

PENERAPAN COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY (CBT) PADA MASYARAKAT DALAM MENGHADAPI PANDEMIC COVID-19Tiur Romatua Sitohang^{1*}, Marganda Limbong²¹⁻²Poltekkes Kemenkes Medan

Email Korespondensi: tiursitohang61@gmail.com

Disubmit: 29 September 2022 Diterima: 20 Oktober 2022 Diterbitkan: 01 Desember 2022
Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i12.7960>**ABSTRAK**

Penyintas Covid 19 cenderung mengalami *Post Traumatic Stress Disorder* sebesar 30,2%. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia menyatakan sebanyak 80% mengalami gejala stres pasca trauma psikologis karena mengalami atau menyaksikan peristiwa tidak menyenangkan terkait Covid-19, 46% memiliki gejala berat, 33% sedang, 2% ringan, dan sisanya tidak bergejala. Gejala PTSD dapat dikurangi dengan intervensi psikoterapi yaitu CBT (Cognitif Behavior Therapy). Tujuan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini adalah Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai Pandemic Covid 19 dan Therapy Cognitive Behavior, dan memperkenalkan Therapy Cognitive Behavior sebagai salah satu terapi menurunkan Post Trauma Stres Disorder, ketidaknyamanan, kecemasan, masalah perilaku dan tekanan psikologis selama pandemic Covid 19. Berdasarkan hasil pre test sebelum dilakukan Cognitive Behavior Therapy diperoleh hasil sebanyak 4 orang tidak memiliki gejala PTSD, 27 orang memiliki gejala ringan dan 5 orang memiliki gejala PTSD sedang. Setelah dilakukan Cognitive Behavior Therapy ditemukan Post Trauma Distres Sindrom berada pada kategori tidak memiliki gejala sebanyak 10 orang dan 24 orang memiliki gejala PTSD pada kategori ringan dan 2 orang kategori sedang. Kesimpulan : Terapi Cognitive Behavior efektif menurunkan gejala Post Trauma Sindrom Disorder dialami penyintas Covid 19 dan keluarga sehubungan dengan adanya pandemic covid 19.

Kata Kunci: CBT, PTSD, Pandemi Covid-19**ABSTRACT**

Stated that 30.2% of the total 381 respondents who survived Covid 19 experienced Post Traumatic Stress Disorder. According to the Association of Indonesian Mental Medicine Specialists, as many as 80% of the 182 self-examination results experienced symptoms of psychological post-traumatic stress due to experiencing or witnessing unpleasant events related to Covid-19, 46% had severe symptoms, 33% moderate, 2% mild, and the rest did not. PTSD symptoms can be reduced by psychotherapy intervention, namely CBT (Cognitive Behavior Therapy). The purpose of this community service activity is to increase public knowledge about the Covid 19 Pandemic and Cognitive Behavior Therapy, and introduce Cognitive Behavior Therapy as a therapy to reduce Post Traumatic Stress Disorder, discomfort, anxiety, behavioral problems and psychological stress during the Covid 19 pandemic. Based on the results of the pre-test prior to Cognitive Behavior Therapy, it

was found that 4 people did not have PTSD symptoms, 27 people had mild symptoms and 5 people had moderate PTSD symptoms. After doing Cognitive Behavior Therapy, it was found that the Post Traumatic Distress Syndrome was in the asymptomatic category as many as 10 people and 24 people had PTSD symptoms in the mild category and 2 people in the moderate category. Conclusion: Cognitive Behavior Therapy is effective in reducing the symptoms of Post Traumatic Syndrome Disorder experienced by Covid 19 survivors and their families in connection with the COVID-19 pandemic.

