



## Strategi Penurunan Kecemasan Perawat di Ruang Perawatan COVID-19

Eliza Zihni Zatihulwani <sup>1</sup>, Rohmatul Faizah <sup>1</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Jombang, Jombang, Jawa Timur, Indonesia

### INFORMASI

Korespondensi:

[eliza.zihni@gmail.com](mailto:eliza.zihni@gmail.com)



Keywords:

Anxiety level, Family support, COVID-19 nurses, Family support

### ABSTRACT

*Objective: The psychological response experienced by nurses to infectious disease pandemics is increasing because it is caused by feelings of anxiety about the health of themselves and their families. Nurses in the Covid-19 isolation room stated that family support was very important to reduce nurses' anxiety in carrying out their duties. The purpose of the study was to determine the relationship between family support and nurses' anxiety levels in dealing with Covid-19 patients.*

*Methods: The research design used was non-experimental with a correlational research design and a cross-sectional approach. Total population is 45 nurses. The sampling technique was purposive sampling, the sample used was 32 nurses. Collecting data using a questionnaire that has been tested for validity and reliability by researchers. Analysis of the data used is rank spearman.*

*Results: The results showed that most of the nurses' family support was moderate, as many as 20 respondents (62.5%) and most of the nurses' anxiety levels were moderate, namely 17 respondents (53.1%). The results of the Spearman rank test show that there is a relationship between family support and the level of anxiety of nurses in dealing with Covid-19 patients, the significance value of  $P: 0.00 < : 0.05$ .*

*Conclusion: Health institutions should pay more attention and immediately implement policies that support efforts to maintain and restore the mental health of nurses. Steps that can be considered include: forming groups that can support efforts to resolve anxiety, providing counseling services, and coping training.*

## PENDAHULUAN

Keluarga merupakan bagian terkecil yang didalamnya terdapat interaksi antar anggota keluarga. Didalam keluarga dapat menimbulkan, mencegah, mengabaikan atau memperbaiki masalah kesehatan yang mempunyai peran utama dalam memelihara kesehatan seluruh anggota keluarganya (Harnilawati, 2013). Sebagai tenaga kesehatan dalam melaksanakan tugas sebagai garda terdepan penanganan, pencegahan, dan perawatan pasien Covid-19 menjadi salah satu peranan yang harus dikerjakan oleh perawat. Dalam menangani pasien Covid-19 perawat unit berbeda dari unit-unit lainnya karena selain pasien dirawat oleh perawat terlatih atau tim medis khusus untuk pasien di ICU Covid-19 (Rosyantil and Hadi, 2020). Sebagai petugas medis dalam menangani pasien Covid-19, tak luput dari perasaan cemas dalam menangani dan merawat Pasien Covid-19. Salah satu faktor yang dapat mengurangi perasaan cemas adalah adanya dukungan dari keluarga perawat berkaitan dengan adanya kecemasan keluarga tindakan yang dapat diambil untuk keselamatan pasien (Silabana and Agustina, 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia World Health Organization (2020) jumlah penderita di dunia adalah 1.278.523 yang terinfeksi kasus Covid-19. Dari 1,2 juta kasus positif korona, 69.757 (5,46%) pasien Covid-19 telah meninggal dan 266.732 (20,9%) orang telah sembuh dari total kasus positif. Sedangkan di Indonesia, data terakhir tentang jumlah kasus positif virus Covid-19 masih menunjukkan peningkatan 2.491 kasus. Tingkat kematian pasien Covid-19 juga terus meningkat 209 orang (8,39%) dan 192 orang (7,70%) sembuh dari jumlah penderita positif. Dari perbandingan data tersebut bahwa di Indonesia masih mengalami peningkatan dari jumlah kematian dan tingkat kesembuhan pasien (WHO, 2020). Jawa Timur mencatat tambahan pasien positif Corona pada 28 Oktober 2020 sebanyak 246 orang. Dengan demikian, total kasus positif Covid-19 mencapai 51.752. Tambahan pasien positif Covid-19 terbanyak dari Surabaya sebanyak 39 orang, pasien sembuh dari Corona Covid-19 bertambah 233 orang. Total pasien sembuh dari Covid-19 mencapai 45.683 orang (Kementrian Kesehatan RI, 2020).

