BEBAN KERJA PERAWAT DENGAN KESEHATAN MENTAL PERAWAT PADA MASA PANDEMI COVID-19

Said Mardijanto[1]
Universitas dr.Soebandi
Corresponding Email : mardijantosaid@gmail.com

M.Elyas Arif Budiman[2]
Universitas dr.Soebandi
Email : elyasarif92@gmail.com

Emi Eliya Astutik[3]
Universitas dr.Soebandi
Email : emieliya2002@gmail.com

Achmad Ali Basri[4]
Puskesmas Jenggawah
Email : ners.achmad.ali@gmail.com

ABSTRAK

Bekerja di tengah perhatian media dan publik yang intens, durasi kerja panjang, masif, dan belum pernah terjadi sebelumnya pada perawat memiliki implikasi tambahan dalam memicu terjadinya masalah kesehatan mental. Stigmatisasi yang ada menjadikan perawat sebagai pembawa virus merupakan sikap yang memicu terjadinya gangguan mental. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja perawat dengan kesehatan mental perawat pada masa pandemi Covid-19. Desain penelitian ini menggunakan korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 responden dengan menggunkan teknik *purposive sampling* kemudian data dianalisis menggunakan uji spearman rho. Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa beban kerja perawat berada pada kategori beban kerja yang berat selama pandemi covid-19 dengan persentase sebanyak 75% dan kesehatan mental perawat selama pandemi paling banyak dengan kesehatan mental sedang sebanyak 70,0%. Kemudian dari hasil uji bivariat menunjukkan nilai signifikan 0,019 dimana nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja perawat dengan kesehatan mental perawat. Beban kerja yang berlebih pada perawat dapat memicu timbulnya stres dan *burnout*. Perawat yang mengalami stres dan burnout memungkinkan mereka untuk tidak dapat menampilkan performa secara efektif dan efisien dikarenakan kemampuan fisik dan kognitif mereka menjadi berkurang.

Kata Kunci : beban kerja, kesehatan mental, perawat

ABSTRACT

Working in the midst of intense media and public attention, long, massive and unprecedented work duration on nurses has additional implications in triggering mental health problems. The existing stigmatization of nurses as carriers of the virus is an attitude that triggers mental disorders. The purpose of this study was to determine the relationship between the workload of nurses and the mental health of nurses during the Covid-19 pandemic. The design of this study was correlational with a cross sectional approach. The number of samples in this study were 40 respondents using purposive sampling technique and then the data were analyzed using the Spearman Rho test. Based on the results of statistical tests, it shows that the workload of nurses is in the heavy workload category during the covid-19 pandemic with a percentage of 75% and the mental health of nurses during the pandemic is the most with moderate mental health as much as 70.0%. Then the results of the bivariate test showed a significant value of 0.019 where this value indicated that there was a relationship between the workload of nurses and the mental health of nurses. Excessive workload on nurses can trigger stress and burnout. Nurses who experience stress and burnout allow them to be unable to perform effectively and efficiently because their physical and cognitive abilities are reduced.

Keywords : mental health, nurses, workload

PENDAHULUAN

Covid-19 menjadi masalah global yang harus segera ditangani sejak ditemukan di Wuhan China pada bulan Desember 2019. Penambahan jumlah kasus pasien Covid- 19 meningkat dan terjadi penyebaran ke luar wilayah Wuhan ke negara lain. Secara global pada bulan Juli terkonfirmasi kasus di 216 negara dan terdapat 10.357.662 kasus. Dimana 508.055 kasus diantaranya meninggal dunia. Dii Indonesia pertanggal 1 Juli 2020 terdapat 57.770 positif Covid-19. Dilaporkan 25.595 kasus sembuh dan 2.934 pasien meninggal (Lai et al., 2020)

Bekerja di tengah perhatian media yang intens, lama bekerja yang panjang, masif, dan belum pernah terjadi sebelumnya pada beberapa tenaga kesehatan memiliki implikasi tambahandalam memicu terjadinya efek psikologis negatif termasuk gangguan emosional, depresi, stres, suasana hati rendah, lekas marah, serangan panik, fobia, gejala, insomnia, kemarahan,dan kelelahan (Huang et al., 2020). Stigmatisasi yang diterima dan menjadikanpara tenaga medis seakan-akan pembawa virus merupakan sikap yang bisa memicu terjadinya gangguan psikologis pada tim medis (Abudi et al., 2020)

Beban kerja perawat merupakan volume kerja perawat di sebuah unit rumah sakit. Sedangkan volume kerja perawat merupakan waktu yang dibutuhkan untuk menangani pasien perhari. Beban kerja penting diketahui sebagai dasar untuk mengetahui kapasitas kerja perawat agar terdapat keseimbangan antara tenaga perawat dengan beban kerja (Purba, 2015).

