

**PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PENGUATAN PSIKOSOSIAL
MELALUI PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA
DI DAERAH RAWAN BENCANA**

Oleh:
Soni Nopembri, Eka Novita Indra, Saryono, & Herka Maya Jatmika
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

ABSTRAK

Kegiatan PPM ini bertujuan untuk melakukan pelatihan dan pendampingan pada para guru Penjasorkes Sekolah Dasar di Daerah Rawan Bencana Erupsi Merapi (Kecamatan Cangkringan, Sleman) tentang program pendidikan jasmani olahraga yang dapat mengembangkan kemampuan psikososial bagi anak-anak korban bencana alam khususnya erupsi Gunung Merapi, sehingga anak-anak dapat memiliki kesiapsiagaan dalam menghadapi kejadian serupa dan melanjutkan kehidupannya.

Khalayak sasaran kegiatan PPM ini adalah anak-anak kelas IV – VI Sekolah Dasar Se-Gugus 1 Kecamatan Cangkringan berjumlah 976 orang dan Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan sebanyak 22 orang. Kegiatan PPM ini dilakukan melalui pelatihan tahap I dan II dengan metode ceramah, diskusi, simulasi, dan demonstrasi serta kegiatan Pendampingan yang dilakukan dengan pengamatan dan diskusi (wawancara) di sekolah.

Hasil kegiatan PPM ini, yaitu: (1) Kegiatan pelatihan tahap dan II dapat terlaksana dengan baik pada para guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar di Kecamatan Cangkringan Sleman sebanyak 22 orang, (2) Kegiatan pendampingan dapat terlaksana dengan baik kepada para guru dalam mengimplementasikan program pendidikan jasmani dan olahraga untuk penguatan psikososial anak-anak di daerah rawan bencana di Sekolah, (3) tersusunya buku panduan tentang program pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang terintegrasi dengan keterampilan psikososial, (4) tersusunya silabus pembelajaran yang telah disesuaikan dengan keadaan sekolah dan kurikulum 2013, (5) tersusunya kumpulan aktivitas/permianan keterampilan psikososial dalam CD, dan (6) teridentifikasinya penguatan keterampilan psikososial melalui pengukuran dengan kuisioner yang memperlihatkan sebagai besar besarnya siswa memiliki kategori baik dan baik sekali pasca pelaksanaan kegiatan.

Kata kunci: psikososial, anak-anak, rawan bencana, pendidikan jasmani, olahraga

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki potensi bencana alam yang cukup besar. Indonesia yang terdiri atas beribu pulau dan sebagian besar daerahnya berupa lautan sangat berpotensi untuk terpengaruh pergerakan lempengan-lempengan besar dunia sehingga bencana alam gempa bumi seringkali terjadi di berbagai daerah Indonesia. Di sisi lain, Indonesia juga terletak pada sabuk

pegunungan berapi dunia sehingga sebagian besar gunung yang ada di Indonesia merupakan gunung berapi yang aktif setiap waktu. Oleh karena alasan terakhir tersebut, kejadian meletusnya gunung-gunung berapi di Indonesia hampir sering terjadi sepanjang tahun.

Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang memiliki gunung api teraktif di dunia, yaitu gunung merapi. Hampir setiap tahun gunung merapi ini mengeluarkan laharanya, baik dengan intensitas rendah, sedang, maupun tinggi. Kejadian terbaru di Bulan November 2010, gunung merapi meletus dengan mengeluarkan laharanya dan material-material panasnya berupa awan panas yang dapat menyapu segala bentuk kehidupan dengan kecepatan tinggi pada daerah yang dilaluinya. Keberadaan gunung merapi di bagian Utara DIY dan berbatasan dengan Jawa Tengah ini memiliki dilema tersendiri karena berhubungan dengan keberlanjutan kehidupan masyarakat di sekitarnya.

