HJK HOLISTIK JURNAL KESEHATAN
ISSN 1978-3337 (Print)
ISSN 2620-7478 (Online)
DOI: 10.33024
Nomor: 79/E/KPT/2023

INFORMASI ARTIKEL
Received: May, 11, 2025
Revised: October, 06, 2025
Available online: October, 06, 2025
at: https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/hjk

Intervensi keperawatan untuk mengatasi kecemasan anak pada fase pemulihan pascabencana

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

Abstract

Background: Children are the most vulnerable group to the impacts of disasters, including disruptions to their physical and mental health. A common psychological effect is anxiety, which can develop into post-traumatic stress disorder (PTSD), depression, and prolonged trauma. Nurses play a crucial role in providing interventions to help reduce post-disaster anxiety in children.
Purpose: Identify and explore nursing interventions that have been proven effective in reducing anxiety among children in post-disaster situations.
Method: A scoping review method following the PCC (Population, Concept, Context) framework. Literature searches were conducted in the PubMed, Scopus, EBSCOhost, and Science Direct databases, covering publications from 2015 to 2025. Only experimental study designs (Randomized Controlled Trials and quasi-experimental studies) focusing on nursing interventions for post-disaster anxiety in children were included. Articles were selected using PRISMA guidelines and assessed using the Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Tools.
Results: 8,114 identified articles, seven met the inclusion criteria and were further analyzed. The findings indicate that various nursing interventions effectively reduce post-disaster anxiety in children, including Cognitive Behavioral Therapy (CBT), Trauma-Focused CBT (TF-CBT), thought-stopping therapy, Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR), technology-based interventions (Bounce Back Now), and micronutrient supplementation. Studies suggest that technology-based and brief interventions can reach a wider population at a lower cost, while nutrition-based interventions provide additional benefits in reducing anxiety and improving psychosocial functioning.
Conclusion: Nursing interventions such as CBT, technology-based approaches, and micronutrient supplementation are effective in managing post-disaster anxiety in children. Additionally, micronutrient supplementation can serve as a complementary intervention to support children's recovery.

Keywords: Anxiety; Children; Nursing Interventions; Post-Disaster.

Pendahuluan: Anak merupakan kelompok paling rentan terhadap dampak bencana, termasuk gangguan kesehatan fisik dan mental. Dampak psikologis yang sering terjadi adalah kecemasan, yang dapat berkembang menjadi gangguan stres pasca trauma (PTSD), depresi, dan trauma berkepanjangan. Perawat memiliki peran penting dalam memberikan intervensi yang dapat membantu mengurangi kecemasan anak pascabencana.
Tujuan: Untuk mengidentifikasi dan mengeksplorasi intervensi keperawatan yang telah terbukti efektif dalam mengurangi kecemasan pada anak-anak pascabencana.

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

Metode: *Scoping review* dengan mengikuti kerangka kerja PCC (*Population, Concept, Context*). Pencarian literatur dilakukan di database PubMed, Scopus, EBSCOhost, dan Science Direct dengan rentang tahun 2015–2025. Hanya artikel dengan desain penelitian eksperimental (*Randomized Controlled Trial dan quasi-eksperimental*) yang berfokus pada intervensi keperawatan dalam mengatasi kecemasan anak pascabencana. Artikel diseleksi menggunakan pedoman PRISMA dan dinilai menggunakan *Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Tools*.
Hasil: Sebanyak 8,114 artikel yang diidentifikasi, 7 artikel memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis lebih lanjut. Berbagai intervensi keperawatan efektif dalam mengurangi kecemasan anak pascabencana, termasuk terapi kognitif perilaku (CBT), *trauma-focused* CBT (TF-CBT), terapi penghenti pikiran, desensitisasi gerakan mata dan pemrosesan ulang (EMDR), intervensi berbasis teknologi (*Bounce Back Now*), serta suplementasi mikronutrien. Studi menunjukkan intervensi berbasis teknologi dan terapi singkat dapat menjangkau populasi yang lebih luas dengan biaya lebih rendah, sementara intervensi berbasis nutrisi memberikan manfaat tambahan dalam mengurangi kecemasan dan meningkatkan fungsi psikososial.
Simpulan: Intervensi keperawatan seperti CBT, teknologi, dan suplementasi mikronutrien efektif mengatasi kecemasan anak pascabencana. Selain itu, suplementasi mikronutrien dapat digunakan sebagai intervensi tambahan untuk mendukung pemulihan anak.

