



Peranan Konseling Individual dalam Pemulihan Korban Pasca Banjir

The Role of Individual Counseling in Post-Flood Victim Recovery

Ainul Mardiyah^{1*}, Tegar Arbia Sukma², Muhammad Yusuf Kamala³, Ilmi Shobron⁴

¹⁻⁴Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email: ainulmardiyah@uinsu.ac.id¹, tegar123xz@mail.com², muhammadyusufkamala38@gmail.com³, ilmishobron2212@gmail.com⁴

*Penulis Korespondensi: ainulmardiyah@uinsu.ac.id¹

Riwayat artikel:

Naskah Masuk: 15 November 2025;

Revisi: 17 Desember 2025;

Diterima: 10 Januari 2026;

Terbit: 13 Januari 2026

Keywords: Flood Victims;
Individual Counseling; Medan City;
Psychological Impact; Self-
Resilience

Abstract. The flood disaster that hit Medan City caused a multidimensional impact on the community, especially the psychological impact experienced by the victims. In addition to material losses, flood victims often face emotional distress in the form of anxiety, stress, trauma, and a sense of loss. This study aims to examine the role and effectiveness of individual counseling in dealing with the psychological problems of post-flood victims. The research method uses a qualitative approach with case studies through in-depth interviews, observations, and documentation of victims who receive individual counseling services. The results show that individual counseling plays an important role in helping victims understand their emotional state, manage stress, and rebuild hope and resilience after disasters. Individualized counseling also provides a safe space for victims to express their feelings, gain support, and develop adaptive strategies in dealing with trauma. These findings confirm that psychological interventions based on individual counseling can be one of the effective approaches in disaster victim recovery, especially floods, so that it can strengthen psychosocial aspects and improve the quality of life after disasters. Thus, this research contributes to the development of more responsive and sustainable counseling services in the context of disaster management in Indonesia.

Abstrak

Bencana banjir yang melanda Kota Medan menimbulkan dampak multidimensional bagi masyarakat, terutama dampak psikologis yang dialami korban. Selain kerugian materi, korban banjir sering menghadapi tekanan emosional berupa kecemasan, stres, trauma, dan rasa kehilangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran serta efektivitas konseling individual dalam menangani masalah psikologis korban pasca banjir. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan studi kasus melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap korban yang menerima layanan konseling individual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individual berperan penting dalam membantu korban memahami kondisi emosional yang dialami, mengelola stres, serta membangun kembali harapan dan ketahanan diri setelah bencana. Konseling individual juga memberikan ruang aman bagi korban untuk mengekspresikan perasaan, memperoleh dukungan, dan mengembangkan strategi adaptif dalam menghadapi trauma. Temuan ini menegaskan bahwa intervensi psikologis berbasis konseling individual dapat menjadi salah satu pendekatan efektif dalam pemulihan korban bencana, khususnya banjir, sehingga mampu memperkuat aspek psikososial dan meningkatkan kualitas hidup pasca bencana. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan layanan konseling yang lebih responsif dan berkelanjutan dalam konteks penanggulangan bencana di Indonesia.

Kata kunci: Dampak Psikologis; Ketahanan Diri; Konseling Individual; Korban Banjir; Kota Medan

1. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara dengan kerentanan bencana alam tinggi, khususnya banjir, karena letak geografis dalam wilayah tropis dan Cincin Api Pasifik. Fenomena banjir akhir-akhir ini terus meningkat sebagai dampak perubahan iklim dan

intensitas curah hujan ekstrem. Misalnya bencana banjir dan tanah longsor besar yang melanda Sumatera pada akhir November 2025 menyebabkan korban mencapai ratusan jiwa dan lebih dari jutaan warga terdampak serta mengungsi dari rumah mereka, menggambarkan besarnya skala kerusakan fisik dan sosial yang dialami masyarakat. Tidak hanya memberikan dampak materiil, bukti dari kajian kesehatan mental menunjukkan bahwa kejadian banjir juga meninggalkan beban psikologis yang signifikan seperti rasa takut berlebihan, kecemasan, gangguan tidur, hingga trauma berkepanjangan pada korban.