Respon psikologis yang dialami oleh petugas kesehatan terhadap pandemi penyakit menular semakin meningkat karena disebabkan oleh perasaan cemas tentang kesehatan diri sendiri dan penyebaran keluarga. Menurut Rosyantil and Hadi (2020) penyebab

tenaga kesehatan mengalami kecemasan yakni tuntutan pekerjaan yang tinggi, termasuk waktu kerja yang lama jumlah pasien meningkat, semakin sulit mendapatkan dukungan sosial karena adanya stigma masyarakat terhadap petugas garis depan, alat perlindungan diri yang membatasi gerak, kurang informasi tentang paparan jangka panjang pada orang-orang yang terinfeksi, dan rasa takut petugas garis depan akan menularkan Covid-19 pada teman dan keluarga karena bidang pekerjaannya. Hasil penelitian Widiati and Ernawati (2017) tentang dukungan keluarga dan tingkat kecemasan perawat di Rumah sakit berpengaruh terhadap standar operasional prosedur pemberian perawat pasien ICU di rumah sakit. Hal yang paling penting untuk mencegah masalah kecemasan adalah menyediakan alat pelindung diri yang lengkap, sehingga tenaga kesehatan dalam menjalankan tugasnya tidak merasa khawatir dengan dirinya sendiri bahkan dengan anggota keluarga mereka. Beberapa sumber daya tersedia untuk petugas kesehatan dan beberapa strategi yang direkomendasikan, meliputi dukungan tim, pemantauan stres, mengurus diri sendiri, beristirahat secara teratur, dan berhubungan dengan orang lain. Bahwa intervensi sosial dan psikologis dapat secara signifikan meningkatkan kesejahteraan petugas kesehatan selama wabah Covid-19 (Kusnanto, 2014). Memprioritas kesehatan mental pada profesional perawatan kesehatan sangat penting selain perawatan medis karena infeksi Covid-19 (Rosyantil and Hadi, 2020). Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk meneliti tentang dukungan keluarga dan tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien Covid-19.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik korelasi dengan pendekatan crosssectional. Penelitian ini dilaksanakan di salah satu rumah sakit swasta di Surabaya pada 11 Januari sampai 27 Februari 2021. Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat yang dinas di ruang rawat inap isolasi dan menangani pasien covid-19 sebanyak 45 perawat. Sampel diambil dengan teknik *purposive sampling*, sehingga didapatkan sampel 32 perawat. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan 2 kuesioner yaitu kuesioner dukungan keluarga 15 pertanyaan meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan penilaian atau penghargaan. Sedangkan, pengukuran tingkat kecemasan perawat menggunakan instrument HRSA (*Hamilton Anxiety*

Rating Scale). Semua kuesioner ini sebelumnya sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas.

**HASIL**

Data penelitian didapatkan responden berdasarkan umur menunjukkan bahwa dari 32 responden sebagian besar berumur antara 20 – 30 tahun sebanyak 19 responden (59.4%) dan hampir setengahnya berumur 31 – 40 tahun sebanyak 13 responden (40.6%). Distribusi jenis kelamin responden menunjukkan bahwa dari 32 responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 21 responden (65.5%) dan sebagian kecil berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 responden (34.4%). Distribusi pendidikan responden menunjukkan bahwa dari 32 responden sebagian besar berpendidikan diploma sebanyak 22 responden (68.8%) dan sebagian kecil berpendidikan sarjana (S1) sebanyak 10 responden (31.2%). Distribusi lama perawat menangani pasien Covid-19 menunjukkan bahwa dari 32 responden sebagian besar perawat lama menangani pasien COVID 19 lebih 10 bulan sebanyak 24 responden (75%) dan sebagian kecil lama menangani pasien covid 19 4 – 10 bulan sebanyak 8 responden (25%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan dukungan keluarga perawat dalam menangani pasien COVID-19 Tahun 2021

Dukungan Keluarga	Frekuensi	Prosentase
Kurang	0	0
Sedang	20	62.5
Tinggi	12	37.5
Total	32	100

Penelitian ini menunjukkan hasil dukungan keluarga disominasi oleh dukungan keluarga tingkat sedang sebesar 62,5 % atau sebanyak 20 perawat.