Kata Kunci: Anak-anak; Intervensi Keperawatan; Kecemasan; Pascabencana.

PENDAHULUAN

Anak-anak adalah kelompok yang paling rentan selama dan setelah bencana. Sekitar satu miliar anak di seluruh dunia berada pada risiko yang sangat tinggi akibat dampak bencana, termasuk bencana yang berkaitan dengan iklim (United Nations Children's Fund, 2023; Zuhairini, Fauzan, & Dhamayanti, 2024). Bencana alam menghadirkan ancaman yang signifikan dan terus meningkat terhadap kesejahteraan anak-anak. Anak-anak di bawah usia 18 tahun merupakan populasi yang sangat rentan saat terkena bencana alam. Anak-anak sangat rentan selama bencana alam dan mengalami peningkatan masalah terkait kesehatan fisik, kesehatan mental dan pembelajaran mereka setelah terpapar. Bencana dapat menjadi hal yang serius bagi anak-anak (Lai & La Greca, 2020; Niman & Sari, 2021; Tulak, Suaib, & Ramli, 2024).

Pada tahun 2023, terjadi 398 bencana alam di seluruh dunia. Jumlah ini turun sedikit dari tahun sebelumnya. Bencana alam memengaruhi hampir setiap bagian dunia. Pemanasan global dapat meningkatkan risiko cuaca ekstrem, yang mengakibatkan risiko kekeringan dan badai yang lebih kuat, seperti siklon tropis (Salas, 2025). Menurut *World Risk Report* (WRR) tahun 2023, Indonesia berada di peringkat kedua negara dengan risiko bencana alam tertinggi di dunia. Riset WRR tahun 2023 mengklaim bahwa sejak tahun 2022 telah terjadi total 421 bencana alam di seluruh dunia. Jumlah ini meningkat 23% dibandingkan tahun 2000 (Harjadi, 2024).

Anak-anak dan remaja sering dilaporkan sebagai kelompok yang sangat rentan dan berisiko mengalami dampak buruk dari bencana, dengan bukti adanya dampak negatif pada kesehatan mental mereka, termasuk *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD), depresi dan kecemasan. Dampak yang terdokumentasi dan menghancurkan pada kesehatan mental anak-anak dan remaja (Sanson, Hoorn, & Burke, 2019; Rusyda, Lasmi, Khairunnisa, & Wiguna, 2021). Bukti menunjukkan dampak sosial, pendidikan dan kesehatan yang mendalam dan berkelanjutan yang dapat ditimbulkan oleh bencana terhadap anak-anak dan kaum muda termasuk gangguan dan kerugian yang signifikan yang mereka alami (Spencer & Thompson, 2024). Sebagian besar literatur mengkaji konsekuensi kesehatan mental negatif bagi anak-anak dan remaja termasuk trauma yang signifikan, PTSD, depresi dan kecemasan (Caruana, 2023; Peterson, Pearce, Ferguson, & Langford, 2017).

Reaksi psikologis anak-anak dan remaja dalam beberapa hari pertama setelah bencana alam terjadi dalam spektrum yang berbeda (Karabulut & Bekler, 2019). Kecemasan merupakan gejala kesehatan mental yang dapat dialami anak-anak setelah bencana. Gejala umum meliputi penghindaran, perubahan persepsi realitas, pengalaman ulang dan

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

kecemasan perpisahan pada anak-anak yang telah mengalami trauma. Anak-anak mungkin mengalami masalah dengan tidur dan nafsu makan, keluhan fisik, sering menangis, gelisah, mudah tersinggung dan tidak responsif (Yılancıoğlu & Özbaran, 2023).

Bencana alam menghadirkan ancaman yang signifikan terhadap kesehatan dan kesejahteraan anak-anak. Tindakan harus segera diambil untuk mengurangi ancaman ini. Investasi yang lebih besar dalam infrastruktur, upaya pemulihan, dan tanggapan yang lebih efektif dan berbasis bukti akan membantu meningkatkan perkembangan yang sehat di antara anak-anak yang terpapar bencana alam (Lai & La Greca, 2020). Perawat memiliki peran penting dalam penanggulangan bencana, termasuk bencana yang melibatkan anak-anak. Perawat tidak hanya berperan dalam memberikan perawatan medis, tetapi juga dalam memberikan dukungan psikologis kepada korban yang mengalami trauma akibat bencana (Farquharson, Gamboa, McCoy, Roberts, Sams, Bagby, Aime, Jenkins, Mooney, Marshall, Montgomery, & Faust, 2024). Perawat memiliki peran dalam penanggulangan bencana termasuk pada anak-anak.

