

Studi Literatur: Konsep Psikologis Perawat di Masa Pandemi Covid-19

¹ Andria Praghlapati, ²Eni Hidayati

¹² Doktor Ilmu Kedokteran dan Kesehatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang, Indonesia

andria.praghlapati@upi.edu

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 adalah krisis kesehatan besar yang mempengaruhi Dunia saat ini, dengan lebih dari 178.202.610 kasus yang dikonfirmasi dan 3.865.738 kematian akibat penyakit ini telah dilaporkan hingga saat ini. Wabah Covid-19 yang meluas dikaitkan dengan konsekuensi kesehatan mental yang merugikan termasuk bagi perawat. Dengan pemikiran tersebut, literatur yang ada tentang psikologi perawat dalam pandemi Covid-19 diambil melalui pencarian literatur dari database Google Scholar, PubMed, Sciencedirect, Garuda, WHO, dan KEMENKES. Artikel yang diterbitkan diklasifikasikan menurut tema keseluruhan dan diringkas. Literatur yang tersedia hanya muncul dari beberapa negara yang terkena dampak, dan mungkin tidak mencerminkan pengalaman orang yang tinggal di belahan dunia lain. Kesimpulannya, masalah psikologis perawat merupakan respon umum terhadap pandemi COVID-19. Ada kebutuhan untuk penelitian yang lebih representatif dari negara lain yang terkena dampak, terutama pada populasi yang rentan.

Kata Kunci: COVID-19, Perawat, Konsep, Keperawatan, Psikologi

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic is a major health crisis affecting the World today, with over 178,202,610 confirmed cases and 3,865,738 deaths from this disease having been reported to date. The widespread Covid-19 outbreak is associated with adverse mental health consequences including that of nurses. With this in mind, the existing literature on nurse psychology in the Covid-19 pandemic was retrieved through a literature search from the Google Scholar database, PubMed, Sciencedirect, Garuda, WHO, and KEMENKES. Published articles are classified according to the overall theme and are summarized. The available literature emerges from only a few of the countries affected, and may not reflect the experiences of people living in other parts of the world. In conclusion, nurses' psychological problems are a common response to the COVID-19 pandemic. There is a need for more representative research from other affected countries, especially in vulnerable populations.

Keywords: COVID-19, Nurse, Concept, Nursing, Psychology

PENDAHULUAN

COVID-19 berasal dari sekelompok kasus pneumonia yang tidak dapat dijelaskan di Wuhan, Cina, penyakit coronavirus baru – yang secara resmi ditetapkan sebagai COVID-19 oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO)– telah mencapai tingkat pandemi, yang mempengaruhi negara-negara di seluruh dunia (World Health Organization, 2020). Hingga saat ini (21 Juni 2021), lebih dari 178.202.610 kasus terkonfirmasi dan 3.865.738 kematian akibat penyakit ini telah dilaporkan (WHO, 2021). Data di Indonesia hingga saat ini (21 Juni 2021) 2.004.445 kasus positif dan 54.956 kematian akibat penyakit ini (SATGAS COVID-19, 2021).

Di setiap negara, terlepas dari perkembangan sosial ekonomi setiap negara, keperawatan dianggap sebagai garda terdepan yang didedikasikan profesi dalam pencegahan penyakit dan penanggulangan klien selama dan setelah pengobatan penyakit apa pun, termasuk COVID-19 (WHO, 2021). Perawat menjadi bagian penting dalam mengembangkan semua praktik asuhan keperawatan yang relevan dengan manajemen klien dan keamanan kondisi kesehatan dan keperawatan klien.

Meluasnya wabah penyakit menular, seperti COVID-19, dikaitkan dengan tekanan psikologis dan gejala penyakit mental (Bao et al., 2020). Perawat di seluruh dunia harus mewaspadai manifestasi ini, korelasinya, dan strategi untuk mengelolanya yang mencakup kebutuhan populasi tertentu (Yang et al., 2020) dan tindakan pencegahan yang diperlukan untuk menahan penyebaran COVID-19 (Liu et al., 2020).

