

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TENAGA MEDIS DI MASA PANDEMI

Faqih Purnomosidi¹. Adinda Rizkila²

^{1,2}Prodi Psikologi Universitas Sahid Surakarta

Email: Faqihpsychoum26@gmail.com

Abstract

This journal reviews the psychological well-being of health workers in dealing with the pandemic period due to the COVID-19 that has attacked almost all countries in the world. This study aims to determine the impact of the Covid-19 virus on the psychological condition of health workers. The sample used is 7 representatives of health workers such as midwives and nurses who work in the city of Surakarta. The sampling technique used in this research is quota sampling with data collection using interview and observation techniques. The type of research in this journal is qualitative research with a naturalist paradigm. The results of this study indicate that health workers have not fully achieved psychological well-being. There are still many of them who feel pressured in carrying out their work. The conclusion that can be drawn from this research is the need for full support from the community for health workers related to their work. If health workers achieve psychological well-being, they can work happily and calmly so that the recovery rate will increase

Keywords: health workers, Pandemic, Psychological Well-Being

Abstrak

Jurnal ini mengulas tentang kesejahteraan psikologis pada tenaga kesehatan dalam menghadapi masa pandemi akibat adanya covid-19 yang menyerang hampir seluruh negara di dunia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak adanya virus covid-19 terhadap kondisi psikologis para tenaga kesehatan. Sampel yang digunakan adalah 7 orang perwakilan dari para tenaga kesehatan seperti bidan dan perawat yang bekerja di rumah sakit kota Surakarta. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah quota sampling dengan pengambilan data menggunakan teknik wawancara dan observasi. Jenis penelitian dalam jurnal ini adalah penelitian kualitatif dengan paradigma naturalis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tenaga kesehatan belum sepenuhnya meraih kesejahteraan psikologis. Masih banyak dari mereka yang merasa tertekan dalam menjalankan pekerjaannya. Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah perlunya dukungan penuh dari masyarakat kepada para tenaga kesehatan terkait dengan pekerjaan mereka. Jika tenaga kesehatan meraih kesejahteraan psikologis, mereka dapat bekerja dengan senang dan tenang sehingga angka kesembuhan semakin meningkat

Kata kunci: tenaga kesehatan, pandemi, kesejahteraan psikologis

PENDAHULUAN

Sekarang ini dunia masih dilanda pandemic Covid19, Covid-19 atau biasa disebut virus corona sendiri adalah penyakit yang disebabkan oleh virus severe acute respiratory syndrome corona virus 2 (SARS-CoV-2). COVID-19 dapat menyebabkan gangguan sistem pernapasan, mulai dari gejala yang ringan seperti flu, hingga infeksi paru-paru, seperti pneumonia. Kemunculan virus corona mulai terdeteksi pertama kali di negara China pada awal Desember 2019. Kala itu, sejumlah pasien berdatangan ke rumah sakit di Wuhan dengan gejala penyakit yang tak dikenal. Kemudian, Dr. Li Wenliang menyebarkan berita

mengenai virus misterius tersebut di media sosial. Diketahui, sejumlah pasien pertama memiliki akses ke pasar ikan Huanan yang juga menjual binatang liar. Kemudian, sebuah penelitian yang diterbitkan bulan Februari menyebutkan bahwa tampaknya virus corona berasal dari kelelawar. Virus tersebut berhasil bermutasi dari tubuh sang inang. Penelitian tersebut menemukan corona virus pada kelelawar memiliki 96% genetik yang mirip dengan virus corona yang saat ini menginfeksi orang di seluruh dunia. Namun, virus corona bukan infeksi langsung dari kelelawar, melainkan dari spesies lain yang terinfeksi dari kelelawar dan akhirnya menyerang tubuh manusia (newsdetik.com 2020).