METODE

Penelitian *scoping review* sebagai pendekatan sistematis untuk menelusuri dan mengeksplorasi literatur yang relevan dan berfungsi sebagai alat metodologis yang digunakan untuk mengkaji topik-topik terbaru dan berkembang saat ini.

Penelitian ini menggunakan strategi pencarian literatur berdasarkan kerangka kerja PCC (*Population, Concept, Context*). Population: *Children;* Concept: *Nursing interventions to reduce anxiety;* Context: *recovery phase after a disaster.*

Data base yang digunakan dalam pencarian literatur yaitu PubMed, Scopus, and Ebsco Host. Kata kunci yang digunakan adalah "Nursing interventions" AND "Anxiety" OR "Posttraumatic stress" OR "anxiety" AND "Children" OR "Pediatric" AND "Disaster recovery" OR "Post-disaster phase" AND "disaster". *Research question* dalam penelitian ini adalah "*What evidence exists regarding nursing interventions to reduce anxiety in children during the recovery phase after a disaster?*".

Dalam *scoping review* ini, hanya artikel yang berfokus pada intervensi keperawatan dalam mengatasi kecemasan anak pada fase pemulihan pascabencana dengan desain penelitian eksperimental, yaitu *Randomized Controlled Trial* (RCT) dan quasi-eksperimental, yang akan dimasukkan. Studi yang dipertimbangkan harus dipublikasikan di jurnal peer-reviewed dan menggunakan Bahasa inggris. Namun, hanya artikel yang diterbitkan dalam rentang waktu 2015 hingga 2025 yang akan disertakan guna memastikan bahwa tinjauan ini mencerminkan perkembangan terkini terkait intervensi keperawatan dalam mengelola kecemasan anak pada fase pemulihan pascabencana.

Artikel yang menggunakan desain penelitian selain RCT dan quasi-eksperimental, yang tidak berfokus pada intervensi keperawatan, mencakup populasi selain anak-anak, dilakukan di luar konteks pemulihan pascabencana, atau dipublikasikan dalam bentuk grey literature (misalnya, laporan, tesis, disertasi), buku, atau makalah konferensi tidak akan dimasukkan dalam tinjauan ini. Semua referensi yang ditemukan akan dikelola menggunakan Mendeley, dan setiap duplikasi akan diidentifikasi serta dihapus untuk memastikan keakuratan data.

Proses seleksi studi akan dilakukan melalui dua tahap, yaitu penyaringan judul dan abstrak, serta penyaringan teks lengkap. Enam peninjau akan secara independen meninjau judul dan abstrak dari seluruh referensi yang teridentifikasi dengan mengacu pada kriteria kelayakan yang telah ditetapkan. Selanjutnya, studi yang dianggap berpotensi memenuhi kriteria akan dianalisis lebih lanjut melalui peninjauan teks lengkap yang dilakukan secara mandiri oleh peninjau yang sama. Apabila terjadi perbedaan pendapat dalam setiap tahap seleksi, keputusan akan dicapai melalui diskusi, dan jika diperlukan, akan dimediasi oleh peninjau ketiga. Proses ini akan dilakukan secara manual tanpa bantuan perangkat lunak khusus.

Formulir ekstraksi data yang komprehensif akan dikembangkan secara kolaboratif oleh enam peninjau. Proses ini akan dilakukan melalui diskusi berulang dan penyempurnaan secara bertahap guna memastikan bahwa formulir tersebut mampu menangkap seluruh informasi yang relevan dengan optimal. Formulir yang telah disempurnakan akan disusun dalam format spreadsheet yang mudah digunakan, seperti Microsoft Excel atau Google

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

Sheets, untuk mempermudah pengorganisasian dan analisis data secara efisien.

