

# **Berikan Pelatihan Psycological First Aid Bagi Walipas, Plt. Kalapas Karanganyar teken Perjanjian Kerjasama dengan IPK Jawa Tengah**

**yoan tanamal - [INDONESIASATU.CO.ID](http://INDONESIASATU.CO.ID)**

Sep 29, 2022 - 04:22



*Berikan Pelatihan Psycological First Aid Bagi Walipas, Plt. Kalapas Karanganyar teken Perjanjian Kerjasama dengan IPK Jawa Tengah*

Cilacap - Permasalahan Gangguan Kesehatan mental Warga Binaan di Lapas Karanganyar terus menjadi pusat perhatian dari Jajaran untuk segera menemukan titik terang pemecahannya. Sebagaimana yang diketahui bahwa resiko tertinggi dari warga binaan yang ditempatkan di Lapas dengan sistem one man one cell adalah ancaman stress dan gangguan kesehatan mental, Kamis(29/09/2022).

Adanya indikasi stress tentunya dapat menyebabkan gangguan psikosomatis yang kerap diderita oleh warga binaan seperti maag, sesak nafas, jantung berdebar kencang dan gangguan pencernaan. Hal ini tentunya dikarenakan pikiran dan tubuh merupakan satu kesatuan. Seiring berjalannya waktu, dengan tetap mengedepankan dan menerapkan SOP Lapas Karanganyar terus berbenah memberikan layanan-layanan bagi warga binaan untuk mereduksi stressor yang dialami warga binaan.

Salah satunya adalah melalui kegiatan perwalian yang tidak hanya untuk mencari informasi tapi utamanya juga untuk meningkatkan kesehatan mental warga binaan. Untuk mendukung maksimalnya pelayanan tersebut, pada hari ini Lapas Karanganyar melaksanakan Pelatihan Psycological Fist Aid (PFA) yang bekerjasama dengan Ikatan Psikolog Klinis Jawa Tengah.

Tujuan kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan mengenai pengendalian diri, kesehatan mental, gangguan mental, mengenali kondisi psikis dan utamanya praktik penerapan tentang bagaimana pertolongan pertama untuk gangguan mental bagi warga binaan.

“Terimakasih kami sampaikan kepada tim dari IPK Jawa Tengah yang berkenan hadir di Lapas Kami untuk memberikan pengetahuan bagi kami semua mengenai gangguan kesehatan mental dan utamanya pertolongan pertama bagi gangguan mental.” - Tuter Plt. Kalapas membuka sambutan.

“Kedua kami perlu sampaikan apa sebab kami bekerja sama mengenai layanan psikologis ini. Jadi Lapas Kami memiliki keamanan yng bersifat super maximum security dengan sistem kamar one man one cell. Tidak seperti lapas pada umumnya, warga binaan kami tidak dapat bercengkrama dengan warga binaan lain. Tidak dapat keluar kamar dengan cuma-cuma. Kegiatan pembinaan pun berlangsung di kamar hunian. Sehingga dilihat dari aspek sosial tentunya ini sangat mengganggu psikologis mereka. Kami berbenah dan melihat peluang untuk mengatasi hal tersebut. Dengan berjalannya perwalian kami rasa dapat menjadi sarana reduktor tingkat stress warga binaan. Untuk dapat melakukan hal itu tentu walipas butuh modal dan pengetahuan jadi kami laksanakan hari ini.” sambung Riko.

Pelatihan PFA ini diikuti oleh Seluruh Wali Pemasyarakatan, Pendamping Wali dan Assesor Wali Lapas Karanganyar. Kegiatan berlangsung di Aula Lapas Karanganyar. Terdapat 3 pemateri pada kegitan ini. Keseluruhan pemateri mendapat antusias yang besar dari peserta kegiatan.

Sebelum acara pelatihan dimulai kegiatan diawali dengan Penandatanganan Perjanjian Kerjasama Layanan Psikologis Bagi Warga Binaan Lapas Karanganyar dengan Ikatan Psikolog Indonesia Jawa Tengah.

Materi pertama yang didapatkan yaitu pengenalan mengenai krisis yang meliputi ciri-ciri, reaksi, dampak, cara mengatasi krisis. Dalam hal ini krisis merupakan hal yang dimana dapat disebut juga gangguan mental. Sebelum giat dimulai peserta diarahkan untuk mengisi questioner indikator gangguan psikologis yang dapat diterapkan juga ketika berhadapan dengan warga binaan.

“Untuk SRQ ini kita melihat secara dasar, apabila dari keseluruhan indikator terdapat jawaban “Ya” lebih dari 6 artinya perlu diwaspadai.” Ungkap Ibu Yulia.

Dilanjutkan dengan materi kedua yaitu PSycological First Aid. Seluruh peserta kegiatan digiring untuk dapat meresapi tentang apa itu gangguan mental dan cara mengetahui kebenaran fakta yang diungkapkan warga binaan saat berbicara dengan kita serta bagaimana caranya untuk dapat melakukan praktek pertolongan pertama bagi penderita gangguan mental.

“Adanya pelatihan PFA ini tujuannya adalah agar panjenengan semua dapat menjadi perpanjangan tangan kami para psikolog di lingkungan lapas. Hal ini menjadi penting karena anda-anda adalah petugas yang melayani manusia yang harus dimanusiakan. Terlepas dari kesalahan mereka. Materi ini sebagai dasar, untuk mengenali kebenaran jawaban yang dilontarkan warga binaan dan untuk membantu mengurangi tingkat stress warga binaan.”

Materi pada kegiatan ini ditutup oleh ketua IPK Jawa Tengah yaitu Ibu Gones Saptowati yang menyampaikan materi tentang Self Care. Bagaimana caranya mencintadi dan merawat diri sendiri serta memahami kondisi diri sendiri.

“Bagaimana kita bisa melayani orang apabila kita saja tidak bisa melayani diri sendiri. Bagaimana kita mencintai sesuatu apabila kita tidak mencintai diri sendiri. Mulailah dan kenalilah diri sendiri.”

Kegiatan ini diharapkan mampu menyiapkan para assessor, pendamping wali dan walipas dalam membina kesehatan mental warga binaan sebagaimana yang telah disampaikan sebagai tujuan utama kegiatan.