Keywords: CBT, PTSD, COVID-19 Pandemic

1. PENDAHULUAN

Corona virus disease 2019 (Covid -19) merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh corona virus. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa virus corona merupakan pandemi global karena penyebarannya yang sangat cepat (WHO, 2020). Gejala infeksi virus Corona seperti demam, batuk kering, sulit bernapas, nyeri kepala, dan pneumonia, yang biasanya berkembang setelah waktu inkubasi selama 2 minggu (Kemkes, 2020). Jumlah kasus infeksi virus corona di dunia terus mengalami peningkatan. Sampai tanggal 22 Mei 2022, jumlah kasus terinfeksi virus corona sebanyak 166.478.098, meninggal sebanyak 3.457.746, sembuh sebanyak 147.227.901. Di Indonesia jumlah kasus covid 19 sebanyak 1,76jt, sembuh sebanyak 1,62 juta dan meninggal dunia sebanyak 48.887 jiwa.

Seseorang yang dinyatakan sembuh dari penyakit Covid-19 atau disebut Penyintas Covid-19 memiliki resiko mengalami penurunan kondisi fisik dan kesehatan mental. Seseorang yang mengalami atau menyaksikan penderitaan yang terkait dengan Covid-19 dapat mengakibatkan tingginya prevalensi gangguan pasca trauma (PTSD), gangguan mental yang menyebabkan kesusahan dan kecacatan serius pada penyintas (Wu et al., 2020). PTSD merupakan suatu gejala yang dialami oleh seseorang yang mengalami kejadian yang traumatis dan tidak mampu menghilangkan ingatan pada kejadian traumatis tersebut dari pikirannya (Nuffida, 2017).

Seseorang yang dinyatakan sembuh dari penyakit COVID-19 atau disebut Penyintas COVID-19 memiliki resiko mengalami penurunan kondisi fisik dan kesehatan mental. Seseorang yang mengalami atau menyaksikan penderitaan yang terkait dengan COVID-19 dapat mengakibatkan tingginya prevalensi gangguan pasca trauma (PTSD), gangguan mental yang menyebabkan kesusahan dan kecacatan serius pada penyintas (Xiao et al., 2020). Penelitian Janiri,dkk. (2020) diperoleh hasil sebesar 30,2% responden penyintas COVID-19 mengalami *Post Traumatic Stress Disorder*. Menurut Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia, 80% dari 182 hasil swaperiksa mengalami gejala stres pasca trauma psikologis karena mengalami atau menyaksikan kejadian tentang Covid-19. Sebesar 46% gejala berat, 33% sedang, 2% ringan, dan sisanya tidak bergejala. PTSD dapat mengakibatkan ketidakberdayaan atau ancaman cedera fisik yang serius, atau ancaman terhadap keselamatan diri sendiri atau orang lain, terganggunya kehidupan social, respon terhadap ancaman tersebut mencakup perasaan takut yang intens, perasaan tidak berdaya, atau perasaan rasa ngeri (Nawangsih, 2016).

Gejala PTSD dapat diatasi dengan pemberian terapi CBT (Cognitif Behavior Therapy yang terdiri dari empat komponen yaitu psikoedukasi, latihan pernapasan, aktivasi perilaku dan perbaikan kognitif. CBT berdampak positif pada penderita PTSD post bencana sehingga efektif dalam mengurangi stress, ketidaknyamanan, ketidakberdayaan, masalah perilaku, kecemasan dan tekanan psikologis (Wati & Wulan, 2018). Berbagai penelitian telah dilakukan terkait efektifitas CBT. Penelitian Pityaratstian et al., (2015) diperoleh hasil penerapan CBT efektif terhadap gangguan PTSD. Penelitian Sarimin & Tololiu (2017) diperoleh hasil menurunnya skor PTSD pada pada anak.

Berdasarkan Survey awal yang dilaksanakan di peroleh masyarakat mengalami kecemasan terhadap penularan virus dan penyintas Covid 19 merasakan stress, trauma psikologis dan ketidaknyamanan pasca menderita Covid 19. Cognitive behavior therapy merupakan intervensi perilaku kognitif yang memiliki hubungan timbal balik antara proses kognitif seseorang (apa yang dipikirkan) akan mempengaruhi pengalaman emosional dan tingkah laku

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan prioritas masalah disepakati antara pengusul dan mitra untuk ditangani pada program pengabdian masyarakat ini adalah rendahnya pengetahuan masyarakat tentang Cognitive Behavior Therapy kurangnya keterampilan masyarakat mengatasi gejala post trauma stress disoreder, masalah perilaku dan tekanan psikologis. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang Cognitive Behavior Therapy dan mengurangi gejala post trauma stress disoreder. Rumusan pertanyaan : Berdasarkan rumusan masalah diatas, pertanyaan yang akan dijawab melalui pengabdian masyarakat ini adalah : "Apakah edukasi tentang Cognitive Behavior dan Psikoterapi Cognitive Behavior Therapy efektif mengurangi gejala Post Trauma Stres Disorder?"