Pandemi COVID-19 telah dikaitkan dengan gelombang tekanan psikologis berbahaya di antara petugas kesehatan (HCP) di Asia (*Asia-Pacific Health Workers Hit Hard by COVID-19*, 2020). Kelelahan mental, kelelahan, ketakutan, depresi, kecemasan, insomnia, dan tekanan psikologis di antara HCP telah meningkatkan tantangan yang menakutkan selama pandemi COVID-19 (*Asia-Pacific Health Workers Hit Hard by COVID-19*, 2020; *COVID-19 Has Infected Some 570,000 Health Workers and Killed 2,500 in the Americas, PAHO Director Says - PAHO/WHO | Pan American Health Organization*, n.d.; *WHO Calls for Healthy, Safe and Decent Working Conditions for All Health Workers, amidst COVID-19 Pandemic*, n.d.; Tin & Wiwanitkit, 2020). Konsekuensi dari stres tersebut dapat berdampak negatif terhadap keselamatan pasien dan Profesi Kesehatan. Artikel ulasan ini menguraikan mengenai konsep psikologis perawat yang dikaitkan dengan pandemi COVID-19.

Studi literatur ini juga menyadari kekosongan dalam literatur yang ada, yang mungkin perlu diisi dari waktu ke waktu melalui pengalaman klinis dan penelitian yang lebih luas. Dengan mempertimbangkan tujuan di atas, tinjauan saat ini dirancang untuk merangkum literatur yang ada yang membahas masalah psikologis perawat terkait dengan pandemi COVID-19.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan literature review dengan mengidentifikasi, evaluasi dan interpretasi hasil penelitian dan laporan resmi sebelumnya yang berkaitan dengan judul atau topik yang diteliti. Literature review merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk mensintesis hasil penelitian primer sehingga bisa menyajikan fakta komprehensif. 1) pencarian topik dan kepustakaan untuk penentuan judul. 2) pencarian kepustakaan untuk isi dan hasil. 3) membandingkan hasil masing-masing kepustakaan 4) menarik kesimpulan berdasarkan hasil. Strategi yang digunakan adalah dengan pencarian artikel menggunakan database yaitu Google Scholar, Pubmed, sciencedirect, Garuda, website WHO, dan KEMENKES.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Covid-19

COVID-19 atau “the COVID-19 virus” merupakan singkatan dari Coronavirus Disease 2019. COVID-19 adalah penyakit menular yang mirip dengan influenza yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) (WHO, 2020). Infeksi virus umumnya dikaitkan dengan infeksi saluran pernapasan bagian atas, yang tanda dan gejalanya

biasanya meliputi demam, sakit kepala, dan batuk; beberapa pasien mungkin memiliki infeksi saluran pernapasan bawah.

Penyakit Coronavirus (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona yang baru ditemukan. Kebanyakan orang yang terinfeksi virus COVID-19 akan mengalami penyakit pernapasan ringan hingga sedang dan sembuh tanpa memerlukan perawatan khusus. Orang tua, dan mereka yang memiliki masalah medis seperti penyakit kardiovaskular, diabetes, penyakit pernapasan kronis, dan kanker lebih mungkin untuk mengembangkan penyakit serius. Cara terbaik untuk mencegah dan memperlambat penularan adalah dengan mengetahui dengan baik tentang virus COVID-19, penyakit yang disebabkan, dan bagaimana penyebarannya. Lindungi diri dan orang lain dari infeksi dengan mencuci tangan atau menggunakan gosok berbasis alkohol sesering mungkin dan tidak menyentuh wajah (WHO, 2020).