Dalam konteks ini, respons pemulihan pascabencana tidak hanya meliputi aspek fisik dan infrastruktur, tetapi juga kesehatan mental serta kesejahteraan psikologis korban. Walaupun layanan psikososial makin diakui penting dalam proses pemulihan pascabencana, realitas di lapangan masih menunjukkan tantangan besar dalam pelaksanaan layanan tersebut secara efektif dan berkelanjutan. Banyak korban pascabanjir melaporkan gejala trauma yang tidak tertangani dengan baik karena akses layanan profesional yang terbatas atau kurangnya pendekatan yang sesuai secara individual. Dalam banyak kasus, gejala gangguan stres akut dapat berkembang menjadi gangguan jangka panjang jika tidak ditangani dengan intervensi tepat waktu.

Konseling individual menjadi salah satu pendekatan yang sering digunakan untuk menangani trauma berat dan masalah psikologis yang dialami korban secara personal, namun bukti empiris tentang peran spesifik dari pendekatan ini dalam konteks pemulihan korban banjir masih terbatas. Penelitian layanan konseling yang selama ini dikembangkan sering kali fokus pada konseling kelompok dan kegiatan trauma healing umum daripada pendekatan individual yang lebih mendalam dan terfokus.

Beberapa penelitian dan praktik terdahulu menyoroti peran konseling dalam membantu korban bencana. Studi di Kelurahan Cawang, Jakarta Timur menyatakan konseling dapat meningkatkan kesehatan mental korban banjir melalui berbagai teknik seperti relaksasi, terapi bermain, dan eksplorasi emosional (Ratnasartika, 2020). Praktik konseling trauma di Nagari Bukit Batabuah telah menunjukkan bahwa konselor mampu membantu korban mengelola stres, emosi, dan memperbaiki hubungan interpersonal akibat trauma pascabencana. Tim konseling dari Universitas Negeri Padang juga turun langsung memberikan layanan psikososial kepada korban pascabanjir, terutama membantu mereka menghadapi gejala trauma. Meskipun demikian, penelitian empiris yang fokus pada peranan konseling individual secara mendalam dalam proses pemulihan psikologis pascabencana banjir masih relatif sedikit dibandingkan studi yang meneliti layanan umum atau pendekatan kelompok.

Kesenjangan utama terletak pada kurangnya studi kualitatif yang mengeksplorasi pengalaman langsung korban yang menerima konseling individual, bagaimana konselor merancang intervensi, serta faktor apa saja yang menentukan efektivitas pendekatan individual dalam pemulihan pascabencana banjir. Penelitian sebelumnya cenderung lebih umum atau bersifat kuantitatif tanpa menggali secara mendalam narasi subjektif korban dan konselor terkait proses pemulihan personal. Dengan demikian, masih diperlukan penelitian yang menggabungkan perspektif korban dan tenaga profesional untuk memahami dinamika proses konseling individual misalnya bagaimana konseling individual membantu korban menghadapi trauma, perubahan psikologis yang terjadi, serta hambatan yang dialami selama terapi.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara holistik peranan konseling individual dalam pemulihan psikologis korban pascabencana banjir, termasuk detail praktik konseling, pengalaman korban, serta tantangan yang dihadapi konselor dan korban selama intervensi berlangsung. Secara teoritis, hasil penelitian diharapkan dapat menguatkan kerangka konseptual konseling trauma pascabencana, khususnya dalam konteks layanan individual. Secara praktis, temuan penelitian ini dapat menjadi panduan bagi tenaga psikososial, pembuat kebijakan, dan lembaga bencana untuk mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif dan responsif terhadap kebutuhan emosional dan psikologis korban pascabanjir.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus untuk memahami secara mendalam peran konseling individu dalam pemulihan korban pasca bencana. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk memahami secara mendalam fenomena sosial yang kompleks dalam konteks kehidupan nyata, yaitu bagaimana peranan konseling individual membantu proses pemulihan korban pascabencana banjir. Studi kasus memberikan ruang bagi peneliti untuk menelusuri latar belakang, dinamika, serta interaksi yang terjadi antara korban dan konselor secara kontekstual. Informan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang, yang terdiri atas korban pasca bencana yang telah mengikuti sesi konseling individu minimal dua kali. Pemilihan informan dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, yaitu memilih partisipan yang dianggap paling memahami dan relevan dengan fokus penelitian. Adapun kriteria informan yaitu pernah mengalami dampak langsung banjir, telah menjalani konseling individual minimal dua kali, dan bersedia berpartisipasi serta menceritakan pengalamannya secara terbuka. Pengumpulan data

dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*), Observasi nonpartisipatif, dan Dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan analisis interaktif model Miles dan Huberman yang meliputi tiga langkah utama, yaitu reduksi data dengan menyeleksi, menyederhanakan, dan mengorganisasi data hasil wawancara serta observasi, penyajian data (*data display*) dalam bentuk narasi deskriptif untuk melihat pola hubungan antar-tema, dan penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*). Keabsahan data diuji menggunakan empat kriteria dari Lincoln dan Guba, yaitu *credibility*, *transferability*, *dependability*, dan *confirmability*. Setiap informan diberikan penjelasan menyeluruh tentang tujuan dan manfaat penelitian melalui *informed consent*. Peneliti juga menjaga kerahasiaan identitas informan, menggunakan data hanya untuk tujuan ilmiah, dan memastikan bahwa proses penelitian tidak menimbulkan gangguan emosional baru bagi korban. Dengan memperhatikan aspek etika ini, penelitian diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam dan valid mengenai bagaimana konseling individual berperan dalam mempercepat pemulihan psikologis korban pascabanjir.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan wawancara dengan tiga informan, ditemukan berbagai pengalaman korban pascabanjir yang berbeda, baik dari segi bentuk, dampak, maupun mekanisme pemulihan.

Bentuk Banjir yang Dialami

- a. Hamdal mengalami banjir akibat curah hujan yang tinggi
- b. Selvira mengalami banjir diakibatkan intensitas curah hujan yang tinggi
- c. Ismail mengalami banjir akibat luapan air sungai

Dampak terhadap Fisik

- a. Hamdal mengalami kelelahan dan kurang fit akibat membersihkan rumah dan lingkungan pasca banjir
- b. Selvira mengalami kondisi tubuh pegal-pegal diakibatkan menguras air banjir yang masuk ke dalam rumah.
- c. Ismail merasa lelah harus mengangkat barang dan membersihkan lumpur sisa banjir

Dampak terhadap Ekonomi

- a. Hamdal dan bersama Orangnya tidak bisa berjualan pasca banjir dikarenakan perabotan jualan nya masih basah terkena banjir
- b. Orangtua Selvira tidak bisa berjualan sarapan pagi dikarenakan tempat yang biasa untuk jualan masih tergenang air

- c. Ismail mengalami penurunan penghasilan karena aktivitasnya terganggu akibat membersihkan lumpur pasca banjir

Dampak terhadap Psikologis

- a. Hamdal merasa cemas dan panik ketika air hujan turun karena takut banjir lagi
- b. Selvira ketika melihat cuaca mendung dia merasa takut akan kejadian peristiwa banjir terulang kembali
- c. Ismail merasa cemas dan tidak tenang saat curah hujan deras karena takut air sungai kembali meluap

Pengaruh terhadap Kehidupan Sehari-hari

- a. Hamdal menjadi lebih waspada dan sering memantau cuaca serta lingkungan sekitar
- b. Selvira mengalami perubahan dalam aktivitas sehari-harinya, ia menjadi mudah cemas dan khawatir saat musim hujan
- c. Ismail harus menyesuaikan rutinitasnya terutama dalam bekerja dan beraktivitas di luar rumah, karena dikhawatirkan banjir susulan akan terjadi.