Gambar 1. Lokasi Pengabdian Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Cognitive Behavior Therapy

Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan bentuk konseling untuk menyelesaikan kesalahan-kesalahan yang terjadi dalam proses berpikir yang berhubungan dengan keadaan emosi, perilaku dan psikologi. CBT merupakan terapi yang menitikberatkan perhatian pada masalah terkini dan pikiran terkini (Beck dalam (Wilding, 2013). Siregar & Siregar. R.H (2013) menyatakan bahwa CBT merupakan psikoterapi yang berfokus pada kognisi yang dimodifikasi secara langsung yaitu ketika individu mengubah pikiran maladaptifnya (maladaptive thought) maka secara tidak langsung juga mengubah perilakunya yang tampak (over action). Salah satu tujuan utama CBT adalah untuk membantu individu untuk mengubah pemikiran atau kognisi yang irasional menjadi pemikiran yang lebih rasional. Cognitive behavior therapy mempunyai teknik untuk memodifikasi perilaku dan merubah keyakinan maladaptif menjadi adaptif yang terdiri dari 5 fase (Cahyani & Nuqul L, 2018). Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan bentuk pendekatan yang menggunakan teknik kognitif dan perilaku individu untuk membantu seseorang melakukan modifikasi terhadap suasana hati dan tingkahlaku dengan melakukan perubahan melalui pikiran (Palmer, 2011).

b. Post Traumatic Stres Disorder (PTSD)

PTSD merupakan suatu sindrom yang dialami oleh seseorang yang mengalami kejadian traumatik. Kondisi demikian menimbulkan dampak psikologis berupa gangguan perilaku mulai dari cemas yang berlebihan, mudah tersinggung, tidak bisa tidur, tegang, dan berbagai reaksi lainnya (Endiyono & Hidayah, 2018). Post traumatic stress disorder suatu gejala yang dialami oleh seseorang yang mengalami kejadian yang traumatis dan individu tersebut tidak mampu menghilangkan ingatan akan kejadian tersebut dari pikirannya (Sari, 2021). PTSD adalah gangguan kecemasan yang dialami oleh individu yang melihat atau mengalami kejadian yang berbahaya (Knutsen & Jensen, 2019).

4. METODE

a. Tahap Perencanaan :

Perencanaan dimulai dari pembuatan proposal Pengabdian Masyarakat, dan melakukan koordinasi dengan Pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Tapanuli Tengah dan Puskesmas Pandan.

b. Tahap persiapan

Tahap persiapan dimulai dari kegiatan penyusunan penulisan materi edukasi, penyusunan kuesioner, penulisan buku kerja CBT dan pengiriman surat ke Pihak Dinas Kesehatan Kabupaten Tapanuli Tengah dan Puskesmas Pandan sebagai lokasi diadakannya edukasi dan psikoterapi Cognitive Behavior Therapy. Persiapan tempat edukasi dilakukan di rumah bidan desa dan rumah masyarakat.

c. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dimulai dengan pengabdian melakukan pre test untuk mengukur pengetahuan masyarakat tentang CBT dan Post Trauma Stres Disorder. Setelah dilakukan pre test, pengabdian melakukan edukasi mengenai Cognitive Behavior Therapy. Setelah itu pengabdian kontrak dengan masyarakat untuk melakukan psikoterapi Cognitive Behavior Therapy di rumah masyarakat. Metode penyuluhan yang dilakukan adalah