Virus COVID-19 menyebar terutama melalui tetesan air liur atau cairan dari hidung saat orang yang terinfeksi batuk atau bersin, jadi harus mempraktikkan etika pernapasan (misalnya, dengan batuk ke siku yang tertekuk). Saat ini, belum ada vaksin atau perawatan khusus untuk COVID-19. Namun, ada banyak uji klinis yang sedang berlangsung yang mengevaluasi pengobatan potensial. WHO akan terus memberikan informasi terbaru segera setelah temuan klinis tersedia.

Untuk mencegah infeksi dan memperlambat penularan COVID-19, lakukan hal berikut:

1. Cuci tangan secara teratur dengan sabun dan air, atau bersihkan dengan antiseptik berbasis alkohol.
2. Jaga jarak setidaknya 1 meter dan orang yang batuk atau bersin.
3. Hindari menyentuh wajah.
4. Tutupi mulut dan hidung saat batuk atau bersin.
5. Tetap di rumah jika merasa tidak enak badan.
6. Menahan diri dari merokok dan aktivitas lain yang melemahkan paru-paru.
7. Berlatihlah menjaga jarak secara fisik dengan menghindari perjalanan yang tidak perlu dan menjauh dari sekelompok besar orang.

COVID-19 memengaruhi orang yang berbeda dengan cara yang berbeda. Kebanyakan orang yang terinfeksi akan mengembangkan penyakit ringan hingga sedang dan pulih tanpa dirawat di rumah sakit.

Tabel 1 Gejala Penyakit COVID-19

Gejala paling umum:	Gejala yang kurang umum:	Gejala serius:
demam.	sakit dan nyeri.	kesulitan bernapas atau sesak napas.
batuk kering.	sakit tenggorokan.	nyeri atau tekanan dada.
kelelahan.	diare.	kehilangan bicara atau gerakan.
	konjungtivitis.	
	sakit kepala.	

kehilangan rasa atau bau.

ruam pada kulit, atau
perubahan warna pada jari
tangan atau kaki.

Sumber: (WHO, 2020)

Cari pertolongan medis segera jika mengalami gejala serius. Selalu hubungi sebelum mengunjungi dokter atau fasilitas kesehatan. Orang dengan gejala ringan yang sebenarnya sehat harus mengelola gejalanya di rumah. Rata-rata diperlukan waktu 5–6 hari sejak seseorang terinfeksi virus untuk menunjukkan gejala, namun dapat memerlukan waktu hingga 14 hari.

2. Teori Keperawatan tentang Respon Psikologis

Salah satu teori keperawatan yang membahas aspek psikologis yaitu teori Callista Roy. Sister Calista Roy mengembangkan model adaptasi dalam keperawatan pada tahun 1964. Model ini banyak digunakan sebagai falsafah dasar dan model konsep dalam pendidikan keperawatan. Model adaptasi Roy adalah system model yang esensial dalam keperawatan (Asmadi, 2008)(Sudarta, 2015). asumsi dasar model adaptasi Roy menurut (Sudarta, 2015):

- a. Manusia adalah keseluruhan dari biopsikologi dan social yang terus-menerus berinteraksi dengan lingkungan.
- b. Manusia menggunakan mekanisme pertahanan untuk mengatasi perubahan-perubahan biopsikosial.
- c. Setiap orang memahami bagaimana individu mempunyai batas kemampuan untuk beradaptasi. Pada dasarnya manusia memberikan respon terhadap semua rangsangan baik positif maupun negatif.
- d. Kemampuan adaptasi manusia berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya, jika seseorang dapat menyesuaikan diri dengan perubahan maka ia mempunyai kemampuan untuk menghadapi rangsangan baik positif maupun negatif.

