berdasarkan profil yang diperoleh, mitra membutuhkan dukungan teman sebaya untuk membantu menyelesaikan permasalahannya. Hal ini sejalan dengan karakteristik remaja yang membutuhkan peran teman sebaya dalam mengatasi berbagai permasalahan (Santrock, 2007).

Pelaksana program, mengemas kebutuhan mitra tersebut dalam bentuk pengabdian masyarakat. Pada teknis pelaksanaannya, kegiatan ini didukung oleh mahasiswa dari program studi Psikologi dan Bimbingan Konseling yang juga berada pada masa remaja sehingga mitra merasa lebih nyaman untuk berinteraksi dan mengikuti program. Program pengabdian masyarakat ini disinergikan layanan psikologis dan kesehatan mental yang sudah dilakukan oleh guru-guru Bimbingan Konseling (BK) dan guru-guru agama. Adapun waktu pelaksanaan kegiatan, disesuaikan dengan alokasi waktu mata pelajaran BK.

2. METODE

Program pengabdian masyarakat Dukungan Psikologis Awal Bagi Remaja dilakukan di SMPN 247 Jakarta Selatan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini akan dilakukan secara *blended* menggunakan metode daring (dalam jaringan) dan luring (luar jaringan). Alur metode kegiatan terdiri dari tiga tahap: (1) tahap persiapan, (2) tahap pelaksanaan dan (3) tahap evaluasi.

Tahap persiapan, mencakup koordinasi tim peneliti dengan mitra. Koordinasi mencakup perizinan kepada pihak sekolah dan bidang kesiswaan. Setelah itu, peneliti menyusun *pre-test* untuk mengetahui profil awal kesadaran siswa terkait kesehatan mental di SMPN 247 Jakarta Selatan.

Tahap pelaksanaan, mencakup kegiatan *pre-test* kepada 36 orang siswa di SMPN 247 Jakarta Selatan. Pada *pre-test* ini, siswa juga diminta untuk mengisi *g-form* profil kesadaran mental siswa, lalu dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan Dukungan Psikologis Awal (DPA). *Training* yang dilakukan kepada pihak mitra bertujuan agar pihak mitra mampu memberikan bantuan psikologis awal dengan peran konselor teman sebaya untuk seluruh siswa SMPN 247 Jakarta Selatan. Materi training atau modul yang disusun oleh tim merujuk pada kerangka *Psychological First Aid*.

Terakhir, pada tahap evaluasi dilakukan analisis hasil kegiatan dan pelaksanaan *training* kepada pihak mitra dengan memberikan *post-test*. *Post-test* ini bertujuan untuk mengetahui apakah program Dukungan Psikologis Awal berdampak pada pengetahuan siswa mengenai dukungan psikologis awal, yang akan berdampak pada kesehatan mental siswa.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Mitra dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah SMPN 247 Jakarta Selatan. Pemilihan sekolah ini berdasarkan beberapa pertimbangan, antara lain adanya fenomena yang merujuk pada situasi sulit yang tercakup dalam konteks Dukungan Psikologis Awal. Studi awal kegiatan ini dilakukan dengan melakukan wawancara bersama kepala sekolah dan koordinator Bimbingan dan Konseling (BK) seperti terlihat pada gambar 1 dan 2. Dari hasil wawancara tersebut, dapat diketahui bahwa kondisi peserta didik pada umumnya mengalami kesulitan belajar pada saat pembelajaran jarak jauh dilaksanakan. Dengan kondisi ekonomi menengah ke bawah, terdapat berbagai masalah peserta didik seperti kabur dari rumah, mengikuti tawuran, tidak masuk kelas berturut-turut, serta permasalahan sosial dan emosi lainnya.

Tim BK meminta waktu khusus untuk diberikan pembekalan mengenai DPA dan implementasinya. Hal ini dilakukan secara daring seperti yang terlihat dalam gambar 1.