Metode ceramah : Menjelaskan tentang materi yang akan diberikan yaitu mengenai penyuluhan tentang pandemic Covid 19 yang dapat dilakukan oleh masyarakat dalam pencegahan penularan Covid 19 dan materi Cognitive Behavior Therapy. Metode Psikoterapi : Psikoterapi Cognitive Behavior Therapy dalam bentuk kelompok. Kegiatan dilakukan selama 3 hari, sesi 1-2 dilakukan selama 20 menit dalam satu hari, sesi 3-4 dilakukan selama 20 menit dihari berikutnya dan sesi 5 dilakukan dihari berikutnya. Metode survey dilaksanakan untuk mengetahui Post Trauma Stres Disorder dengan menggunakan kuesioner IES-R yang diisi oleh peserta pengabdian sebelum dan sesudah pemberian terapi *Cognitive Behavior Therapy*.

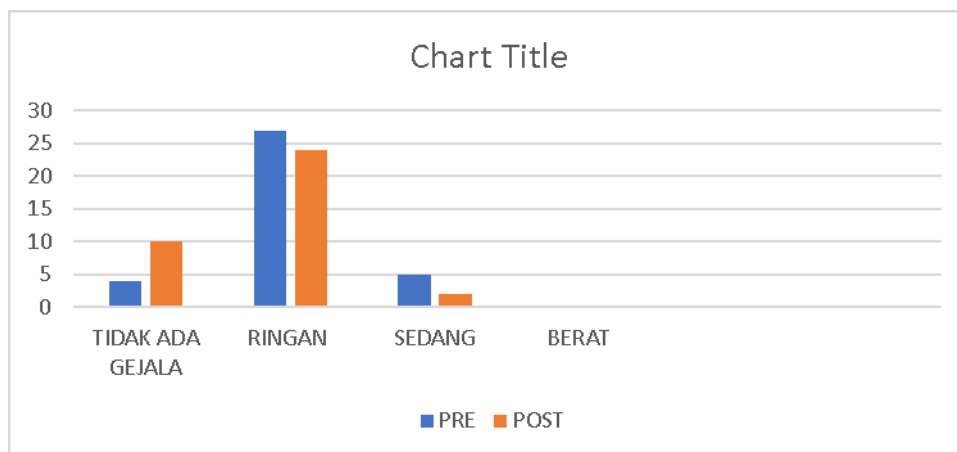
d. Evaluasi

- 1) Peserta mengikuti penyuluhan tentang Covid 19, edukasi Cognitive Behavior Therapy dan psikoterapi CBT
- 2) Peserta mengisi kuesioner pres tes dan post tes Cognitive Behavior Therapy. Untuk mengetahui berat ringannya PTSD di masa pandemic Covid 19 peserta mengisi kuesioner IES-R dengan pilihan jawaban 0 = "tidak pernah" 1 = "jarang", 2 = "kadang-kadang", 3 = "sering", dan 4 = "sangat sering".

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Post Trauma Stres Disorder Sebelum dan Sesudah Mengikuti Cognitive Behavior Terapi.

Tabel 1. Distribusi PTSD Masyarakat Sebelum dan Sesudah Cognitive Behavior Therapy



Berdasarkan hasil pre test sebelum dilakukan Cognitive Behavior Therapy diperoleh hasil sebanyak 4 orang tidak memiliki gejala PTSD, 27 orang memiliki gejala ringan dan 5 orang memiliki gejala PTSD sedang. Setelah dilakukan Cognitive Behavior Therapy ditemukan Post Trauma Distres Sindrom berada pada kategori tidak memiliki gejala sebanyak 10 orang dan 24 orang memiliki gejala PTSD pada kategori ringan dan 2 orang kategori sedang.

Pandemi Covid 19 memiliki dampak fisik dan psikologis tidak saja pada orang sehat, terkonfirmasi namun juga pada orang yang telah dinyatakan sembuh dari Covid 19 (Einvik et al., 2021). Hasil riset

menunjukkan penyintas COVID-19 sangat beresiko terhadap gangguan kesehatan mental. Penelitian di China menyatakan gangguan mental sering mengikuti para penyintas COVID-19 seperti kecemasan, depresi, PTSD, insomnia. Gangguan mental para penyintas COVID-19 yang dialami adalah perasaan gugup, ansietas, kegelisahan dan sulit tidur (Mazza et al., 2020). Penelitian di Wuhan mencatat penyintas Covid 19 memiliki pemikiran untuk bunuh diri (Wu et al., 2020).

