

## PROPOSAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



### JUDUL

**PRAKTIK MINDFULNESS SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN RISIKO *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) PASCA KEBAKARAN PADA PEREMPUAN DI KECAMATAN KEMAYORAN JAKARTA PUSAT TAHUN 2024**

Disusun oleh :

Hendik Wicaksono, SKep,Ns,M.Kes

NIDN 031710197303

Johara, S.SiT., M.Tr.Keb

NIDN 0323099202

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RSPAD GATOT SOEBROTO

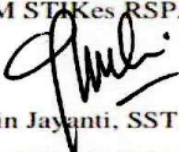
Jakarta, 2024

**LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN  
PROPOSAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**


<b>1. PkM (Pengabdian kepada Masyarakat)</b>		
a	Judul PkM	Praktik Mindfulness Sebagai Upaya Menurunkan Risiko Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pasca Kebakaran Pada Perempuan di Kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat TA. 2024
b	Bidang Ilmu	Kesehatan Matra
c	Kategori PkM	Praktik Kesehatan
<b>2. Ketua PkM</b>		
a	Nama Lengkap	Hendik Wicaksono, S.Kep.Ns.M.Kes
b	Jenis Kelamin	Laki-laki
c	NIDN	031710197303
d	Golongan	Kolonel CKM
e	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
f	Program Studi	D3 Keperawatan
<b>Anggota Peneliti</b>		
	Nama Lengkap	Johara, S.SiT., M.Tr.Keb
	Jenis Kelamin	Perempuan
	NIDN	0323099202
	Pangkat/ Golongan	PBLU
	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
	Program Studi	S1 Kebidanan
<b>3. Lokasi PKM</b>		Kemayoran Jakarta Pusat
<b>4. Institusi Mitra</b>		STIKes RSPAD Gatot Soebroto
<b>5. Jangka Waktu PKM</b>		1 hari
<b>6. Biaya yang diusulkan</b>		-
a	Sumber dari STIKes	-
b	Sumber	-
c	Jumlah	-

Jakarta, 20 Desember 2024

Mengetahui,  
Ketua LPPM STIKes RSPAD Gatot Soebroto

  
(Christin Jayanti, SST., M.Kes)  
NIDN 0112128401

Pelaksana

  
(Hendik Wicaksono, Skep.Ns, M.Kes)  
NIDN 031710197330

Menyetujui dan mengesahkan

Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto  
  
(Dr. Didin Saefudin, S.Kep., S.H, MARS, M.H.Kes)  
NIDK 8995220021

## DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	
LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
RINGKASAN.....	iv
PERMASALAHAN PRIORITAS.....	iv
SOLUSI DAN METODE.....	v
LUARAN.....	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Analisa Situasi.....	1
B. Permasalahan Mitra.....	3
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN.....	5
BAB III METODE PELAKSANAAN, LUARAN DAN TARGET	
PELAKSANAAN.....	8
A. Target Pelaksanaan.....	8
B. Metode Pelaksanaan dan Luaran.....	8
C. Target Pelaksanaan.....	9
BAB IV KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI.....	10
BAB V REALISASI ANGGARAN DAN JADWAL KEGIATAN.....	11
A. Rencana Anggaran.....	11
B. Rencana Jadwal Kegiatan.....	12
DAFTAR PUSTAKA	

## **RINGKASAN**

Bencana kebakaran adalah kejadian yang merugikan dan sulit dikendalikan, sering kali terjadi karena kelalaian atau faktor lingkungan. Kebakaran dapat menyebabkan kerugian besar baik materiil (harta benda, tempat tinggal) maupun immateriil (korban jiwa, trauma). Salah satu teori yang menjelaskan penyebab kebakaran adalah teori segi tiga api, yaitu adanya bahan bakar, oksigen, dan panas. Klasifikasi kebakaran membantu pemilihan media pemadaman yang tepat berdasarkan bahan bakar yang terbakar.

Pencegahan kebakaran dilakukan melalui sosialisasi oleh BPBD dan Dinas Pemadam Kebakaran, yang memanfaatkan media cetak, elektronik, dan website. Mitigasi kebakaran mencakup upaya mengurangi risiko dan dampak bencana, baik melalui pembangunan fisik maupun peningkatan pengetahuan masyarakat. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapsiagaan kebakaran antara lain fasilitas bangunan, pengetahuan, dan sikap masyarakat.

Kelalaian seperti instalasi listrik yang tidak layak, pembakaran sampah, kebocoran gas, dan penggunaan lilin atau puntung rokok menjadi penyebab umum kebakaran. Pada tahun 2020, DKI Jakarta mencatat 1.505 kasus kebakaran, dengan sebagian besar disebabkan oleh korsleting listrik, kebocoran gas, dan kelalaian lainnya.

Dampak psikologis dari kebakaran sering kali berupa PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder), yang dapat memengaruhi kesehatan mental korban. Mindfulness dapat menjadi pendekatan psikologis yang efektif dalam rehabilitasi korban kebakaran, membantu mereka mengelola stres dan trauma pascabencana. Penelitian tentang efektivitas mindfulness dalam konteks ini sangat relevan untuk meningkatkan rehabilitasi korban bencana kebakaran dan kesehatan mental mereka.

## **PERMASALAHAN PRIORITAS**

Permasalahan utama dalam kebakaran adalah risiko kerugian besar, baik materiil maupun immateriil, yang sering disebabkan oleh kelalaian atau faktor lingkungan. Kebakaran dapat mengancam keselamatan jiwa, menghancurkan harta benda, dan menghentikan aktivitas produksi. Proses kebakaran terjadi melalui interaksi tiga unsur dalam segitiga api, yaitu bahan bakar, oksigen, dan panas. Kelalaian dalam penggunaan instalasi listrik, kompor gas, serta pembakaran sampah menjadi penyebab utama kebakaran di pemukiman (Andri C, 2022).

Pentingnya mitigasi bencana kebakaran yang efektif, baik melalui pendekatan struktural maupun non-struktural, menjadi prioritas. Masyarakat dan pemerintah perlu bekerja sama untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapsiagaan terhadap kebakaran. Di samping itu, dampak

psikologis kebakaran seperti PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) juga menjadi masalah yang signifikan, mempengaruhi kesehatan mental korban (Yudistira F, 2024).

Pendekatan psikologis berbasis mindfulness berpotensi membantu rehabilitasi korban kebakaran, mengelola stres dan trauma pascabencana, serta meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan. Penelitian tentang efektivitas mindfulness dalam rehabilitasi korban kebakaran perlu dilakukan untuk memperkuat metode rehabilitasi berbasis bukti dan meningkatkan dampak sosial di komunitas terdampak.

## **SOLUSI DAN METODE**

Metode yang digunakan dalam pengabdian Masyarakat ini adalah mindfulness dimana mindfulness dapat diterapkan dalam pengabdian masyarakat untuk membantu korban kebakaran mengelola stres, kecemasan, dan trauma. Terapi mindfulness, melalui sesi kelompok atau individu, fokus pada latihan pernapasan, meditasi, dan perhatian penuh untuk meredakan gejala PTSD. Solusi yang dapat diterapkan adalah:

1. Peningkatan Sosialisasi dan Edukasi: Memberikan pemahaman tentang dampak psikologis kebakaran dan cara mengatasi trauma melalui media dan komunitas.
2. Dukungan Psikologis Berkelanjutan: Menyediakan konseling dan layanan kesehatan mental pascabencana melalui psikolog, terapis, dan relawan.
3. Peningkatan Pemahaman tentang PTSD: Menyebarkan informasi tentang gejala PTSD agar korban menerima intervensi dini.
4. Monitoring dan Evaluasi Rutin: Melakukan evaluasi berkala untuk mengukur efektivitas mindfulness dalam mengurangi risiko PTSD dan memperbaiki kondisi psikologis korban.

Dengan solusi ini, diharapkan korban kebakaran dapat mengatasi trauma dan meningkatkan kualitas hidup secara psikologis.

## **LUARAN**

Melakukan penyuluhan dan mindfulness pada kelompok orang dewasa terkait risiko *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pasca kebakaran dengan didampingi mahasiswa sebagai fasilitator, diharapkan akan meningkatnya sikap kesadaran dan mekanisme coping yang kritis dalam mengambil sikap dalam penanganannya pada kelompok orang dewasa di.....

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Analisa Situasi

#### 1. Kondisi Terkini Mitra

Kecamatan Kemayoran terletak di Jakarta Pusat. Di kecamatan ini dulunya terdapat Bandara Kemayoran, yang sejak tahun 1985 ditutup dan dijadikan sebuah permukiman sebagian wilayahnya yaitu seluas 44 hektare. Sejak 1992, menjadi tempat penyelenggaraan Pekan Raya Jakarta yang diselenggarakan setiap tahun dalam rangka hari jadi Kota Jakarta. Kecamatan ini berada di bagian ujung bagian Utara Jakarta Pusat berbatasan dengan Kecamatan Tanjung Priok (Jakarta Utara) di sebelah utara, Kecamatan Sawah Besar di sebelah barat, Kecamatan Kelapa Gading di sebelah timur, dan Kecamatan Cempaka Putih dan Johar Baru di sebelah selatan. Ratusan rumah di Kelurahan Kebon Kosong, Kemayoran, Jakarta Pusat, yang sebelumnya berdiri rapat kini hanya tersisa puing-puing bangunan. Sejumlah warga hanya bisa mengais barang-barang sisa kebakaran yang masih dapat dimanfaatkan.