Keenam peninjau akan terlibat secara aktif dalam proses ekstraksi data. Untuk memastikan distribusi tugas yang seimbang dan meminimalkan potensi bias, setiap peninjau akan diberikan bagian studi yang telah diseleksi. Formulir ekstraksi data akan digunakan sebagai panduan dalam mengumpulkan informasi secara sistematis, mencakup nama penulis dan tahun publikasi, negara tempat penelitian dilakukan, tujuan penelitian, bentuk, pelaksanaan, serta tantangan dalam implementasi intervensi keperawatan untuk mengatasi kecemasan anak pada fase pemulihan pascabencana.

Setiap perbedaan pendapat atau ketidaksesuaian yang muncul selama proses ekstraksi data akan diselesaikan melalui diskusi kolaboratif antarpeninjau. Diskusi ini akan difokuskan pada upaya mencapai kesepakatan serta memastikan bahwa data yang diekstraksi dari setiap studi dilakukan secara akurat dan konsisten. Pendekatan yang ketat ini bertujuan untuk menjaga integritas dan keandalan data yang digunakan dalam scoping review. Sebagai upaya untuk memberikan informasi tambahan mengenai kualitas studi yang disertakan, penilaian kritis akan dilakukan dengan menggunakan Joanna Briggs Institute (JBI) Critical Appraisal Tools. Alat ini dirancang untuk mengevaluasi kualitas metodologis dari berbagai desain penelitian. Seluruh peninjau akan melakukan penilaian kualitas secara independen terhadap studi yang telah dialokasikan kepada mereka. Jika terjadi perbedaan hasil penilaian di antara peninjau, keputusan akhir akan dicapai melalui diskusi bersama guna memastikan konsistensi dan objektivitas dalam proses penilaian.

Total judul dan abstrak yang teridentifikasi dalam basis data berjumlah 117 yang diperoleh dari beberapa sumber, yaitu Scopus (n = 2), Science Direct (n = 114), EBSCOhost (n = 1), dan PubMed (n = 0). Tidak ditemukan artikel yang terduplikasi, sehingga tersisa 117 artikel untuk tahap penyaringan lebih lanjut. Kemudian, berdasarkan evaluasi, 105 artikel dikeluarkan karena tidak relevan dengan topik penelitian. Pada tahap selanjutnya, sebanyak 12 artikel diidentifikasi untuk ditelaah secara *full-text*, dan seluruhnya berhasil diakses (tidak terdapat laporan yang tidak dapat diambil). Sebanyak 7 artikel dikeluarkan karena tidak berfokus pada bencana alam. Dengan demikian, 5 artikel yang tersisa dievaluasi lebih lanjut menggunakan *JBI Critical Appraisal Tools* untuk menilai kelayakan dan risiko bias.