Hasil studi literatur menunjukkan bahwa penyintas COVID-19 rentan untuk mengalami gangguan kesehatan mental. Studi di China bahwa gangguan mental sering menyertai para penyintas COVID-19. Beberapa gangguan mental dimaksud antara lain; ansietas, depresi, PTSD, insomnia (Ma et al., 2020). Penelitian lain serupa yang telah dipublikasi, menjelaskan bahwa gangguan mental para penyintas COVID-19 dilaporkan mengalami perasaan gugup, cemas atau gelisah, gangguan tidur (Mazzaa et al., 2020). Bahkan Penelitian di Wuhan melaporkan penyintas pernah memikirkan untuk bunuh diri (Wu et al., 2020)

Gejala PTSD dapat dikurangi dengan intervensi psikoterapi yaitu CBT (Kognitif Behavior Therapy). CBT memberikan pengaruh positif pada penderita PTSD pasca bencana sehingga efektif untuk menurunkan tingkat stress, ketidaknyamanan, kecemasan, ketidakberdayaan, masalah perilaku dan tekanan psikologis (Wati & Wulan, 2018). Berbagai penelitian telah dilakukan terkait efektifitas CBT. Penelitian (Wati & Wulan, 2018) diperoleh hasil penerapan CBT efektif terhadap gangguan PTSD. Penelitian Wati & Wulan (2018) diperoleh hasil Hasil penelitian ini menunjukkan adanya penurunan skor PTSD pada anak di kedua kelompok CBT dan CBT-plus.

Cognitive behaviour therapy adalah terapi psikososial yang mengubah pikiran negatif menjadi positif sehingga perilaku maladaptif yang timbul akibat pikiran yang negative akan berubah menjadi perilaku yang positif. Sehingga akhirnya individu mempunyai kemampuan untuk berespon secara adaptif ketika menghadapi masalah pada tahapan hidupnya (Lopes et al., 2014). Terapi kognitif menyatakan bukan kejadian tersebut yang mengakibatkan kecemasan dan respon maladaptif namun penilaian orang terhadap harapan, dan interpretasi dari peristiwa ini. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku maladaptif dapat diubah oleh keputusan langsung terhadap pikiran dan keyakinan seseorang.

Pengabdian melakukan cognitive behaviour therapy yang dilaksanakan dalam 5 sesi. Sesi 1 adalah pengkajian dimana sasaran mengungkapkan pikiran otomatis negative tentang diri sendiri, perasaan dan perilaku negative yang dialami yang berkaitan dengan stressor pengalaman Covid 19, mengidentifikasi hal positif yang dimiliki, serta latihan mengatasi satu pikiran negatif pada diri sendiri. Sesi 2 mendiskusikan tentang terapi kognitif, dimana pada sesi ini akan mengatasi semua hal yang terkait dengan kognitif (pikiran) negatif individu. Sedangkan sesi 3 adalah terapi perilaku bertujuan mengubah perilaku negative menjadi perilaku positif. Sesi 4 adalah melakukan evaluasi terapi kognitif dan terapi perilaku, sedangkan pada sesi 5 pengabdian melakukan pencegahan kekambuhan dan mempertahankan serta membudayakan pikiran positif dan perilaku positif dalam mengatasi pandemic Covid 19. Sesi atau pertemuan antara pengabdian dan klien tergantung dari apa yang akan diberikan pada klien, apa materi dan tujuan dari terapi, dan juga kemampuan klien dalam menerapkan apa yang telah diajarkan.

Setelah pengabdian melakukan terapi psikososial Cognitive Behavior Therapy sehingga diperoleh skor Post Trauma Distres Sindrom sasaran menurun, berdasarkan hasil pengukuran diperoleh Post Trauma Distres Sindrom berada pada kategori tidak memiliki gejala sebanyak 10 orang dan 24 orang memiliki gejala PTSD pada kategori ringan dan 2 orang kategori sedang. Hal ini menunjukkan terdapat efektifitas terapi psikososial Cognitive Behavior Therapy terhadap Post Trauma Stress Disorder masyarakat.