Faktor yang membantu Pemulihan

- a. Hamdal terbantu dengan adanya bantuan pemenuhan kebutuhan dasar seperti makanan, dan bantuan ekonomi lainnya yang dapat mengurangi beban stres pascabanjir
- b. Selvira merasa lebih tenang melalui dukungan emosional serta bantuan nyata seperti gotong royong membersihkan rumah, dapat mengurangi stres dan rasa trauma.
- c. Ismail merasa lebih tenang melalui dukungan emosional berupa empati dan perhatian dari lingkungan sekitarnya.

Faktor-faktor pemulihan ini menunjukkan pentingnya dukungan emosional dan sosial serta bantuan kebutuhan dasar untuk membantu pemulihan korban pascabanjir.

Tabel 1. Lampiran Hasil Konseling.

Identitas	H.A.D	S.A	I
Bentuk banjir yang dialami	Banjir yang dialami H diakibatkan curah hujan yang tinggi.	Banjir yang diakibatkan intensitas curah hujan yang tinggi.	I mengalami banjir akibat luapan air sungai.
Dampak terhadap fisik	Kelelahan dan tubuh menjadi kurang fit akibat membersihkan rumah dan lingkungan pasca banjir.	Kondisi tubuh pegal-pegal diakibatkan menguras air banjir yang masuk ke dalam rumah.	I merasa lelah harus mengangkat barang dan membersihkan lumpur sisa banjir.
Dampak terhadap ekonomi	H dan bersama Orangtuanya tidak bisa berjualan pasca banjir dikarenakan perabotan jualan nya	Orangtua S tidak bisa berjualan sarapan pagi dikarenakan tempat yang biasa	I mengalami penurunan penghasilan karena aktivitasnya terganggu akibat

Dampak terhadap psikologis	masih basah terkena banjir. Merasa cemas dan panik ketika air hujan turun karena takut banjir lagi.	untuk jualan masih tergenang air. Ketika melihat cuaca mendung S merasa takut akan kejadian peristiwa banjir terulang kembali.	membersihkan lumpur pasca banjir. I merasa cemas dan tidak tenang saat curah hujan deras, karena takut air sungai kembali meluap.
Pengaruh terhadap kehidupan sehari-hari	Menjadi lebih waspada dan sering memantau cuaca serta lingkungan sekitar.	S mengalami perubahan dalam aktivitas sehari-harinya, ia menjadi mudah cemas dan khawatir saat musin hujan.	Harus menyesuaikan rutinitasnya terutama dalam bekerja dan beraktivitas di luar rumah, karena dikhawatirkan banjir susulan akan terjadi.
Faktor yang membantu pemulihan	H terbantu dengan adanya bantuan pemenuhan kebutuhan dasar seperti makanan, dan bantuan ekonomi lainnya yang dapat mengurangi beban stres pasca banjir	S merasa lebih tenang melalui dukungan emosional serta bantuan nyata seperti gotong royong membersihkan rumah, dapat mengurangi stres dan rasa trauma.	I merasa lebih tenang melalui dukungan emosional berupa empati dan perhatian dari lingkungan sekitarnya.

Pembahasan

Bencana banjir dan dampaknya

Banjir merupakan peristiwa naiknya air yang merendam permukaan daratan yang biasanya kering. Banjir dipicu oleh kombinasi beberapa faktor, antara lain curah hujan ekstrem dalam waktu singkat, kapasitas saluran air yang tidak memadai, serta perubahan penggunaan lahan seperti konversi lahan hijau menjadi area permukiman dan industri. Di daerah dataran rendah, sistem drainase yang buruk mempercepat terjadinya genangan air yang meluas ketika volume air hujan melebihi daya tampung lingkungan sekitar.

Banjir membawa dampak signifikan terhadap lingkungan. Lahan pertanian yang tergenang sehari-hari akan mengalami penurunan kesuburan karena erosi dan pelapukan tanah. Ekosistem sungai dan perairan pun terganggu akibat sedimentasi dan pencemaran dari limbah permukiman. Selain itu, banjir dapat menyebabkan ranjau biologis berupa tumbuhan invasif yang cepat berkembang di area lumpur bekas banjir.

