

**LAPORAN**  
**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)**



**PENERAPAN BIMBINGAN KELOMPOK MEREDUKSI TRAUMA**  
**PADA REMAJA KORBAN GEMPA BUMI**  
**DI KABUPATEN CIANJUR JAWA BARAT**

**Oleh :**

**Chandra Dewi S. 0302066001/Ketua)**  
**Fitniwilis, M.Pd. (0304076206/Anggota)**  
**Fatma Nofriza, S.Pd. M.Si (0320117002/Anggota)**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING**  
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**

**2022**

## HALAMAN PENGESAHAN PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT

(PDF)

1. Judul : Penerapan Bimbingan Kelompok dalam Mereduksi Trauma pada Remaja Korban Gempa Bumi di Kabupaten Cianjur Jawa Barat
1. Mitra Program PKM : PDA Kabupaten Cianjur - Jawa Barat
2. Jenis Mitra : Sosial
3. Ketua Tim Pengusul
  - a. Nama : Chandra Dewi S. M.Pd. Kons.
  - b. NIDN : 0302066001
  - c. Program Studi/Fakultas : Bimbingan dan Konseling/FKIP
  - d. Bidang Keahlian : Bimbingan dan Konseling
  - e. Alamat Rumah /Telp/Faks/ : Jl. Cempaka, No.17. RT.02.RW.04. Tanjung Barat, Jakarta Selatan -12530
  - f. No Handphone : 0816-77-8495
  - g. E-mail : chandra\_dewi@uhamka.ac.id
2. Anggota Tim Pengusul
  - a. Jumlah Anggota : Dosen 2 Orang
  - b. Nama Anggota I/bidang keahlian : Dra. Fitniwilis / Bimbingan dan Konseling
  - c. Nama Anggota II/bidang keahlian : Fatma Nofriza / Bimbingan dan Konseling
  - d. Mahasiswa yang terlibat : 2 Orang
3. Lokasi Kegiatan/Mitra
  - a. Wilayah Mitra (Desa / Kecamatan) : -
  - b. Kabupaten / Kota : Cianjur
  - c. Provinsi : Jawa Barat
  - d. Jarak PT ke lokasi mitra (km) : 108,85 Km
  - e. Alamat Mitra/Telp/Faks : PDA Kabupaten Cianjur
4. Jangka waktu pelaksanaan : 3 Bulan
5. Biaya Total : Rp. 3 000.000,00
  - a. LPPM UHAMKA : Rp. 3 000.000,00
  - b. Sumber lain (tuliskan ....) : Rp. -

Mengetahui,  
Ketua Prodi

**Dr. Asni, M.Pd., Kons**  
NIDN. 00120362001



Dekan

**Dr. Desvian Bandarsyah, M.Pd**  
NIDN. 0317126903

Jakarta, tanggal-bulan-tahun  
Ketua Tim Pengusul

Chandra Dewi S. M.Pd. Kons.  
NIDN. 0302066001



Ketua LPPM UHAMKA

Cap. tanda tangan

**Dr. Gufron Amirullah, M.Pd**  
NIDN. 0319057402



Nomor : 9576/H.04.02/2022  
Tanggal 7/10 Desember 2022

Pada hari ini Sabtu Tanggal Sepuluh Desember Dua Ribu Dua Puluh Dua (10-12-2022) telah dilaksanakan kegiatan perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat antara:

1. **Dr. Gufron Amirullah, M.Pd.** bertindak untuk dan atas nama Ketua Lembaga Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA, selanjutnya disebut **PIHAK PERTAMA**

2. **Chandra Dewi Sukma Wardhani M.Pd. Kons.** bertindak untuk dan atas nama penerima bantuan biaya pelaksanaan Pengabdian dan Pemberdayaan Pada Masyarakat yang selanjutnya disebut **PIHAK KEDUA**.

Kedua belah pihak bersama-sama telah sepakat untuk melakukan perjanjian pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat dengan ketentuan sebagai berikut :

#### Pasal 1

PIHAK PERTAMA memberikan tugas kepada PIHAK KEDUA dan PIHAK KEDUA bersedia menerima tugas dari PIHAK PERTAMA untuk melaksanakan Pengabdian Pada Masyarakat dengan judul *Penerapan Bimbingan Kelompok dalam Mereduksi Trauma pada Remaja Korban Gempa Bumi di Kabupaten Cianjur*. Kegiatan pengabdian masyarakat tersebut berisi luaran wajib dan tambahan yang telah disampaikan dalam laman [simakip.uhamka.ac.id](http://simakip.uhamka.ac.id).

#### Pasal 2

PIHAK PERTAMA memberi bantuan biaya Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 sebesar 3.300.000 (Tiga Juta Tiga Ratus Ribu). Pembayaran bantuan tersebut pada ayat (1) dilakukan dua tahap, yaitu :

1. Tahap pertama sebesar Rp2.200.000 (Dua Juta Dua Ratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah surat perjanjian ini ditandatangani oleh dua belah pihak.

2. Tahap kedua sebesar Rp1.100.000 (Satu Juta Seratus Ribu Rupiah) dibayarkan setelah PIHAK KEDUA menyerahkan laporan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat beserta luarannya kepada PIHAK PERTAMA.

#### Pasal 3

1. PIHAK KEDUA diwajibkan melaksanakan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat seperti tersebut pada pasal 1 dengan sungguh-sungguh dan penuh rasa tanggung jawab serta menjunjung tinggi/menjaga wibawa dan citra positif Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA

2. PIHAK KEDUA harus menyelesaikan Pengabdian Pada Masyarakat tersebut pada pasal 1 dalam kurun waktu 3 (Tiga) bulan terhitung sejak tanggal surat ini ditandatangani. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan, luaran wajib, dan luaran tambahan kegiatan pengabdian pada masyarakat sebagaimana tersebut pada pasal 1 di laman [simakip.uhamka.ac.id](http://simakip.uhamka.ac.id)

3. PIHAK PERTAMA akan melakukan monitoring dan evaluasi pelaksanaan kegiatan

sebagaimana disebutkan pada pasal 1.

4. PIHAK KEDUA harus menyelesaikan kegiatan pengabdian pada masyarakat tersebut pada pasal 1 dalam kurun waktu 3 (tiga) bulan terhitung sejak surat perjanjian ini ditandatangani.
5. PIHAK KEDUA wajib menyampaikan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, luaran wajib, dan tambahan paling lambat tanggal 10 Maret 2023.
6. Jika PIHAK KEDUA terlambat menyerahkan laporan hasil kegiatan pengabdian masyarakat, maka PIHAK KEDUA dikenakan denda sebesar 1% (satu persen) setiap hari dari nilai surat perjanjian pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.
7. Jika PIHAK KEDUA tidak bisa melaksanakan kegiatan tersebut pada pasal 1, maka PIHAK KEDUA wajib mengembalikan seluruh biaya yang telah diberikan oleh PIHAK PERTAMA.

#### Pasal 4

Hal yang belum diatur dalam perjanjian ini akan ditentukan oleh kedua belah pihak secara musyawarah.