Gambar 1. Pembekalan materi DPA untuk tim BK

Program bimbingan dan konseling telah berjalan di SMPN 247 Jakarta dan masuk dalam kurikulum mata pelajaran dalam kelas, namun koordinator BK menyatakan bahwa perbandingan guru BK dengan jumlah peserta didik yang ada masih belum proporsional dan

memerlukan program *peer support* untuk meminimalkan permasalahan yang ada, seperti narkoba, bolos sekolah, kabur dari rumah, dan percobaan bunuh diri. Hasil wawancara tersebut sejalan dengan tujuan pengabdian masyarakat yang akan dilakukan, yakni untuk memberikan keterampilan Dukungan Psikologis Awal bagi para peserta didik, yang harapannya dapat menjadi perpanjangan tangan para guru BK (*peer counselor*) dalam menyelesaikan permasalahan pribadi dan sosial teman-temannya.

Pada Tahap persiapan juga dilakukan penyusunan kuesioner yang akan digunakan untuk menggali masalah psikologis pada para peserta didik termasuk kemampuan untuk mengenali diri sendiri. Contoh beberapa pernyataan dari alat ukur yang digunakan yaitu (1) manakah yang termasuk ciri-ciri remaja; (2) masalah sulit yang pernah dihadapi; dan (3) upaya apa yang dilakukan saat menghadapi situasi sulit. Skrining kuesioner awal terdiri dari 8 pertanyaan dan dilakukan secara *blended* kepada 36 peserta didik, yang merupakan perwakilan dari kelas VII dan VIII mengikuti kegiatan pelatihan ini berdasarkan pemilihan dari guru BK. Sesi skrining awal ini berjalan secara *blended*, dengan pemantauan melalui zoom dan peserta didik mengisi langsung dibantu oleh tim mahasiswa. Skrining awal berjalan cukup lancar meskipun terkendala suara yang dihasilkan, namun semua peserta didik dapat mengisi kuesionernya. Hasil *pre-test* skrining awal dirangkum dalam Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pre-Test Dukungan Psikologis Awal

Item Pertanyaan	Respon	
	Benar	Salah
Identifikasi ciri remaja	36%	64%
Identifikasi masa sulit	80%	20%
Persiapan DPA	30%	70%
Teknis pelaksanaan DPA (mengenali, mendengarkan, dan menghubungkan)	30%	70%

Selain itu, didapatkan dari hasil *pre-test* bahwa situasi sulit yang dihadapi berupa adanya *lockdown* dan tidak dapat bertemu teman-teman, tidak bisa pergi jalan-jalan. Selain itu, peserta didik merasakan juga menjadi sulit mengatur waktu, menjadi malu untuk berbicara dengan

orang lain, susah memahami materi-materi yang diberikan guru, punya rasa takut yang berlebih, sering menyembunyikan diri karena malu, kesulitan untuk fokus, jauh dari teman-teman, sulit bertemu saudara dan kerabat, merasa terlalu banyak materi dan pelajaran yang diberikan guru, menjadi malas, bangun tidur selalu siang, lebih banyak menghabiskan waktu dirumah untuk bermain *game*, dan sampai kecanduan pada gawai.

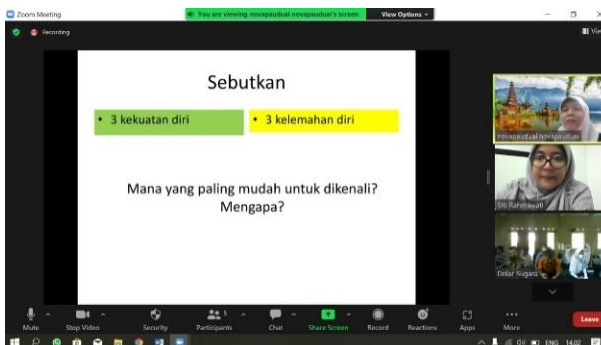
Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara *blended* sebanyak dua kali pertemuan. Pada tahap pelaksanaan ini, tim pelaksana merancang program yang akan diberikan berupa intisari dari keterampilan Dukungan Psikologis Awal yang terdiri dari keterampilan mengenali, keterampilan mendengarkan, dan keterampilan menghubungkan. Pada pertemuan pertama pada gambar 2, peserta didik dibekali pemahaman mengenai karakteristik remaja. Hal ini menjadi penting agar peserta didik mampu mengenali dirinya sendiri sebelum dapat memberikan bantuan kepada orang lain.