Secara sosial, banjir menyebabkan kerusakan hunian, perpindahan penduduk, dan gangguan pada aktivitas pendidikan karena sekolah terendam. Secara ekonomi, korban mengalami kerugian material langsung seperti kerusakan rumah, kendaraan, dan aset usaha

kecil. Produk domestik regional bruto (PDRB) wilayah terdampak juga berpotensi menurun akibat terganggunya operasional bisnis dan infrastruktur. (Ariyanto, 2018)

Peran Konseling Individu

Melalui pelayanan konseling yang diberikan oleh konselor diharapkan para korban bencana alam dapat memahami dan menerima kondisi diri dan lingkungan secara objektif, positif dan dinamis, mengambil keputusan sesuai dengan kondisi yang ada, melaksanakan kegiatan sesuai dengan keputusan yang telah diambil serta itu merealisasikan diri sesuai dengan potensi yang dimiliki (Safitri, 2018).

Konseling individual merupakan salah satu bentuk intervensi psikologis yang penting dalam membantu korban bencana alam, termasuk banjir, untuk memulihkan kondisi mental dan emosionalnya setelah mengalami trauma. Intervensi ini dilakukan secara satu-per-satu antara konselor dan individu korban, dengan tujuan membantu korban mengatasi pengalaman traumatis, mengurangi kecemasan, dan meningkatkan kemampuan coping.

Konseling individual membantu korban banjir untuk memproses pengalaman traumatis secara aman melalui dialog guided oleh konselor, mengurangi gejala stres dan cemas yang berlebihan yang timbul akibat kejadian banjir. Menurut kajian literatur, intervensi psikologis pascabencana seperti konseling berdampak positif dalam mengurangi distress psikologis dan gejala trauma pada korban bencana alam. Intervensi psikologis seperti konseling dan terapi perilaku telah terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan mental dan mengurangi gejala stres pascatrauma (Annett Lotzin, 2023).

Konseling individual tidak hanya fokus pada penurunan gejala negatif, tetapi juga membangun ketahanan dan resiliensi korban untuk menghadapi efek jangka panjang banjir. Intervensi ini membantu klien memahami pengalaman mereka, menerima situasi yang terjadi, serta menyusun strategi coping adaptif untuk kembali menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih percaya diri (Annett Lotzin, 2023). Selain itu, pendekatan individual sangat membantu korban dalam mengidentifikasi pikiran dan perasaan maladaptif yang muncul setelah banjir, mengembangkan keterampilan mengatur emosi dan pola pikir yang sehat, mencegah berkembangnya gangguan psikologis yang lebih serius seperti PTSD. Menurut hasil penelitian, konseling traumatik dan layanan psikologis yang tepat dapat membantu korban trauma memperbaiki fungsi mental dan emosional mereka serta kembali menjalani kehidupan normal secara bertahap (Susana Aditiya Wangsanata, 2024).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa korban banjir di Kota Medan mengalami kecemasan, gangguan tidur, dan trauma. Melalui konseling individual, korban dapat mengekspresikan emosi secara aman, memahami kondisi psikologisnya, serta

mengembangkan strategi coping. Pembahasan ini menunjukkan bahwa konseling individual efektif sebagai intervensi pemulihan psikologis pasca bencana karena memberikan pendekatan personal, empatik, dan berkelanjutan.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa bencana banjir memberikan dampak yang signifikan terhadap kehidupan korban, baik dari aspek fisik, ekonomi, psikologis, maupun aktivitas sehari-hari. Korban banjir, seperti Hamdal, Selvira, dan Ismail, menunjukkan respons psikologis berupa kecemasan, ketakutan, dan ketidaktenangan terutama saat hujan deras, yang mengindikasikan adanya dampak trauma pascabencana. Selain itu, banjir juga mengganggu stabilitas ekonomi keluarga dan menuntut korban untuk menyesuaikan kembali rutinitas hidupnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling individual memiliki peran yang sangat penting dalam proses pemulihan psikologis korban pascabanjir. Melalui pendekatan yang bersifat personal, empatik, dan berkelanjutan, konseling individual membantu korban mengekspresikan emosi negatif, memahami kondisi psikologis yang dialami, serta mengembangkan strategi coping yang adaptif. Konseling individual juga berkontribusi dalam meningkatkan resiliensi dan ketahanan diri korban, sehingga mereka mampu kembali menjalani kehidupan sehari-hari dengan lebih tenang dan percaya diri. Oleh karena itu, konseling individual dapat disimpulkan sebagai salah satu intervensi psikologis yang efektif dan relevan untuk diintegrasikan dalam upaya penanganan dan pemulihan korban pascabencana banjir.

