



Editor: Tiris Sudrartono

MENJAGA KESEHATAN MENTAL TENAGA MEDIS

Bunga Dianawati, Str.Keb., MMRS., C.PS., C.PST.



MENJAGA KESEHATAN MENTAL TENAGA MEDIS

Bunga Dianawati, Str.Keb., MMRS., C.PS., C.PST.



MENJAGA KESEHATAN MENTAL TENAGA MEDIS

Penulis:

Bunga Dianawati, Str.Keb., MMRS., C.PS., C.PST.

Desain Cover:

Septian Maulana

Sumber Ilustrasi:

www.freepik.com

Tata Letak:

Handarini Rohana

Editor:

Tiris Sudrartono

ISBN:

978-623-500-494-5

Cetakan Pertama:

Oktober, 2024

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang-Undang

by Penerbit Widina Media Utama

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

PENERBIT:

WIDINA MEDIA UTAMA

Komplek Puri Melia Asri Blok C3 No. 17 Desa Bojong Emas
Kec. Solokan Jeruk Kabupaten Bandung, Provinsi Jawa Barat

Anggota IKAPI No. 360/JBA/2020

Website: www.penerbitwidina.com

Instagram: [@penerbitwidina](https://www.instagram.com/penerbitwidina)

Telepon (022) 87355370

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga buku ini, yang berjudul "Menjaga Kesehatan Mental Tenaga Medis," dapat diselesaikan dan berhasil diterbitkan. Buku ini hadir di tengah masyarakat sebagai refleksi atas tantangan besar yang dihadapi oleh tenaga medis selama pandemi COVID-19. Pandemi yang melanda dunia sejak akhir tahun 2019 ini tidak hanya membawa dampak fisik yang luas, tetapi juga mempengaruhi kesehatan mental para tenaga medis yang berada di garis depan.

Melalui buku ini, kami berusaha menggambarkan realitas yang dihadapi oleh tenaga medis, mulai dari tekanan pekerjaan yang luar biasa, ketidakpastian, rasa takut akan tertular, hingga beban emosional yang dihadapi ketika merawat pasien-pasien yang kritis. Di balik pakaian pelindung diri (APD) dan profesionalisme yang mereka tunjukkan, terdapat cerita-cerita tentang kelelahan, kecemasan, depresi, dan berbagai gangguan mental lainnya yang seringkali tersembunyi dari pandangan publik.

Buku ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai kondisi psikologis tenaga medis selama pandemi, serta menjadi pengingat bagi kita semua akan pentingnya dukungan mental bagi mereka. Lebih dari itu, kami berharap bahwa melalui buku ini, perhatian terhadap kesejahteraan mental para tenaga medis dapat terus ditingkatkan, baik oleh institusi kesehatan, pemerintah, maupun masyarakat luas.

Kami menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna, dan untuk itu, kami terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa mendatang. Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam penulisan buku ini. Semoga buku ini bermanfaat dan dapat menjadi inspirasi bagi pembaca dalam memahami dan mengatasi dampak mental dari pandemi yang luar biasa ini.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	iv
BAB 1 WABAH COVID-19 YANG MEREBAK	1
A. Awal Mula Munculnya Wabah	1
B. Dampak terhadap Kesehatan Mental yang dialami Para Tenaga Medis	2
BAB 2 BEBAN KERJA DAN KINERJA PERAWAT	5
A. Beban Kerja.....	5
B. Lingkungan Kerja	7
C. Gangguan Kesehatan Mental dan Gangguan Psikosomatis	10
D. Kinerja Perawat	13
BAB 3 KAJIAN ILMIAH TERKAIT GANGGUAN KESEHATAN MENTAL YANG DIALAMI PARA TENAGA MEDIS	21
A. Menjunjung Etika dan Privasi	21
B. Menguji Validitas dan Reliabilitas.....	22
C. Uji Asumsi	29
D. Analisis Pengaruh	31
BAB 4 FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL TENAGA MEDIS.....	45
A. Beban Kerja.....	45
B. Lingkungan Kerja	46
C. Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Perawat IGD.....	46
D. Kesehatan Mental dan Kinerja Tenaga Medis.....	47
E. Beban Kerja, Kinerja dan Kesehatan Mental Tenaga Medis	48
F. Lingkungan Kerja, Kinerja dan Kesehatan Mental Tenaga Medis	48
G. Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Kesehatan Mental, terhadap Kinerja Tenaga Medis.....	49
BAB 5 SARAN-SARAN YANG PATUT DIPERTIMBANGKAN	51
DAFTAR PUSTAKA	52
PROFIL PENULIS	55