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan Perawat Dalam Menangani Pasien COVID-19 Tahun 2021

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	Prosentase
Tidak ada kecemasan	3	9.4
Kecemasan ringan	12	37.5
Kecemasan sedang	17	53.1
Kecemasan berat	0	0
Kecemasan sangat berat	0	0
Total	32	100

Penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan perawat didominasi pada tingkat kecemasan sedang sebanyak 17 perawat (53,1 %).

Tabel 3. Tabulasi Silang hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien COVID-19 Tahun 2021

Dukungan keluarga	Tingkat Kecemasan							
	Tidak ada kecemasan		Ringan		Sedang		Jumlah	
	F	%	F	%	F	%	F	%
Sedang	2	10	3	15	15	75	20	100
Tinggi	1	8.3	9	75	2	16.7	12	100
Jumlah	3	9.4	12	37.5	17	53.1	32	100

Uji Spearmen Corelatiom : -0.489

Signifikasi : 0.004  $\alpha$  : 0.05

Hasil tabulasi silang antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien Covid-19 menunjukkan bahwa dari 20 responden yang dukungan keluarga sedang sebagian besar tingkat kecemasan sedang sebanyak 15 responden (75.0%), dari 12 responden yang dukungan keluarga tinggi sebagian besar tingkat kecemasan ringan sebanyak 9 responden (75.0%), Hasil uji hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien Covid-19 didapatkan nilai spearman correlation : -0.489 dan nilai Signifikasi 0.004 < 0.05, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan sedang antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien Covid-19.

**PEMBAHASAN**

**Dukungan Keluarga**

Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa dukungan keluarga terbanyak pada tingkat sedang sesuai dengan tabel 1. Dukungan keluarga dibutuhkan oleh setiap individu termasuk perawat, dukungan tersebut dapat meningkatkan semangat kerja dan memberikan efek positif dalam setiap tindakan. Dukungan yang diberikan oleh orang terdekat dapat dijadikan sebagai dukungan primer. Dukungan primer dapat menjadikan seseorang berubah menjadi lebih baik (Andarmoyo, 2012). Dukungan sendiri bisa diberikan dalam berbagai bentuk meliputi dukungan emosional, dukungan informatif, dukungan instrumental dan dukungan penghargaan. Dukungan emosional bisa berupa ungkapan yang ditujukan langsung kepada seseorang untuk memberikan pengaruh positif. Dukungan instrumental dapat digambarkan sebagai

bentuk bantuan dalam hal tenaga ataupun benda. Dukungan informatif merupakan bentuk bantuan yang berupa penjelasan untuk membuat individu semakin paham dengan kondisi apapun yang sedang dihadapi dan tau strategi dalam menghadapinya. Dukungan penghargaan tidak kalah penting dengan dukungan yang lainnya, bentuk dari dukungan ini adalah digunakan untuk memberikan *reward* yang mana bisa meningkatkan kondisi psikologis positif (Ghufroon and Risnawita, 2011). Hasil dari penelitian ini memiliki kecenderungan bahwa perawat yang bekerja di ruang perawatan pasien covid-19 mendapatkan dukungan keluarga yang cukup.

Hasil ini dapat dijadikan alasan kerja perawat dengan beban yang lebih berat dari sebelumnya masih bisa bertahan dan bekerja dengan profesional. Gambaran dari kerja profesional yang dilakukan perawat dengan beban merawat pasien covid-19 diantaranya tetap menjaga prinsip *safety*, patuh menggunakan APD yang tepat, meminimalkan kontak dengan pasien namun kebutuhan pasien tetap terpenuhi, ketika pulang ke rumah langsung membersihkan diri tanpa kontak dengan keluarga terlebih dahulu, tidak memaksakan kerja dengan kondisi yang tidak fit, dan melapor jika memang ada keluhan yang mengarah ke manifestasi covid-19 (Andarmoyo, 2012; J, 2015; Rosyantil and Hadi, 2020). Selain itu hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden mayoritas perempuan 21 perawat (65.5%), sehingga bisa dikarenakan perempuan lebih mudah menerima dan berkomunikasi dengan baik kepada orang terdekatnya. Dominasi perawat perempuan ini bisa menerima pemberian dukungan dari keluarga dengan baik, serta perempuan lebih menggunakan perasaan dibandingkan oleh laki-laki (J, 2015).