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan

6. KESIMPULAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dengan metode ceramah menjelaskan materi tentang pandemic Covid 19 yang dapat dilakukan oleh masyarakat dalam pencegahan penularan Covid 19 dan materi Cognitive Behavior Therapy. Psikoterapi Cognitive Behavior Therapy dalam bentuk kelompok yang dilakukan selama 3 hari, sesi 1-2 dilakukan selama 20 menit dalam satu hari, sesi 3-4 dilakukan selama 20 menit dan sesi 5. Cognitive behaviour therapy adalah terapi psikososial yang mengubah pikiran negatif menjadi positif sehingga perilaku maladaptif yang timbul akibat pikiran yang negative akan berubah menjadi perilaku yang positif. Sehingga akhirnya individu mempunyai kemampuan untuk berespon secara adaptif ketika menghadapi masalah pada tahapan hidupnya. Terapi kognitif menyatakan bukan kejadian tersebut yang mengakibatkan kecemasan dan respon maladaptif namun penilaian orang terhadap harapan, dan interpretasi dari peristiwa ini. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku maladaptif dapat diubah oleh keputusan langsung terhadap pikiran dan keyakinan seseorang. Diharapkan kepada pengabdian berikutnya untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan pendekatan terapi kognitif behavior untuk merubah pikiran negative menjadi positif yang berdampak terhadap perubahan perilaku yang positif.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, R., & Nuqul L, F. (2018). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy Untuk Menurunkan Tingkat Body Shame. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 11(2), 91-100. https://doi.org/10.1098/Rspb.2014.1396%0ahttps://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/Jesus/Capitulos_Espanyol_Jesus/2005_Motivacion_Para_El_Aprendizaje_Perspectiva_Alumnos.Pdf%0ahttps://www.researchgate.net/profile/Juan_Aparicio_7/publication/253571379
- Einvik, G., Dammen, T., Ghanima, W., Heir, T., & Stavem, K. (2021). Prevalence And Risk Factors For Post-Traumatic Stress In Hospitalized And Non-Hospitalized Covid-19 Patients. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(4), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18042079>
- Elna Yulsaini Siregar, & Rodiatul Hasanah Siregar. (2013). Penerapan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Terhadap Pengurangan Durasi Bermain Games Pada Individu Yang Mengalami Games Addiction. *Jurnal Psikologi Uin Sultan Syarif Kasim Riau*, 9(Juni), 17-24.
- Endiyono, & Hidayah, N. I. (2018). Gambaran Post Traumatic Stress Disorder Korban Bencana Tanah Longsor Di Dusun Jemblung Kabupaten Banjarnegara Endiyono 1 , Novi Isnaini Hidayah 1 1. *Medisains: Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 16(3), 127-131.
- Kemkes. (2020). *Kmk No. Hk.01.07-Menkes-413-2020 Ttg Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Covid-19.Pdf*.
- Knutsen, M., & Jensen, T. K. (2019). Changes In The Trauma Narratives Of Youth Receiving Trauma-Focused Cognitive Behavioral Therapy In Relation To Posttraumatic Stress Symptoms. *Psychotherapy Research*, 29(1), 99-111. <https://doi.org/10.1080/10503307.2017.1303208>
- Lopes, A. P., Macedo, T. F., Coutinho, E. S. F., Figueira, I., & Ventura, P. R. (2014). Systematic Review Of The Efficacy Of Cognitive-Behavior Therapy Related Treatments For Victims Of Natural Disasters: A Worldwide Problem. *Plos One*, 9(10). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0109013>
- Mazza, M. G., De Lorenzo, R., Conte, C., Poletti, S., Vai, B., Bollettini, I., Melloni, E. M. T., Furlan, R., Ciceri, F., Rovere-Querini, P., & Benedetti, F. (2020). Anxiety And Depression In Covid-19 Survivors: Role Of Inflammatory And Clinical Predictors. *Brain, Behavior, And Immunity*, 89(July), 594-600. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.07.037>
- Mazzaa, M. G., Lorenzob, R. De, Conteb, C., Polettia, S., Vaia, B., Bollettinia, I., Mellonia, E. M. T., Furlanb, R., Cicerib, F., Rovere-Querinib, P., Group, And The C.-19 B. O. C. S., & Benedettia, F. (2020). Anxiety And Depression In Covid-19 Survivors: Role Of Inflammatory And Clinical Predictors. *Journal Homepage: Www.Elsevier.Com/Locate/Ybrb*, 89, 594-600.
- Nawangsih, E. (2016). Play Therapy Untuk Anak-Anak Korban Bencana Alam Yang Mengalami Trauma (Post Traumatic Stress Disorder/Ptsd). *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(2), 164-178. <https://doi.org/10.15575/psy.v1i2.475>
- Nuffida, P. Dan. (2017). Penanganan Post Traumatic Stress Disorder (Ptds)