Kejadian meletusnya gunung merapi merupakan fenomena alam yang tidak dapat kita prediksi secara cepat dan tepat. Bagi masyarakat sekitar gunung merapi, kejadian-kejadian alam seperti itu seringkali dianggap memiliki hal-hal yang bernuansa mistis. Kejadian meletusnya gunung merapi yang memakan korban manusia telah membuka mata dan pikiran masyarakat lereng merapi. Tingkat bahaya yang sangat besar apabila terjadi gunung meletus telah banyak disadari oleh masyarakat sehingga mereka menjadi lebih paham akan pentingnya penyeleman diri dan keluarga ketika gunung merapi akan memuntahkan lahar dan awan panasnya.

Kejadian mengerikan itu sangat mungkin akan membekas secara mendalam pada semua orang yang berada di daerah rawan bencana gunung merapi. Lebih mengkhawatirkan lagi, kejadian tersebut tentu membekas pada anak-anak, sehingga banyak anak-anak korban erupsi merapi mengalami trauma pasca bencana. Ketakutan yang mengakibatkan trauma bila melihat laut karena tsunami, merasakan gempa bumi dan sebagainya bisa berakar hingga menjadi trauma mendalam. Anak-anak lebih mudah mengalami trauma karena pandangan mereka tentang bencana jauh berbeda dengan orang dewasa. Hal inilah yang bisa mempengaruhi mental anak-anak (Kidnesia, 2010).

Trauma terhadap bencana pada anak-anak dapat menimbulkan dampak masalah psikologis pada perkembangan jiwa mereka. Kehilangan kesenangan bermain, harta benda, dan bahkan orang yang dicintai telah membawa anak-anak pada guncangan jiwa yang mendadak. Mencegah terjadinya gangguan perkembangan kejiwaan akibat ketakutan yang sangat, akibat pengalaman bencana tersebut maka sangat diperlukan pemulihan trauma pasca bencana. Penelitian yang dilakukan Soni Nopembri, dkk (2011) menemukan bahwa stress anak-anak pasca bencana erupsi merapi berada pada tingkat sedang sebanyak 86,36 %, sedangkan tingkat tinggi hanya 4,55 %, dan tingkat rendah, 9,09%. Hal ini diperlukan kegiatan pemulihan.

Pemulihan trauma pasca bencana pada anak-anak mutlak diperlukan untuk mengembalikan semangat dan keceriaan mereka terutama dalam menjalani kegiatan-kegiatan yang penting bagi kehidupannya kelak. Berbagai Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) juga sudah banyak memberikan bantuan, baik dalam bentuk material maupun psikologis. Akan tetapi, bantuan yang diberikan terhadap upaya pemulihan trauma pasca bencana pada anak-anak belum banyak dilakukan dikarenakan program pemulihan yang belum memiliki konsep jelas dalam pelaksanaanya.

Olahraga sebagai sebuah bentuk khusus dari aktivitas manusia yang lebih menekankan pada gerak manusia secara utuh dapat dijadikan sebagai wahana dalam upaya pemulihan trauma pasca bencana pada anak-anak korban bencana. Olahraga memiliki dampak yang signifikan dalam pengembangan manusia, baik secara fisik maupun psikologis. Berbagai penelitian sudah membuktikan bahwa olahraga secara signifikan dapat memberikan dampak pada perubahan psikologis dan sosial seseorang. Seperti yang diungkapkan oleh Coakley (2001:2) menekankan bahwa *sports are more than just games and meets; they are also social phenomena that have meanings that go far beyond scores and performance statistic*. Oleh karena itu, olahraga dapat memberikan kontribusi pada pemulihan psikologis dan sosial manusia.

Berdasarkan Analisis Situasi dan Landasan Teori tersebut di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan bahwa begitu banyaknya permasalahan yang ada sehingga perlu untuk dilakukan pembatasan agar program pengabdian ini dapat

dilaksanakan. Permasalahan Program PPM ini dapat dirumuskan bahwa dampak psikososial bencana alam pada anak-anak perlu dilakukan pemulihan melalui pendidikan jasmani dan olahraga yang terprogram, baik pelatihan maupun pendampingan. Kegiatan PPM ini bertujuan untuk melakukan pelatihan dan pendampingan pada para guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan (penjasorkes) untuk memberikan intervensi psikososial melalui program pendidikan jasmani dan olahraga kepada anak-anak korban bencana alam erupsi Gunung Merapi, sehingga anak-anak memiliki kemampuan psikososial untuk kesiapsiagaan dalam menghadapi kejadian serupa dan melanjutkan kehidupannya.