  
  
**Dr. Gufon Amirulah, M.Pd**

  
  
**Chandra Dewi Sukma Wardhani M.Pd. Kons.**

Mengetahui,  
 Wakil Rektor II,  
  
  
**Dr. Zamah Sari, M.Ag**

## **ABSTRAK**

Para remaja di Kabupaten Cianjur yang sebagai korban gempa bumi pastinya mengalami gangguan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, dan stres. Dalam mengalami kondisi itu mereka belum memiliki kecakapan dalam coping akan ketakutan yang dialaminya. Agar masalah psikologis tersebut tidak dialami lagi selain coping, maka perlu dilakukan upaya pengembangan resiliensi remaja melalui bimbingan kelompok. Resiliensi adalah kemampuan individu dalam bertahan dan bangkit dari masalah yang sedang terjadi dalam kehidupannya. Upaya mengembangkan resiliensi remaja pada pasca gempa, dapat dilakukan dengan memanfaatkan Bimbingan Kelompok. Bimbingan kelompok ini bertujuan untuk memberikan pelayanan kepada para remaja untuk berani melakukan coping dengan mengeluarkan dan mengungkapkan semua gangguan dan ketakutan yang dialaminya dan dipikirkannya secara terbuka bersama teman-teman lainnya. Sehingga katarsis itu mereka dapat siap dan kuat menerima semua dampak dari bencana yang sudah terjadi dan akan terjadi kelak. Pelayanan trauma healing melalui bimbingan kelompok ini untuk memberikan kekuatan dan bertahan untuk bangkit pada remaja kabupaten Cianjur. Metode yang dilakukan adalah dengandiskusi dalam kelompok dan teknik grup exercises guna meningkatkan coping dan resiliensi juga regulasi emosi remaja di Kabupaten Cianjur. Akhir dari layanan bimbingan kelompok diharapkan para remaja antara lain akan semakin percaya diri, terbuka dan berani dalam mengungkapkan pikiran, berani menerima tantangan tanpa mengeluh, mampu mengelola perasaan dan pikiran, mampu mereduksi tekanan dengan cara yang tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain, dan mampu menjalin kerjasama dengan orang lain.

**Kata Kunci:** Bimbingan kelompok, coping, resiliensi, regulasi emosi

## **PRAKATA**

Alhamdulillah, atas semua nikmat karunia Allah kami dapat menyelesaikan laporan kegiatan mereduksi melalui Bimbingan Kelompok pada remaja Korban Bencana Gempa Bumi di Kabupten Cianjur Jawa Barat. Sholawat dan salam senantiasa disampaikan kepada Nabi Muhammad Saw.

Kegiatan pengabdian ini berlangsung atas kerjasama Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) UHAMKA dengan Majelis Dikdasmen PDA Cianjur Jawa Barat. Kegiatan dilakukan langsung pada lansia di area yang terdampak bencana gempa.

Kegiatan telah berjalan dan terlaksana dengan lancar dan baik, sebagai kewajiban kami harus membuat laporan PKM sebagai bentuk pertanggungjawaban kepada LPPM UHAMKA. Untuk itu kami menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Rektor dan Wakil Rektor II Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
2. Ketua LPPM UHAMKA yang telah memfasilitasi kami dalam penyediaan dana sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar
3. Ketua Majelis Dikdasmen PDA Cianjur Jawa Barat yang telah membantu selama kegiatan sehingga terlaksana dengan aman dan lancar.
4. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan UHAMKA
5. Ketua Program studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA
6. Para personil dan PDA Aisyiyah yang ikut terlibat di area bencana gempa Cianjur.

Semoga kegiatan ini bermanfaat dan menjadi nilai tambah PWA Jawa Barat dan dosen-dosen program studi Bimbingan dan konseling FKIP UHAMKA.

Jakarta, Maret 2023

Tim Pelaksana  
PKM Cianjur Jawa Barat

## DAFTAR ISI

Cover.....	i
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1. Analisis Situasi .....	1
1.2. Permasalahan Mitra .....	2
<b>BAB 2 TUJUAN DAN SASARAN .....</b>	<b>3</b>
2.1 Tujuan.....	3
2.2 Sasaran .....	3
<b>BAB 3 METODE PELAKSANAAN.....</b>	<b>4</b>
<b>BAB 4 KELUARAN YANG DICAPAI (OUTPUT).....</b>	<b>5</b>
<b>BAB 5 FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT .....</b>	<b>6</b>
<b>BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>7</b>

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## BAB 1 PENDAHULUAN

### 1.1 Analisis Situasi

Indonesia merupakan negara rawan bencana. Hal ini disebabkan karena kepulauan terletak pada pertemuan empat lempeng tektonik, yaitu lempeng Benua Asia, Benua Australia, lempeng Samudera Hindia dan Samudera Pasifik. Pada bagian selatan dan timur Indonesia terdapat sabuk vulkanik (volcanic arc) yang memanjang dari Pulau Sumatera Jawa-Nusa Tenggara-Sulawesi, yang sisinya berupa pegunungan vulkanik tua dan dataran rendah yang sebagian didominasi oleh rawa-rawa. Kondisi ini sangat berpotensi sekaligus rawan bencana seperti letusan gunung berapi, gempa bumi, tsunami, banjir dan tanah longsor.

Perasaan duka yang mendalam yang dialami oleh korban setelah mengalami bencana menimbulkan trauma yang mendalam, para korban mengalami suatu reaksi maladaptif yang terjadi sesudah mengalami pengalaman traumatik. Reaksi yang maladaptif ini kemungkinan dapat berlangsung berbulan-bulan, bertahun-tahun, dan mungkin baru muncul setelah beberapa bulan atau tahun setelah adanya pemaparan terhadap peristiwa traumatis. Meskipun kebanyakan individu atau korban yang mempunyai pengalaman traumatis sampai taraf tertentu mengalami distress psikologis, tidak semua korban trauma mengembangkan ciri-ciri *post traumatic syndromes disorders* (PTSD). Kerentanan terhadap PTSD kemungkinan tergantung pada faktor-faktor seperti resiliensi dan kerentanan terhadap efek trauma, keparahan trauma, derajat pemaparan, ketersediaan dukungan sosial, penggunaan respons coping aktif dalam menghadapi stres traumatis, dan perasaan malu. Para korban yang mengalami PTSD cenderung mempunyai resiko yang tinggi untuk menderita gangguan psikologis tertentu, seperti depresi mayor, gangguan panik, dan fobia sosial. Pada kasus traumatis yang disebabkan oleh tindak kekerasan dan mengalami pelecehan seksual, penderita cenderung menunjukkan keinginan bunuh diri yang tinggi.

Dari berbagai kondisi yang dapat mengakibatkan ketidakseimbangan psikologis bisa dikaji dengan menggunakan teori Maslow ihwal hierarki kebutuhan. Maslow (Mashar, 2011) menyatakan bahwa setiap individu yang dapat memenuhi kebutuhan fisik dan psikologinya dengan baik, mereka akan berkembang menjadi individu yang sehat. Namun ketika individu tersebut tidak mampu memenuhi kebutuhan dasar seperti rasa aman, kasih sayang, dan harga diri, maka mereka juga belum dapat memenuhi kebutuhan untuk tumbuh yaitu aktualisasi diri dan berpasrah diri kepada Tuhan.

## **1.2 Permasalahan Mitra**

Secara umum pasca gempa yang menimpa daerah Cianjur provinsi Jawa Barat, khususnya pada masyarakat yang tinggal di Kabupaten Cianjur, masih menghadapi ketakutan dengan munculnya berbagai permasalahan fisik dan psikis dampak dari gempa bumi beberapa waktu yang lalu dan masih terus terjadi walau tidak sebesar guncangan di awal gempa. Para remaja yang tinggal di Cianjur banyak yang mengalami ketakutan, kecemasan, juga stress. Mereka tidak tau bagaimana cara bertahan dalam situasi gempa dan mereka pun tidak berani mengungkapkan dan tidak berdaya mengatasi rasa ketakutan itu sehingga tidak mampu mengendalikan dan memodifikasi perilaku, pikiran, dan emosi. Para remaja tersebut belum mengetahui bagaimana cara mengatasi gangguan fisik dan psikisnya. Dapat diperkirakan kondisi tersebut dikarenakan para remaja belum memiliki kemampuan mengungkapkan permasalahannya, masing bingung bagaimana cara mengelola perasaan dan pikirankalut dan ketakutannya, serta belum tau bagaimana berinteraksi secara terbuka dengan orang lain untuk melakukan coping

## **BAB 2. TUJUAN DAN SASARAN**

### **2.1 Tujuan**

Tujuan kegiatan adalah membantu remaja korban gempa bumi untuk mereduksi dirinya. Solusi dengan melakukan layanan bimbingan dan konseling dalam bentuk layanan Bimbingan Kelompok. Bimbingan kelompok adalah salah satu layanan bimbingan dan konseling dalam kegiatannya mengutamakan pada dinamika kelompok guna mengaktifkan para anggota kelompoknya dapat berani berbicara menyampaikan ide, gagasan, pikiran juga argumentasinya terhadap permasalahan yang dialaminya maupun yang dialami oleh anggota lain. Dengan teknik *exercise grup* yang diterapkan dalam bimbingan kelompok diharapkan akan tumbuh resiliensi dan muncul keterampilan coping pada para remaja yang menjadi anggota kelompok,.