1

WABAH COVID-19 YANG MEREBAK

A. AWAL MULA MUNCULNYA WABAH

Severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARS-Cov-2) yang lebih dikenal dengan nama virus corona (Covid-19) merupakan salah satu virus jenis baru yang dilaporkan pertama kali di Wuhan, Tiongkok Tengah dan menyebar ke berbagai wilayah bahkan berbagai negara di luar Tiongkok. Pada awal tahun Januari 2020, *World Health Organisation* (WHO) mengumumkan COVID-19 sebagai wabah penyakit corona virus terbaru pada *Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC), kemudian pada tanggal 11 Februari 2020, *World Health Organization* (WHO) mengumumkan bahwa penyakit tersebut merupakan penyakit infeksi pandemi yang telah menyebar dan melanda seluruh dunia dan lebih dikenal dengan istilah Covid-19.

Kurang dari tiga bulan, COVID-19 yang merupakan penyakit pneumonia jenis baru telah menginfeksi lebih dari 126.000 orang di 123 negara. Prevalensi kasus terkonfirmasi Covid-19 di berbagai belahan dunia sangat beragam. Menurut WHO, pada akhir bulan Agustus 2021, kasus terkonfirmasi Covid-19 pada kawasan benua Amerika tercatat sebanyak 77.423.354 kasus, benua Afrika 5.002.239 kasus, benua Eropa 60.410.495 kasus, dan Asia Tenggara 38.589.683 kasus. Laporan kasus positif COVID-19 di Indonesia pertama kali diumumkan pada Maret 2020, dan semakin bertambah dari hari ke hari. Sampai tanggal 4 September 2021 tercatat 4.123.617 kasus terkonfirmasi, 3.827.449 kasus yang dinyatakan sembuh, dan 135.469 kasus meninggal.(1)

Tenaga kesehatan merupakan garda terdepan dalam menghadapi pandemi covid-19, hal ini menempatkan tenaga kesehatan pada risiko lebih tinggi tertular infeksi dibandingkan individu lain dalam komunitas.(2) Hingga bulan Juli 2021 tercatat 1.967 tenaga medis yang meninggal akibat terpapar virus corona. Terdiri dari 688 dokter, 648 perawat, 387 bidan, 48 apoteker, 47 Ahli tenaga laboratorium Medis (ATLM), 46 dokter gigi, 10 rekam radiologi, 5 sanitarian, 4 petugas ambulan, 4 terapis gigi, 3 elektromedik, 3 tenaga farmasi, 2 epidemiolog, 1 entomolog kesehatan, 1 fisikawan medik dan 70 kematian berasal dari tenaga kesehatan lainnya. Berdasarkan perbandingan statistik testing dan populasi, kematian tenaga medis dan kesehatan di Indonesia merupakan yang tertinggi di Asia, dan 3 besar di seluruh dunia.

2

BEBAN KERJA DAN KINERJA PERAWAT

A. BEBAN KERJA

Beban kerja merupakan konsekuensi dari kegiatan yang diberikan kepada pekerja yang dalam beberapa dekade terakhir semakin meningkat. Pada pekerja kreatif, beban kerja merupakan kontributor penting terhadap timbulnya stres kerja akibat permintaan lingkungan yang dialami individu. Bila ini berlebihan maka dapat menyebabkan pekerja melakukan kesalahan hingga berdampak pada kesehatan. Permasalahan yang harus diselesaikan pertama kali adalah apakah beban kerja merupakan karakteristik objektif dari lingkungan kerja atau subjektif persepsi pekerja itu sendiri (Johnson, 2006).

Dalam kutipan Kasmarani (2012), beban kerja merupakan sesuatu yang muncul dari interaksi antara tuntutan tugas yang diberikan, lingkungan kerja dimana digunakan sebagai tempat kerja, keterampilan, perilaku dan persepsi dari pekerja. Sehingga untuk mencapai beban kerja normal dalam arti volume pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan kerja cukup sulit, yang menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan meskipun penyimpangannya kecil. Beban kerja terbagi menjadi 3 (tiga) tingkatan sebagai berikut:

- a. Beban kerja diatas normal
- b. Beban kerja normal
- c. Beban kerja dibawah normal

Beban kerja perawat adalah seluruh kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seorang perawat selama bertugas di suatu unit pelayanan keperawatan.(17)