METODE PPM

Khalayak sasaran kegiatan PPM ini adalah para guru penjasorkes (22 orang) dan anak-anak Sekolah Dasar kelas IV – VI (976 orang) di sekitar daerah rawan bencana erupsi Gunung Merapi yang terletak di Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman DIY. Berikut sekolah dasar yang menjadi khalayak sasaran.

Tabel 1. Guru dan Siswa yang terlibat

NO.	NAMA SEKOLAH	Jumlah Guru Penjasorkes	Jumlah Siswa		
			IV	V	VI
1	SD N Pusmalang	1	20	20	20
2	SD N Cangkringan 2	1	11	11	11
3	SD N Banaran	1	11	11	19
4	SD N Umbulharjo 2	2	39	45	34
5	SD N Cancangan	1	28	32	22
6	SD N Kiyaran I	1	18	17	19
7	SD Muh. Cepitsari	1	25	20	17
8	SD N Bronggang Baru	1	28	24	27
9	SD N Kuwang	1	21	22	19
10	SD N Watuadeg	1	18	20	17
11	SD N Kiyaran 2	1	14	14	22
12	SD N Bronggang	1	13	15	16
13	SD N Glagaharjo	1	19	23	19
14	SD N Cangkringan I	1	15	10	13
15	SD N Kepuharjo	2	26	25	37
16	SD N Srunen	2	23	21	18
17	SD N Gungan	2	13	8	11
18	SD IT Baitussalam 2	1	34	27	20
		22	335	319	322

Kegiatan PPM ini dilakukan melalui **(1) Kegiatan pelatihan** tentang intervensi psikososial melalui pendidikan jasmani dan olahraga untuk menguatkan keterampilan psikososial anak-anak dengan memberikan bahan/materi, baik secara teoritis maupun praktis. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman secara menyeluruh kepada para peserta tentang intervensi psikosoial melalui pendidikan jasmani dan olahraga yang dapat mengembangkan keterampilan psikososial anak-anak. Kegiatan pelatihan dilakukan 2 tahap, yaitu: tahap 1 pelatihan secara teoritis tahap 2 pelatihan secara praktis, **(2) Kegiatan pendampingan** dilakukan melalui berbagai cara agar terjadinya komunikasi antara tim pengabdi dan para guru. Kegiatan ini terutama dilakukan melalui diskusi dan wawancara secara langsung dengan para guru yang menjadi peserta pelatihan. Kegiatan ini dilakukan untuk menghasilkan masukan dan saran tentang kegiatan intervensi psikososial melalui pendidikan jasmani dan olahraga yang dapat mengembangkan keterampilan psikososial anak.

Kegiatan ini tentunya sangat berhubungan erat dengan program-program yang terkait dengan penanggulangan bencana alam di Wilayah Provinsi DIY. Oleh karena itu, dukungan dan peran institusi terkait seperti: BPBD, Dinas Pendidikan dan Olahraga, serta Lembaga-lembaga Swadaya masyarakat (LSM) dalam memberikan rekomendasi, perizinan, dukungan materil sangat diperlukan. Kegiatan ini juga diharapkan nantinya menjadi agenda rutin institusi-institusi tersebut dalam upaya pengembangan daserah rawan bencana. Selain itu, program PPM ini juga merupakan kelanjutan dari program PPM tahun sebelumnya, sehingga akan mempermudah tim pengabdi dalam melakukan koordinasi dengan pihak-pihak terkait. Kegiatan PPM ini dilakukan melalui tiga langkah kegiatan, yaitu: kegiatan pelatihan tahap I dan tahap II, kegiatan Pendampingan, dan kegiatan pengukuran psikososial anak-anak SD kelas IV-VI.