Banyak warga di Wuhan, China yang sudah terjangkit virus ini, sampai pada akhirnya covid-19 sampai juga di Indonesia. Kasus pertama di Indonesia diawali dari dua warga yang dinyatakan positif terjangkit virus covid. Dua warga ini diketahui seorang ibu berusia 64 tahun dan anaknya yang berusia 31 tahun. Dua warga ini sebelumnya diketahui sempat berkontak dengan warga negara Jepang yang dinyatakan positif corona.

Tanggal 2 bulan Maret tahun 2020 merupakan tanggal bersejarah dimana pada hari itu Presiden Jokowi mengumumkan kasus pertama warga terjangkit virus covid, lalu mulai lah bermunculan kasus-kasus yang lain, hingga sampai pada di bulan April 2020 terjadi ledakan kasus covid tersebut. Hingga sampai saat ini kasus covid di Indonesia masih terus bertambah. Tercatat pada akhir bulan Juni 2021 terdapat 21.095 kasus positif (suara.com, 2021). Lonjakan angka kasus covid ini disebabkan karna dampak liburan, arus mudik, dan arus balik idul fitri. Selain factor tersebut, disebutkan pula lonjakan drastic ini disebabkan oleh varian virus baru yaitu alpha, beta, dan delta. Dimana penularan virus corona varian baru ini dinilai lebih cepat dari virus sebelumnya.

Akibat lonjakan yang drastic ini berdampak pula dengan kinerja tenaga kesehatan baik di Indonesia maupun di dunia. Selama lebih satu setengah tahun terakhir, Indonesia masih berjuang dalam menghadapi pandemi Covid-19, suatu kondisi yang selama ini tidak pernah diduga sebelumnya. Selepas gelombang kedua pandemi yang melanda Indonesia pada Juli lalu, memang pertambahan kasus sudah kembali menurun setelah sempat mencapai angka rata-rata 30.000 kasus per hari, akan tetapi para pejuang nakes masih memiliki tugas yang berat. Perjuangan yang berat ini untuk menyelamatkan ribuan nyawa yang mengorbankan waktu, tenaga, pikiran, bahkan taruhannya adalah nyawa para pejuang nakes itu sendiri, demi keselamatan masyarakat, dimulai dari awal pandemi hingga saat ini dan batas waktu yang

belum pasti, untuk memberikan yang terbaik. Pengorbanan para dokter dan seluruh tenaga kesehatan yang luar biasa di garis terdepan, bahkan sampai menjadi korban. Tanpa kesadaran dan dukungan masyarakat, rasanya kapan akhir dari pandemi ini akan semakin tidak pasti.

Tidak hanya SDMnya saja, akan tetapi seluruh rumah sakit penuh dengan pasien covid. Bahkan wisma Atlet, Asrama Haji, kampus, gedung-gedung pertemuan dan banyak hotel berbintang alih fungsi menjadi rumah sakit darurat covid. Bangunan-bangunan tersebut menjadi tempat penanganan covid bagi pasien tanpa gejala (OTG). Oleh karena itu, kinerja para tenaga kesehatan meningkat 4x lipat. Menurut pernyataan subjek pertama, sebelum adanya pandemic ini satu pasien akan dirawat oleh tiga perawat, akan tetapi pada saat pandemic terlebih saat lonjakan kasus terjadi satu perawat mampu merawat tiga sampai empat pasien sekaligus. Bahkan sempat mereka tidak pulang berminggu-minggu karena pasien yang terus berdatangan dengan segala kondisinya. Dikatakan tidak sedikit pasien yang sampai di rumah sakit dengan kondisi tidak sadarkan diri. Digambarkan pula kondisi lorong rawat inap penuh dengan kasur pasien covid, Unit Gawat Darurat (UGD) penuh dengan pasien yang menunggu jatah kamar kosong, ICU yang tidak pernah istirahat, dan ambulance yang tidak pernah berhenti berdatangan. Sejujurnya mereka juga sangat membutuhkan bantuan dari relawan-relawan diluar sana, akan tetapi tidak banyak orang yang mau menjalani tanggung jawab yang sangat beresiko ini. Memang tidak dapat dibantahkan lagi apabila terjun langsung menangani pasien positif corona tingkat penularan jauh lebih tinggi walaupun sudah menggunakan alat pelindung diri (APD) lengkap. Pada bulan Agustus dilaporkan sebanyak 1.967 tenaga kesehatan di Indonesia gugur melawan Covid-19. Data ini tercatat per 24 Agustus 2021 pukul 13.00 WIB. Relawan Lapor Covid-19, Lenny Ekawati mengatakan dari total 1.967 tenaga kesehatan yang meninggal karena Covid-19, 688 di antaranya merupakan dokter, 648 perawat, 387 bidan dan 48 apoteker. Kemudian, 47 ahli teknologi laboratorium medis (ATLM), 46 dokter gigi, 10 rekam radiolog, 5 sanitarian, 4 petugas ambulans dan 4 terapis gigi (Merdeka.com, 2021).