Pada 10 Desember 2024, kebakaran besar melanda permukiman padat penduduk di Jalan Kebon Kosong, Kemayoran, Jakarta Pusat. Kebakaran ini menghanguskan sekitar 100 rumah dan memengaruhi sekitar 600 kepala keluarga. Kebakaran ini menimbulkan dampak emosional yang signifikan bagi para korban, terutama perempuan yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti Post Traumatic Stress Disorder (PTSD). PTSD adalah kondisi kesehatan mental yang dapat terjadi setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa traumatis.

Salah satu pendekatan yang efektif untuk mengurangi risiko PTSD adalah melalui praktik mindfulness. Mindfulness, atau kesadaran penuh, melibatkan perhatian penuh pada momen saat ini tanpa penilaian, yang dapat membantu individu mengelola stres dan emosi negatif. Penelitian menunjukkan bahwa praktik mindfulness dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi stres pada individu yang mengalami peristiwa traumatis. Implementasi program mindfulness bagi perempuan korban kebakaran di Kemayoran dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti sesi meditasi kelompok, pelatihan pernapasan, dan teknik relaksasi lainnya. Program ini dapat diselenggarakan oleh lembaga pemerintah, organisasi non-pemerintah, atau komunitas lokal yang peduli

terhadap kesehatan mental. Selain itu, penting untuk memastikan bahwa tempat pengungsian memenuhi standar kesehatan dan keselamatan, termasuk menyediakan fasilitas yang mendukung praktik mindfulness dan kegiatan rehabilitasi psikologis lainnya.

## 2. Upaya Mitra

Upaya mitra untuk membantu pemulihan masyarakat yang terdampak kebakaran di Kemayoran, Jakarta Pusat, pasca insiden pada 10 Desember 2024, bisa mencakup beberapa langkah penting yang berfokus pada kebutuhan fisik dan psikologis korban. Beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain, bantuan kebutuhan dasar, Mitra (baik pemerintah, lembaga kemanusiaan, maupun organisasi masyarakat) dapat terus menyediakan bantuan kebutuhan dasar seperti makanan, minuman, pakaian, dan perlengkapan darurat lainnya di posko-posko yang telah didirikan. Ini akan membantu meringankan beban warga yang kehilangan rumah dan harta benda mereka. Penyuluhan dan edukasi mitra dapat menyelenggarakan penyuluhan kepada masyarakat terkait pencegahan kebakaran dan pengelolaan listrik yang aman untuk mengurangi risiko kebakaran di masa depan.

Hal ini bisa berupa program edukasi mengenai keselamatan kebakaran, pemeriksaan rutin instalasi listrik, serta pentingnya kewaspadaan di permukiman padat penduduk. Rekonstruksi dan pemulihan ekonomi, Setelah situasi darurat terkendali, mitra dapat berperan dalam membantu proses rekonstruksi dan pemulihan ekonomi para korban kebakaran. Bantuan dalam bentuk pembangunan kembali rumah-rumah yang hancur dan pemberian modal usaha untuk mereka yang kehilangan pekerjaan atau mata pencaharian dapat mempercepat proses pemulihan.

Kolaborasi dengan lembaga terkait, Untuk mempercepat pemulihan, mitra dapat bekerja sama dengan Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD), Dinas Sosial, dan organisasi non-pemerintah lainnya yang memiliki pengalaman dalam menangani bencana. Koordinasi antara berbagai pihak akan memastikan bahwa bantuan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan korban.

Dengan pendekatan yang komprehensif, baik dari segi fisik maupun psikologis, masyarakat Kemayoran diharapkan dapat pulih dan kembali melanjutkan kehidupan mereka.

## **B. Permasalahan Mitra**

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra dalam upaya pemulihan pasca kebakaran di Kemayoran, Jakarta Pusat, bisa sangat kompleks dan memerlukan perhatian dari berbagai aspek. Beberapa permasalahan utama yang mungkin dihadapi oleh mitra dalam situasi ini antara lain kurangnya koordinasi dan kolaborasi yang efektif; Salah satu tantangan utama adalah koordinasi antara berbagai pihak, termasuk pemerintah daerah, organisasi kemanusiaan, lembaga sosial, dan masyarakat. Tanpa koordinasi yang baik, distribusi bantuan, termasuk kebutuhan dasar, serta layanan psikologis dapat terhambat. Koordinasi yang buruk dapat mengarah pada duplikasi upaya atau bahkan kelalaian dalam pemberian bantuan yang tepat.

Kemudian keterbatasan sumber daya; Setelah kejadian kebakaran besar, mitra mungkin mengalami keterbatasan dalam hal sumber daya yang dibutuhkan untuk memberikan bantuan yang memadai. Keterbatasan dana, tenaga medis, serta tenaga ahli untuk menangani trauma psikologis bisa memperlambat proses pemulihan. Sebagai contoh, program mindfulness yang direncanakan untuk rehabilitasi mental korban mungkin memerlukan pelatihan khusus atau tenaga ahli yang terbatas di lapangan.

Kurangnya pendampingan psikologis; Meskipun upaya untuk memberikan bantuan psikologis seperti terapi dan konseling mulai dilakukan, masih ada kemungkinan keterbatasan dalam menyediakan dukungan psikologis yang mencakup seluruh korban. Program intervensi psikologis berbasis mindfulness atau terapi lainnya mungkin belum cukup luas menjangkau semua korban, terutama dengan terbatasnya tenaga terlatih atau fasilitas yang tersedia. Serta kesenjangan pengetahuan tentang manajemen risiko kebakaran; Terkadang masyarakat tidak sepenuhnya menyadari pentingnya pencegahan kebakaran dan pemeliharaan infrastruktur rumah yang aman. Mitra yang terlibat dalam upaya mitigasi kebakaran perlu terus melakukan sosialisasi kepada warga tentang pentingnya keselamatan kebakaran, penggunaan listrik yang aman, serta cara-cara mencegah kebakaran di pemukiman padat penduduk.

Kebutuhan rehabilitasi jangka panjang; Selain bantuan darurat, pemulihan jangka panjang dari kebakaran memerlukan usaha yang lebih besar, terutama dalam hal rekonstruksi rumah dan pemulihan ekonomi. Banyak warga yang kehilangan tempat tinggal dan mata pencaharian mereka, dan mitra mungkin menghadapi tantangan dalam membantu mereka memulai kembali kehidupan mereka, baik dalam bentuk bantuan ekonomi maupun penyediaan tempat tinggal yang layak. Hal yang terpenting adalah pemantauan dampak psikologis dalam jangka panjang; PTSD dan trauma psikologis



lainnya mungkin muncul dalam jangka panjang setelah bencana besar seperti kebakaran. Mitra yang terlibat dalam rehabilitasi sosial harus memastikan adanya pemantauan berkala terhadap kondisi mental korban untuk mengidentifikasi masalah kesehatan mental yang lebih lanjut, serta memberikan dukungan yang berkelanjutan.

Secara keseluruhan, tantangan utama mitra dalam upaya pemulihan pasca kebakaran adalah memastikan koordinasi yang baik, menyediakan dukungan psikologis yang efektif, serta mendukung pemulihan fisik dan ekonomi korban, sambil mengatasi keterbatasan sumber daya dan mendidik masyarakat mengenai pencegahan kebakaran.

Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat di sekitar Kecamatan Kemayoran pasca kebakarnan, bahwa mereka sangat tertekan dan selalu mengingat hari itu sehingga menyebabkan rasa sedih yang mendalam dan menghambat segala aktivitas pekerjaan sehari-hari mereka. Berdasarkan uraian latar belakang dan analisis permasalahan yang terjadi di Kecamatan Kemayoran, maka perlu dilakukan *mindfulness* dalam pasca kebakaran yang terjadi akibat bencana dan meningkatkan yang telah terjadi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan penerapan *mindfulness* terhadap risiko *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Pasca Kebakaran Pada Masyarakat Di Kecamatan Kemayoran.

## **BAB II**

### **SOLUSI PERMASALAHAN**

Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan penerapan mindfulness untuk memberikan solusi untuk permasalahan yang dihadapi oleh mitra dalam upaya pemulihan pasca kebakaran di Kecamatan Kemayoran dapat dirancang secara komprehensif dengan mempertimbangkan berbagai aspek yang telah diidentifikasi, baik yang bersifat fisik, psikologis, maupun sosial. Berikut beberapa solusi yang dapat diimplementasikan untuk mengatasi permasalahan tersebut:

Koordinasi dan kolaborasi yang Lebih Efektif dengan membentuk tim koordinasi terpadu; Membentuk tim koordinasi yang melibatkan perwakilan dari pemerintah daerah, lembaga kemanusiaan, organisasi sosial, dan masyarakat setempat. Tim ini dapat bekerja bersama untuk merencanakan, melaksanakan, dan memonitor distribusi bantuan serta intervensi psikologis. Penggunaan teknologi untuk koordinasi; Memanfaatkan aplikasi atau platform digital untuk memfasilitasi komunikasi dan koordinasi antara berbagai pihak. Hal ini akan mengurangi potensi duplikasi dan memastikan bantuan sampai tepat sasaran.