HASIL PELAKSANAAN PPM

Buku pembelajaran Penjasorkes berbasis intervensi psikososial

Kegiatan pelatihan I dan II berupa pemberian materi secara teoritis dan praktis serta pendampingan telah dapat menghasilkan buku kumpulan materi yang terdiri atas 5 bab, yaitu: Bab I Pendahuluan, Bab II Pentingnya Pendidikan Jasmani dan Olahraga dalam Kehidupan, Bab III Pendidikan Jasmani dan Olahraga di

Sekolah Dasar, Bab IV Keterampilan dan Intervensi Psikososial, dan Bab V Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga Berbasis Intervensi Psikososial. Buku ini dijadikan sebagai panduan selama pelatihan dan juga pendampingan. Buku ini juga telah memberikan kemudahan bagi para guru dalam memahami dan menerapkan pembelajaran pendidikan jasmani berbasis intervensi psikososial di sekolahnya masing-masing. Selama proses pendampingan, buku ini mengalami perubahan/revisi untuk penyesuaian dengan tempat kegiatan.

Silabus pembelajaran

Penyempurnaan silabus pembelajaran penjasorkes di sekolah dilakukan saat pendampingan. Tim pengabdi dan para guru bersepakat untuk mengintegrasikan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga yang didasarkan pada kurikulum 2013 (Standar Kompetensi) dan mengintervensikan keterampilan-keterampilan psikososial dalam pembelajarannya. Silabus pembelajaran yang dihasilkan terdiri atas 16 kali pertemuan dengan jumlah aktivitas/permainan sebanyak 43 buah.

Kumpulan Aktivitas/permainan berbentuk CD

Aktivitas/permainan yang berbasis keterampilan psikososial yang berjumlah 43 buah divisualisasikan melalui video dan dikumpulkan dalam sebuah CD. CD kumpulan aktivitas/permainan itu dibagikan ke para guru penjasorkes sebagai panduan pendamping selain buku. Video aktivitas/permainan ini sangat bermanfaat bagi para guru, karena dapat memberikan gambaran yang lebih nyata tentang aktivitas/permainan yang akan diberikan kepada para siswa.

Tingkat keterampilan psikososial siswa

Diketahuinya tingkat keterampilan psikososial anak-anak sekolah dasar di daerah rawan bencana yang diukur dengan kuisioner keterampilan psikososial dengan jumlah sampel sebanyak 268 anak dari 10 sekolah yang terlibat dalam kegiatan pendampingan. Hasil pengukuran terhadap keterampilan psikososial anak-anak adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Tingkat Keterampilan Psikososial Anak-anak Pasca Implementasi Kegiatan

Kategori	Rentang	Frekuensi	%
Baik Sekali	> 81	59	22
Baik	63-81	100	37
Sedang	45-62	87	32
Kurang	27-44	17	6,3

Kurang Sekali	< 27	5	1,9
		268	100

Tabel 3 di atas memperlihatkan bahwa keterampilan psikososial anak-anak sekolah dasar kelas IV-VI di SD daerah rawan bencana erupsi merapi setelah dilakukan intervensi psikososial dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga di sekolah secara berurutan sebanyak 59 orang (22 %) tergolong Baik Sekali, 100 orang (37 %) tergolong Baik, 87 orang (32 %) tergolong Sedang, 17 orang (6,3 %) tergolong Kurang, dan 5 orang (1,9 %) tergolong Kurang Sekali. Hal ini berarti bahwa anak-anak SD di daerah rawan bencana sebagian besar anak-anak SD (59 %) sudah memiliki keterampilan yang baik dan baik sekali, sedangkan anak-anak yang masih tergolong sedang, kurang, dan kurang sekali diharapkan dapat ditingkatkan melalui kegiatan ini selanjutnya sampai selesai. Pengukuran tingkat psikososial akan kembali dilakukan pada bulan berikutnya. Tingkat keterampilan psikososial anak-anak pasca implementasi selama satu bulan dapat dilihat lebih jelas dalam gambar 5.