Beban kerja perawat dirumah sakit meliputi beban kerja fisik maupun mental. Beban kerja fisik seperti mengangkat pasien, memasang infus, melakukan pasien dan memasang oksigen. Sedangkan beban kerja yang bersifat mental berupa kompleksitas pekerjaan, mempersiapkan mental dan rohani pasien dan keluarga terutama yang akan menjalankan operasi atau dalam keadaan kritis, bekerja dalam keterampilan khusus dalam merawat pasien, serta harus menjalin komunikasi yang baik dengan pasien serta keluarga (Yudi et al., 2019).

Upaya yang bisa dilakukan untuk mengurangi tekanan mental dan psikologis pada perawat di masa pandemi Covid-19 yaitu dengan mengimplementasikan dukungan psikososial dan intervensi program inovasi untuk mengurangi tekanan psikologis. Pada saat terjadi krisis kesehatan dan perubahan tekanan kerja yang hebat maka program trauma healing, hypnoterapi dan pendampingan ahli kejiwaan yang secara berkala merupakan penyegaran psikologis bagi perawat (Chen, 2020). Berdasarkan data dan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan beban kerja perawat dengan kesehatan mental perawat pada era pandemi Covid-19 di Puskesmas wilayah Jember

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional dengan pendekatan cross sectional. Jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Pada desain penelitian ini variable independen dan dependen dinilai secara simulasi pada suatu saat, jadi tidak ada tindak lanjut. Variabel bebas yang akan diteliti adalah beban kerja perawat dan variable terikat adalah kesehatan mental perawat. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 40 responden dengan pengambilan menggunkan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas wilayah jember dan sudah mendapatkan ijin penelitian dari badan kesatuan bangsa dan politik dengan nomor:074/840/415/2022

Alat yang digunakan untuk mengumpulkan data beban kerja dalam penelitian ini adalah menggunkan kuesioner. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kesehatan mental perawat ialah menggunakan kuesioner *Self-Reporting Questionnaire*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Spearman.* Uji *Spearman* adalah salah satu uji statistic nonparametrik (distribusi dimana besaran populasi tidak diketahui) yang digunakan dalam penelitian yang menggunakan dua variabel nilai apabila $\alpha < 0,05$ maka (H0) diterima yang bermakna ada hubungan antara beban kerja perawat dengan kesehatan mental. Uji hipotesis dilakukan dengan menginterpretasikan nilai signifikan (*p*) untuk uji satu arah, jika *p* kurang dari atau sama dengan nilai α (0.05) berarti hubungan yang

signifikan. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa hipotesa alternatif (H0) diterima dan dapat diinterpretasikan adanya hubungan beban kerja perawat dengan kesehatan mental perawat pada era pandemi Covid-19 di Puskesmas wilayah Jember

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji analis karakteristik responden dan juga uji analisis dapat disajikan dalam tabel berikut;

Tabel 1 Karakteristik Perawat

	Kategori	N	%.
Umur	26-35	8	20,0
	36-45	22	55,0
	46-55	10	25,0
	Total	**40**	**100,0**
Jenis Kelamin	Laki-Laki	19	47,5
	Perempuan	21	52,5
	Total	**40**	**100,0**
Suku	Madura	19	47,5
	Jawa	21	52,5
	Total	**40**	**100,0**
Lama Bekerja	> 6 Tahun	17	42,5
	4-6 Tahun	14	35,0
	1-3 Tahun	9	22,5
	Total	**40**	**100,0**
Pendidikan	S1 Keperawatan	17	42,5
	D3 Keperawatan	23	57,5
	Total	**40**	**100**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur paling banyak adalah usia dengan rentang 36-45 tahun sebanyak 55% dengan Jenis kelamin paling banyak adalah perempuan sebanyak 52,5% dan suku paling banyak adalah suku jawa sebesar 52,5%. Sedangkan lama bekrja terbanyak adalah dengan rentang > 6 Tahun sebanyak 42,5% dan jenjang pendidikan paling banyak adalah D3 Keperawatan sebesar 57,5%.