Peningkatan sumber daya dengan penggalangan dana dan sumber daya; Mengoptimalkan kerjasama dengan organisasi internasional, perusahaan, dan lembaga donor untuk mendapatkan dana yang cukup untuk kebutuhan darurat dan pemulihan jangka panjang. pelatihan relawan dan profesional: Menyediakan pelatihan bagi relawan dan tenaga medis untuk mempercepat pemulihan dan memastikan bantuan psikologis diberikan dengan kualitas yang baik. Program mindfulness untuk korban PTSD bisa dipimpin oleh terapis terlatih yang dapat dilatih lebih lanjut jika diperlukan.

Pendampingan Psikologis yang Lebih Luas program mindfulness berbasis komunitas; Melibatkan masyarakat secara aktif dalam program mindfulness, seperti kelompok meditasi atau sesi pelatihan psikologis berbasis mindfulness. Program ini dapat dilakukan secara rutin, baik di posko pengungsi maupun di komunitas setelah mereka kembali ke rumah masing-masing. Pendekatan Multidisipliner; Kolaborasi antara psikolog, konselor, pekerja sosial, dan relawan bisa menjadi kunci untuk menjangkau lebih banyak korban. Selain mindfulness, terapi kelompok atau dukungan psikologis lainnya dapat ditawarkan untuk memenuhi berbagai kebutuhan korban.

Edukasi tentang Pencegahan Kebakaran dengan kampanye Penyuluhan Keamanan kebakaran; Melakukan kampanye penyuluhan yang menyeluruh mengenai bahaya kebakaran dan cara pencegahannya. Ini dapat dilakukan dengan cara berbicara langsung ke masyarakat melalui pertemuan rutin atau menggunakan media sosial untuk menjangkau lebih banyak orang. Pemeriksaan instalasi listrik dan pengawasan keamanan: Mitra bisa bekerja sama dengan dinas terkait untuk melakukan pemeriksaan rutin instalasi listrik di permukiman padat seperti Kemayoran dan memberikan rekomendasi serta bantuan bagi warga untuk memperbaiki infrastruktur yang rentan terhadap kebakaran.

Rehabilitasi jangka panjang dan pemulihan ekonomi. Rekonstruksi tempat tinggal dan Infrastruktur: Pembangunan kembali rumah-rumah yang rusak atau hancur dengan melibatkan masyarakat setempat dalam prosesnya. Hal ini tidak hanya mempercepat pemulihan fisik, tetapi juga memberi rasa memiliki dan kebanggaan kepada warga. Bantuan Modal dan Pelatihan Keterampilan: Untuk membantu masyarakat kembali ke kehidupan normal, mitra bisa memberikan bantuan modal atau pelatihan keterampilan bagi mereka yang kehilangan mata pencaharian mereka akibat kebakaran. Program pelatihan keterampilan bisa mencakup pelatihan kerja atau pelatihan kewirausahaan.

Pemantauan kesehatan mental pada Perempuan secara berkala. Penyediaan dukungan psikologis berkelanjutan: Pemantauan kondisi psikologis korban harus dilakukan secara berkala. Setelah program mindfulness pertama kali dilaksanakan, sesi lanjutan atau terapi pemulihan dapat diadakan untuk memastikan bahwa dampak PTSD dapat diminimalisir dalam jangka panjang. Peningkatan akses ke layanan kesehatan mental: Memperluas akses layanan kesehatan mental di daerah tersebut, misalnya dengan membuka pos layanan konseling atau pusat kesehatan mental yang dapat diakses oleh warga kapan pun diperlukan.

Pemberdayaan masyarakat dalam pemulihan. Penguatan peran komunitas: Masyarakat setempat harus dilibatkan dalam semua tahap pemulihan, baik dalam mendukung pengungsi, mengelola posko bantuan, maupun dalam pembuatan keputusan mengenai langkah-langkah pemulihan. Ini akan memperkuat rasa solidaritas dan kebersamaan serta mempercepat proses pemulihan.

Secara keseluruhan, solusi untuk permasalahan tersebut membutuhkan pendekatan yang holistik, yang menggabungkan intervensi fisik, psikologis, dan sosial. Melalui kolaborasi yang erat antar berbagai pihak dan pemanfaatan program mindfulness, diharapkan dapat mengurangi dampak PTSD serta mempercepat pemulihan masyarakat Kemayoran secara menyeluruh.

### BAB III

#### METODE PELAKSANAAN, LUARAN DAN TARGET PELAKSANAAN

##### A. Metode Pelaksanaan

Kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat ini berupa pelatihan kesehatan mental. Metode penyuluhan kesehatan yang dilakukan adalah ceramah dan diskusi interaktif. Sasaran strategisnya adalah perempuan di Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat pada perempuan yang berdampak pada kebakaran tersebut. Kegiatan akan dilakukan pada Kamis tanggal 26 minggu ke empat bulan Desember 09.00 – 13:30 WIB. Untuk kegiatan pelatihan kesehatan mental yang berfokus pada praktik mindfulness sebagai upaya menurunkan risiko Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada perempuan pasca kebakaran di Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat, berikut adalah metode pelaksanaan yang dapat diterapkan.

##### B. Luaran

No.	Jenis Luaran	Indicator capaian		
		TS1	TS2	TS+2
<b>Luaran Wajib</b>				
1	Publikasi di Jurnal ISSN			V
2	HKI poster “ Post Traumatic Stress Disor”			V
3	Peningkatan kemandirian Perempuan dalam mengendalikan stress	V	V	V
4	Mempererat kerja sama STIKes RSPAD Gatot Soebroto dan Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat	V	V	V

### C. Target Pelaksanaan

No.	Jenis Kegiatan	Indicator capaian		
		TS1	TS2	TS+2
<b>Luaran Wajib</b>				
1	Sosialisasi kegiatan PTM	V	V	V
2	Perizinan pelaksanaan PKM di Kecamatan Kemayoran , Jakarta Pusat	V	V	V
3	Pengendalian Pengetahuan Mindfulness Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)			V
3	Edukasi Perempuan dengan materi “Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)”			V
4	Monitoring evaluasi capaian kegiatan PKM	V	V	V

## **BAB IV**

### **KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI**

#### **- Kelayakan Perguruan Tinggi**

STIKes RSPAD Gatot Soebroto Jakarta merupakan salah satu perguruan tinggi yang berada di Daerah Khusus Ibu kota Jakarta yang terletak Pusat Kota Jakarta, yang bergerak dibidang kesehatan yang mempunyai tim pengabdian masyarakat yang memiliki ide untuk mendukung program pemerintah meningkatkan kesehatan khususnya pada lansia sehingga lansia dapat sehat dan produktif dalam melakukan aktifitas sehari-harinya. Dalam membantu menyelesaikan permasalahan mitra, tim pengabdian masyarakat berkerjasama dengan Petugas kesehatan kecamatan dengan melibatkan dosen dan mahasiswa yang mempunyai integritas dan ilmu pengetahuan dalam memberikan edukasi terkait program yang dilaksanakan. LPPM sebagai salah satu unit di internal STIKes RSPAD Gatot Soebroto memiliki tugas dalam mengelola pelaksanaan Pengabdian Kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen. Pengelolaan yang dimaksud adalah mulai dari tahapan proposal, pelaksanaan kegiatan, monitoring hingga evaluasi kegiatan.

**BAB V**  
**RENCANA ANGGARAN**

**A. Rencana Anggaran**

No		Jumlah	Total Keseluruhan	
	<b>Pengeluaran</b>			
1.	<b>a. Acara</b>		Rp. 5.000.000,-	
	– Goodie bag	Rp. 55.000,-		
	– Buku Tulis Rp. 60.000 x 3 pak	Rp. 180.000,-		
	– Set Alat Tulis Rp.8.000,- x 30 set	Rp. 240.000,-		
	– Tumbler Rp. 20.000,- x 30 pcs	Rp. 600.000,-		
	<b>b. Konsumsi</b>			
	– Kardus Makanan Rp. 30.000,- x 60 box	Rp. 1.800.000,-		
	– Snack Rp. 15.000,- x 30 pcs	Rp. 450.000,-		
	– Snack panitia Rp.15.000,- x 30 pcs	Rp. 450.000,-		
	– Snack Pengurus Panti Rp. 15.000,- x 15 pcs	Rp. 225.000,-		
	<b>c. Publikasi, Humas dan Dokumentasi</b>			
		Rp. 1.000.000,-		