### **2.2 Sasaran**

Kegiatan Bimbingan kelompok diberikan pada para remaja terdampak gempa bumi di Kabupaten Cianjur.

### BAB 3. METODE PELAKSANAAN YANG TELAH DILAKUKAN

Metode pelaksanaan yang dilakukan dalam kegiatan Bimbingan kelompok ini melalui diskusi dalam kelompok yang dilakukan dengan empat Tahapan dalam satu kali pertemuan yaitu: tahap pembentukan, tahap peralihan, tahap kegiatan dan tahap pengakhiran. Sebelum dilakukan kegiatan bimbingan kelompok dilakukan observasi langsung pada wilayah Kabupaten Cianjur tempat bencana dan para remaja yang mengalami trauma dan gangguan psikis, setelah kegiatan bimbingan kelompok dilakukan evaluasi dengan pengisian asesmen oleh para remaja anggota kelompok.

Observasi dilakukan adalah dengan berkunjung langsung pada wilayah kejadian di Kabupaten Cianjur untuk melihat aktivitas kegiatan masyarakat umumnya pasca gempa, Selain itu untuk mengetahui kondisi dan kebutuhan yang diperlukan oleh para remaja korban bencana pada desa tersebut. Metode observasi ini dinilai krusial karena dengan metode ini dapat menjadi kunci dalam melaksanakan dan memperlancar kegiatan bimbingan kelompok sebagai salah satu kegiatan dalam pengabdian pada masyarakat. Melalui metode observasi akan diperoleh dan diketahui profil desa dan masyarakat sebagai sasaran, serta bagaimana program yang akan dilaksanakan terhadap para remaja korban gempa bumi di Kabupaten Cianjur.

Metode kedua adalah diskusi kelompok yang dilakukan dalam bimbingan kelompok untuk para anak dan remaja korban gempa di Kabupaten Cianjur. Kegiatan Bimbingan kelompok disesuaikan dengan kondisi dan sasaran yang ada di lapangan. Dalam hal ini nanti tim Abdimas akan menyusun bagaimana bentuk kegiatan dan media yang akan digunakan dalam kegiatan tersebut. Bagan alir pelaksanaan kegiatan abdimas disusun oleh tim yang akan melaksanakan kegiatan Bimbingan Kelompok di lapangan, sebagai berikut.



Gambar 3.1 Bagan alir pelaksanaan kegiatan Bimbingan kelompok

#### **BAB 4. KELUARAN YANG DICAPAI (OUTPUT)**

Kegiatan pendampingan pada para remaja korban gempa bumi di Kabupaten yang telah dilaksanakan bersama tim dosen program studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA memberikan capaian luaran sebagai berikut.

**Tabel 4.1. Target Capaian Luaran**

<b>No</b>	<b>Jenis Luaran</b>	<b>Indikator Capaian</b>
<b>Luaran Wajib</b>		
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN/Prosiding jurnal Nasional	<i>Submitted</i>
2	Publikasi pada media masa cetak/online	Ada
3	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, diversifikasi produk, atau sumber daya lainnya)	Tidak ada
4	Peningkatan penerapan iptek di masyarakat (mekanisasi, IT, dan manajemen)	Tidak ada
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, sosial, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Tidak ada
<b>Luaran Tambahan</b>		
1	Publikaasi di jurnal internasional	Tidak ada
2	Jasa, rekayasa sosial, metode atau sistem, produk/barang	Tidak ada
3	Inovasi baru TTG	Tidak ada
4	Hak kekayaan intelektual (Paten, Paten Sederhana, Paten Cipta, Merek Dagang, Rahasia Dagang, Desain Produk Industri, Perlindungan	Tidak ada
5	Buku ber ISBN	Tidak ada

## **BAB 5. FAKTOR YANG MENGHAMBAT/KENDALA, FAKTOR YANG MENDUKUNG DAN TINDAK LANJUT**

### **5.1. Faktor yang Penghambat/ Kendala**

Faktor yang menjadi kendala dalam pelaksanaan adalah terbatasnya waktu pelaksanaan, dan tempat kegiatan yang belum maksimal. Tempat masih menggunakan lokasi tempat kejadian dan kondisi daerah masih belum normal. Gempa masih kadang terjadi walau dalam tempo yang tidak sering.

### **5.2 Faktor yang Mendukung**

Faktor pendukung dalam kegiatan ini adalah semua peserta menyimak dengan seksama dan aktif terlibat penuh dalam setiap sesi kegiatan sehingga menimbulkan *feedback* yang positif bagi jalannya kegiatan. Bantuan dari pihak mitra yang mendukung prasarana kegiatan sangat besar perannya membantu tim.

### **5.3 Tindak Lanjut**

Tindak lanjut dengan melakukan monitoring via whatsapp dengan PDA Cianjur. Diharapkan kegiatan Bimbingan kelompok dalam mereduksi trauma para remaja dapat terus mereka latih sendiri. Sehingga mereka siap kuat dalam menghadapi permasalahan nyata yang dihadapi dan dialaminya selain gempa dan bencana lainnya dalam bentuk coping dan dengan resiliensi masing-masing.

## **BAB 6. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **6.1 Kesimpulan**

Kegiatan Bimbingan kelompok yang diberikan kepada para remaja korban bencana gempa bumi berjalan lancar dan efektif. Kegiatan berlangsung dengan antusias dari para remaja. Peserta sudah dapat memahami, dan mengerti bagaimana mereduksi diri ketika mengalami trauma, antara lain dengan melakukan coping stress, melakukan resiliensi diri sesuai kemampuan yang dimiliki masing-masing. Banyak berdiskusi dengan menuliskan semua yang dialami pada buku atau lembar kertas untuk menggambarkan situasi pikiran dan perasaan . guna pengembangan potensi diri santri

Peserta dengan ketekunannya sudah mulai bisa dan mampu mereduksi trauma dan mengungkapkan sikapnya dari semangat dan keseungguhnya, in syaa Allah mereka dapat sukses di masa depan.

### **6.2 Saran**

Perlu pengaturan waktu dan tempat dalam pelaksanaan di tempat kejadian. Agar pelaksanaan dan dampak dari kegiatan bimbingan kelompok melalui coping dan resiliensi dapat bisa lebih efektif dan benar-benar bisa terlihat manfaatnya oleh para remaja. Diharapkan dapat berkelanjutan kegiatan guna melihat seberapa besar sudah perkembangan yang dimiliki para remaja di panti asuhan Aisyiyah Cianjur Jawa Barat.

