

DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf13nk123>

Pengaruh Pelatihan Intervensi Psikososial terhadap Pengetahuan Perawat Covid-19 di UPT RSUD Sayang Rakyat Makassar

Rosyidah Arafat

Departemen Keperawatan Medikal Bedah, Fakultas Keperawatan, UNHAS; shekawai@yahoo.co.id
(koresponden)

Ariyanti Saleh

Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, UNHAS; ariyantisaheh@unhas.ac.id

Hapsah

Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, UNHAS; hapsah_hhj@yahoo.com

Akbar Harisa

Departemen Keperawatan Jiwa, Fakultas Keperawatan, UNHAS; akbar.harisa.unhas@gmail.com

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has put health workers, especially nurses on the front line, in a condition that is very vulnerable to infection and experiencing mental problems. Therefore, psychosocial intervention training is needed for nurses to reduce psychological stress, physical symptoms and improve coping. This experimental study applied a pretest and posttest design without a control group. The research subjects were 50 nurses who were selected using the total population sampling technique. Data were collected through filling out a questionnaire containing: spiritual intervention, positive thinking, and relaxation techniques. The training was carried out for 2 sessions (2 days). Questionnaires were given in the pretest and posttest phases. The results showed that before psychosocial training the average knowledge of nurses about spiritual intervention was 1.58, and increased after the intervention was 1.9. The average knowledge of nurses about positive thinking is 1.52, and has increased after the intervention to 1.74. Knowledge of relaxation techniques increased from 1.64 to 1.98. Furthermore, it was concluded that psychosocial intervention training could increase the knowledge of Covid-19 nurses, so that they could independently improve their mental health in dealing with pandemic situations.

Keywords: Covid-19 nurse; training; psychosocial interventions; knowledge

ABSTRAK

Kondisi pandemi Covid-19 membuat tenaga kesehatan khususnya perawat sebagai garda terdepan berada pada kondisi yang sangat rentan terinfeksi dan mengalami masalah mental. Oleh karena itu diperlukan pelatihan intervensi psikososial bagi perawat untuk mengurangi tekanan psikologis, gejala fisik dan meningkatkan coping. Penelitian eksperimental ini menerapkan rancangan *pretest and posttest without control group*. Subyek penelitian adalah 50 perawat yang dipilih dengan teknik total population sampling. Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner yang berisi tentang: intervensi spiritual, berpikir positif, dan teknik relaksasi. Pelatihan dilaksanakan selama 2 sesi (2 hari). Kuesioner diberikan pada fase *pretest* dan *posttest*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pelatihan psikososial rerata pengetahuan perawat tentang intervensi spiritual adalah 1,58, dan mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi menjadi 1,9. Rerata pengetahuan perawat tentang berpikir positif adalah 1,52, dan mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi menjadi 1,74. Pengetahuan tentang teknik relaksasi meningkat dari 1,64 menjadi 1,98. Selanjutnya disimpulkan bahwa pelatihan intervensi psikososial dapat meningkatkan pengetahuan perawat Covid-19, sehingga mereka dapat secara mandiri dapat meningkatkan kesehatan mental dalam menghadapi situasi pandemi.

Kata kunci: perawat Covid-19; pelatihan; intervensi psikososial; pengetahuan

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pandemi penyakit corona virus menjadi masalah kesehatan secara global. Dalam beberapa minggu setelah wabah terjadi di Cina, penyebaran Covid-19 terjadi di hampir semua negara di dunia yang mengakibatkan tingginya jumlah kasus dan kematian, termasuk di Indonesia. ⁽¹⁾ Penyebaran covid di Indonesia mengalami peningkatan yang signifikan, data pada pertengahan bulan januari 2021 menunjukkan kasus covid-19 sebanyak 939.948 orang, meninggal dunia sebanyak 26857 orang. ⁽²⁾