Saran

Diperlukan dukungan pemerintah dan lembaga terkait untuk menyediakan layanan konseling pasca bencana secara berkelanjutan.

REFERENSI

- Aditia, B. (2025). Ketahanan mental masyarakat pesisir terhadap banjir rob. *Riksa Cendikia Nusantara*, 1(1), 1–10.
- Ariyanto, S. (2018). *Manajemen bencana: Perspektif kebijakan dan praktik penanggulangan bencana di Indonesia*. Pustaka Ilmu.
- Lestari, D. R., & Rahmah, M. (2023). Pendampingan psikososial pasca bencana banjir pada warga di daerah bantaran sungai. *Jurnal Ilmu Lingkungan*, 2(4), 590–600. <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/ilung/article/view/7344>

- Lotzin, A., Acquarone, D., Ajdukovic, D., Ardino, V., Böttche, M., Bondjers, K., ... Schäfer, I. (2023). Promoting recovery from disasters, pandemics, and trauma: A systematic review of brief psychological interventions to reduce distress in adults, children, and adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(7), Article 5487. <https://doi.org/10.3390/ijerph20075487>
- Mandas, A. L., Mende, D. K., & Korengkeng, Y. (2025). Strategi coping dan pemulihan psikologis penyintas bencana banjir. *Jurnal Talenta Mahasiswa*, 5(2), 120–130.
- Masan, Y. T. (2024). Pelaksanaan konseling traumatik dalam mengatasi kecemasan korban pasca banjir bandang. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 9(1), 45–54.
- Ramayani, S., Sapriha, D., Maltin, S. A., & Dwijaya, S. (2025). Pelaksanaan layanan konseling trauma bagi korban bencana alam di Indonesia: Sebuah studi literatur. *International Seminar of Islamic Counseling and Education Series*, 1(1), 198–208. <https://isices.uin-suska.ac.id/index.php/ISICES/article/view/27>
- Ratnasartika, E., Nugroho, A., & Pratama, R. (2020). Upaya peningkatan kesehatan mental melalui konseling pada masyarakat korban banjir Kelurahan Cawang Jakarta Timur. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita*, 1(1), 1–10.
- Rustam, S. P. (2020). Konseling traumatik dengan pendekatan cognitive behavior therapy bagi korban bencana alam. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 8(1), 55–61.
- Safitri, N. (2018). Crisis and disaster counseling: Peran konselor terhadap korban. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 66–76.
- Wangsanata, S. A., Hidayat, A., & Prakoso, B. (2024). Traumatic counseling: An alternative problem solving post traumatic stress disorder for natural disaster victims in Indonesia. *Jurnal Ilmu Dakwah*, 44(2), 293–310.
- Widayatun, & Fatoni, Z. (2023). Penerapan trauma healing untuk mengatasi kecemasan korban pasca banjir. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 7(5), 457–465. <https://doi.org/10.33084/pengabdianmu.v7i5.3168>
- Yuliana, R., & Hidayat, D. R. (2022). Peran konseling individual dalam pemulihan trauma korban bencana alam. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 7(2), 89–97. <https://journal.stkipangkawang.ac.id/index.php/JBKI/article/view/2871>
- Zakiah, E. (2021). Resiliensi dan post traumatic stress disorder pada penyintas banjir. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 5(2), 250–260. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i2.38423>
- Zulfa, M., & Anwar, K. (2020). Layanan konseling individual dalam pemulihan psikologis korban bencana banjir. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 4(2), 110–118. <https://ojs.unm.ac.id/JKAM/article/view/14735>