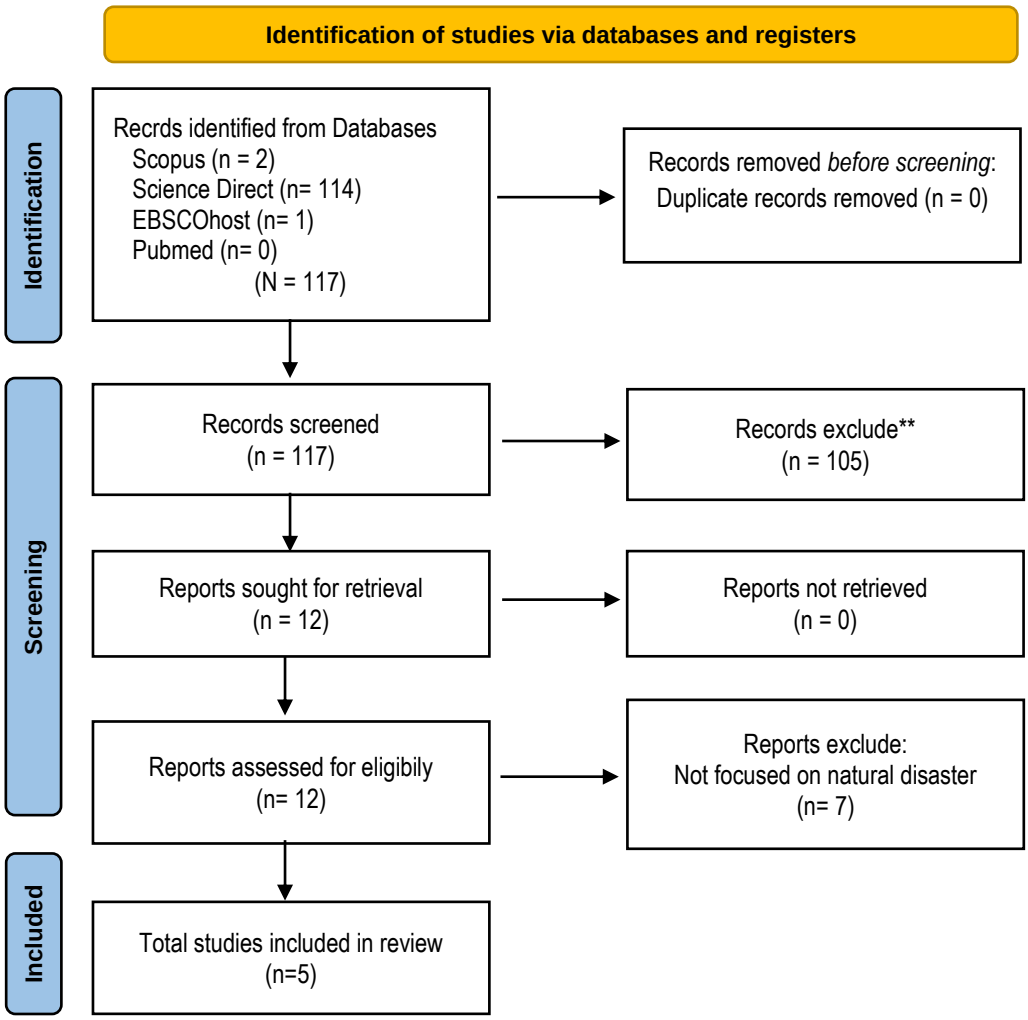
Kualitas artikel yang digunakan dalam penelitian ini dinilai dengan menggunakan alat penilaian dari Joana Bright Institute (JBI). Tujuan dari penilaian ini adalah untuk mendapatkan artikel yang relevan dengan tujuan penelitian. Pada artikel uji coba terkontrol acak (RCT) menggunakan JBI untuk RCT yang terdiri dari 13 pertanyaan. Sedangkan, untuk penelitian quasi eksperimen menggunakan penilaian JBI untuk artikel dengan desain quasi eksperimen yang terdiri dari 9 pertanyaan. Pada pernyataan dengan jawaban “ya”, maka akan diberikan skor 1 dan untuk jawaban “tidak”, “tidak jelas”, atau “tidak berlaku” akan diberikan skor 0. Artikel dikatakan layak untuk dilakukan review jika hasil penilaian kelayakan berdasarkan JBI sebesar ≥75%.

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

HASIL



Gambar PRISMA *Flow* Diagram

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

Tabel Hasil Pemetaan Data Artikel

(Penulis) (Negara)	Outcome	Desain/ Sampel	Kuesioner	Intervensi	Hasil temuan
(Sole et al., 2017) Selandia Baru	Penurunan kecemasan, distress emosional, dan fungsi psikososial	Quasi-experimental kasus tunggal dengan beberapa baseline/ 14 anak dengan rentang usia 8-11 tahun (Mean: 9,6±1,1)	CGAS (fungsi psikososial), SCARED (identifikasi jenis kecemasan), PEDS (distress emosional), RCMAS (menilai kecemasan umum)	Pemberian suplemen mikronutrien untuk menurunkan kecemasan dan stres anak pasca bencana	Setelah dilakukan intervensi selama 2 minggu, terjadi penurunan signifikan pada skor kecemasan (SCARED) dan peningkatan fungsi psikososial (p< 0,05). Pada minggu ke-8, semua skor (CGAS, SCARED, PEDS, RCMAS) mengalami perbaikan yang signifikan (p< 0,05) dan bertahan selama tindak lanjut tiga bulan.
Pityaratstian et al., 2015) Thailand	Mengurangi PTSD	RCT/ 36 anak dengan rentang usia 10-15 tahun	Children Revised Impact of Events Scale (CRIES), UCLA PTSD Reaction Index (PTSD-RI)	CBT	Pada kelompok yang mendapatkan intervensi CBT mengalami penurunan signifikan skor CRIES (effect size 0,69) dan PTSD-RI (effect size 0,41) setelah dilakukan follow up 1 bulan. Terdapat 8 dari 18 peserta pada kelompok CBT kehilangan status diagnosis PTSD pada follow up.
(Diehle et al., 2015) Belanda	Pengurangan komorbid depresi dan gejala hiperaktif	RCT/ 48 anak dengan rentang usia 8-18 tahun (Mean = 12,3±2,8)	CAPS-CA, CRIES-13 (stres pasca trauma), RCADS (kecemasan dan depresi), SDQ (perilaku dan masalah emosi)	Trauma-Fokus CBT (TF-CBT) vs Desentisasi gerakan mata (EMDR)	Setelah dilakukan intervensi, TF-CBT dan EMDR terbukti efektif dalam mengurangi gejala PTSD, namun tidak terdapat perbedaan signifikan yang dilihat dari skor CAPS-CA (p=0,51). Pada semua sub skala PTSD menunjukkan perbaikan signifikan pada gejala PTSD, kecemasan, depresi, dan perilaku selama dan setelah terapi pada