Kondisi pandemi ini membuat tenaga kesehatan khususnya perawat sebagai garda terdepan berada pada kondisi yang sangat rentan terinfeksi dan mengalami masalah mental. Perawat 24 jam bersama pasien dibandingkan dengan tenaga kesehatan lainnya. Perawat yang menangani pasien Covid-19 di rumah sakit mengalami tingkat depresi, kecemasan dan stres yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan perawat di area yang lain. ^(3,4) Hal ini disebabkan karena mereka memiliki risiko tinggi potensi terinfeksi virus, perlindungan yang tidak memadai, jam kerja yang panjang, kelelahan fisik dan mental, diskriminasi, isolasi, perawatan pasien yang kompleks, dan kurangnya kontak dengan keluarga menambah kerentanan penyebab stres bagi perawat. ⁽⁵⁾ Adanya

masalah emosional ini berdampak terhadap kualitas pelayanan, produktifitas kerja, kualitas hidup perawat dan tingginya burnout syndrome, 83% tenaga kesehatan mengalami burnout syndrome derajat sedang dan berat. ⁽⁶⁾

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa perawat di UPT RS Sayang Rakyat yang merawat di ruang isolasi Covid-19 menyatakan bahwa mereka merasa lelah, capai, stress dengan beban dan risiko pekerjaan yang harus dihadapi setiap harinya, mereka merasa sedih tidak bisa bertemu dengan keluarga secara penuh seperti biasanya karena harus menjalani karantina, dan jika ingin pulang kerumah terkadang juga diliputi rasa cemas akan membawa risiko penularan bagi orang-orang yang dicintainya, sehingga sangat dibutuhkan kemampuan adaptasi psikososial perawat dalam menghadapi pandemi Covid-19.

Untuk mengatasi fenomena di atas, Kementerian Kesehatan RI telah mengeluarkan pedoman dukungan kesehatan jiwa dan psikososial pada masa pandemi Covid-19 ⁽⁷⁾ melalui berbagai intervensi psikososial yaitu melatih kemampuan adaptasi, membangun pikiran, perasaan, dan kebiasaan hidup positif, mendapatkan dukungan sosial, serta memperkuat keyakinan spiritual yang akan membantu menemukan makna hidup. Tujuan dari intervensi psikososial ini adalah untuk mengurangi tekanan psikologis, gejala fisik dan meningkatkan coping dan perawat perlu mengetahui hal tersebut. Namun saat ini, pelatihan terkait intervensi psikososial pada perawat dan dampaknya masih terbatas, khusus di UPT RSUD Sayang Rakyat pelatihan ini belum pernah dilakukan, padahal rumah sakit ini merupakan salah satu rujukan Covid-19 terbesar di Kota Makassar. Oleh karena itu, penelitian tentang pengaruh pelatihan intervensi psikososial terhadap pengetahuan perawat Covid-19 tentang dukungan psikososial perlu dilakukan.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengetahuan perawat Covid-19 tentang dukungan psikososial sebelum dan setelah pelatihan dukungan psikososial di UPT RS Sayang Rakyat.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental semu dengan ranangan *pretest and post test without control group* yang dilaksanakan pada bulan Mei 2021. Populasi target dalam penelitian ini adalah perawat yang menangani pasien Covid-19 di UPT RS Sayang Rakyat Makassar sebanyak 50 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total population sampling*, sehingga semua populasi menjadi sampel pada penelitian ini yaitu 50 orang perawat yang sesuai dengan kriteria populasi, yaitu perawat yang telah merawat pasien Covid-19 minimal 14 hari, dan bersedia mengikuti pelatihan secara penuh.