Gambar 6. Diagram Batang Keterampilan Psikososial Pasca Implementasi Hasil Pelatihan

PEMBAHASAN PPM

Salah satu dampak psikososial bencana pada anak adalah timbulnya *traumatic disorder* atau trauma, sehingga diperlukan sebuah upaya untuk mengurangi dampak tersebut dengan cara memperkuat keterampilan psikososial anak-anak. Keterampilan psikososial dapat dikembangkan salah satunya melalui pendidikan jasmani dan olahraga. Hal ini sesuai dengan pendapat Freeman

(2001:41-42) bahwa olahraga menunjukkan tiga pola, yaitu: merefleksikan budaya dan masyarakat, mempertebal perbedaan psikososial, dan merupakan sebuah wahana untuk konflik psikososial. Lebih lanjut Coakley (2001:2) mengemukakan bahwa olahraga bukan hanya sekedar permainan dan pertandingan tetapi juga merupakan sebuah fenomena psikososial yang memiliki makna lebih jauh dari sekedar angka dan penampilan. Penelitian Morris *et al* (2003:5) menunjukkan bahwa program olahraga dan aktivitas jasmani dapat menjadi fasilitas pengembangan individu dan psikososial yang sangat mungkin mempengaruhi perilaku secara positif. Program yang melibatkan komponen olahraga dan aktivitas jasmani di luar ruangan (*outdoor*) dapat mengembangkan keterampilan psikososial sampai 32 % dan mengurangi perilaku-perilaku anti psikososial sampai 30 % pada para pemuda (Morris *et al*, 2003:3).

Kegiatan PPM yang lebih menekankan pada pengembangan keterampilan psikososial melalui pendidikan jasmani dan olahraga ini lebih difokuskan pada faktor guru yang menjadi kunci pembelajaran untuk mengubah *mindset* bahwa melalui pendidikan jasmani dan olahraga yang terprogram dapat diarahkan untuk mengembangkan keterampilan psikososial anak. Hal ini sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani yaitu mengembangkan kemampuan kognitif, afektif dan psikomotor.

Pengembangan keterampilan psikososial dapat dilihat dari seberapa besar peran seseorang dalam interaksi sosial. pengembangan keterampilan psikososial yang utama adalah melalui belajar, baik secara formal maupun nonformal. Berbagai pembelajaran yang dilakukan di sekolah harus memberikan kesempatan berkembangnya keterampilan psikososial para siswa berdasarkan urutan dan tingkatan perkembangan mereka. Begitu pula dengan situasi sosial masyarakat yang menyediakan berbagai kesempatan pada seseorang untuk berinteraksi dan memperlihatkan keterampilan psikososialnya. Olahraga dapat dijadikan salah satu wahana pengembangan keterampilan psikososial yang berupaya menampilkan berbagai keterampilan motorik dan perilaku positif. Olahraga dapat membantu pengembangan keterampilan psikososial individu, sebaliknya keterlibatan individu dalam olahraga juga dapat menunjukkan seberapa besar keterampilan psikososial yang dimiliki.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan PPM Pengembangan Wilayah yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa: (1) kegiatan pelatihan tahap I dan II pada para guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Sekolah Dasar di Kecamatan Cangkringan Sleman telah dilakukan di SD N Cangkringan I dengan jumlah peserta sesuai dengan yang diharapkan, (2) kegiatan pendampingan untuk mengimplementasikan program pendidikan jasmani dan olahraga untuk penguatan psikososial anak-anak di daerah rawan bencana telah dilaksanakan di Sekolah dengan melihat kesiapan dan pemenuhan persyaratan yang ditentukan pengabdi, (3) kegiatan PPM ini telah berhasil mengembangkan kemampuan secara pengetahuan dan keterampilan kepada para guru untuk mengimplementasikan pembelajaran pendidikan jasmani dan olahraga dengan mengintervensi keterampilan psikososial dalam aktivitas belajar/permainan yang dilakukan. Selain itu, PPM ini juga telah menghasilkan Buku Panduan, Silabus pembelajaran, CD kumpulan aktivitas/permainan, dan Tingkat keterampilan Psikososial anak-anak SD di rawan bencana erupsi merapi yang sebagian besar telah mencapai kategori baik dan baik sekali.

Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya pemulihan dampak psikososial bencana alam khususnya erupsi Merapi bagi: (1) Anak-anak, sebagai suatu upaya pemulihan psikososial dalam upaya menumbuhkan kembali semangat dan keceriaan, (2) Guru penjasorkes, dalam upaya melaksanakan pembelajaran penjasorkes yang lebih mengarah pada penguatan keterampilan psikososial anak-anak yang berada di daerah rawan bencana, (3) Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang ingin memanfaatkan pendidikan jasmani dan olahraga untuk proses pemulihan dampak psikososial pasca bencana, (4) Pemerintah Daerah dan Pusat diharapkan bisa menjalin kerjasama untuk lebih fokus melakukan trauma recovery dan kesiapsiagaan bencana dengan model aktivitas olahraga dan pendidikan jasmani.