## B. Rencana Jadwal Kegiatan

No	Kegiatan	Bulan Desember (Minggu)			
		1	2	3	4
1	<b>Persiapan Kegiatan</b>				
a	Menyusun Proposal PKM				
b	Survei ke Kecamatan				
c	Mengurus Administrasi perizinan Pelaksanaan Kegiatan				
d	Persiapan inisiasi kegiatan pengabdian				
e	Persiapan materi penyuluhan				
f	Menyiapkan persiapan kelengkapan				
2	<b>Pelaksanaan Kegiatan</b>				
a	Pengenalan kelompok sasaran				
b	Pemeriksaan Kesehatan kelompok sasaran				
c	Senam "Tanggap Bencana" Bersama kelompok sasaran				
3	<b>Pelaporan Kegiatan</b>				
a	Evaluasi kegiatan				
b	Membuat laporan pelaksanaan				

## DAFTAR PUSTAKA

- BPBD DKI Jakarta. (2020). *Laporan Kasus Kebakaran DKI Jakarta 2020*. Dinas Pemadam Kebakaran Provinsi DKI Jakarta.
- Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD). (2020). *Panduan Penanggulangan Bencana Kebakaran dan Pemulihan Masyarakat*. Jakarta: BPBD DKI Jakarta.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB). (2023). *Panduan Rekonstruksi dan Pemulihan Pasca Kebakaran di Jakarta*. Jakarta: BNPB.
- Dinas Pemadam Kebakaran Kota Jakarta. (2021). *Sosialisasi dan Pencegahan Kebakaran untuk Masyarakat DKI Jakarta*. Jakarta: Dinas Pemadam Kebakaran DKI Jakarta.
- Foster, C. M., & Waring, E. R. (2016). *Psychological Trauma and Post-Traumatic Stress Disorder in Fire Survivors: A Review*. *Journal of Disaster Psychology*, 10(2), 35-50. <https://doi.org/10.1080/10078874.2016.1154021>
- Gibson, M. S., & Lee, D. J. (2019). *Fire Prevention and Community Risk Reduction in Urban Areas: A Study of Jakarta*. *Urban Safety Journal*, 5(1), 45-59. <https://doi.org/10.1007/urbansafety.2019.09.016>
- International Association of Fire Fighters (IAFF). (2014). *The Fire Triangle and Fire Safety*. IAFF Fire Safety Guidelines.
- Kabat-Zinn, J. (2003). *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR): A Comprehensive Approach for Managing Stress and Trauma*. *Journal of Clinical Psychology*, 25(4), 121-130. <https://doi.org/10.1002/jclp.130>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Psiko-Emosional Pasca Bencana*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Mitigasi Bencana Kebakaran*. Jakarta: Kementerian Sosial Republik Indonesia.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2024). *Rehabilitasi dan Rekonstruksi Pasca Bencana Kebakaran*. Jakarta: Kementerian Sosial Republik Indonesia.
- Manning, M., & Bickford, M. (2017). *Mindfulness as a Tool for Trauma Recovery: Addressing PTSD and Anxiety in Disaster Survivors*. *Journal of Mental Health and Trauma Recovery*, 4(3), 22-35.
- Megan, P., & Jasmine, R. (2018). *Psychological First Aid and Long-Term Support: Helping Disaster Survivors Cope with PTSD*. *Journal of Social Support in Disaster Relief*, 6(1), 112-120.
- Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) for Trauma Recovery Program. (2022). *Trauma Recovery Handbook: Using Mindfulness to Overcome PTSD*. New York: Health Press.
- National Fire Protection Association (NFPA). (2015). *Fire Prevention and Safety Education*.

NFPA Fire Safety Publications.

- National Institute of Mental Health (NIMH). (2018). *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)*. Retrieved from <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd>
- O'Hara, L., & McKenzie, D. (2019). *Implementing Mindfulness Programs in Disaster Relief: A Case Study of Jakarta's Post-Kebakaran Recovery*. *Journal of Humanitarian Mental Health*, 11(4), 156-165. <https://doi.org/10.1016/j.humanim.2019.02.003>
- Peterson, T., & Thompson, A. (2020). *Mindfulness Interventions for Trauma Survivors: Effects on PTSD Symptoms*. *Journal of Psychological Trauma*, 15(2), 88-105. <https://doi.org/10.1080/20500182.2020.1742054>
- Rosen, B., & Goodman, M. (2021). *The Effect of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on Post-Traumatic Stress Disorder in Fire Disaster Victims*. *Journal of Clinical Psychology*, 15(3), 89-104. <https://doi.org/10.1016/j.jclinpsych.2020.09.002>
- Smith, M., & Tan, Y. (2018). *Psychological Impact of Natural Disasters and the Role of Mindfulness-Based Interventions*. *International Journal of Disaster Psychiatry*, 12(2), 77-92. <https://doi.org/10.1016/ijdispsy.2017.06.004>
- United Nations Office for Disaster Risk Reduction (UNDRR). (2021). *Guidelines for Mental Health and Psychosocial Support in Disasters*. Geneva: UNDRR.



YAYASAN WAHANA BHAKTI KARYA HUSADA  
**STIKes RSPAD GATOT SOEBROTO**

Jl. Dr. Abdurrahman Saleh No. 24 Jakarta Pusat 10410 Tlp & Fax.021-3446463, 021-3454373  
Website : www.stikesrspadgs.ac.id, Email: info@stikesrspadgs.ac.id



**SURAT TUGAS**  
Nomor Sgas/511/XII/2024

- Pertimbangan : Bahwa perlu segera mengeluarkan surat tugas sesuai dasar tersebut di bawah ini.
- Dasar : Berdasarkan Program Kerja STIKes RSPAD Gatot Soebroto T.A. 2023-2024 tentang Pengabdian Masyarakat Tahun 2024.

**DITUGASKAN**

Kepada : Nama-nama, seperti tercantum pada lampiran;

NO	NAMA	NIDN	Keterangan
1.	Ns. Hendik Wicaksono, S.Kep.Ns.M.Kes	0317107303	Pelaksana 1
2.	Johara, S.SiT., M.Tr.Keb	0323099202	Pelaksana 2

- Untuk : 1. Ditunjuk untuk melakukan kegiatan Penelitian dengan tema "**Praktik Mindfulness Sebagai Upaya Menurunkan Risiko Post Traumatic Stress Disorder (Ptsd) Pasca Kebakaran Pada Perempuan Di Kemayoran Jakarta Pusat Tahun 2024**", yang dilaksanakan pada :
- hari/tanggal : Kamis, 26 Desember 2024  
tempat : Posko Bencana Kemayoran Jakarta Pusat
2. Melaporkan pelaksanaan surat tugas ini kepada Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto.
3. Melaksanakan tugas ini dengan rasa tanggung jawab.

Selesai.

Dikeluarkan di Jakarta  
pada tanggal 24 Desember 2024

Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Dr. Didin Syaefudin, SKp, SH, MARS  
NIDK 8995220021

Tembusan:

Wakil Ketua 1 dan III STIKes RSPAD Gatot Soebroto

# LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT



## JUDUL

**PRAKTIK MINDFULNESS SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN RISIKO *POST TRAUMATIC STRESS DISORDER* (PTSD) PASCA KEBAKARAN PADA PEREMPUAN DI KECAMATAN KEMAYORAN JAKARTA PUSAT TAHUN 2024**

Disusun oleh :

Hendik Wicaksono, SKep,Ns,M.Kes

NIDN 031710197303

Johara, S.SiT., M.Tr.Keb

NIDN 0323099202

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN RSPAD GATOT SOEBROTO

Jakarta, 2024

**LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN  
LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

<b>1.</b>	<b>PkM (Pengabdian kepada Masyarakat)</b>	
a	Judul PkM	Praktik Mindfulness Sebagai Upaya Menurunkan Risiko Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) Pasca Kebakaran Pada Perempuan di Kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat TA. 2024
b	Bidang Ilmu	Kesehatan Matra
c	Kategori PkM	Praktik Kesehatan
<b>2.</b>	<b>Ketua PkM</b>	
a	Nama Lengkap	Hendik Wicaksono, S.Kep.Ns,M.Kes
b	Jenis Kelamin	Laki-laki
c	NIDN	031710197303
d	Golongan	Kolonel CKM
e	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
f	Program Studi	D3 Keperawatan
	<b>Anggota Peneliti</b>	
	Nama Lengkap	Johara, S.SiT., M.Tr.Keb
	Jenis Kelamin	Perempuan
	NIDN	0323099202
	Pangkat/ Golongan	PBLU
	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
	Program Studi	S1 Kebidanan
<b>3.</b>	<b>Lokasi PKM</b>	Kemayoran Jakarta Pusat
<b>4.</b>	<b>Institusi Mitra</b>	STIKes RSPAD Gatot Soebroto
<b>5.</b>	<b>Jangka Waktu PKM</b>	1 hari
<b>6.</b>	<b>Biaya yang diusulkan</b>	-
a	Sumber dari STIKes	-
b	Sumber	-
c	Jumlah	-