Caplan & Sadock (2006) menjelaskan beban kerja sebagai sumber ketidakpuasan disebabkan oleh kelebihan beban kerja secara kuantitatif dan kualitatif.(18) Kelebihan beban kerja secara kuantitatif meliputi:

- a. Harus melakukan observasi penderita secara ketat selama jam kerja
- b. Terlalu banyak pekerjaan yang harus dilakukan demi kesehatan dan keselamatan penderita
- c. Beragam jenis pekerjaan yang dilakukan demi kesehatan dan keselamatan penderita
- d. Kontak langsung perawat klien secara terus menerus 24 jam
- e. Kurangnya tenaga perawat dibanding jumlah penderita

3

KAJIAN ILMIAH TERKAIT GANGGUAN KESEHATAN MENTAL YANG DIALAMI PARA TENAGA MEDIS

A. MENJUNJUNG ETIKA DAN PRIVASI

Untuk diketahui bahwa buku ini merupakan produk hasil kajian ilmiah yang Penulis lakukan sendiri. Pada bab ini Penulis menyajikan data-data hasil kajian ilmiah yang penulis lakukan. Dalam proses pengumpulan data, Penulis tetap menjunjung etika dan mengutamakan privasi responden. Adapun rinciannya penjelasannya adalah sebagai berikut:

1) Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

Penulis mempertimbangkan hak-hak subyek untuk mendapatkan informasi yang terbuka berkaitan dengan jalannya kajian ilmiah ini serta memiliki kebebasan menentukan pilihan dan bebas dari paksaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan kajian (*autonomy*). Beberapa tindakan yang terkait dengan prinsip menghormati harkat dan martabat manusia adalah Penulis mempersiapkan formulir persetujuan subyek (*informed consent*). *Informed consent* (informasi untuk responden)

Informed consent merupakan cara persetujuan antara Penulis dengan informan dengan memberikan persetujuan melalui *inform consent*, dengan memberikan lembar persetujuan kepada responden sebelum penelitian dilaksanakan. Setelah calon responden memahami atas penjelasan Penulis terkait kajian ilmiah ini, selanjutnya penulis memberikan lembar *informed consent* untuk ditandatangani oleh sampel kajian ilmiah.

2) Menghormati Privasi dan Kerahasiaan Subyek Kajian Ilmiah (*Respect for Privacy and Confidentiality*)

Pada dasarnya kajian ilmiah akan memberikan akibat terbukanya informasi individu termasuk informasi yang bersifat pribadi, sehingga Penulis memperhatikan hak-hak dasar individu tersebut. Beberapa usaha yang dilakukan adalah:

4

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KESEHATAN MENTAL TENAGA MEDIS

Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan sebelumnya, maka berikut akan dipaparkan tentang pembahasan dari masing-masing variabel. Sebagaimana disebutkan di bab terdahulu, data didapatkan dari hasil kajian terhadap perawat di Rumah Sakit Hasan Sadikin Bandung di Masa Pandemi Covid-19. Untuk selanjutnya, demi efektivitas kalimat maka nama rumah sakit dan latar belakang kejadian pada saat pandemi Covid-19, tidak disebutkan lagi pada sub judul.

A. BEBAN KERJA

Hasil uji t pada variabel beban kerja terhadap kesehatan mental perawat menunjukkan hasil t hitung sebesar 4,031. Hasil ini selanjutnya dibandingkan dengan nilai ttabel yang dengan derajat kebebasan 60 dan taraf signifikan sebesar 5% yang diperoleh dari tabel distribusi t sebesar 2,001. Berdasarkan hal tersebut, maka diperoleh perbandingan antara nilai thitung dan nilai ttabel yaitu sebesar $4,031 > 2,001$. Sehingga dapat ditarik kesimpulan dari asumsi yang diuji bahwa secara parsial terdapat pengaruh antara beban kerja terhadap kesehatan mental perawat IGD RS Hasan Sadikin Bandung di masa Pandemi Covid-19. Hasil kajian ilmiah ini mendukung penelitian yang telah dilakukan oleh Irma Refianti, dkk dalam artikel jurnal dengan judul “Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja Perawat Puskesmas di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Simeuleu Tahun 2019”, Hasil, penelitian menunjukkan bahwa beban kerja memiliki nilai $\text{sig-p } 0,010 < 0,05$, lingkungan kerja $\text{sig-p } 0,016 < 0,05$ dan konflik peran memiliki nilai $\text{sig-p } 0,002 < 0,05$, yang menunjukkan bahwa memiliki pengaruh terhadap stres kerja perawat puskesmas di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kabupaten Simeuleu.