DAFTAR PUSTAKA

- Coakley, J. (2001). Sport in Society: Issues and Controversies. New York: McGraw-Hill.
- Freeman, W. H. (2001). Physical Education and Sport A Changing Society. Needham Height: Allyn and Bacon.
- Gunawan. (2010). Pemberdayaan Sosial Keluarga Pasca Bencana Alam (Studi Tentang Kondisi Sosial Masyarakat Dalam Managemen Bencana). Badan Pendidikan Dan Penelitian Sosial Departemen Sosial Republik Indonesia.
- Hellison, D. (2003). Teaching personal and social responsibility in physical education. In Silverman, S.J. & Ennis, C.D. Students learning in physical education: Applying research to enhance instruction. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Ike Agustina, Dkk. (2010). Pengukuran Tingkat Depresi Pada Warga Korban Erupsi Merapi. Proposal Rekonaisan. Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Dasar Universitas Islam Indonesia.
- Irma S. Martam. (2009). Mengenali Trauma Pasca Bencana. Pulih Newsletter. Volume 14, Desember 2009.
- Kapanlagi. (2006). Anak-anak Korban Gempa Perlukan Pemulihan Trauma Pasca Bencana. tersedia online dalam <http://berita.kapanlagi.com/pernik/anak-anak-korban-gempa-perlukan-pemulihan-trauma-pasca-bencana-irxlhp.html>. diakses tanggal 26 Februari 2011.
- Keksi Girindra Swasti. (2010). Telenursing Dalam Penanganan Trauma Psikologis Pasca Bencana Alam. Fakultas Ilmu Kedokteran Universitas Indonesia.
- Kidnesia. (2011). Atasi Trauma Anak Setelah Bencana Alam. Tersedia dalam www.kidnesia.com. Diakses tanggal 26 Februari 2011.
- Klikdokter. (2010). Jangan Remehkan Trauma Pasca Bencana. Tersedia online dalam <http://www.klikdokter.com/healthnewstopics/read/2009/10/05/1184/jangan-remehkan-trauma-pasca-bencana>. Diakses tanggal 26 Februari 2011.
- Lawrence, I. (2005) “The Emergence of ‘Sport and Spirituality’ in popular culture”. The Sport Journal. Volume 8, Number 2, Spring 2005. Tersedia on line di www.thesportjournals.com. Access 8 th February, 2005.
- Lutfi Chabib. (2010). Pemanfaatan Peran Multimedia Sebagai Instrument Pemantauan Dampat Bencana Erupsi Merapi Di DIY Terhadap Sektor Kesehatan Masyarakat Korban Bencana. Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Islam Indonesia.

- Maguire, J., et al. (2002). Sport Worlds: A Sociological Perspective. Champaign: Human Kinetics.
- Mursid Zuhri. (2009). Post Traumatik Stress Disorder (Gangguan Stress Pasca Trauma Bencana) Di Jawa Tengah. Jurnal Litbang Provinsi Jawa Tengah. Vol.7, No.2, Desember 2009.
- Siedentop, Daryl. (1994). Sport Education: Quality PE through Positive Sport Experience. Champaign, Illinoois: Human Kinetics.
- Siedentop, Daryl, Hastie, Peter A., & Mars, Hans van der. (2004). Complete Guide to Sport Education. Champaign, Illinoois: Human Kinetics.
- Kurniya Lestari. (2007). Hubungan Antara Sikap Terhadap Bentuk-Bentuk Dukungan Sosial Dengan Tingkat Resiliensi Paska Gempa Di Desa Canan, Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten. Skripsi. Fakultas Psikologi. Universitas Diponegoro.
- Nurulhartini. (2010). “Bencana Tsunami Danstres Pasca Trauma pada Anak”. Jurnal Masyarakat Kebudayaan dan Politik. Volume 22, Nomor 3:259-264