Gambar 2. Pertemuan Pertama pelaksanaan kegiatan

Pada pertemuan kedua Gambar 3 dan 4, materi yang diberikan adalah keterampilan mengenali, mendengarkan, dan menghubungkan.



Gambar 3. Pertemuan Kedua Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 4. Siswa menyimak pertemuan kedua dari masjid sekolah melalui zoom

Pada keterampilan mengenali, peserta didik diberikan materi bagaimana cara mengumpulkan informasi dan pengetahuan awal untuk memahami masalah. Peserta didik dibekali dua cara yaitu, pengumpulan informasi dengan bertanya langsung kepada orang yang akan dibantu; dan yang kedua adalah mengumpulkan informasi secara tidak langsung dengan mengumpulkan laporan pihak lain, seperti teman atau guru. Pada keterampilan mendengarkan, peserta didik diberikan informasi mengenai proses-proses pendekatan untuk orang yang perlu dan membutuhkan bantuan.

Misalnya dengan memberikan perhatian melalui kata-kata; menunjukkan sikap tubuh yang ramah; menanyakan pihak lain yang dapat membantu; dan mengenali siapa saja yang dapat membantu dari lingkungan sekitar. Peserta didik dibantu tim mahasiswa diminta mempraktikkan bagaimana sikap tubuh yang ramah ketika mengobrol dengan teman, dan mengenali pihak yang dapat membantu. Peserta didik menjawab pihak yang dapat membantu antara lain adalah Guru BK, orangtua, dan wali kelas.

Selanjutnya keterampilan ketiga yaitu menghubungkan. Para peserta didik ditekankan bahwa pemberian bantuan psikologis dapat efektif jika peserta didik mengetahui pihak-pihak mana saja yang dapat memberikan bantuan dengan tepat. Pada keterampilan ini, peserta didik diberikan pemahaman agar dapat berpartisipasi aktif untuk membantu menyelesaikan masalah dengan menghubungkan individu yang mendapat masalah dengan dukungan yang tepat. Peserta didik dapat membantu mencari informasi tentang dukungan yang diperlukan, mendorong upaya pencarian bantuan, dan menghubungkan individu dengan sumber dukungan yang dimiliki.

Tahap Evaluasi

Tahap ini merupakan tahap terakhir dari rangkaian pengabdian masyarakat yang dilakukan, sekaligus menjadi tahap yang memberikan hasil sejauh mana program yang diberikan dapat diterima oleh peserta didik. Tahap evaluasi dilaksanakan berupa pemberian kuesioner post-test dengan item pertanyaan yang sama dengan kuesioner pre-test. Hasil pengolahan post-test menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai identifikasi karakteristik remaja dan tahap pelaksanaan DPA. Hasil post-test dirangkum dalam Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Hasil Post-Test Dukungan Psikologis Awal

Item Pertanyaan	Respon	
	Benar	Salah
Identifikasi ciri remaja	90%	10%
Identifikasi masa sulit	95%	5%
Persiapan DPA	85%	15%
Teknis pelaksanaan DPA (mengenali, mendengarkan, dan menghubungkan)	85%	15%