- Pada Korban Bencana Lumpur Sidoarjo Dengan Pendekatan Arsitektur Perilaku. *Jurnal Sains Dan Seni Pomits*, 6(2). , No. 2 (2017) 2337-3520 (2301-928x Print)%0a%0a
- Palmer, S. (2011). *Konseling Dan Psikoterapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Pityaratstian, N., Piyasil, V., Ketumarn, P., Sitdhiraksa, N., Ularntinon, S., & Pariwatcharakul, P. (2015). Randomized Controlled Trial Of Group Cognitive Behavioural Therapy For Post-Traumatic Stress Disorder In Children And Adolescents Exposed To Tsunami In Thailand. *Behavioural And Cognitive Psychotherapy*, 43(5), 549-561. <https://doi.org/10.1017/S1352465813001197>
- Sari, S. N. J. S. R. D. H. E. N. (2021). *Doi: Http://Dx.Doi.Org/10.33846/Sf12222 Efektifitas*. 12(April), 205-209.
- Sarimin, D. S., & Tololiu, T. A. (2017). Effectiveness Of Cognitive Behavior Therapy In Comparison To Cbt- Plus Play Therapy Among Children With Post-Traumatic Stress Disorder In Manado, Indonesia. *International Journal Of Research In Medical Sciences*, 5(4), 1589. <https://doi.org/10.18203/2320-6012.Ijrms20171270>
- Wati, D. F., & Wulan, W. R. (2018). Gambaran Efektivitas Penerapan Cognitive Behavior Therapy Pada Korban Bencana Dengan Ptsd (Post-Traumatic Stress Disorder). *Real In Nursing Journal*, 1(3), 95. <https://doi.org/10.32883/Rnj.V1i3.473>
- Who. (2020). Mental Health And Psychosocial Considerations During Covid-19 Outbreak. *World Health Organization, January*, 1-6. [File:///C:/Users/Muled/Downloads/Covid Referances/Mental Health And Psychosocial Considerations During The.Pdf](file:///C:/Users/Muled/Downloads/Covid%20Referances/Mental%20Health%20And%20Psychosocial%20Considerations%20During%20The.Pdf)
- Wilding, A. M. & C. (2013). *Cognitive Behavioural Therapy*. Pt Indeks.
- Wu, Y., Zhang, C., Liu, H., Duan, C., Li, C., Fan, J., Li, H., Chen, L., Xu, H., Li, X., Guo, Y., Wang, Y., Li, X., Li, J., Zhang, T., You, Y., Li, H., Yang, S., Tao, X., ... Huang, H. Feng. (2020). Perinatal Depressive And Anxiety Symptoms Of Pregnant Women During The Coronavirus Disease 2019 Outbreak In China. *American Journal Of Obstetrics And Gynecology*, 223(2), 240.E1-240.E9. <https://doi.org/10.1016/J.Ajog.2020.05.009>
- Xiao, S., Luo, D., & Xiao, Y. (2020). Survivors Of Covid-19 Are At High Risk Of Posttraumatic Stress Disorder. *Global Health Research And Policy*, 5(1), 4-6. <https://doi.org/10.1186/S41256-020-00155-2>