Sebelum dilakukan pelatihan intervensi psikososial, kuesioner pengetahuan tentang dukungan psikososial diberikan kepada 50 orang perawat (*pretest*). Instrumen penelitian yang digunakan berupa kuesioner yang dikembangkan sendiri, terdiri atas 10 item pertanyaan yang meliputi berpikir positif (3 item), intervensi spiritual (4 item) dan teknik relaksasi (3 item). Selanjutnya dilaksanakan pelatihan dengan topik: teknik relaksasi, teknik berpikir positif, dan cara meningkatkan spiritual positif, selama 2 sesi dengan 6 jam pertemuan di setiap sesi. Setelah dilaksanakan pelatihan, perawat diberi kuesioner pengetahuan tentang dukungan psikososial untuk *posttest*. Selanjutnya dilakukan analisis data secara deskriptif berupa distribusi frekuensi, dan dilanjutkan analisis perbedaan tingkat pengetahuan menggunakan *paired sample t-test*.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Direktur UPT RS Sayang Rakyat pada tanggal 28 April 2021, dan semua partisipan yang terlibat dalam penelitian ini telah menandatangani pernyataan persetujuan.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik responden (n = 50)

Karakteristik responden	Frekuensi	Presentase
Agama		
Islam	43	86
Kristen Protestan	5	10
Katolik	2	4
Jenis kelamin		
Perempuan	38	76
Laki-laki	12	24
Usia		
21 -30 tahun	8	16
31- 40 tahun	38	76
>40 tahun	4	8
Pendidikan		
Ners	32	64
D3	18	36
Status pernikahan		
Menikah	39	78
Belum menikah	7	24
Janda/Duda	4	8
Lama kerja sebagai perawat		
Kurang 10 tahun	16	32
Lebih 10 tahun	34	68

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden beragama Islam (86%), berjenis kelamin perempuan (76%), dengan usia mayoritas adalah 31 sampai 40 tahun (76%). Adapun pendidikan terakhir sebagian besar Ners (64%) dengan lama kerja sebagai perawat mayoritas lebih dari 10 tahun (68%).

Tabel 2. Perbedaan pengetahuan perawat Covid-19 UPT RS Sayang Rakyat tentang intervensi spiritual, berpikir positif, teknik relaksasi *pretest* dan *posttest* pelatihan intervensi psikososial (n = 50)

Variabel	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>p value</i>
	<i>Mean±SD</i>	<i>Mean±SD</i>	
Pengetahuan tentang intervensi spiritual	1.58±0.6	1.9±0.64	0,001
Pengetahuan tentang berpikir positif	1.52±0.54	1.74±0.53	0,01
Pengetahuan tentang teknik relaksasi	1.64±0.56	1.98±0.51	0,001

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa sebelum intervensi rerata pengetahuan perawat tentang intervensi spiritual adalah 1,58, dan mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi menjadi 1,9. Rerata pengetahuan perawat tentang berpikir positif adalah 1,52, dan mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi menjadi 1,74; demikian juga pada aspek pengetahuan tentang teknik relaksasi ada perubahan dari 1,64 menjadi 1,98.

Tabel 3. Perbedaan pengetahuan perawat Covid-19 UPT RS Sayang Rakyat tentang dukungan psikososial *pretest* dan *posttest* pelatihan intervensi psikososial (n = 50)

Variabel	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>p value</i>
	<i>Mean±SD</i>	<i>Mean±SD</i>	
Pengetahuan dukungan psikososial	4.78 ± 1.29	5.62 ± 1.3	0,00

Dari tabel 3 dapat dilihat bahwa berdasarkan hasil analisa bivariat uji *paired sample t-test* didapatkan hasil nilai $p = 0,000$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara peningkatan pengetahuan perawat Covid-19 tentang dukungan psikososial sebelum dan setelah pelatihan intervensi psikososial.

PEMBAHASAN

Temuan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan perawat covid-19 tentang intervensi spiritual, berpikir positif dan teknik relaksasi setelah dilakukan pelatihan intervensi psikososial. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wardah, et al. ⁽⁸⁾ yang menggambarkan bahwa Setelah dilakukan intervensi berupa peningkatan pengetahuan perawat tentang aspek spiritual pada asuhan keperawatan melalui miniworkshop, terjadi peningkatan skor jawaban pada *posttest*, yaitu 5,41 pada *pretest* menjadi 7,41. Dari hasil analisa data yang dilakukan dari total 22 orang responden, 17 orang (77%) mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah dilakukan intervensi, 3 orang mengalami penurunan skor dan 2 orang lainnya memiliki skor yang sama, demikian juga dalam penelitian Zamanzadeh, et al. ⁽⁹⁾ yang menyatakan terdapat 3 faktor yang berkontribusi terhadap penerapan asuhan keperawatan yang holistik yaitu sistem pendidikan yang terstruktur, lingkungan yang profesional serta kepribadian seseorang. Untuk meningkatkan pengetahuan perawat dalam intervensi psikososial dibutuhkan pelatihan yang terstruktur dan kontinu.