Data post-test menunjukkan bahwa selain terdapat peningkatan pengetahuan terkait karakteristik remaja dan teknis DPA, para peserta didik juga dapat mengidentifikasi situasi sulit dan menghubungkan situasi sulit tersebut dengan bantuan yang tepat. Misalnya, ketika peserta didik menyebutkan situasi sulit adalah nilai pelajaran yang rendah, peserta didik mampu mengidentifikasi bahwa pihak yang dapat membantu adalah wali kelas dengan meminta bantuan materi apa saja yang harus dikejar pada guru pelajaran. Selain itu, dalam situasi sulit yang melibatkan anggota keluarga di rumah, misalnya pertengkaran orangtua, peserta didik cenderung mengidentifikasi pihak yang dapat membantu adalah orang dewasa yang dapat dipercaya di sekolah, yaitu wali kelas dan guru BK. Dari beberapa jawaban peserta didik, dapat ditemukan pemahaman pihak-pihak yang tepat dan dapat membantu sehingga penanganan masalah menjadi lebih efektif.

4. SIMPULAN DAN SARAN

Dukungan psikososial menjadi penting bagi remaja untuk meningkatkan resiliensi agar dapat melalui masa endemi ini. Teman sebaya merupakan salah satu sumber dukungan psikososial yang sangat dominan di masa remaja. Dengan demikian dukungan teman sebaya akan membantu remaja dalam membentuk kemampuan dasar penyelesaian masalah yang menjadi pijakan untuk menghadapi masa dewasa. Program abdimas ini merupakan upaya awal untuk mendorong terbentuknya program berkelanjutan seperti e-support, yang dapat memberikan layanan psikologis secara daring. Keberlangsungan program ini dapat terjaga jika diintegrasikan ke dalam program kerja OSIS di bawah koordinasi guru BK.

Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa pengetahuan peserta didik dalam mengidentifikasi sumber dukungan yang tepat sehingga penanganan masalahnya menjadi lebih efektif. Misalnya, ketika nilai pelajarannya rendah, peserta didik akan mencari dukungan dari wali kelas untuk membantu memahami materi apa saja yang harus dikuasainya. Selain itu, ketika terjadi pertengkaran orangtua, peserta didik akan meminta bantuan dari wali kelas dan guru BK.

Intervensi yang dilakukan dalam waktu yang terbatas dapat membantu peserta didik dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman namun keberlangsungannya belum dapat dipastikan. Oleh karena itu, intervensi ini sebaiknya ditindaklanjuti dalam bentuk program yang berkelanjutan dan terintegrasi dengan program kerja OSIS serta guru BK agar dapat terukur dan menjadi budaya baru dalam meminimalkan permasalahan psikologis pada peserta didik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilaksanakan atas dukungan dana Grant Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) dari Universitas Al Azhar Indonesia (UAI) tahun 2021. Kami mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan di LP2M UAI yang telah membantu dengan menyediakan hibah untuk pengabdian masyarakat dan kesempatan publikasi. Terima kasih juga disampaikan kepada mitra kami, SMPN 247 dan para

reviewer atas segala masukan, wawasan dan keahlian yang diberikan untuk meningkatkan kualitas kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bailen, N., Green, L. M., & Renee, T. J. (2018). Understanding Emotion in Adolescents: A Review of Emotional Frequency, Intensity, Instability, and Clarity. *Sage Journal*, 11(1). Department of Health Minnesota. (2022). Psychological First Aid (PFA) What is Psychological First Aid? Minnesota.
- Hidayati, N. E. (2017, June). *pujionocentre.org*. Dipetik November 2022, dari http://www.pujionocentre.org/pcfiles/05-Nurul-EH-KPSI_Dukungan-Psikososial-PFA_Diskusi-RKEP-2Juni17.pdf
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020, Juni). *paudpedia.kemdikbud.go.id*. Dipetik November 2022, dari https://paudpedia.kemdikbud.go.id/uploads/pdfs/cms_9_20201109_115548.pdf

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2018). Pengembangan Model Dukungan Psikologis Awal Bagi Pendidikan Anak dan Remaja. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Keluarga Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini dan Pendidikan Masyarakat Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolescence*. McGraw-Hill.