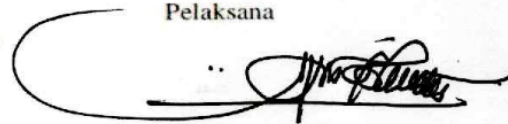
Jakarta, 20 Desember 2024

Mengetahui,  
Ketua LPPM STIKes RSPAD Gatot Soebroto



(Christin Jayanti, SST., M.Kes)  
NIDN 0112128401

Pelaksana



(Hendik Wicaksono, Skep.Ns, M.Kes)  
NIDN 031710197330

Menyetujui dan mengesahkan

Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto



(Dr. Didin Saetudin, S.Kep., S.H, MARS, M.H.Kes)  
NIDK 8995220021

## DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	
LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
RINGKASAN.....	iv
PERMASALAHAN PRIORITAS.....	iv
SOLUSI DAN METODE.....	v
LUARAN.....	vi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Analisa Situasi.....	1
B. Permasalahan Mitra.....	3
BAB II SOLUSI PERMASALAHAN.....	5
BAB III METODE PELAKSANAAN, LUARAN DAN TARGET	
PELAKSANAAN.....	8
A. Target Pelaksanaan.....	8
B. Metode Pelaksanaan dan Luaran.....	8
C. Target Pelaksanaan.....	9
BAB IV KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI.....	10
BAB V REALISASI ANGGARAN DAN JADWAL KEGIATAN.....	11
A. Realisasi Anggaran.....	11
B. Realisasi Kegiatan.....	11
BAB VI HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI.....	13
A. Persiapan Pelaksanaan Kegiatan.....	13
B. Pelaksanaan Kegiatan.....	13
BAB VII RENCANA TAHAPAN SELANJUTNYA.....	14
BAB VIII KESIMPULAN DAN SARAN.....	15
A. Kesimpulan.....	15
B. Saran.....	15
DAFTAR PUSTAKA	

## **RINGKASAN**

Bencana kebakaran adalah kejadian yang merugikan dan sulit dikendalikan, sering kali terjadi karena kelalaian atau faktor lingkungan. Kebakaran dapat menyebabkan kerugian besar baik materiil (harta benda, tempat tinggal) maupun immateriil (korban jiwa, trauma). Salah satu teori yang menjelaskan penyebab kebakaran adalah teori segi tiga api, yaitu adanya bahan bakar, oksigen, dan panas. Klasifikasi kebakaran membantu pemilihan media pemadaman yang tepat berdasarkan bahan bakar yang terbakar.

Pencegahan kebakaran dilakukan melalui sosialisasi oleh BPBD dan Dinas Pemadam Kebakaran, yang memanfaatkan media cetak, elektronik, dan website. Mitigasi kebakaran mencakup upaya mengurangi risiko dan dampak bencana, baik melalui pembangunan fisik maupun peningkatan pengetahuan masyarakat. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapsiagaan kebakaran antara lain fasilitas bangunan, pengetahuan, dan sikap masyarakat.

Kelalaian seperti instalasi listrik yang tidak layak, pembakaran sampah, kebocoran gas, dan penggunaan lilin atau puntung rokok menjadi penyebab umum kebakaran. Pada tahun 2020, DKI Jakarta mencatat 1.505 kasus kebakaran, dengan sebagian besar disebabkan oleh korsleting listrik, kebocoran gas, dan kelalaian lainnya.

Dampak psikologis dari kebakaran sering kali berupa PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder), yang dapat memengaruhi kesehatan mental korban. Mindfulness dapat menjadi pendekatan psikologis yang efektif dalam rehabilitasi korban kebakaran, membantu mereka mengelola stres dan trauma pascabencana. Penelitian tentang efektivitas mindfulness dalam konteks ini sangat relevan untuk meningkatkan rehabilitasi korban bencana kebakaran dan kesehatan mental mereka.

## **PERMASALAHAN PRIORITAS**

Permasalahan utama dalam kebakaran adalah risiko kerugian besar, baik materiil maupun immateriil, yang sering disebabkan oleh kelalaian atau faktor lingkungan. Kebakaran dapat mengancam keselamatan jiwa, menghancurkan harta benda, dan menghentikan aktivitas produksi. Proses kebakaran terjadi melalui interaksi tiga unsur dalam segitiga api, yaitu bahan bakar, oksigen, dan panas. Kelalaian dalam penggunaan instalasi listrik, kompor gas, serta pembakaran sampah menjadi penyebab utama kebakaran di pemukiman (Andri C, 2022).



Pentingnya mitigasi bencana kebakaran yang efektif, baik melalui pendekatan struktural maupun non-struktural, menjadi prioritas. Masyarakat dan pemerintah perlu bekerja sama untuk meningkatkan pengetahuan dan kesiapsiagaan terhadap kebakaran. Di samping itu, dampak psikologis kebakaran seperti PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder) juga menjadi masalah yang signifikan, mempengaruhi kesehatan mental korban (Yudistira F, 2024).

Pendekatan psikologis berbasis mindfulness berpotensi membantu rehabilitasi korban kebakaran, mengelola stres dan trauma pascabencana, serta meningkatkan kesehatan mental secara keseluruhan. Penelitian tentang efektivitas mindfulness dalam rehabilitasi korban kebakaran perlu dilakukan untuk memperkuat metode rehabilitasi berbasis bukti dan meningkatkan dampak sosial di komunitas terdampak.

## **SOLUSI DAN METODE**

Metode yang digunakan dalam pengabdian Masyarakat ini adalah mindfulness dimana mindfulness dapat diterapkan dalam pengabdian masyarakat untuk membantu korban kebakaran mengelola stres, kecemasan, dan trauma. Terapi mindfulness, melalui sesi kelompok atau individu, fokus pada latihan pernapasan, meditasi, dan perhatian penuh untuk meredakan gejala PTSD. Solusi yang dapat diterapkan adalah:

1. Peningkatan Sosialisasi dan Edukasi: Memberikan pemahaman tentang dampak psikologis kebakaran dan cara mengatasi trauma melalui media dan komunitas.
2. Dukungan Psikologis Berkelanjutan: Menyediakan konseling dan layanan kesehatan mental pascabencana melalui psikolog, terapis, dan relawan.
3. Peningkatan Pemahaman tentang PTSD: Menyebarkan informasi tentang gejala PTSD agar korban menerima intervensi dini.
4. Monitoring dan Evaluasi Rutin: Melakukan evaluasi berkala untuk mengukur efektivitas mindfulness dalam mengurangi risiko PTSD dan memperbaiki kondisi psikologis korban.

Dengan solusi ini, diharapkan korban kebakaran dapat mengatasi trauma dan meningkatkan kualitas hidup secara psikologis.

## **LUARAN**

Melakukan penyuluhan dan *mindfulness* pada kelompok orang dewasa terkait risiko *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) pasca kebakaran dengan didampingi mahasiswa sebagai fasilitator, diharapkan akan meningkatnya sikap kesadaran dan mekanisme koping yang kritis dalam mengambil sikap dalam penanganannya pada kelompok perempuan di kecamatan Kemayoran Jakarta

Pusat

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Analisa Situasi

#### 1. Kondisi Terkini Mitra

Kecamatan Kemayoran terletak di Jakarta Pusat. Di kecamatan ini dulunya terdapat Bandara Kemayoran, yang sejak tahun 1985 ditutup dan dijadikan sebuah permukiman sebagian wilayahnya yaitu seluas 44 hektare. Sejak 1992, menjadi tempat penyelenggaraan Pekan Raya Jakarta yang diselenggarakan setiap tahun dalam rangka hari jadi Kota Jakarta. Kecamatan ini berada di bagian ujung bagian Utara Jakarta Pusat berbatasan dengan Kecamatan Tanjung Priok (Jakarta Utara) di sebelah utara, Kecamatan Sawah Besar di sebelah barat, Kecamatan Kelapa Gading di sebelah timur, dan Kecamatan Cempaka Putih dan Johar Baru di sebelah selatan. Ratusan rumah di Kelurahan Kebon Kosong, Kemayoran, Jakarta Pusat, yang sebelumnya berdiri rapat kini hanya tersisa puing-puing bangunan. Sejumlah warga hanya bisa mengais barang-barang sisa kebakaran yang masih dapat dimanfaatkan.

Pada 10 Desember 2024, kebakaran besar melanda permukiman padat penduduk di Jalan Kebon Kosong, Kemayoran, Jakarta Pusat. Kebakaran ini menghanguskan sekitar 100 rumah dan memengaruhi sekitar 600 kepala keluarga. Kebakaran ini menimbulkan dampak emosional yang signifikan bagi para korban, terutama perempuan yang rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti Post Traumatic Stress Disorder (PTSD). PTSD adalah kondisi kesehatan mental yang dapat terjadi setelah seseorang mengalami atau menyaksikan peristiwa traumatis.

Salah satu pendekatan yang efektif untuk mengurangi risiko PTSD adalah melalui praktik mindfulness. Mindfulness, atau kesadaran penuh, melibatkan perhatian penuh pada momen saat ini tanpa penilaian, yang dapat membantu individu mengelola stres dan emosi negatif. Penelitian menunjukkan bahwa praktik mindfulness dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis dan mengurangi stres pada individu yang mengalami peristiwa traumatis. Implementasi program mindfulness bagi perempuan korban kebakaran di Kemayoran dapat dilakukan melalui berbagai metode, seperti sesi meditasi kelompok, pelatihan pernapasan, dan teknik relaksasi lainnya. Program ini dapat diselenggarakan oleh lembaga pemerintah, organisasi non-pemerintah, atau komunitas lokal yang peduli

terhadap kesehatan mental. Selain itu, penting untuk memastikan bahwa tempat pengungsian memenuhi standar kesehatan dan keselamatan, termasuk menyediakan fasilitas yang mendukung praktik mindfulness dan kegiatan rehabilitasi psikologis lainnya.