Melhem, et al. dalam penelitiannya menyebutkan bahwa persepsi 440 perawat terhadap kebutuhan dan perawatan spiritual pasien menekankan perlunya pelatihan dan pendidikan lebih lanjut tentang aspek spiritual pada perawat. ⁽¹⁰⁾ Perawat mampu melakukan konseling dengan baik apabila didukung oleh pelatihan secara kontinyu, sehingga akan timbul rasa percaya diri, kenyamanan dalam melakukan layanan ini. Apabila aspek psikososial seseorang dalam respon positif maka berdampak baik bagi dirinya dan orang disekitarnya. ⁽¹¹⁾

Pelatihan merupakan salah satu usaha untuk mengajarkan pengetahuan, keterampilan dan sikap untuk melaksanakan suatu pekerjaan yang berhubungan dengan tugas tertentu ⁽⁷⁾. Pada pelatihan intervensi psikososial, berpikir positif merupakan salah satu aspek yang ditekankan. Berpikir positif adalah suatu keterampilan kognitif yang dapat dipelajari melalui pelatihan. Pada prinsipnya melalui pelatihan berpikir positif diharapkan subjek mengalami proses pembelajaran keterampilan kognitif dalam memandang peristiwa yang dialami. Berpikir positif mempunyai peran dapat membuat individu menerima situasi yang tengah dihadapi secara lebih positif ⁽¹²⁾. Kondisi ini sangat dibutuhkan oleh perawat dalam menghadapi risiko kerentanan terpapar dan menularkan kepada anggota keluarga pada saat merawat pasien Covid-19.

Selain itu, salah satu terapi perilaku yang dilakukan dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik relaksasi, yang merupakan teknik self-control, dimana teknik relaksasi berguna untuk meregulasi emosi dan fisik individu dari kecemasan, ketegangan, stres dan lainnya ⁽¹³⁾. Secara fisiologis, pelatihan relaksasi memberikan respons relaks, dimana dapat diidentifikasi dengan menurunnya tekanan darah, detak jantung dan meningkatkan resisten kulit. Pada dasarnya teknik relaksasi termasuk ke dalam pendekatan terapi perilaku,

dengan teknik-teknik yang dikembangkan terfokus pada komponen yang berulang, misalnya kata-kata, suara, prayer phrase, body sensation atau aktivitas otot⁽¹³⁾. Teknik relaksasi yang dilakukan pada pelatihan ini dapat diaplikasikan oleh perawat setiap saat, ketika mengalami kelelahan, stress dan cemas dalam merawat pasien Covid-19.

Penelitian yang dilakukan oleh Tombakan⁽¹⁴⁾ menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pengetahuan perawat, tingkat pendidikan perawat, serta tingkat keterampilan perawat dengan penerapan asuhan keperawatan. Faktor psikososial yang dirasakan oleh para perawat pelaksana di ruang rawat inap disebabkan banyaknya pekerjaan yang harus dilakukan perawat dalam satu waktu sehingga fokus dan interaksi dalam melakukan pekerjaan semakin berkurang. Adanya keterbatasan waktu dalam komunikasi dengan dokter mengenai kondisi pasien dan kurangnya komunikasi dengan perawat pada shift sebelumnya membuat para perawat merasa terhambat dalam melakukan pekerjaannya, terutama dalam membaca data yang berkaitan dengan pasien. Jika komunikasi tidak diperbaiki, maka hal tersebut dapat berdampak pada keputusan yang tidak maksimal terkait penanganan pasien. Dalam waktu-waktu tertentu, tingkat stress yang di alami perawat dapat disebabkan oleh adanya kegiatan lain bersifat resmi yang dilakukan sebelum bekerja (misalnya kegiatan pelatihan untuk para perawat). Hal tersebut dapat berdampak pada kinerja perawat karena perawat merasa tingkat fokusnya berkurang dan mengalami kelelahan setelah menjalani pelatihan⁽¹⁵⁾.