Hasil kajian ilmiah ini juga mendukung penelitian Rina Tri Handayani, dkk dalam artikel jurnal dengan judul “*Faktor Penyebab Stres Pada Tenaga Kesehatan Dan Masyarakat Saat Pandemi Covid-19*”, penelitian menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat di dunia mengalami gejala stres ringan dan para tenaga kesehatan juga mengalami stres akibat beban pekerjaan, stigma, dan kekhawatiran terinfeksi.

5

SARAN-SARAN YANG PATUT DIPERTIMBANGKAN

Buku ini ditulis tidak semata-mata hanya untuk publisitas atau memenuhi dorongan ego penulis semata. Akan tetapi lebih dari itu, melalui buku ini, diharapkan mata kita lebih terbuka akan permasalahan yang selama ini tidak muncul ke permukaan. Maka dari itu, berikut adalah beberapa saran yang dapat dipertimbangkan demi perbaikan pelayanan kesehatan di masa mendatang. Terutama dari sisi tenaga medis IGD yang menjadi garda terdepan pelayanan Rumah Sakit.

- Bagi Rumah Sakit: kesadaran tentang kesehatan mental menjadi salah satu faktor penting yang mungkin akan berpengaruh terhadap kinerja tenaga medis di Rumah Sakit, peran serta manajemen atau pihak pemangku kebijakan dalam mengelola dan mengatur beban kerja, lingkungan kerja akan berpengaruh baik dan buruk terhadap kesehatan mental tenaga kesehatan terutama tenaga medis yang pada akhirnya akan berpengaruh pada menurunnya kinerja tenaga kesehatan.
- Bagi organisasi profesi perawat: organisasi profesi bisa dijadikan salah satu wadah bagi perawat untuk meningkatkan kompetensi keperawatannya, salah satunya berhubungan dengan menyikapi beban kerja dan lingkungan kerja yang berubah-ubah, juga bagaimana cara meningkatkan kualitas diri sehingga kesehatan mental tetap baik dan terjaga, juga berkaitan dengan peningkatan nilai kinerja perawat itu sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Fatih H, Tania M, Pratiwi E. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Kerja Perawat Igd Rumah Sakit Di Bandung. *J Keperawatan BSI*. 2022;10(1):52–60.
- Arikunto S. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. 5, editor. Yogyakarta: PT Rineka Cipta; 2006.
- Asrul, Tosepu R, Kusnan A. Analisis Kinerja Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19 di BLUD RSUD Kabupaten Bombana. *J Ilm Ilmu Kebidanan Kandung*. 2021;13(4):1–10.
- Council NS. *Injury Facts*, 2013 Edition. Itasca, IL: Author; 2013.
- Creswell JW. *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2015.
- Daradjat Z. *Kesehatan Mental*. Jakarta: PT Haji Masagung; 1990.
- Deni Kamaludin Y. *Jurnal perkuliahan Metodologi Penelitian*. Bandung; 2016.
- Dewi KS. *Buku Ajar Kesehatan Mental*. Semarang: UPT UNDIP Press Semarang; 2012. 10–11 hal.
- Gozali I. *Ekonometrika: Teori, Konsep, dan Aplikasi dengan SPSS 17*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro; 2011. 163 hal.
- Gusti AR. *Terapi Sufistik Untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo; 2012.
- Handoko TH. *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Liberty; 2008.
- Haryanti, Dkk. Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Intalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Semarang. *J Manaj Keperawatan*. 2013;1(1).
- Imam Ghazali. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro; 2005.
- Kaplan H., Sadock B., Grebb J. *Sinopsis Psikiatri, Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. Edisi 7. Jilid II. Jakarta: Binaputa Aksara; 2006.
- Kunu MJ, Korompis GEC, Umboh A. Hubungan Determinan Stres Kerja di Masa Pandemi Covid-19 dengan Kinerja Perawat. *J Kesehat Med Saintika*. 2021;12(2):67–81.
- LN SY. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya; 2011.
- Mangkunegara A. AP. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung: Remaja Rosdakarya; 2012.