## DAFTAR PUSTAKA

- UNDP. Mitigasi Bencana. Program Pelatihan Manajemen Bencana: Edisi kedua, 1994. (<http://www.undp.go.id>).
- Yayasan IDEP, Penanggulangan Bencana Berbasis Masyarakat. Yayasan IDEPUBud, UNESCO-Jakarta, 2007
- Indriyani, L. (2011). Play therapy: pembelajaran mitigasi bencana tanah longsor untuk ABK. *Bulletin vulkanologi dan bencana geologi*. 6-Timbo:7-1
- Irawan, M. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok untuk meningkatkan Kualitas Interaksi Sosial Mahasiswa semester III jurusan PPB/BK FIP UNIMED tahun 2017. *Procedding Seminar dan Loka Karya Nasional Revitalisasi Laboratorium dan Jurnal Ilmiah dalam implementasi kurikulum Bimbingan dan Konseling berbasis KKNI*.
- Jannah, N. (2015). Pelaksanaan bimbingan kelompok dalam pemilihan kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Rantau. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur*, 1(1): 34-43.
- Puluhulawa, M., Djibran, M. R., & Pautina, M. R. (2017). Layanan Bimbingan Kelompok dan Pengaruhnya terhadap self esteem siswa. *Procedding Seminar dan Loka Karya Nasional Revitalisasi Laboratorium dan Jurnal Ilmiah dalam implementasi kurikulum Bimbingan dan Konseling berbasis KKNI*.
- Setianingsih, E. S., Sutoyo, A. & Purwanto, E. (2014). Pengembangan bimbingan kelompok teknik pemecahan masalah untuk meningkatkan keterbukaan diri siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 3(2): 76-82.
- Syahrul, M. (2015). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Peningkatan Penyesuaian diri siswa. *Journal of EST*, 1(1): 46-60.
- Yanizon, A. & Adiningtyas, S. W. (2018). Modul layanan bimbingan kelompok dalam meningkatkan diskusi aktif dan berpikir kritis mahasiswa program studi bimbingan dan konseling Universitas Riau Kepulauan. *Jurnal KOPASTA*, 5(2): 72-87.
- Mariani. 2017. Pengaruh Bimbingan Kelompok terhadap Egosentris Siswa Madrasah Tsanawiyah Madinatussalam Percut Sei Tuan. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara: Medan.
- Yasmin, Z. (2016). Pelaksanaan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan komunikasi teman sebaya di Madrasah Aliyah Negeri 3 Medan Tahun Ajaran 2015/2016. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara: Medan.
- Herlina. (2014). Studi pelaksanaan pelayanan bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu di SMA Negeri Kota Bengkulu. Skripsi. Universitas Bengkulu: Bengkulu.
- Nurwangid, M., Purwanti, Y. I., Fathiyah, K. N. (2010). Penerapan bimbingan kelompok dalam mengatasi Burnout bersekolah pada siswa sekolah dasar. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta: Daerah Istimewa Yogyakarta.

- Lubis, R. S. (2018). Upaya peningkatan interaksi sosial melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa kelas VIII-5 MTSN 2 Deli Serdang. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara: Medan.
- Astiti, D. S. (2013). Meningkatkan kemampuan interaksi sosial melalui layanan bimbingan kelompok pada siswa program akselerasi SD. Hj.Isriati Baiturrahman 01 Semarang. Skripsi. Universitas Negeri Semarang: Semarang.
- Marselina, Y. (2018). Layanan bimbingan kelompok dengan teknik role playing untuk meningkatkan interaksi sosial pada siswa kelas VII MTS Mathla'ul Anwar Bandar Lampung. Skripsi. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung:Lampung.
- Prayitno, dkk. (2017). *Layanan Bimbingan Kelompok & Konseling Kelompok yang berhasil*. Bogor : GHALIA INDONESIA Anggota IKAPI.
- Dikti. 2017. Panduan Pelaksanaan Penelitian dan Pengabdian Masyarakat di Perguruan Tinggi Edisi XI. Jakarta: Dikti.
- LPPM UHAMKA. 2017. Panduan Kegiatan Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat. Jakarta: LPPM UHAMKA.
- Pimpinan Pusat Muhammadiyah, 2018. Ketentuan Majelis Dikdasmen Pimpinan Pusat Muhamadiyah, Jakarta:
- Pimpinan Pusat 'Aisyiyah. 2013. Qoidah Pimpinan Pusat 'Aisyiyah dan peraturan tentang Majelis Dikdasmen. Yogyakarta: Gramasury

## LAMPIRAN

### 1. Realisasi Anggaran

<b>1. Honorarium</b>				
Honor	Honor / Jam (Rp)	Waktu	Minggu	Total Honor
Pelaksana 1	Rp. 500.000 / hari			Rp. 1.000.000
Pelaksana 2	Rp. 200.000 / hari			Rp. 400.000
Pelaksana 1 mahasiswa	Rp. 100.000 / hari			Rp. 200.000
<b>Sub total =</b>				<b>Rp. 1.600.000</b>
<b>2. Pembelian bahan habis pakai</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan	Total biaya habis pakai
ATK	Pembelian ATK	1 paket	Rp. 64.000,-	Rp. 64.000
Asesmen Kegiatan	Instrumen BKP, Resiliensi, Regulasi emosi	1 paket	Rp. 136.000,-	Rp. 136.000
Proposal	Pembuatan proposal	1 paket	Rp. 100.000,-	Rp. 100.000
Laporan	Pembuatan laporan	1 paket	Rp. 300.000,-	Rp. 300.000
Publikasi	Pembuatan dan pengiriman artikel, berita publikasi	1 paket	Rp. 500.000,-	Rp. 500.000
<b>Sub total =</b>				<b>Rp. 1.100.000</b>
<b>3. Perjalanan</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan	Total biaya perjalanan
Perjalanan	Transport tim PKM	3 orang	-	Rp. 500.000
Penginapan	Sewa 1 kamar		Rp.300.000,-	Rp. 300.000
<b>Sub total =</b>				<b>Rp. 800.000</b>
<b>4. Sewa</b>				
Material	Justifikasi Pembelian	Kuantitas	Harga Satuan	Total biaya perjalanan
Spanduk	Spanduk uk. 2 x 1,3 m	1 Paket	Rp. 500.000	Rp. 500.000
<b>Sub total =</b>				<b>Rp. 500.000</b>
<b>TOTAL ANGGARAN YANG DIPERLUKAN SELURUHNYA (Rp)</b>				<b>Rp. 4.000.000</b>

### 2. Instrumen/ Makalah/materi kegiatan



## Regulasi Emosi

### A. Identitas

Nama : .....

Jenis Kelamin : L/P

Usia : .....

Asal Daerah : .....

Status : .....

1. Relawan
2. Korban Bencana Gempa
3. Petugas.....
4. Lainnya .....

### B. Petunjuk Pengerjaan

Bacalah setiap pernyataan berikut dengan teliti. Anda diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang paling sesuai dengan diri anda, dengan cara memberikan tanda *checklist* (✓) pada jawaban tersebut. Periksa kembali sebelum mengembalikan skala kepada peneliti, sehingga tidak ada nomor yang terlewat. Adapun alternatif pilihan jawaban yang tersedia yaitu :

- (STS) : Sangat Tidak Sesuai
- (TS) : Tidak Sesuai
- (S) : Sesuai
- (SS) : Sangat Sesuai

#### Contoh Pengerjaan:

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Secara umum kehidupan saya sesuai dengan harapan saya				

**Keterangan :** Artinya Anda merasa **sangat sesuai** dengan pernyataan di atas.

NO	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
1.	Saya bersyukur tentang semua yang ada di dalam kehidupan saya				
2.	Saya berfikir positif tentang hal yang terjadi di dalam kehidupan saya				
3.	Saya berbicara hal-hal yang positif kepada diri saya seperti "kamu pasti bisa"				
4.	Ketika saya sedang mengalami kegagalan, saya tetap semangat .				
5.	Saya memilih teman yang bisa mendatangkan hal-hal positif untuk hidup saya.				
6.	Saya mencoba untuk diam jika sedang merasa sangat emosional				
7.	Saya melakukan aktifitas lain untuk melupakan rasa marah saya				
8.	Saya menghindari situasi yang membuat saya merasa marah				
9.	Saya mencoba mengalah untuk menghindari rasa marah saya				
10.	Ketika mulai merasakan emosi negative, saya mengalihkan perhatian dan fikiran saya				
11.	Saya mengubah cara pandang terhadap suatu permasalahan				
12.	Saya melampiaskan rasa marah dan kecewa kepada hal yang negative				

NO.	PERNYATAAN	STS	TS	S	SS
13.	Saya berusaha untuk berfikir positif tentang suatu permasalahan.				
14.	Saya berusaha untuk selalu optimis walaupun saya sedang mengalami kegagalan.				
15.	Saya berusaha memperlakukan orang lain dengan baik walaupun orang tersebut tidak menghargai saya.				
16.	Jika saya sedang merasa sedih, saya mengobati rasa sedih dengan hal yang positif.				
17.	Saya bisa berfikir jernih meskipun saya dalam kesulitan.				
18.	Saya berfikir semua akan baik-baik saja, ketika saya sedang mengalami kegagalan.				
19.	Ketika saya sedang marah, saya berusaha berbicara dengan nada rendah.				
20.	Saya melampiaskan emosi negative kepada sesuatu hal yang merugikan diri saya.				
21.	Jika ada sesuatu yang membuat saya sedih, saya berusaha untuk terlihat baik.				
22.	Jika saya merasa sedih saya berusaha untuk menerima rasa sedih itu dengan tenang.				