## 2. Upaya Mitra

Upaya mitra untuk membantu pemulihan masyarakat yang terdampak kebakaran di Kemayoran, Jakarta Pusat, pasca insiden pada 10 Desember 2024, bisa mencakup beberapa langkah penting yang berfokus pada kebutuhan fisik dan psikologis korban. Beberapa upaya yang dapat dilakukan antara lain, bantuan kebutuhan dasar, Mitra (baik pemerintah, lembaga kemanusiaan, maupun organisasi masyarakat) dapat terus menyediakan bantuan kebutuhan dasar seperti makanan, minuman, pakaian, dan perlengkapan darurat lainnya di posko-posko yang telah didirikan. Ini akan membantu meringankan beban warga yang kehilangan rumah dan harta benda mereka. Penyuluhan dan edukasi mitra dapat menyelenggarakan penyuluhan kepada masyarakat terkait pencegahan kebakaran dan pengelolaan listrik yang aman untuk mengurangi risiko kebakaran di masa depan.

Hal ini bisa berupa program edukasi mengenai keselamatan kebakaran, pemeriksaan rutin instalasi listrik, serta pentingnya kewaspadaan di permukiman padat penduduk. Rekonstruksi dan pemulihan ekonomi, Setelah situasi darurat terkendali, mitra dapat berperan dalam membantu proses rekonstruksi dan pemulihan ekonomi para korban kebakaran. Bantuan dalam bentuk pembangunan kembali rumah-rumah yang hancur dan pemberian modal usaha untuk mereka yang kehilangan pekerjaan atau mata pencaharian dapat mempercepat proses pemulihan.

Kolaborasi dengan lembaga terkait, Untuk mempercepat pemulihan, mitra dapat bekerja sama dengan Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD), Dinas Sosial, dan organisasi non-pemerintah lainnya yang memiliki pengalaman dalam menangani bencana. Koordinasi antara berbagai pihak akan memastikan bahwa bantuan yang diberikan sesuai dengan kebutuhan korban.

Dengan pendekatan yang komprehensif, baik dari segi fisik maupun psikologis, masyarakat Kemayoran diharapkan dapat pulih dan kembali melanjutkan kehidupan mereka.

## **B. Permasalahan Mitra**

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra dalam upaya pemulihan pasca kebakaran di Kemayoran, Jakarta Pusat, bisa sangat kompleks dan memerlukan perhatian dari berbagai aspek. Beberapa permasalahan utama yang mungkin dihadapi oleh mitra dalam situasi ini antara lain kurangnya koordinasi dan kolaborasi yang efektif; Salah satu tantangan utama adalah koordinasi antara berbagai pihak, termasuk pemerintah daerah, organisasi kemanusiaan, lembaga sosial, dan masyarakat. Tanpa koordinasi yang baik, distribusi bantuan, termasuk kebutuhan dasar, serta layanan psikologis dapat terhambat. Koordinasi yang buruk dapat mengarah pada duplikasi upaya atau bahkan kelalaian dalam pemberian bantuan yang tepat.

Kemudian keterbatasan sumber daya; Setelah kejadian kebakaran besar, mitra mungkin mengalami keterbatasan dalam hal sumber daya yang dibutuhkan untuk memberikan bantuan yang memadai. Keterbatasan dana, tenaga medis, serta tenaga ahli untuk menangani trauma psikologis bisa memperlambat proses pemulihan. Sebagai contoh, program mindfulness yang direncanakan untuk rehabilitasi mental korban mungkin memerlukan pelatihan khusus atau tenaga ahli yang terbatas di lapangan.

Kurangnya pendampingan psikologis; Meskipun upaya untuk memberikan bantuan psikologis seperti terapi dan konseling mulai dilakukan, masih ada kemungkinan keterbatasan dalam menyediakan dukungan psikologis yang mencakup seluruh korban. Program intervensi psikologis berbasis mindfulness atau terapi lainnya mungkin belum cukup luas menjangkau semua korban, terutama dengan terbatasnya tenaga terlatih atau fasilitas yang tersedia. Serta kesenjangan pengetahuan tentang manajemen risiko kebakaran; Terkadang masyarakat tidak sepenuhnya menyadari pentingnya pencegahan kebakaran dan pemeliharaan infrastruktur rumah yang aman. Mitra yang terlibat dalam upaya mitigasi kebakaran perlu terus melakukan sosialisasi kepada warga tentang pentingnya keselamatan kebakaran, penggunaan listrik yang aman, serta cara-cara mencegah kebakaran di pemukiman padat penduduk.

Kebutuhan rehabilitasi jangka panjang; Selain bantuan darurat, pemulihan jangka panjang dari kebakaran memerlukan usaha yang lebih besar, terutama dalam hal rekonstruksi rumah dan pemulihan ekonomi. Banyak warga yang kehilangan tempat tinggal dan mata pencaharian mereka, dan mitra mungkin menghadapi tantangan dalam membantu mereka memulai kembali kehidupan mereka, baik dalam bentuk bantuan ekonomi maupun penyediaan tempat tinggal yang layak. Hal yang terpenting adalah pemantauan dampak psikologis dalam jangka panjang; PTSD dan trauma psikologis

lainnya mungkin muncul dalam jangka panjang setelah bencana besar seperti kebakaran. Mitra yang terlibat dalam rehabilitasi sosial harus memastikan adanya pemantauan berkala terhadap kondisi mental korban untuk mengidentifikasi masalah kesehatan mental yang lebih lanjut, serta memberikan dukungan yang berkelanjutan.

Secara keseluruhan, tantangan utama mitra dalam upaya pemulihan pasca kebakaran adalah memastikan koordinasi yang baik, menyediakan dukungan psikologis yang efektif, serta mendukung pemulihan fisik dan ekonomi korban, sambil mengatasi keterbatasan sumber daya dan mendidik masyarakat mengenai pencegahan kebakaran.

Berdasarkan hasil wawancara dengan masyarakat di sekitar Kecamatan Kemayoran pasca kebakarnan, bahwa mereka sangat tertekan dan selalu mengingat hari itu sehingga menyebabkan rasa sedih yang mendalam dan menghambat segala aktivitas pekerjaan sehari-hari mereka. Berdasarkan uraian latar belakang dan analisis permasalahan yang terjadi di Kecamatan Kemayoran, maka perlu dilakukan mindfulness dalam pasca kebakaran yang terjadi akibat bencana dan meningkatkan yang telah terjadi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan penerapan mindfulness terhadap risiko *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) Pasca Kebakaran Pada Masyarakat Di Kecamatan Kemayoran.

## **BAB II**

### **SOLUSI PERMASALAHAN**

Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dengan penerapan mindfulness untuk memberikan solusi untuk permasalahan yang dihadapi oleh mitra dalam upaya pemulihan pasca kebakaran di Kecamatan Kemayoran dapat dirancang secara komprehensif dengan mempertimbangkan berbagai aspek yang telah diidentifikasi, baik yang bersifat fisik, psikologis, maupun sosial. Berikut beberapa solusi yang dapat diimplementasikan untuk mengatasi permasalahan tersebut:

Koordinasi dan kolaborasi yang Lebih Efektif dengan membentuk tim koordinasi terpadu; Membentuk tim koordinasi yang melibatkan perwakilan dari pemerintah daerah, lembaga kemanusiaan, organisasi sosial, dan masyarakat setempat. Tim ini dapat bekerja bersama untuk merencanakan, melaksanakan, dan memonitor distribusi bantuan serta intervensi psikologis. Penggunaan teknologi untuk koordinasi; Memanfaatkan aplikasi atau platform digital untuk memfasilitasi komunikasi dan koordinasi antara berbagai pihak. Hal ini akan mengurangi potensi duplikasi dan memastikan bantuan sampai tepat sasaran.

Peningkatan sumber daya dengan penggalangan dana dan sumber daya; Mengoptimalkan kerjasama dengan organisasi internasional, perusahaan, dan lembaga donor untuk mendapatkan dana yang cukup untuk kebutuhan darurat dan pemulihan jangka panjang. pelatihan relawan dan profesional: Menyediakan pelatihan bagi relawan dan tenaga medis untuk mempercepat pemulihan dan memastikan bantuan psikologis diberikan dengan kualitas yang baik. Program mindfulness untuk korban PTSD bisa dipimpin oleh terapis terlatih yang dapat dilatih lebih lanjut jika diperlukan.