- Marquis B., Huston CJ. Kepemimpinan dan manajemen keperawatan: teori dan aplikasi (ed.4). Jakarta: EGC; 2010.
- Moeljono N, Latipun. Kesehatan Mental (Konsep Penerapannya). Malang: UMM Press; 2002. 21 hal.
- Naresh K M. Metodologi Penelitian dan Statistik. Jakarta: Erlangga; 2005.
- Nawawi H. Evaluasi dan manajemen kinerja di lingkungan perusahaan dan industri. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press; 2006.
- Nursalam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Empat; 2008.
- Pabundu M, H T. Budaya Organisasi dan Peningkatan Kinerja Perusahaan. Jakarta: PT. Bhumi Aksara; 2006.
- Pedoman dan Penggolongan dan Diagnosis Gangguan Jiwa III (PPDGJ-III). Direktorat Kesehatan Jiwa Depkes RI.
- Potu A. Kepemimpinan, Motivasi, Dan Lingkungan Kerja Pengaruhnya Terhadap Kinerja Karyawan Pada Kanwil Ditjen Kekayaan Negara Sulutenggo Dan Maluku Utara Di Manado. J Ris Ekon Manajemen, Bisnis dan Akunt. 2013;1(4):1208–18.
- Rangkuti F. Measuring Customer Satisfaction, 2011), edisi ke 2,. 2 ed. Jakarta: Gramedia; 2011.
- Riduwan, Kuncoro. Cara Menggunakan dan Memakai Analisis Jalur (Path Analysis). Bandung: Alfabeta; 2008.
- Ridwan, Sunarto. Pengantar Statistik Untuk Penelitian Pendidikan Sosial Ekonomi, Komunikasi dan Bisnis. Bandung: Alfabeta; 2007.
- Rifiani N, Sulihandari H. Prinsip-prinsip Dasar Keperawatan. Jakarta: Dunia Cerdas; 2013.
- Robbins SP, Judge TA. Organizational Behavior. New Jersey: Person Education; 2017.
- Saam Z, Sri W. Psikologi Keperawatan. Jakarta: Rajawali Pers; 2012.
- Sari NY. Identifikasi Gejala Stres Klien di Yayasan Rumah Orbit Surabaya Selama Proses Rehabilitasi. J Bikotetik. 2018;02(01):73–114.
- Sarwono J. Analisis Jalur untuk Riset Bisnis dengan SPSS. Yogyakarta: Andi; 2007.
- Satuan Tugas Penanganan Covid-19. Data Sebaran Covid-19 [Internet]. 2021. Tersedia pada: <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Suarli S, Bahtiar. Manajemen keperawatan dengan pendekatan praktis. Jakarta: Erlangga; 2009.
- Sugiono. Statistika Untuk Penelitian. Bandung: Cetakan K20; 2010.
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2017.

- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2013.
- Sugiyono. Statistik Untuk Penelitian. Bandung: Alfabeta; 2016.
- T T, Sitepu E. Kecerdasan Emosional dalam Mengatasi Tekanan di Masa Akhir Studi. J Teol Pantekosta. 2020;3(1):23–35.
- Undang-Undang Republik Indonesia. Nomor 24 Tahun 2011 tentang Kesehatan.

PROFIL PENULIS

Bunga Dianawati, Str.Keb., MMRS., C.PS., C.PST.



Penulis lahir di Jakarta, menyelesaikan pendidikan S1 kebidanan dan pendidikan s2 manajemen rumah sakit pascasarjana Sanggabuana YPKP, saat ini penulis aktif sebagai Dosen di Politeknik Piksi Ganesha Bandung pada Program Studi Manajemen Rumah Sakit, penulis juga aktif sebagai penulis yang hasil tulisannya di publikasikan pada jurnal nasional yang terakreditasi kemendikbudristek.

MENJAGA KESEHATAN MENTAL TENAGA MEDIS

Pandemi COVID-19 telah menjadi salah satu krisis kesehatan terbesar dalam sejarah modern, mengguncang sistem kesehatan global dan menguji daya tahan tenaga medis di seluruh dunia. Di tengah perjuangan melawan virus mematikan ini, para tenaga medis menghadapi tekanan yang luar biasa, baik secara fisik maupun mental. Buku "Menjaga Kesehatan Mental Tenaga Medis" mengungkap sisi lain dari pandemi yang jarang dibahas secara mendalam yakni dampak psikologis yang dialami oleh para perawat di masa pandemi.

Buku ini tidak hanya mengajak pembaca untuk memahami tantangan yang dihadapi oleh para pahlawan di garis depan, tetapi juga mengubah pandangan kita terhadap mereka. Dengan membaca buku ini, diharapkan pembaca dapat lebih menghargai peran vital para tenaga medis dan memahami betapa pentingnya dukungan mental dalam menghadapi krisis kesehatan global.