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

					kedua kelompok TF-CBT maupun EMDR.
(Hardayati et al., 2020) Indonesia	Mengontrol pikiran negatif	Quasi-experimental pretest-posttest dengan kontrol grup/ 112 remaja usia 15-17 tahun (Mean= 16,02±0,78)	Modifikasi kuesioner dari Pasaribu	Terapi penghenti pikiran (TS) ditambah dengan intervensi keperawatan (NI) atau hanya mendapatkan NI biasa	Setelah dilakukan intervensi, kemampuan mengontrol pikiran negatif meningkat secara signifikan pada kedua kelompok baik yang mendapatkan NI+TS maupun NI saja. Namun, NI+TS meningkat lebih besar, yaitu sebesar 5.72 poin (dari 11.96 menjadi 17.68) dengan p< 0,001.
(Ruggiero et al., 2015) Amerika	Mengurangi beban kesehatn mental akibat bencana	RCT/ 2.000 remaja dan orang tua rentang usia (Mean 14,5±1,7)	NSA PTSD dan modul depresi	Bounce Back Now (BBN) berbasis web, BBN+ASH	Setelah dilakukan intervensi menujukkan efektifitas yang signifikan dalam mengurangi PTSD (B = -0.36, SE = 0.19, p = 0.06) dan depresi pada remaja (B = -0.42, SE = 0.19, p = 0.03) dengan menggunakan modul BBN. Penambahan modul untuk orang tua (BBN+ASH) tidak memberikan manfaat tambahan, justru meningkatkan nilai PTSD sedikit lebih tinggi dibandingkan menggunakan modul BBN saja,

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

PEMBAHASAN

Berbagai intervensi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah psikologis pada anak setelah bencana, yaitu: Intervensi mikronutrien, terapi psikologis (CBT, CBT kelompok singkat dan EMDR), intervensi berbasis web dan teknik *tought stopping* dan intervensi keperawatan.

Pemberian suplemen mikronutrien terbukti efektif dalam menurunkan tingkat kecemasan secara signifikan serta meningkatkan fungsi psikososial pada anak-anak yang mengalami dampak dari bencana gempa bumi, seperti perbaikan dalam interaksi sosial, pengelolaan emosi, serta performa akademik atau aktivitas lainnya. Besarnya efek yang diperoleh menunjukkan bahwa intervensi ini menunjukkan dampak positif yang nyata dan berkelanjutan terhadap kualitas hidup mereka.

Terapi kognitif perilaku (CBT) dan Eye Movement Desensitization and Reprocessing (EMDR) sama-sama memberikan hasil yang efektif dalam mengurangi gejala PTSD pada anak dan remaja yang mengalami trauma. Kedua metode terapi ini mampu menurunkan gejala seperti kilas balik, kecemasan, dan gangguan tidur dengan tingkat efektivitas dari sedang hingga besar. Sementara, pada terapi CBT kelompok singkat lebih efisien dari segi waktu dan sumber daya, sehingga sangat cocok diterapkan dalam situasi darurat pasca bencana. Tidak ditemukan perbedaan signifikan antara ketiga terapi tersebut, sehingga pemilihan terapi dapat disesuaikan dengan preferensi pasien, ketersediaan tenaga profesional, dan kondisi lapangan. Selain itu, terapi ini juga membantu meningkatkan kemampuan koping dan mengurangi gejala depresi yang sering menyertai PTSD.