### **Kecemasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada perawat yang bekerja di ruang rawat inap covid-19 adalah sedang. Keadaan suasana hati yang ditandai oleh efek negatif dan gejala-gejala jetegangan jasmani, dimana seseorang mengantisipasi kemungkinan datangnya bahaya atau kemalangan di masa yang akan datang merupakan kecemasan (Silabana and Agustina, 2020). Kecemasan menjadi sesuatu yang perlu untuk diperhitungkan karena gejala yang bisa ditimbulkan adalah masalah psikologis awal dan masih dapat diatasi (Rosyantil and Hadi, 2020). Peran perawat dalam merawat pasien covid-19 dituntut lebih dari perawatan pada pasien biasa.

Tuntutan yang meningkatkan beban kerja dapat menjadikan faktor penyebab dari gangguan psikologi, jika perawat pasien covid-19 di era pandemi ini tidak memiliki coping yang baik sangat diperlukan. Tenaga kesehatan yang memiliki peran penting dan paling lama kontak dengan pasien menjadikannya perlu adanya strategi yang lebih untuk mengatasi masalah psikologis yang sudah bisa diprediksi (Safruddin, Sastria and Ahmad, 2020). Selain itu faktor penyebab lain yang dapat memberatkan gangguan kecemasan pada perawat pasien covid-19 diantaranya ketakutan tertular covid-19, risiko seperti sosiodemografis, jam kerja tinggi, dan stigma (Dinah and Rahman, 2020). Kecemasan yang dihadapi oleh perawat yang menjadi responden pada penelitian ini dapat diakibatkan karena responden didominasi perawat perempuan sebanyak 21 perawat (65.5%). Dengan jenis kelamin perempuan memiliki mental yang terkadang lemah dalam menghadapi masalah yang sensitive. Sehingga sering kali ditandai dengan reaksi yg cepat tegang, agresif, dan bisa sampai panik. Penanganan yang dapat diberikan juga perlu mempertimbangkan lama merawat pasien covid-19, karena dengan durasi yang lebih lama bisa meningkatkan kecemasan perawat (Safruddin, Sastria and Ahmad, 2020). Penelitian ini menunjukkan 24 perawat (75%) merawat pasien covid-19 lebih dari 10 bulan. Pertimbangan dari berbagai aspek dapat pembentuk langkah untuk mengurangi kecemasan ataupun gangguan psikologi yang mungkin muncul yaitu aktif mendengarkan keluhan-keluhan, memandu dan memfasilitasi petugas kesehatan dalam berfikir maupun berperilaku positif, memfasilitasi untuk mengekspresikan emosi negatif dengan cara adaptif (Rosyantil and Hadi, 2020). Tingkat kecemasan sedang yang didapatkan dalam penelitian ini juga bisa dikarenakan adaptasi baik dengan situasi pandemic, adanya program promotif berupa vaksin covid-19 dapat meminimalkan tertular.

### **Dukungan Keluarga Menurunkan Tingkat Kecemasan**

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perawat di ruang rawat inap covid-19. Data diuji dengan korelasi spearman menunjukkan nilai sig 0.004 yang mana  $< 0.05$ . Hasil penelitian ini sejalan dengan teori Supartini (2011) yang menyatakan dukungan keluarga dapat menurunkan tingkat kecemasan seseorang. Penyebab dari teori tersebut yaitu keadaan emosional individu yang tidak