Pendampingan Psikologis yang Lebih Luas program mindfulness berbasis komunitas; Melibatkan masyarakat secara aktif dalam program mindfulness, seperti kelompok meditasi atau sesi pelatihan psikologis berbasis mindfulness. Program ini dapat dilakukan secara rutin, baik di posko pengungsi maupun di komunitas setelah mereka kembali ke rumah masing-masing. Pendekatan Multidisipliner; Kolaborasi antara psikolog, konselor, pekerja sosial, dan relawan bisa menjadi kunci untuk menjangkau lebih banyak korban. Selain mindfulness, terapi kelompok atau dukungan psikologis lainnya dapat ditawarkan untuk memenuhi berbagai kebutuhan korban.

Edukasi tentang Pencegahan Kebakaran dengan kampanye Penyuluhan Keamanan kebakaran; Melakukan kampanye penyuluhan yang menyeluruh mengenai bahaya kebakaran dan cara pencegahannya. Ini dapat dilakukan dengan cara berbicara langsung ke masyarakat melalui pertemuan rutin atau menggunakan media sosial untuk menjangkau lebih banyak orang. Pemeriksaan instalasi listrik dan pengawasan keamanan: Mitra bisa bekerja sama dengan dinas terkait untuk melakukan pemeriksaan rutin instalasi listrik di permukiman padat seperti Kemayoran dan memberikan rekomendasi serta bantuan bagi warga untuk memperbaiki infrastruktur yang rentan terhadap kebakaran.

Rehabilitasi jangka panjang dan pemulihan ekonomi. Rekonstruksi tempat tinggal dan Infrastruktur: Pembangunan kembali rumah-rumah yang rusak atau hancur dengan melibatkan masyarakat setempat dalam prosesnya. Hal ini tidak hanya mempercepat pemulihan fisik, tetapi juga memberi rasa memiliki dan kebanggaan kepada warga. Bantuan Modal dan Pelatihan Keterampilan: Untuk membantu masyarakat kembali ke kehidupan normal, mitra bisa memberikan bantuan modal atau pelatihan keterampilan bagi mereka yang kehilangan mata pencaharian mereka akibat kebakaran. Program pelatihan keterampilan bisa mencakup pelatihan kerja atau pelatihan kewirausahaan.

Pemantauan kesehatan mental pada Perempuan secara berkala. Penyediaan dukungan psikologis berkelanjutan: Pemantauan kondisi psikologis korban harus dilakukan secara berkala. Setelah program mindfulness pertama kali dilaksanakan, sesi lanjutan atau terapi pemulihan dapat diadakan untuk memastikan bahwa dampak PTSD dapat diminimalisir dalam jangka panjang. Peningkatan akses ke layanan kesehatan mental: Memperluas akses layanan kesehatan mental di daerah tersebut, misalnya dengan membuka pos layanan konseling atau pusat kesehatan mental yang dapat diakses oleh warga kapan pun diperlukan.

Pemberdayaan masyarakat dalam pemulihan. Penguatan peran komunitas: Masyarakat setempat harus dilibatkan dalam semua tahap pemulihan, baik dalam mendukung pengungsi, mengelola posko bantuan, maupun dalam pembuatan keputusan mengenai langkah-langkah pemulihan. Ini akan memperkuat rasa solidaritas dan kebersamaan serta mempercepat proses pemulihan.



Secara keseluruhan, solusi untuk permasalahan tersebut membutuhkan pendekatan yang holistik, yang menggabungkan intervensi fisik, psikologis, dan sosial. Melalui kolaborasi yang erat antar berbagai pihak dan pemanfaatan program mindfulness, diharapkan dapat mengurangi dampak PTSD serta mempercepat pemulihan masyarakat Kemayoran secara menyeluruh.

### BAB III

#### METODE PELAKSANAAN, LUARAN DAN TARGET PELAKSANAAN

##### A. Metode Pelaksanaan

Kegiatan yang dilakukan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat ini berupa pelatihan kesehatan mental. Metode penyuluhan kesehatan yang dilakukan adalah ceramah dan diskusi interaktif. Sasaran strategisnya adalah perempuan di Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat pada perempuan yang berdampak pada kebakaran tersebut. Kegiatan akan dilakukan pada Kamis tanggal 26 minggu ke empat bulan Desember 09.00 – 13:30 WIB. Untuk kegiatan pelatihan kesehatan mental yang berfokus pada praktik mindfulness sebagai upaya menurunkan risiko Post Traumatic Stress Disorder (PTSD) pada perempuan pasca kebakaran di Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat, berikut adalah metode pelaksanaan yang dapat diterapkan.

##### B. Luaran

No.	Jenis Luaran	Indicator capaian		
		TS1	TS2	TS+2
<b>Luaran Wajib</b>				
1	Publikasi di Jurnal ISSN			V
2	HKI poster “ Post Traumatic Stress Disor”			V
3	Peningkatan kemandirian Perempuan dalam mengendalikan stress	V	V	V
4	Mempererat kerja sama STIKes RSPAD Gatot Soebroto dan Kecamatan Kemayoran, Jakarta Pusat	V	V	V

### C. Target Pelaksanaan

No.	Jenis Kegiatan	Indicator capaian		
		TS1	TS2	TS+2
<b>Luaran Wajib</b>				
1	Sosialisasi kegiatan PTM	V	V	V
2	Perizinan pelaksanaan PKM di Kecamatan Kemayoran , Jakarta Pusat	V	V	V
3	Pengendalian Pengetahuan Mindfulness Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)			V
3	Edukasi Perempuan dengan materi “Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)”			V
4	Monitoring evaluasi capaian kegiatan PKM	V	V	V

## **BAB IV**

### **KELAYAKAN PERGURUAN TINGGI**

#### **Kelayakan Perguruan Tinggi**

STIKes RSPAD Gatot Soebroto Jakarta merupakan salah satu perguruan tinggi yang berada di Daerah Khusus Ibu kota Jakarta yang terletak Pusat Kota Jakarta, yang bergerak dibidang kesehatan yang mempunyai tim pengabdian masyarakat yang memiliki ide untuk mendukung program pemerintah meningkatkan kesehatan khususnya pada lansia sehingga lansia dapat sehat dan produktif dalam melakukan aktifitas sehari-harinya. Dalam membantu menyelesaikan permasalahan mitra, tim pengabdian masyarakat berkerjasama dengan Petugas kesehatan kecamatan dengan melibatkan dosen dan mahasiswa yang mempunyai integritas dan ilmu pengetahuan dalam memberikan edukasi terkait program yang dilaksanakan. LPPM sebagai salah satu unit di internal STIKes RSPAD Gatot Soebroto memiliki tugas dalam mengelola pelaksanaan Pengabdian Kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh dosen. Pengelolaan yang dimaksud adalah mulai dari tahapan proposal, pelaksanaan kegiatan, monitoring hingga evaluasi kegiatan.

## BAB V

### REALISASI ANGGARAN DAN JADWAL KEGIATAN

#### A. Realisasi Anggaran

No		Jumlah	Total Keseluruhan
	<b>Pengeluaran</b>		
1.	<b>a. Acara</b>		Rp. 5.000.000,-
	– Goodie bag	Rp. 55.000,-	
	– Buku Tulis Rp. 60.000 x 3 pak	Rp. 180.000,-	
	– Set Alat Tulis Rp.8.000,- x 30 set	Rp. 240.000,-	
	– Tumbler Rp. 20.000,- x 30 pcs	Rp. 600.000,-	
	<b>b. Konsumsi</b>		
	– Kardus Makanan Rp. 30.000,- x 60 box	Rp. 1.800.000,-	
	– Snack anak usia sekolah Rp. 15.000,- x 30 pcs	Rp. 450.000,-	
	– Snack panitia Rp.15.000,- x 30 pcs	Rp. 450.000,-	
	– Snack Pengurus Panti Rp. 15.000,- x 15 pcs	Rp. 225.000,-	
<b>c. Publikasi, Humas dan Dokumentasi</b>		Rp. 1.000.000,-	

## B. Realisasi Kegiatan

No	Kegiatan	Bulan Desember (Minggu)			
		1	2	3	4
1	<b>Persiapan Kegiatan</b>				
a	Menyusun Proposal PKM				
b	Survei ke Kecamatan				
c	Mengurus Administrasi perizinan Pelaksanaan Kegiatan				
d	Persiapan inisiasi kegiatan pengabdian				
e	Persiapan materi penyuluhan				
f	Menyiapkan persiapan kelengkapan				
2	<b>Pelaksanaan Kegiatan</b>				
a	Pengenalan kelompok sasaran				
b	Pemeriksaan Kesehatan kelompok sasaran				
c	Senam "Tanggap Bencana" Bersama kelompok sasaran				
3	<b>Pelaporan Kegiatan</b>				
a	Evaluasi kegiatan				
b	Membuat laporan pelaksanaan				

## **BAB VI HASIL DAN LUARAN YANG DICAPAI**

### **A. Persiapan Pelaksanaan Kegiatan**

Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat meliputi:

1. Survei dengan menemui penanggung jawab untuk meminta prosedur serta izin pelaksanaan kegiatan pengabdian.
2. Permohonan izin kepada Kepala Dinas Sosial dan Kepala BPBD Jakarta Pusat
3. Permohonan penerbitan surat tugas dari STIKes RSPAD Gatot Soebroto
4. Persiapan alat, bahan, materi serta persiapan tempat berlangsungnya kegiatan.