Program digital seperti *Bounce Back Now* (BBN) menyediakan modul edukasi dan strategi koping yang dapat diakses secara mandiri oleh remaja. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan signifikan pada gejala PTSD dan depresi selama 12 bulan setelah intervensi. Keunggulan utama dari intervensi ini adalah kemudahan akses dan cakupan jangkauan yang luas, sehingga dapat menjangkau korban bencana yang sulit diakses secara langsung. Namun, intervensi ini kurang efektif dalam mengurangi penggunaan alkohol, sehingga diperlukan pendekatan tambahan untuk mengatasi masalah tersebut.

Teknik *thought stopping* merupakan metode kognitif sederhana yang mengajarkan remaja untuk secara sadar menghentikan pikiran negatif yang berulang, misalnya dengan mengucapkan kata "stop". Ketika teknik ini dikombinasikan dengan intervensi keperawatan seperti relaksasi dan edukasi, kemampuan remaja dalam mengendalikan pikiran negatif meningkat secara signifikan dibandingkan dengan intervensi tanpa teknik tersebut. Hal ini berkontribusi pada pengurangan kecemasan dan stres pasca bencana secara efektif.

Hasil dari lima studi yang dianalisis dalam scoping review ini menunjukkan bahwa berbagai metode intervensi, termasuk terapi psikologis (CBT, TF-CBT, EMDR, dan Thought Stopping Therapy), intervensi berbasis teknologi (BBN), serta suplementasi mikronutrien, dapat secara efektif mengurangi gejala PTSD, kecemasan, dan distress psikologis pada anak-anak dan remaja yang terdampak bencana. Gangguan psikologi dapat diasebabkan oleh defisiensi nutrisi pasca bencana, sehingga pemberian suplementasi mikronutrien dapat memperbaikin kondisi fisiologis yang mendasari gangguan psikologis. Pendekatan yang holistik serta komprehensif dapat dilakukan melalui penggabungan kedua jenis intervensi baik psikologis maupun fisiologis. Selain itu, dengan memanfaatkan teknologi digital, pemberian intervensi dapat menjangkau populasi yang lebih luas terutama wilayah yang sulit dijangkau, serta lebih efisien dalam pembiayaan.

Meskipun hasil yang diperoleh cukup menjanjikan, masih diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengevaluasi efektivitas jangka panjang dari berbagai metode intervensi ini serta mengoptimalkan pendekatan yang paling sesuai untuk berbagai kelompok sasaran.

SIMPULAN

Indonesia, sebagai salah satu negara dengan risiko bencana tertinggi, perlu meningkatkan upaya dalam mitigasi dan pemulihan bagi kelompok rentan, termasuk anak-anak. Anak-anak merupakan kelompok yang paling rentan terhadap dampak

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

bencana, termasuk gangguan kesehatan fisik, mental, serta pendidikan mereka. Dampak psikologis yang umum terjadi pada anak pasca bencana mencakup kecemasan, PTSD, depresi, dan trauma yang berkepanjangan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi keperawatan yang efektif untuk membantu mereka mengatasi dampak psikologis tersebut.

Berbagai strategi seperti terapi kognitif perilaku (CBT), terapi trauma-fokus, pemberian suplemen mikronutrien, serta dukungan sosial dan psikologis dapat membantu mengurangi kecemasan dan stres pada anak-anak yang terdampak bencana. Dengan memahami intervensi keperawatan yang efektif, diharapkan perawat dapat berperan lebih optimal dalam membantu pemulihan anak-anak pascabencana, sehingga mereka dapat kembali menjalani kehidupan dengan lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

Caruana, C. (2023). *Picking up the Pieces: Family Functioning in the Aftermath of Natural Disasters*.

Diehle, J., Opmeer, B. C., Boer, F., Mannarino, A. P., & Lindauer, R. J. L. (2015). Trauma-focused cognitive behavioral therapy or eye movement desensitization and reprocessing: what works in children with posttraumatic stress symptoms? A randomized controlled trial. *European Child and Adolescent Psychiatry*, *24*(2), 227–236.