Tabel 2. Uji Statistik Hubungan Beben Kerja Perawat Dengan Kesehatan Mental Perawat Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Puskesma Wilayah Jember

Kategori		N	%
Beban Kerja	Ringan	9	22,5
	Sedang	1	2,5
	Berat	30	75,0
	Total	**40**	**100,0**
Kesehatan Mental	Kesehatan Mental Baik	1	2,5
	Kesehatan Mental Sedang	28	70,0
	Kesehatan Mental Buruk	11	27,5
	Total	**40**	**100,0**
Uji Kendal Tau	P Value	**0,019**	
	Koefisien Korelasi	**0,366**	

Berdasarkan hasil uji statistik menunjukkan bahwa beban kerja perawat berada pada kategori beban kerja yang berat selama pandemi covid-19 dengan persentasi sebanyak 75% dan kesehtan mental perawat selama masa pandemi paling banyak dengan kesehatan mental sedang sebanyak 70,0%. Kemudian dari hasil uji bivariat menunjukkan nilai signifikan 0,019 dimana nilai ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan beban kerja perawat dengan kesehatan mental perawat.

Pandemi COVID-19 memiliki dampak yang belum pernah terjadi sebelumnya pada sistem kesehatan di sebagian besar negara, dan khususnya, pada kesehatan mental dan kesejahteraan petugas kesehatan di garis depan. upaya respons pandemic (Søvold et al., 2021). Banyak faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan stres di antara petugas kesehatan, termasuk beban kerja yang berat, shift panjang, kecepatan tinggi, kurangnya keamanan fisik atau psikologis, perawatan kronis, konflik moral, keamanan kerja yang dirasakan, dan intimidasi terkait tempat kerja atau kurangnya dukungan sosial. Tekanan psikologis yang dihasilkan dapat menyebabkan kelelahan, depresi, gangguan kecemasan, gangguan tidur, dan penyakit lainnya. Stres terkait pekerjaan dapat berdampak negatif pada profesionalisme penyedia layanan kesehatan, kualitas pemberian perawatan, efisiensi, dan kualitas hidup secara keseluruhan.

Selama pandemi COVID-19, yang telah menjadi penyebab banyak kasus kematian di seluruh dunia hingga saat ini dan terus meningkat, banyak petugas kesehatan, baik dalam perawatan medis maupun sektor kesehatan mental, mengalami tantangan

dalam beradaptasi. cepat terhadap perubahan volume pasien, tuntutan yang meningkat, peran klinis, teknologi baru, dan cara kerja (Sun et al., 2020). Perawat juga menghadapi risiko infeksi yang cukup tinggi bersama dengan keterbatasan peralatan pelindung, serta mengelola kecemasan pasien dan menghadapi ketidakpastian tentang cara efektif mengobati dan menanggapi manifestasi virus yang kompleks. Mungkin tidak ada pilihan lain selain beradaptasi sebaik mungkin untuk memastikan kelanjutan kewajiban dan layanan perawatan, banyak petugas kesehatan mengalami tekanan psikologis yang meningkat, kelelahan,dan peningkatan risiko penyakit mental (Huang et al., 2020)

Beban kerja fisik yaitu suatu pekerjaan yang membutuhkan energi fisik sebagai sumber tenaga. Beban kerja fisik, membutuhkan energi relatif besar di bandingkan beban kerja mental. Beban kerja fisik biasa disebut sebagai "*manual operation*" di mana performa kerja sepenuhnya akan bergantung pada manusia, baik yang berfungsi sebagai sumber tenaga *(power)* ataupun pengendali kerja *(control)* (Chesak et al., 2019). Konsumsi sebagai sumber energi merupakan faktor utama dan parameter berat ringannya suatu beban kerja fisik. Hal ini bukan di akibatkan oleh aktivitas fisik secara langsung, akan tetapi di akibatkan olehkerja otak kita (Lai et al., 2020).

Beban kerja yang berlebih pada perawat dapat memicu timbulnya stres dan *burnout* (Said Mardijanto, Emi Ellya Astutik, 2020). Perawat yang mengalami stress kerja dan *burnou*t memungkinkan mereka untuk tidak menunjukkan performa secara efektif dan efisien dikarenakan kemampuan fisik dan kognitif mereka menjadi menurun yang dapat terjadi karena ketidakseimbangan antara jumlah pasien dengan jumlah perawat yang bekerja di rumah sakit tersebut, sehingga perawat mendapatkan beban kerja yang lebih dan tidak sesuai dengan kemampuan maksimal dari perawat sehingga dapat menimbulkan tindakan tidak aman (Purba, Y.S 2015).

Berdasarkan kondisi kerja seperti itu dan ditempatkan di garda terdepan dalam penanganan pandemi, mungkin tidak mengherankan jika isu-isu terkait kesehatan mental di kalangan petugas kesehatan dimana hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar petugas kesehatan pernah mengalami stres, kecemasan, depresi, dan gangguan tidur selama pandemi, meningkatkan kekhawatiran tentang risiko terhadap kesehatan mental.Meningkatnya dampak negatif kesehatan mental pada penyedia layanan kesehatan selama masa krisis kesehatan bukanlah masalah baru.