*Skala Resiliensi Psikologis***A. Identitas**

Nama : .....

Jenis Kelamin : L/P

Usia : .....

Asal Daerah : .....

Status : .....

1. Relawan
2. Korban Bencana Gempa
3. Petugas.....
4. Lainnya .....

**B. Petunjuk Pengisian**

Berilah tanda *Checklist* (✓) pada kotak pilihan yang dianggap sesuai dengan keadaan sesungguhnya pada diri anda

**Alternatif jawaban :**

SL : Selalu

SR : Sering

JR : Jarang

TP : Tidak Pernah

No Item	Kode Domain	Pernyataan	SL	SR	JR	TP
1	RDPF	Saya merasa tidak tahu harus berbuat apa selama gempa terjadi (SL - SR - JR - TP)				
2	RDPF	Saya merasa tidak berdaya ketika menghadapi gempa				
3	RDPF	Saya merasa ingin menyerah menghadapi masalah selama pengungsian				
4	RDPF	Saya merasa tidak mampu menjalankan kewajiban saya selama pengungsian				

No Item	Kode Domain	Pernyataan	SL	SR	JR	TP
5	RDPF	Agenda saya kacau balau selama masih ada gempa				
6	RDPF	Saya tidak sanggup untuk memikirkan apa yang akan terjadi setelah gempa				
7	RDPF	Saya merasakan ketakutan yang hebat selama gempa/pengungsian				
8	RDPF	Saya meras tidak dapat menjalani hidup yang sama dengan kondisi sebelum terjadi gempa				
9	RDPF	Sebagian besar kegiatan saya diingatkan oleh orang lain selama pengungsian				
10	RDDS	Saya merasa syok dengan perubahan yang terjadi selama pengungsian				
11	RDDS	Saya membatalkan banyak agenda selam masa pengungsian				
12	RDDS	Saya sering mengubah rencana selama dalam pengungsian				
13	RDDS	Saya sering meminta saran orang lain selama pengungsian				
14	RDDS	Saya merasa emosi saya kacau menghadapi gempa				
15	RDDS	Orang telah menyampaikan complain kepada saya karena kacaunya agenda yang melibatkan saya seiamna masa pengungsian				
16	RDDS	Tantangan yang ada setelah gempa terlalu menyiksa bagi saya				
17	RKPF	Ketakutan menghadapi gempa membuat saya sulit berpikir jernih				
18	RKPF	Saya tidak bisa mengambil keputusan selama dalam pengungsian				
19	RKPF	Saya tidak ingin membuat keputusan penting dalam kondisi pengungsian				
20	RKPF	Terlintas dalam pikiran saya untuk mengakhiri hidup dalam pengungsian				

No Item	Kode Domain	Pernyataan	SL	SR	JR	TP
21	RKPF	Beban pikiran selama COVID-19 membuat saya tidak bisa beristirahat dengan tenang				
22	RKDS	Saya mengambil keputusan didasarkan atas saran orang lain selama COVID-19				
23	RKDS	Selama COVID-19 saya mempercayakan kepada orang lain untuk mengambil keputusan, meskipun itu berkaitan dengan saya				
24	RKDS	Pikiran saya sering loncat dari satu hal ke hal lain selama COVID-19				
25	RKDS	Saya kehilangan moment berharga selama COVID-19				
26	RKDS	Keputusan saya sering dilandasi emosi selama COVID-19				
27	RKDS	Saya merasa sangat sensitif selama COVID-19				
28	RLPF	Saya merasa lingkungan saya tidak memberikan dukungan emosi selama COVID-19				
29	RLPF	Saya merasa tidak aman berada dilingkungan saya selama COVID-19				
30	RLPF	Saya ingin sekali pindah ke suatu tempat selama COVID-19				
31	RLPF	Keadaan lingkungan membuat saya merasa lebih buruk selama COVID-19				
32	RLPF	Lingkungan saya membuat saya merasa tak berdaya untuk melakukan apapun				
33	RLPF	Saya tidak bisa memberikan dukungan banyak kepada orang terdekat saya selama COVID-19				
34	RLDS	Lingkungan saya berubah drastic selama COVID-19				
35	RLDS	Terjadi pertengkaran dimrumah saya selama COVID-19				
36	RLDS	Hubungan saya dengan keluarga merenggang selama COVID-19				

No Item	Kode Domain	Pernyataan	SL	SR	JR	TP
37	RLDS	Saya merasa kualitas hubungan dengan orang terdekat menurun selama COVID-19				
38	RLDS	Saya terlibat konflik dengan teman selama COVID-19				
39	RLDS	Saya lebih memilih untuk tidak berkomunikasi banyak selama COVID-19 meskipun menggunakan alat komunikasi				
40	RLDS	Saya kehilangan banyak relasi selama COVID-19				

3. Personalia tenaga pelaksana beserta kualifikasinya

**A. IDENTITAS KETUA**

1	Nama Lengkap	<b>Chandra Dewi S., M. Pd. Kons.</b>
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
4	Pangkat / Golongan	Penata Muda / III-B
5	NIDN	0302066001
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Jakarta, 2 Juni 1960
7	E-mail	chandra_dewi@uhamka.ac.id
8	Nomor HP	0816778495
9	Alamat Kantor	Jl. Tanah Merdeka, Kp Rambutan Ps. Rebo
10	Nomor Telepon Kantor	021-8403683, 8779677
11	Lulusan yang dihasilkan	S1 = 200 orang
12	Mata Kuliah yang Diampu	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Komunikasi Antarpribadi</li> <li>2. Keterampilan Konseling</li> <li>3. Bimbingan Kelompok</li> <li>4. Psikologi Perkembangan</li> <li>5. Teori dan Pendekatan Konseling</li> <li>6. Teknik Khusus dalam Konseling</li> <li>7. Asesmen BK Tes</li> <li>8. Psikologi Kepribadian</li> <li>9. Landasan ilmu Pendidikan</li> </ol>

**Riwayat Pendidikan**

	<b>S-1</b>	<b>S-2</b>
Perguruan Tinggi	UHAMKA	Universitas Pendidikan Indonesia
Bidang Ilmu	Bimbingan dan Konseling	Bimbingan dan Konseling
Tahun Lulus	2006	2013

**Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir**

<b>No.</b>	<b>Tahun</b>	<b>Judul Penelitian</b>
1	2015	Hubungan <i>Self efficacy</i> , motivasi berprestasi, Prokrastinasi Akademik dengan stres akademik mahasiswa
2	2019	Pengaruh Pola Asuh Orangtua Terhadap Karakter Disiplin pada Remaja Siswa SMP Muhammadiyah se Jakarta Timur
3	2020	Analisis Tingkat Resiliensi Akademik Mahasiswa UHAMKA
4	2021	Kebahagiaan Guru BK Usia Dewasa Madya Ditinjau Dari Gender dan Wilayah Tempat Tinggal

### Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian
1	2017	Pelatihan Komunikasi Interpersonal Guru SMA Muhammadiyah 4 Cawang Jakarta Timur
2	2018	Pelatihan Manajemen Stres pada Siswa SMP Muhammadiyah 35 Tebet Jakarta Timur
3	2019	Pendampingan Guru-guru BK Sekolah Muhammadiyah dalam Keterampilan Bimbingan Kelompok se Provinsi Lampung
		Pelatihan Literasi Kesehatan Dalam Rangka Pembinaan Keluarga Perempuan Uhamka
4	2020	Meningkatkan Keterampilan Komunikasi Guru Paud 'Aisyiyah Mataram – NTB Dalam Pembelajaran Anak Usia Dini Selama Masa BDR
5	2021	Pelatihan PTK Guru TK di Kota Bekasi
		Pelatihan PTK Guru TK/PAUD 'Aisyiyah Provinsi Sumatera Selatan
		Pelatihan Sosial Emosional Anak Usia Dini Pada Guru PAUD 'Aisyiyah Jawa Tengah
6	2022	Penerapan Bimbingan Kelompok dalam mereduksi remaja korban gempa di Pasaman Barat Sumatera Barat

Jakarta, November 2022



Chandra Dewi S. M.Pd. Kons.

a. Anggota 1

1	Nama Lengkap	<b>Dra. Fitniwilis, M.Pd</b>
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	980400
5	NIDN	0304076206
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Padang, 4 Juli 1962
7	E-mail	wilishafi@gmail.com
8	Nomor Telepon/HP	081317514Tim boTimbo1
9	Alamat Kantor	Jl. Tanah Merdeka, kp Rambutan Ps. Rebo Jakarta Timur
10	Nomor Telepon/Faks	021-8400341
11	Lulusan yang telah dihasilkan	S1= 300 orang
12	Mata kuliah yang diampu	1.Bimbingan Kelompok
		2.Perkembangan Belajar Peserta Didik
		3.Metodologi Penelitian
		4.Keterampilan Konseling
		5.Psikoterapi Islam Dalam BK

**Riwayat pendidikan**

	<b>S-1</b>	<b>S-2</b>
Nama Perguruan Tinggi	IKIP Padang/ Universitas Negeri Padang	IKIP Malang/ Universitas Negeri Malang
Bidang Ilmu	Bimbingan dan Konseling	Bimbingan dan Konseling
Tahun Masuk-Lulus	1982-1986	1994-1998
Judul Skripsi/Tesis	Bahasa yang diinginkan siswa dalam konseling	Nilai-nilai Budaya Bundo-Kandung dan kontribusinya pada konseling
Nama Pembimbing	1. Dr. Prayitno, M.Sc.Ed 2. Drs. Akhyar Hasibuan	1. Prof. Dr. Munandir 2. Prof. Rosjidan, M. Sc

**Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir**

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2010	Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap emosi wanita bekerja	UHAMKA	
2	2011	Perbedaan kondisi emosi antara anak yang diasuh orang tua kandung dengan anak yang di asuh di Panti Asuhan	UHAMKA	
		Pengaruh layanan Bimbingan kelompok terhadap motivasi	UHAMKA	

		belajarsiswa yang aktif Ekstrakurikuler (Studi Eksperimen Ekstra Kurikuler Basket kelas X dan XI di SMA Negeri 42 Jakarta)		
	2012	Perbedaan tingkat kepercayaan diri korban bullying siswa SMP perkotaan dan SMP pedesaan	UHAMKA	
	2013	Survei Kepuasan Pengguna lulusan Program Studi Bimbingan Konseling	UHAMKA	
	2015	Aktivitas Aisyiyah Cabang – Ranting, PDA Jakarta Timur dan Selatan	UHAMKA	15.000.000;
	2016	Analisis Kompetensi Guru BK Ternate	UHAMKA	6.000.000;
	2017	Gender karyawan FT UHAMKA	DIKTI	30.000.000;
	2018	Tingkat Empati ditinjau dari berbagai unsure Penelitian Payung Tingkat Empati siswa Sekolah Menengah Maumere NTT	UHAMKA	12.000.000
	2019	Sejarah TK ‘Aisyiyah Tertua dan Terbaik di Kepulauan Riau	UHAMKA	56.000.000
		Validitas dan Reliabelitas Skala Empati Budaya (Indonesia bagian Barat)	UHAMKA	12.000.000
	2020	Adiksi Penggunaan Smartphone Dan Korelasinya Pada Empati Siswa SMA, MA, SMK Jakarta Dan Sekitarnya	UHAMKA	10.000.000

#### Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat Dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah (Rp)
1	2010	Layanan Bimbingan Kelompok dalam meningkatkan kemandirian santri Pondok Pesantren Darunajjah Jakarta Selatan	UHAMKA	15.000.000
2	2011	Pelatihan penulisan bahan ajar bagi Dosen-dosen BK UHAMKA	UHAMKA	6.000.000
3	2012	Pelatihan penggunaan metode not music dalam membaca Al Qur'an bagi Guru Sekolah Muhammadiyah Tanjung Raya Maninjau Sumatera	UHAMKA	12.000.000

		Barat		
4	2014	Pendampingan Guru-guru TK Aisyiyah Bustanul Athfal dalam pengembangan metode dalam pembelajaran PAUD se Sorong Raya Papua	UHAMKA dan Aisyiyah Daerah Kabupaten Sorong	29.300.000
5	2016	Pendampingan Manajemen SD Aisyiyah Seroja Jakarta Utara	UHAMKA dan Aisyiyah Daerah Jakarta Utara	36.800.000
6	2017	Pendampingan Guru-guru Sekolah Muhammadiyah dalam ketrampilan komunikasi interpersonal di Maumere NTT	UHAMKA dan IKIP Muhammadiyah Maumere NTT	12.000.000
		Pendampingan penyusunan proposal Penelitian Tindakan Bimbingan Konseling (PTBK) bagi Guru BK DKI Jakarta	UHAMKA	8.000.000
7	2018	Meningkatkan Keterampilan Bimbingan Kelompok bagi Guru BK sekolah Muhammadiyah Kabupaten Asahan Sumatera Utara	UHAMKA dan PDM Asahan Sumatera Utara	12.000.000
		Peningkatan kapasitas penyelenggaraan dan pengelolaan Amal Usaha Pendidikan Aisyiyah Muhammadiyah Wilayah Bengkulu	UHAMKA dan PWA Bengkulu	12.000.000

Jakarta, November 2022

Dra. Fitniwilis, M.Pd.

**Anggota 2**

1	Nama Lengkap	<b>Fatma Nofriza S.Pd.M.Si</b>
2	Jenis Kelamin	Perempuan
3	Jabatan Fungsional	Lektor
4	NIP/NIK/Identitas lainnya	D.120765
5	NIDN	0304076206
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Padang, 20 November 1970
7	E-mail	fatmanofriza@uhamka.ac.id
8	Nomor Telepon/HP	087883505963
9	Alamat Kantor	Jl. Tanah Merdeka, kp Rambutan Ps. Rebo Jakarta Timur
10	Nomor Telepon/Faks	021-8400341
11	Lulusan yang telah dihasilkan	S1= 500 orang
12	Mata kuliah yang diampu	1.Ketrampilan Konseling 2.Psikologi Perkembangan 3.Bimbingan Klasikal 4.BK Keluarga 5.Psikologi Pendidikan

**Riwayat Pendidikan**

<b>Jenjang</b>	<b>S1</b>	<b>S2</b>	<b>S3</b>
Nama P.T	IKIP Padang	UGM	
Bidang Ilmu	BK	Psikologi	
Tahun Masuk Lulus	1990-1995	1996 -2002	
Judul Skripsi /Tesis/ Disertasi	Faktor –Faktor Penyebab Ketidakhadiran BelajarSiswa SMA 8 Padang	Perpebedaan SifatPeran Jenis, Jenis Kelamin dan Tingkat Pendidikan dalam Mempersepsi Idielogi Gender.	
Nama Pembimbing	Dra. Marwisni Hasan. M.Pd. Daharnis S.Pd.M.Pd	Dr. Endang Ekowarni.M.Si.	

**Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir**

No	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1.	2013	Aktivitas Aisyiyah Cabang ranting PDA Jakarta Timur dan Selatan ( Lemlitbang uhamka) tahun 2013. (Ketua)	AIK UHAMKA	Rp.13.000.000.-
2.	2013	Survei Kepuasan Pengguna Lulusan (Lembaga Penjamu) tahun 2013.(Anggota)	Penjamu	
3.	2014	Kompetensi Dosen BK FKIP UHAMKA Semester Genap Tahun ajaran 2014/2015. (FKIP UHAMKA).	Pribadi	Rp.5.000.000.-
4.	2017	Perbedaan Tingkat Kesejahteraan Diri (Wellness Mahasiswa Prodi BK FKIP UHAMKA Tahun Awal dan Tahun Akhir Perkuliahan (Lemlitbang) Uhamka	Lemlit bang	Rp.10.000.000.-
5.	2018	Analisis Tingkat Toleransi Stress Mahasiswa FKIP UHAMKA	Lemlitbang	Rp. 8.000.000.-
6	2019	Analisis Tingkat Resiliensi Akademik	Lemlitbang	Rp. 11.000.000.-

**Pengalaman Pengabdian Kepada Masyarakat dalam 5 tahun Terakhir.**

No	Tahun	Judul Pengabdian Pada Masyarakat	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah
1.	2014	Pembekalan Model Bimbingan Perkembangan Tingkah Laku Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi Anak Tuna Rungu – Wicara di Panti Sosial Bina Rungu Wicara Melati Bambu Apus	LPPM	Rp.7.000.000.-

2.	2016	Melatih Keterbukaan Diri Penerima Manfaat BBRVBD-NVRC (Balai Besarehabilitasi Vokasional Bina Daksa – National Vocational Rehabilitation Centre)	LPPM	Rp. 8.000.000.-
3.	2017	Pendampingan Pelatihan Penggunaan Video cribe Dalam Layanan Dasar BagiGuru BK SMP Muhammmadiyah DKI Jakarta	LPPM	Rp.8.000.000.-
4.	2019	Counseling Family Development (CFD)Pada Program Keluarga Harapan Kecamatan Senin	LPPM	Rp. 8.000.000.-
5.	2019	Membina Keluarga Bahagia Melalui Ekpresi Senyum Positif di Kelurahan Padang Harapan Bengkulu Kecamatan Gading Cempaka Kota Bengkulu	LPPM	Rp. 8.000.000.-
6.	2019	Program Peningkatan kompetensi profesional gutu TK „Aisyiyah Bustanul Athfal Banten	LPPM	Rp. 7.000.000.-
7.	2020	Meningkatkan Empati Sosial pada Remaja Awal Di MTs Nurul Huda Kelurahan Cihanyawar untuk Mengurangi Tindakan Bullying ”	FKIP	Rp. 5.000.000.-

**Publikasi Artikel Ilmiah Dalam Jurnal dalam 5 tahun terakhir**

No	Judul Artikel	Nama Jurnal	Volume /Nomor/Tahun
1.	Meningkatkan Kemampuan Self – Disclosure Pasangan Pra nikah Melalui Jendela Johari	Jurnal “Konselor”. Program Studi BK UHAMKA.	ISSN 2088-2378 . Tahun 2 No.1. Juni – Desember 2015

2.	Melatih Sikap Asertif untuk Menghindari Perilaku Bullying Usia Sekolah Dasar Kelas Rendah	Jurnal "Permata". PAUD FKIP UHAMKA	ISSN ; 2502-55554. Vol.1 No. 1 Januari 2016.
3.	Development of training guide johari windows in improving student self – disclosure	Journal " Schoulid". Indonesian Journal of School Counseling.	ISSN –p ; 2548-3226. ISSN-e ; 2548-3234. Vol. 1 No.1 Des. 2016
4.	Differences Wellness among students in guidance and counselling major FKIP UHAMKA Early and Year End Class	International Journalof Research in Counseling and Education	ISSN – 2620 – 5769 –Electronic. Vol. 2. No. 1 (2018)
5.	Students' Digital Literacy Skill toSolve Learning Problems	International Journalof Innovation, Creativity and Change.	www.ijicc.net Volume 5, Issue 6, 2019
6.	Rasch Analysis: Academic Resilience of Students Based on Gender.	Jurnal Konseling Andi Matappa	Vol. 4. Nomor 2Agustus 2020 Hal. 86 – 92

**Pemakalah dalam Seminar Ilmiah dalam Lima Tahun Terakhir.**

No	Nama Temu Ilmiah/Seminar	Judul Artikel Ilmiah	Waktu dan Tempat
1.	Seminar Internasional Bimbingan dan Konseling " Pendidikan dan Konseling Kreativitas Pendidik dan Konselor dalam MenghadapiWarna –warni Keidupan	Memaknai Fitrah dan Qalbu Dalam Pendekatan Konseling Religius	UNP, 5 Juni 2014
2.	Narasumber Pada Seminar Internasional " Counseling Services to Develop Characters of Tough Generation to Defeat Global Compettition "	Implementing Counseling in a Character Education	13-14 Maret 2015 UNP Padang
3.	The 1 st International Seminar of Early Childhood Care and Education	Membangun Komunikasi Positif Antara Orangtua Dengan Anak Usia Pra Sekolah	UHAMKA , 10-11 Juni 2015

4.	Narasumber dalam acara Seminar Anti Bullying dengan tema “ Antisipasi Awal Menghadapi Bullying di Lingkungan Sekolah	Katakan tidak Pada Bullying	24 Maret 2016 SDAI Azhar Pasar Minggu
5.	Narasumber Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XIX ABKIN dengan tema “Penguatan Teori dan Praktek Konseling dalam Membangun SDM yang Berkarakter dan Berbudaya Bangsa,”	Model Konseling REBT Dalam Mengentaskan Stres Akademik Mahasiswa	20-21 Mei UNLAM – IAIN Atasari – Uniska MAB – Uvaya Banjarماسin
6.	Narasumber di BBRVBD-NVRC (Balai Besar Rehabilitasi Vokasional Bina Darsa-National Rehabilitation Center)	Melatih Keterbukaan Diri Penerima Manfaat melalui Implementasi Johari Windows	6 Agustus 2016 BBRVBD- NVRC Cibinong.
7.	Pemakalah konferensi Konseling dan Pendidikan Psikologi dengan tema “Development and Innovation on Helping Profession for Better Life”	The Relationship Between Undergraduate Students Self Efficacy and Academic Stress	18-19 Oktober 2016 UNESS
8.	Pembicara Workshop Pengembangan Kurikulum dan Penyusunan Rencana Pembelajaran Semester (RPS)	Kurikulum Prodi BK tahun 2017/2018	20-21 Oktober 2016 UHAMKA
9.	Narasumber dalam acara Seminar Aqil Baligh	Mempersiapkan Diri Menuju Akil Baligh	21 November 2017 SD Al Azhar Pasar Minggu
10.	Narasumber pada “ Charity and Parenting Classes”. Program Keluarga Harapan Jakarta Pusat.	“ Bagaimana Memahami Anak Usia Sekolah Dasar”.	15, 20, 29 Agustus 2018. Kecamatan Senin
11.	Narasumber “ CFD ( Counseling Family Development)	Berkomunikasi dengan Anak	21 Januari 2019
12.	Narasumber dalam “ Konvensi Nasional Bimbingan dan Konseling XXI ABKIN	Analisis Tingkat Toleransi Stres Mahasiswa FKIP UHAMKA	27- 29 April 2019 Bandung.