KESIMPULAN

Pelatihan intervensi psikososial ini dapat menjadi salah satu bentuk upaya untuk mengatasi masalah mental yang dihadapi perawat covid-19 dimasa pandemic. Institusi pelayanan kesehatan diharapkan dapat memberikan pelatihan secara kontinu tentang intervensi psikososial kepada perawat agar kesehatan mental tetap terjaga yang akan berkontribusi terhadap kualitas layanan yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Khan S, Siddique R, Li1 H, Ali A, Shereen MA, Bashir N, Xue M. Impact of coronavirus outbreak on psychological health. *Journal of Global Health*. 2020;10(1).
2. Kemenkes RI. Situasi Perkembangan Novel Corona Virus. Jakarta: Kemenkes RI; 2021.
3. Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, Rubin GJ. The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*. 2020;395:912–20.
4. Master AN, Su X, Zhang S, Guan W, Li J. Psychological impact of COVID-19 outbreak on frontline nurses: A cross-sectional survey study. *Journal of clinical nursing*. 2020;29:21-22.
5. Hu D, Yong Y, Li W, Han Q, Zhang X, Zhu LX. Frontline nurses's burnout, anxiety, depression and fear statutes and they associated factor during on the covid-19 outbreaks in Wuhan. *Clinical Medicine*. 2020;24:100424.
6. Soemarmo D. Burnout syndrome petugas kesehatan di masa pandemi Covid-19. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia; 2020.
7. Kemenkes RI. Pedoman dukungan kesehatan jiwa dan Psikososial pada Pandemi Covid-19. Jakarta: Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan Napza, Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, Kementerian Kesehatan RI; 2020.
8. Wardah, Febtrina R, Dewi E. Pengaruh pengetahuan perawat terhadap pemenuhan terhadap pemenuhan perawatan spiritual pasien diruang Intensif. *Jurnal Endurance*. 2017;2(3):436-443.
9. Zamanzadeh V, Jasemi M, Valizadeh L, Keogh B, FT. Effective factors in providing holistic care: a qualitative study. *Indian J Palliat Care*. 2015;21(2):214-224.
10. Melhem GA, Zeilani RS, Zaqqout OA, Aljwad AI, Shawagfeh MQ, A R M. Nurses perceptions of spirituality and spiritual care giving: A comparison study among all health care sectors in Jordan. *Indian J Palliat Care*. 2017;22(1):42–49.
11. Aji LAW. Gambaran aspek psikososial dan pengetahuan perawat pemberi layanan provider initiated counseling and Testing HIV di RSUD Fak-Fak. Makassar: Repository Universitas Hasanuddin; 2020.
12. Virgonita M, Linayaningsih F. Efektivitas pelatihan berpikir positif sebagai stragtegi koping stress pada guru sekolah dasar anak berkesulitan belajar. *Jurnal Dinamika Sosial Budaya*. 2016;18(2).
13. Kazdin. *Behavior Modification in Applied Setting*. Wadsworth/ Thompson Learning USA; 2001.
14. Tombakan M. Faktor-faktor yang mempengaruhi perawat dalam penerapan asuhan keperawatan keluarga di wilayah kerja Puskesmas Samata Kelurahan Remang Polong Kecamatan Somba Opu Kabupaten Gowa Tahun 2012. *Jurnal Ilmiah Politeknik Kesehatan Makassar*. 2013;3(6).
15. Iridiastadi H, Septiawati V, Yuliani ENS, Hernadewita. *Jurnal Ergonomi Indonesia*. 2020;6(1).