3 Dampak Psikologis Perawat terhadap Pengelolaan penyakit

Secara umum, dampak psikologis yang dapat dialami oleh perawat terhadap pengelolaan penyakit-penyakit yang sifatnya pandemik dapat berupa kecemasan, ketakutan, dan kepanikan yang merupakan bagian dari risiko kesehatan mental yang tidak bisa dihindarkan oleh perawat. Risiko psikologis dapat menyebabkan kondisi terburuk dalam kesehatan seseorang. Dalam keperawatan, keadaan sehat dan sakit jiwa merupakan suatu rentang yang dinamis dari kehidupan seseorang. Keadaan psikis pasien sangat besar pengaruhnya terhadap kedinamisan dari rentang sehat sakit jiwa. Seseorang mengalami stres yang berat dimana pasien mengalami kehilangan kesehatan, kehilangan kemandirian, kehilangan rasa nyaman, dan rasa sakit akibat penyakit yang dideritanya (Happell, 2009).

4 Pengelolaan dampak psikologis pada Perawat

Ketika merawat pasien, perawat dituntut untuk secara seimbang memenuhi kebutuhan psikis dan emosional dirinya maupun pasien dan keluarganya. Untuk mencapai keseimbangan

ini perawat harus mempunyai pengetahuan tentang bagaimana keperawatan yang dialami memengaruhi kesehatan psikososial pasien, keluarga, dan petugas kesehatan (Happell, 2009).

5 Konsep Psikologis COVID-19

Psikologis COVID-19 merupakan kondisi dibawah tekanan yang dialami oleh semua orang pada masa COVID-19 (WHO, 2020). Cukup normal untuk merasa seperti ini dalam situasi saat ini. Stres dan perasaan yang terkait dengannya sama sekali bukan cerminan bahwa seseorang tidak dapat melakukan pekerjaan atau bahwa seseorang lemah. Mengelola kesehatan mental dan psikososial selama ini sama pentingnya dengan mengelola fisik kesehatan (Keliat et al., 2020).

WHO (2020) membuat strategi penanggulangan yang membantu menjaga kesehatan mental dan psikososial pada tenaga kesehatan seperti memastikan kecukupan istirahat dan istirahat selama bekerja atau di antara shift, makan makanan yang cukup dan sehat, terlibat dalam aktivitas fisik, dan tetap berhubungan dengan keluarga dan teman. Hindari menggunakan strategi koping yang tidak membantu seperti penggunaan tembakau, alkohol atau obat lain. Dalam jangka panjang, ini bisa memperburuk mental dan fisik kesejahteraan tenaga kesehatan. Wabah COVID-19 adalah skenario unik dan belum pernah terjadi sebelumnya bagi banyak pekerja, terutama jika mereka tidak terlibat dalam tanggapan serupa. Meski begitu, menggunakan strategi yang bekerja efektif di masa lalu untuk mengelola saat-saat stres dapat bermanfaat di masa sekarang. Diri tenaga kesehatan adalah orang yang paling banyak mungkin tahu bagaimana bisa menghilangkan stres dan tidak perlu ragu-ragu menjaga diri sendiri secara psikologis baik. Ini bukan sprint maraton.

Beberapa petugas layanan kesehatan mungkin mengalami penghindaran oleh keluarga atau komunitas mereka karena stigma atau ketakutan. Ini dapat membuat situasi yang sudah menantang menjadi jauh lebih sulit. Jika memungkinkan, Tetap terhubung dengan orang yang dicintai, termasuk melalui metode digital, adalah salah satu cara untuk mempertahankan hubungan. Hubungi kolega, manajer, atau orang tepercaya lainnya untuk mendapatkan dukungan sosial - rekan kerja mungkin memiliki pengalaman serupa.

Gunakan cara yang dapat dimengerti untuk berbagi pesan dengan orang-orang dengan intelektual, kognitif dan disabilitas psikososial. Jika memungkinkan, sertakan bentuk komunikasi yang tidak hanya mengandalkan informasi tertulis. Mengetahui cara memberikan dukungan kepada orang-orang yang terkena COVID-19 dan mengetahui cara menghubungkan mereka dengan sumber daya yang tersedia. Ini sangat penting bagi mereka yang membutuhkan kesehatan mental dan dukungan psikososial. Stigma yang terkait dengan masalah kesehatan mental dapat menyebabkan keengganan untuk melakukannya mencari dukungan untuk COVID-19 dan kondisi kesehatan mental (WHO, 2020).