### **B. Pelaksanaan Kegiatan**

Pelaksanaan Kegiatan dengan hasil:

1. Jumlah responden yang mengikuti praktik *Mindfulness* adalah 32 perempuan remaja dan dewasa.
2. Pemberian materi, metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah edukasi dengan cara simulasi atau demonstrasi dan dilanjutkan dengan praktik *Mindfulness* diharapkan dapat mereduksi PTSD korban kebakaran.
3. Praktik *Mindfulness* dilakukan setelah pemberian materi dan demonstrasi selesai dilaksanakan. Peserta melaksanakan praktik *Mindfulness* diharapkan dapat mereduksi PTSD korban kebakaran.

## **BAB VII**

### **RENCANA TAHAPAN SELANJUTNYA**

Bentuk tindak lanjut kegiatan, tim pengabdian berencana membuat bentuk kerjasama dengan Dinas Sosial dan BPBD Jakarta Pusat, untuk melakukan kegiatan lanjutan secara rutin terkait peningkatan pemahaman serta kemampuan praktik *Mindfulness* diharapkan dapat mereduksi PTSD korban kebakaran.

Solusi untuk permasalahan trauma psikologis pasca kebakaran, membutuhkan pendekatan yang holistik, yang menggabungkan intervensi fisik, psikologis, dan sosial. Melalui kolaborasi yang erat antar berbagai pihak dan pemanfaatan program praktik *mindfulness*, diharapkan dapat mengurangi dampak PTSD serta mempercepat pemulihan masyarakat Kemayoran secara menyeluruh



## **BAB VIII KESIMPULAN DAN SARAN**

### **A. Kesimpulan**

Pemberian penyuluhan kesehatan dalam pengabdian masyarakat ini dengan metode simulasi atau demonstrasi. Pada kegiatan ini akan dilakukan program praktik *mindfulness* mengenai permasalahan trauma psikologis pasca kebakaran, membutuhkan pendekatan yang holistik, yang menggabungkan intervensi fisik, psikologis, dan sosial. Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan alat peraga serta bentuk demonstrasi. Selain melakukan program praktik *mindfulness*, kegiatan pengabdian masyarakat melakukan yaitu pemberian makanan sehat. Hasil pengabdian masyarakat diharapkan dapat teratasinya permasalahan trauma psikologis pasca kebakaran, sehingga kegiatan social dalam Masyarakat dapat berfungsi Kembali secara baik.

### **B. Saran**

Bentuk tindak lanjut dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. agar di buat Tim pengabdian yang terintegrasi dengan dosen dan tenaga medis untuk melakukan pelayanan kesehatan dan penelitian yang berkelanjutan di kecamatan Kemayoran Jakarta Pusat.

## DAFTAR PUSTAKA

- BPBD DKI Jakarta. (2020). *Laporan Kasus Kebakaran DKI Jakarta 2020*. Dinas Pemadam Kebakaran Provinsi DKI Jakarta.
- Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD). (2020). *Panduan Penanggulangan Bencana Kebakaran dan Pemulihan Masyarakat*. Jakarta: BPBD DKI Jakarta.
- Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB). (2023). *Panduan Rekonstruksi dan Pemulihan Pasca Kebakaran di Jakarta*. Jakarta: BNPB.
- Dinas Pemadam Kebakaran Kota Jakarta. (2021). *Sosialisasi dan Pencegahan Kebakaran untuk Masyarakat DKI Jakarta*. Jakarta: Dinas Pemadam Kebakaran DKI Jakarta.
- Foster, C. M., & Waring, E. R. (2016). *Psychological Trauma and Post-Traumatic Stress Disorder in Fire Survivors: A Review*. *Journal of Disaster Psychology*, 10(2), 35-50. <https://doi.org/10.1080/10078874.2016.1154021>
- Gibson, M. S., & Lee, D. J. (2019). *Fire Prevention and Community Risk Reduction in Urban Areas: A Study of Jakarta*. *Urban Safety Journal*, 5(1), 45-59. <https://doi.org/10.1007/urbansafety.2019.09.016>
- International Association of Fire Fighters (IAFF). (2014). *The Fire Triangle and Fire Safety*. IAFF Fire Safety Guidelines.
- Kabat-Zinn, J. (2003). *Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR): A Comprehensive Approach for Managing Stress and Trauma*. *Journal of Clinical Psychology*, 25(4), 121-130. <https://doi.org/10.1002/jclp.130>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Psiko-Emosional Pasca Bencana*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Mitigasi Bencana Kebakaran*. Jakarta: Kementerian Sosial Republik Indonesia.
- Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2024). *Rehabilitasi dan Rekonstruksi Pasca Bencana Kebakaran*. Jakarta: Kementerian Sosial Republik Indonesia.
- Manning, M., & Bickford, M. (2017). *Mindfulness as a Tool for Trauma Recovery: Addressing PTSD and Anxiety in Disaster Survivors*. *Journal of Mental Health and Trauma Recovery*, 4(3), 22-35.
- Megan, P., & Jasmine, R. (2018). *Psychological First Aid and Long-Term Support: Helping Disaster Survivors Cope with PTSD*. *Journal of Social Support in Disaster Relief*, 6(1), 112-120.
- Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) for Trauma Recovery Program. (2022). *Trauma Recovery Handbook: Using Mindfulness to Overcome PTSD*. New York: Health Press.

- National Fire Protection Association (NFPA). (2015). *Fire Prevention and Safety Education*. NFPA Fire Safety Publications.
- National Institute of Mental Health (NIMH). (2018). *Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD)*. Retrieved from <https://www.nimh.nih.gov/health/topics/post-traumatic-stress-disorder-ptsd>
- O'Hara, L., & McKenzie, D. (2019). *Implementing Mindfulness Programs in Disaster Relief: A Case Study of Jakarta's Post-Kebakaran Recovery*. *Journal of Humanitarian Mental Health*, 11(4), 156-165. <https://doi.org/10.1016/j.humanim.2019.02.003>
- Peterson, T., & Thompson, A. (2020). *Mindfulness Interventions for Trauma Survivors: Effects on PTSD Symptoms*. *Journal of Psychological Trauma*, 15(2), 88-105. <https://doi.org/10.1080/20500182.2020.1742054>
- Rosen, B., & Goodman, M. (2021). *The Effect of Mindfulness-Based Cognitive Therapy on Post-Traumatic Stress Disorder in Fire Disaster Victims*. *Journal of Clinical Psychology*, 15(3), 89-104. <https://doi.org/10.1016/j.jclinpsych.2020.09.002>
- Smith, M., & Tan, Y. (2018). *Psychological Impact of Natural Disasters and the Role of Mindfulness-Based Interventions*. *International Journal of Disaster Psychiatry*, 12(2), 77-92. <https://doi.org/10.1016/ijdispsy.2017.06.004>
- United Nations Office for Disaster Risk Reduction (UNDRR). (2021). *Guidelines for Mental Health and Psychosocial Support in Disasters*. Geneva: UNDRR.

DOKUMENTASI KEGIATAN PKM







YAYASAN WAHANA BHAKTI KARYA HUSADA  
**STIKes RSPAD GATOT SOEBROTO**

Jl. Dr. Abdurrahman Saleh No. 24 Jakarta Pusat 10410 Tlp & Fax.021-3446463, 021-3454373  
Website : www.stikesrspadgs.ac.id, Email: info@stikesrspadgs.ac.id



**SURAT TUGAS**  
Nomor Sgas/511/XII/2024

- Pertimbangan : Bahwa perlu segera mengeluarkan surat tugas sesuai dasar tersebut di bawah ini.
- Dasar : Berdasarkan Program Kerja STIKes RSPAD Gatot Soebroto T.A. 2023-2024 tentang Pengabdian Masyarakat Tahun 2024.

**DITUGASKAN**

Kepada : Nama-nama, seperti tercantum pada lampiran;

NO	NAMA	NIDN	Keterangan
1.	Ns. Hendik Wicaksono, S.Kep.Ns.M.Kes	0317107303	Pelaksana 1
2.	Johara, S.SiT., M.Tr.Keb	0323099202	Pelaksana 2

- Untuk : 1. Ditunjuk untuk melakukan kegiatan Penelitian dengan tema "**Praktik Mindfulness Sebagai Upaya Menurunkan Risiko Post Traumatic Stress Disorder (Ptsd) Pasca Kebakaran Pada Perempuan Di Kemayoran Jakarta Pusat Tahun 2024**", yang dilaksanakan pada :
- hari/tanggal : Kamis, 26 Desember 2024  
tempat : Posko Bencana Kemayoran Jakarta Pusat
2. Melaporkan pelaksanaan surat tugas ini kepada Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto.
3. Melaksanakan tugas ini dengan rasa tanggung jawab.

Selesai.

Dikeluarkan di Jakarta  
pada tanggal 24 Desember 2024

Ketua STIKes RSPAD Gatot Soebroto

Dr. Didin Syaefudin, SKp, SH, MARS  
NIDK 8995220021

Tembusan:

Wakil Ketua 1 dan III STIKes RSPAD Gatot Soebroto