terkontrol sering berkaitan dengan perasaan yang tak pasti dan tidak berdaya. Perasaan tersebut tidak dapat dilihat secara langsung oleh orang lain melainkan individu itu sendiri yang mengalami emosi yang tidak spesifik, penumpukan rasa kekhawatiran inilah yang menjadikan tingkat kecemasan menjadi lebih tinggi (Rosyantil and Hadi, 2020; Safruddin, Sastria and Ahmad, 2020). Dukungan keluarga sedang ini disebabkan oleh mayoritas respondenya perempuan yang dapat menerima dalam segi emosional, selain itu dengan dominasi perempuan ini juga berpengaruh pada hasil dari tingkat kecemasan yang sedang. Sebab perempuan memiliki sikap yang mudah untuk empati, simpati, peduli, perhatian, cinta, kepercayaan dan penghargaan. Hal itu mengakibatkan pemikiran wanita akan cenderung lebih rumit dan menjadikan rasa cemas yang berlebih (Widiati and Ernawati, 2017; Silabana and Agustina, 2020). Hubungan yang didapatkan antara kecemasan dan dukungan memiliki hubungan yang berbalik. Menurut Silabana and Agustina (2020) dimana seseorang mendapatkan dukungan keluarga atau orang terdekat yang baik maka tingkat kecemasan yang akan dirasakan berkurang atau menurun. Sehingga dapat dikatakan perawat yang bekerja di ruang rawat inap pasien covid-19 memiliki resiko untuk terjadi kecemasan tingkat sedang sampai dengan berat. Oleh sebab itu diperlukan dukungan yang baik terutama dari orang terdekat yaitu keluarga.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga perawat dalam menangani pasien Covid-19 sebagian besar sedang. Sementara untuk tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien Covid-19 sebagian besar sedang. Ada hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan perawat dalam menangani pasien Covid-19. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik dukungan keluarga yang diberikan pada perawat yang bekerja di ruang perawatan covid-19, maka rasa cemas yang dialaminya akan cenderung rendah.

## SARAN

Instansi kesehatan harus mengambil perhatian lebih dan segera menerapkan kebijakan yang mendukung upaya pemeliharaan dan pemulihan kesehatan mental para tenaga kesehatan. Langkah yang bisa dipertimbangkan diantaranya: pembentukan kelompok yang dapat mendukung upaya penyelesaian kecemasan, penyediaan layanan konseling, dan pelatihan coping.

Untuk peneliti selanjutnya dapat dilakukan dengan sample yang lebih luas serta menggali lebih dalam tentang kecemasan yang dirasakan perawat dalam menangani pasien Covid-19 sehingga diharapkan bisa menjadi bahan kajian untuk meningkatkan kualitas pelayanan di rumah sakit.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo 2012, *Keperawatan Keluarga Konsep Teori Proses dan Praktik Keperawatan Dasar Klien*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dinah and Rahman, S. 2020, 'Gambaran Tingkat Kecemasan Perawat Saat Pandemi Covid-19 Di Negara Berkembang dan Negara Maju: A Literature Review'.
- Ghufroon and Risnawita 2011, *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harnilawati 2013, *Konsep dan Proses Keperawatan Keluarga*. Sulawesi Selatan: Pustaka As Salam.
- J, D. 2015, *Psikologi Kesehatan*. 2nd edn. Yogyakarta: Politeknik Kesehatan Yogyakarta.
- Kusnanto 2014, *Pengantar Profesi dan Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: EGC.
- RI, K. K. 2020, *Pedoman Pemulasaran dan Penguburan Jenazah Covid-19 di Masyarakat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rosyantil, L. and Hadi, I. 2020, 'Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien Covid-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan', *Health Information*, pp. 107–130.
- Safruddin, F., Sastria, A. and Ahmad 2020, 'Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan pada Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19'.
- Silabana, C. P. and Agustina, M. 2020, 'Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Hemodialisa di Rumah Sakit Advent Bandar Lampung'.
- Widiati and Ernawati 2017, 'dukungan keluarga dan tingkat kecemasan perawat di Rumah sakit berpengaruh terhadap standar operasional prosedur pemberian perawat pasien ICU di rumah sakit'.
- World Health Organization 2020, 'Corona Virus Disease (Covid-19)', *Situation report*, 94.