Penelitian sebelumnya telah melaporkan bahwa bencana memiliki efek merugikan yang signifikan pada kesehatan mental para responden medis. Perawat telah ditemukan untuk melaporkan tingkat yang lebih tinggi dari hasil yang merugikan, seperti depresi dan PTSD, daripada dokter. Kondisi ini secara umum dapat mirip dengan pekerja garis depan yang dihadapi saat bekerja dengan pasien COVID-19 dan mengenakan alat pelindung diri yang terbatas. Orang-orang ini telah mempertaruhkan kesehatan dan keselamatan mereka sendiri untuk jangka waktu yang lama, berusaha membantu sebanyak mungkin orang sambil bekerja berjam-jam dalam lingkungan yang penuh tekanan

KESIMPULAN

Bekerja di tengah-tengah perhatian media dan publik yang intens, durasi kerja yang panjang, masif, dan mungkin belum pernah terjadi sebelumnya pada beberapa tenaga kesehatan memiliki implikasi tambahan dalam memicu terjadinya masalah kesehatan mentalBeban kerja yang berlebih pada perawat dapat memicu timbulnya stres dan burnout. Perawat yang mengalami stres dan burnout memungkinkan mereka untuk tidak dapat menampilkan performa secara efektif dan efisien dikarenakan kemampuan fisik dan kognitif mereka menjadi berkurang. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja perawat dengan kesehatan mental perawat pada era pandemi Covid-19 di Puskesmas wilayah Jember

SARAN

Penelitian ini lebih focus pada beban kerja perawat pada masa pandemic covid-19 dan diharapkan untuk penelitian selanjutnya ada pengembangan variabel yang lebih luas dan desain penelitian kearah penelitian eksperimental.

DAFTAR PUSTAKA

Abudi, R., Mokodompis, Y., & Magulili, A. N. (2020). Stigma Terhadap Orang Positif Covid-19. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, *2*(2), 77–84. https://doi.org/10.35971/jjhsr.v2i2.6012

Chen, L. (2020). Psychological Impact and Coping Strategies of Frontline Medical Staff in Hunan Between January and March 2020 During the Outbreak of Coronavirus Disease 2019 (COVID - 19) in Hubei , China. *Medical Science Monitor*, 1–16. https://doi.org/10.12659/MSM.924171

Chesak, S. S., Cutshall, S. M., Bowe, C. L., Montanari, K. M., & Bhagra, A. (2019). Stress Management Interventions for Nurses: Critical Literature Review. *Journal of Holistic Nursing*, *37*(3), 288–295. https://doi.org/10.1177/0898010119842693

Huang, J. Z., Han, M. F., Luo, T. D., Ren, A. K., & Zhou, X. P. (2020). Mental health survey of 230 medical staff in a tertiary infectious disease hospital for COVID-19. *Zhonghua Lao Dong Wei Sheng Zhi Ye Bing Za Zhi = Zhonghua Laodong Weisheng Zhiyebing Zazhi = Chinese Journal of Industrial Hygiene and Occupational Diseases*, *38*(2), E001. https://doi.org/10.3760/cma.j.cn121094-20200219-00063

Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., Wu, J., Du, H., Chen, T., Li, R., Tan, H., Kang, L., Yao, L., Huang, M., Wang, H., Wang, G., Liu, Z., & Hu, S. (2020). Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Network Open*, *3*(3), e203976. https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976

Purba, Y. S. (2015). *Hubungan Beban Kerja Mental Dan Perilaku Perawat Pelaksana Dengan Keselamatan Pasien*. *2*(September), 54–60.

Said Mardijanto, Emi Ellya Astutik, dan M. E. A. B. (2020). Hubungan Kepuasan Pasien Rawat Inap Dengan Kabupaten Jember. *Jurnal Riset Manajemen Dan Bisnis*, *15*.

Søvold, L. E., Naslund, J. A., Kousoulis, A. A., Saxena, S., Qoronfleh, M. W., Grobler, C., & Münter, L. (2021). Prioritizing the Mental Health and Well-Being of Healthcare Workers: An Urgent Global Public Health Priority. *Frontiers in Public Health*, *9*(May), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpubh.2021.679397

Sun, N., Shi, S., Jiao, D., Song, R., Ma, L., Wang, H., Wang, C., Wang, Z., You, Y., Liu, S., & Wang, H. (2020). A Qualitative Study on the Psychological Experience of Caregivers of COVID-19 Patients. *American Journal of Infection Control*, *January*.

Yudi, D., Tangka, J. W., & Wowiling, F. (2019). Hubungan beban kerja fisik dan mental perawat dengan penerapan pasien safety di igd dan icu. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, *7*(1), 1–9.