KESIMPULAN

Konsep psikologis perawat di masa pandemi Covid-19 perlu menjadi perhatian utama dalam kondisi saat ini. Pentingnya menjaga Kesehatan mental dan dukungan psikososial dalam menjaga psikologis perawat di masa pandemi Covid-19. Kami berharap temuan sintesis pengetahuan ini akan bermanfaat bagi masyarakat dan mempromosikan kesehatan mental perawat di Indonesia selama pandemi.

REFERENSI

- Asia-Pacific health workers hit hard by COVID-19.* (2020). <https://www.aa.com.tr/en/asia-pacific/asia-pacific-health-workers-hit-hard-by-covid-19/1873247>
- Asmadi. (2008). *Konsep Dasar Keperawatan* - Google Books. https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=O3y5bNnwND0C&oi=fnd&pg=PA1&dq=Asmadi,+2008&ots=1Rqnh1xO2O&sig=F5D5L_9P7w2O9-KaoKjTDGFC8I0&redir_esc=y#v=onepage&q=Asmadi%2C%202008&f=false
- Bao, Y., Sun, Y., Meng, S., Shi, J., & Lu, L. (2020). 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. *The Lancet*, 395(10224), e37–e38.
- COVID-19 has infected some 570,000 health workers and killed 2,500 in the Americas, PAHO Director says - PAHO/WHO | Pan American Health Organization.* (n.d.). Retrieved June 22, 2021, from <https://www.paho.org/en/news/2-9-2020-covid-19-has-infected-some-570000-health-workers-and-killed-2500-americas-paho>
- Happell, B. (2009). A model of preceptorship in nursing: Reflecting the complex functions of the role. *Journals.Lww.Com*.
- Keliat, B. A., Marlina, T., Windarwati, H. D., Mubin, M. F., Sodikin, M. A., Kristaningsih, T., D, A. P., Trihadi, D., & Kembaren, L. (2020). Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial COVID-19 : Keperawatan Jiwa. In *30 April 2020*.
- Liu, S., Yang, L., Zhang, C., Xiang, Y. T., Liu, Z., Hu, S., & Zhang, B. (2020). Online mental health services in China during the COVID-19 outbreak. In *The Lancet Psychiatry* (Vol. 7, Issue 4, pp. e17–e18). Elsevier Ltd. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30077-8](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30077-8)
- SATGAS COVID-19. (2021). *3T (Testing, Tracing, Treatment) - Masyarakat Umum | Covid19.go.id*. Satuan Tugas Penanganan COVID-19.
- Sudarta, I. (2015). *Manajemen Keperawatan; Penerapan Teori Model dalam Pelayanan Keperawatan*.
- Tin, S. S., & Wiwanitkit, V. (2020). Uncommon atypical presentations of COVID-19: Important and should not be under recognized! *Journal of Health Science and Medical Research*, 38(2), 153–158. <https://doi.org/10.31584/jhsmr.2020733>
- WHO. (2021). WHO Coronavirus (COVID-19) Dashboard Global Situation. WHO.
- WHO calls for healthy, safe and decent working conditions for all health workers, amidst COVID-19 pandemic.* (n.d.). Retrieved June 22, 2021, from <https://www.who.int/news/item/28-04-2020-who-calls-for-healthy-safe-and-decent-working-conditions-for-all-health-workers-amidst-covid-19-pandemic>
- World Health Organization. (2020). WHO Timeline - COVID-19. *Who*.
- Yang, Y., Li, W., Zhang, Q., Zhang, L., Cheung, T., & Xiang, Y. T. (2020). Mental health services for older adults in China during the COVID-19 outbreak. In *The Lancet Psychiatry* (Vol. 7, Issue 4, p. e19). Elsevier Ltd. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30079-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30079-1)