Farquharson, A., Gamboa, A., McCoy, A., Roberts, A., Sams, J., Bagby, K., Aime, M., Jenkins, M., Mooney, R., Marshall, S., Montgomery, S., & Faust, T. (2024). *Nurse Insights: What Is the Role of a Nurse in Disaster Management?. Diakses dari: https://nursingeducation.org/insights/disaster-management/*

Hardayati, Y. A., Mustikasari, M., & Panjaitan, R. U. (2020). Thought stopping as a strategy for controlling adolescent negative thoughts related to earthquakes. *Enfermería Clínica*, *30*, 75–79.

Harjadi, C. N. (2024). *Indonesia Jadi Negara dengan Risiko Bencana Alam Tertinggi Kedua di Dunia*. Diakses dari: https://goodstats.id/article/riset-world-risk-report-2023-indonesia-jadi-negara-dengan-risiko-bencana-alam-tertinggi-kedua-di-dunia-mengapa-KMvv7

Karabulut, D., & Bekler, T. (2019). Doğal afetlerin çocuklar ve ergenler üzerindeki etkiler. *Doğal Afetler ve Çevre Dergisi*, *5*(3), 368–376.

Lai, B. S., & La Greca, A. (2020). Understanding the impacts of natural disasters on children. *Society for Research in Child Development, Child Evidence Brief (8)*.

Niman, S., & Sari, M. (2021). Resiliensi Anak Pasca Bencana: Literatur Review. *Jurnal Sahabat Keperawatan*, *3*(01), 35-40.

Peterson, J., Pearce, P. F., Ferguson, L. A., & Langford, C. A. (2017). Understanding scoping reviews: Definition, purpose, and process. *Journal of the American Association of Nurse Practitioners*, *29*(1), 12–16.

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.

Ruggiero, K. J., Price, M., Adams, Z., Stauffacher, K., McCauley, J., Danielson, C. K., Knapp, R., Hanson, R. F., Davidson, T. M., Amstadter, A. B., Carpenter, M. J., Saunders, B. E., Kilpatrick, D. G., & Resnick, H. S. (2015). Web Intervention for Adolescents Affected by Disaster: Population-Based Randomized Controlled Trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, *54*(9), 709–717.

Rusyda, H. A., Lasmi, A. D., Khairunnisa, S., & Wiguna, V. V. (2021). Posttraumatic Stress Disorder kepada Anak. *Jurnal Syntax Fusion*, *1*(10), 579.

Salas, E. B. (2025). *Global number of natural disasters 2000-2023*. Diakses dari: https://www.statista.com/statistics/510959/number-of-natural-disasters-events-globally/

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034

Sanson, A., Hoorn, J., & Burke, S. (2019). Responding to impacts of the climate crisis on children and youth. *Child Dev. Perspect*, *13*(4), 201–207.

Sole, E. J., Rucklidge, J. J., & Blampied, N. M. (2017). Anxiety and Stress in Children Following an Earthquake: Clinically Beneficial Effects of Treatment with Micronutrients. *Journal of Child and Family Studies*, *26*(5), 1422–1431.

Spencer, G., & Thompson, J. (2024). Children and young people's perspectives on disasters – Mental health, agency and vulnerability: A scoping review. In *International Journal of Disaster Risk Reduction* (Vol. 108). Elsevier Ltd.

Tulak, G. T., Suaib, M., & Ramli, H. W. (2024). *Trauma Recovery: Play Therapy pada Anak Pascabencana*. Penerbit NEM.

United Nations Children's Fund. (2023). *Disaster risk reduction and recovery, Every country protected. Every child resilient.* Diakses dari: https://www.unicef.org/disaster-risk-reduction-and-recovery

Yılancıoğlu, H. Y., & Özbaran, B. (2023). Psychiatric Effects of Earthquakes on Children and Adolescents. *The Journal of Pediatric Research*, *10*(4), 249–254.

Zuhairini, Y., Fauzan, A. A., & Dhamayanti, M. (2024). Pengaruh Perubahan Iklim Terhadap Pemenuhan Hak Anak. *Sari Pediatri*, *25*(6), 414-9.

Ajeng Gustiani*, Nurrachma Ariestanti, Raden Maghfira Izzany, Rai Nurani, Helni Yusriya Safitri, Gantiar Marsaulina Situmorang, Aan Nuraeni, Yanny Trisyani

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran
Korespondensi penulis: Ajeng Gustiani. *Email: ajeng24007@mail.unpad.ac.id

DOI: https://doi.org/10.33024/hjk.v19i7.1034