13.	Nara Sumber dalam pertemuan komite SMA Muh 25 Pamulang	Menjadi Orangtua Idola bagi Anak	30 Agustus 2019 Pamulang
14.	Nara Sumber dalam Kegiatan KKN Mahasiswa Kecamatan Nagrak, Kabupaten Sukabumi	Optimalisasi Peran Keluarga Sekolah dan Masyarakat Dalam Membangun Generasi Berkarakter Cerdas	3 Maret 2020
15.	Nara sumber pada Webinar GUIDANCE AND COUNSELING FESTIVAL III ONLINE	Self-Awareness to NewNormal	26 Juni 2020
16	Nara sumber pada International Conference on Natural and Social Science Education 2020	Adolescent Emotional Intelligence interms of birth and Cultural Background	21-22 Oktober 2020

**Karya Buku dalam 5 Tahun Terakhir.**

No	Tahun	Judul Buku	Jumlah Halaman	Penerbit
1.	2017	Memahami Tumbuh Kembang Anak	156 Halaman	UHAMKA Press
2.	2017	Teknik Dasar Dalam Pelayanan Konseling (Bahan Ajar)	147 Halaman	FKIP UHAMKA

**Jakarta, November 2022**

**Fatma Nofriza, S.Pd. M.Si**

4. Artikel ilmiah (draf, status submission atau reprint dll.)

5. Draft publikasi di media cetak/daring

<https://www.ghirahbelajar.com/2023/01/dosen-uhamka-bantu-atasi-trauma-remaja-enyintas-gempa-di-cianjur.html>

6. HKI, publikasi, *leaflet*, dan produk lainnya.

7. Foto Dokumentasi kegiatan

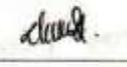


8. Daftar Peserta

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)  
PSIKOSOSIAL BAGI KORBAN GEMPA DI CIANJUR  
"BIMBINGAN KELOMPOK PADA REMAJA"**

HARI, TANGGAL : Rabu, 20-12-2022

KEGIATAN :

NO	NAMA	SEKOLAH – KELAS ASAL DAERAH	TANDATANGAN
1	Ramanda Meisya	smp Muhammadiyah 9A - Cianjur Kota Tari Kolot	
2	Horiya gam murry	smp - Muhammadiyah Pembah Duhur 9A - Cianjur Kota	
3	Erika Fuji H.	Smp Muhammadiyah 9A - Meleber, Kumpang	
4	Nabila Basan	SMP Muhammadiyah 10 - Kp. Cimenting Girang	
5	Meisya Hidayanti	smp - Muhammadiyah 8/3 - Kp. warung batu	
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

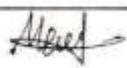
Cianjur, .....  
Konselor,

Chandra Dewi S., M.Pd. Kons.

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)  
PSIKOSOSIAL BAGI KORBAN GEMPA DI CIANJUR  
"BIMBINGAN KELOMPOK PADA REMAJA"**

HARI, TANGGAL : Rabu, 28-12-2022

KEGIATAN : BKP Bagi Remaja Panti Asuhan Alsiyiqah

NO	NAMA	SEKOLAH - KELAS ASAL DAERAH	TANDATANGAN
1	Malika Almaidah	SMP Muhammadiyah, 7. Hajidapet	
2	kalinda ayudya salsabila	SMP Muhammadiyah, 7A, Kp. Kari'lelot	
3	Aufa Haeza H.F.K	SMP Muhammadiyah, 7A Rancabali	
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Cianjur, .....  
Konselor,

Chandra Dewi S., M.Pd. Kons.

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)  
PSIKOSOSIAL BAGI KORBAN GEMPA DI CIANJUR  
"BIMBINGAN KELOMPOK PADA REMAJA"**

HARI, TANGGAL : Rabu, 20-12-2022 .

KEGIATAN :

NO	NAMA	SEKOLAH - KELAS ASAL DAERAH	TANDATANGAN
1	Nurlaeta	IC . .	<i>[Signature]</i>
2	Framita	KP. Gayam	<i>[Signature]</i>
3	Sifahlatisah	Bojongsari II	<i>[Signature]</i>
4	Kania Fuji	IC	<i>[Signature]</i>
5	Rini S	Sedong tengah	<i>[Signature]</i>
6	Pam	Sembong	<i>[Signature]</i>
7	Nadia Bela	Bojongsari II	<i>[Signature]</i>
8	Risya Agustian	cimenteng	<i>[Signature]</i>
9			
10			
11			
12			

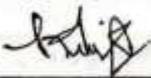
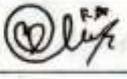
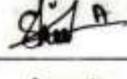
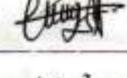
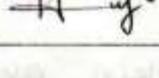
Cianjur, .....  
Konselor,

Chandra Dewi S., M.Pd. Kons.

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)  
PSIKOSOSIAL BAGI KORBAN GEMPA DI CIANJUR  
"BIMBINGAN KELOMPOK PADA REMAJA"**

HARI, TANGGAL : Rabu - 28 - 12 - 2022 .

KEGIATAN :

NO	NAMA	SEKOLAH - KELAS ASAL DAERAH	TANDATANGAN
1	Abi Hasbi	KP. Cimenteng	
2	Nereng Resna Rahma	KP. Gayam Cianjur	
3	Siti Nur Aclin	KP. Pawati	
4	Semi Pericia	Bytas	
5	Ellya handini	bojong nerang	
6	Zahra febiani	KP. Bojong sarè	
7			
8			
9			
10			
11			
12			

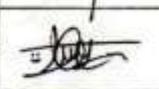
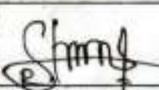
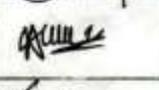
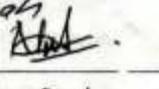
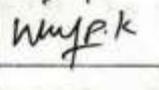
Cianjur, .....  
Konselor,

Chandra Dewi S., M.Pd. Kons.

**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)  
PSIKOSOSIAL BAGI KORBAN GEMPA DI CIANJUR  
"BIMBINGAN KELOMPOK PADA REMAJA"**

HARI, TANGGAL : Rabu, 28-12-2022

KEGIATAN :

NO	NAMA	SEKOLAH - KELAS ASAL DAERAH	TANDATANGAN
1	Nazmi basair	KP Cimenteng Girang Smk Muhammadiyah Cianjur KLS: 10	
2	Erni navianti	SMK Muhammadiyah Cianjur, KLS: 10 Kampung Bojongsari	
3	Sri Mulyani	Smk Pktmp Cianjur 10 PPLG KP Tegallega Cipanas	
4	Siti Anggi A	SMK Pktmp Cianjur 12 OTKP KP Tamakanpala	
5	Nazma Siti Fatimah	SMP IC Muhammadiyah KP Bypass KLS: 9	
6	Wini Priatna Kusuma	Smk Muhammadiyah Cianjur KLS: 10 Kampung Sempur	
7			
8			
9			
10			
11			
12			

Cianjur, .....  
Konselor,

Chandra Dewi S., M.Pd. Kons.

9. Surat Mitra



## PIMPINAN DAERAH AISYIYAH KABUPATEN CIANJUR

Alamat : Islamic Center Aisyiyah Cianjur, Jl. Dr. Mawardi No. 120 A Bypass Cianjur Tlp. (0263) 24 5891

### SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MITRA

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Hj. TITIN SUASTINI, S.H., M.H.

Jabatan : **Ketua PDA Cianjur**

Alamat : Kabupaten Cianjur – Jawa Barat

Menyatakan bersedia untuk bekerja sama dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat oleh LPPM UHAMKA bersama PDA Cianjur. Pelaksanaan kegiatan *trauma healing* dalam bentuk konseling bertempat di Kabupaten Cianjur.

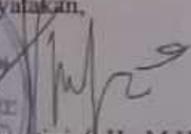
Kegiatan *trauma healing* pada kabupaten Cianjur ini di bawah tanggung jawab tim abdimas dosen program studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA, yaitu:

1. Dra. Fitniwilis, M.Pd. – NIDN. 0304076206
2. Fatma Nofriza, S.Pd. M.Si – NIDN. 0321117002
3. Chandra Dewi S., M.Pd. Kons. – NIDN. 0302066001

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab tanpa ada unsur pemaksaan di dalam pembuatannya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Cianjur, 25 November 2022

Yang menyatakan,

  
Hj. Titin Suastini, S.H., M.H.