Setiap manusia memiliki kehidupan yang berbeda-beda yang dimana tingkat kesejahteraannya pun berbeda-beda pula. Salah satu kesejahteraan yang harus diperhatikan adalah kesejahteraan psikologis. Menurut Raudatussalamah & Susanti (2014) kesejahteraan psikologis atau psychological well-being adalah suatu kondisi dimana individu menjadi sejahtera dengan menerima diri, memiliki tujuan hidup, mengembangkan relasi yang positif

dengan orang lain, menjadi pribadi yang mandiri, mampu mengendalikan lingkungan, dan terus bertumbuh secara personal. Sejahtera secara psikologis bukan hal yang mudah untuk dicapai, individu tidak hanya sehat secara fisik akan tetapi harus sehat secara psikologis. Psychological well-being didefinisikan sebagai hasil evaluasi atau penilaian seorang individu terhadap diri sendiri yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan harapan individu yang bersangkutan, dan digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologis positif (positive psychological functioning) yang dikemukakan oleh para ahli Psikologi (Ryff, 1989).

Bertambahnya pasien setiap saat menjadi hal yang tidak mudah bagi para nakes. Hal ini mengharuskan nakes untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi pandemic ini, karena nakes merupakan garda terdepan dalam merawat pasien covid. Oleh karena itu penelitian ini mengangkat tema kesejahteraan psikologis para nakes yang menangani pasien covid-19 yang bertujuan untuk mengukur tingkat kesejahteraan psikologis pada diri nakes selama masa pandemic ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian yang berjudul “Kesejahteraan Psikologis Pada Tenaga Kesehatan Di Masa Pandemi” menggunakan metode kualitatif. Metode pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan observasi dan interview. Responden dalam penelitian ini menggunakan quota sampling yang berjumlah 7 responden.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Secara keseluruhan data responden yang digunakan dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan yang bertugas di kota Surakarta. Dalam penelitian ini, jumlah responden yang penulis wawancarai sebanyak tujuh tenaga kesehatan. Berdasarkan data kesejahteraan psikologis para tenaga kesehatan yang didapatkan dengan menggunakan metode wawancara kepada para tenaga kesehatan yang bertugas di kota Surakarta didapatkan hasil bahwa para tenaga kesehatan belum mampu meraih kesejahteraan psikologis menurut (Ryff;1989) walaupun tidak disemua dimensi responden gagal mencapai kesejahteraannya. Dalam penelitian ini, penulis berfokus pada kesejahteraan psikologis para tenaga kesehatan dalam menghadapi masa pandemi dan menjadi garda terdepan yang berhadapan langsung dengan

virus dan berusaha merawat pasien yang terjangkit virus covid-19. Dalam menyusun pertanyaan, penulis menggunakan enam dimensi kesejahteraan psikologis milik (Ryff;1989) diantaranya ; penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi manusia dalam mendapatkan kesejahteraan psikologis. Factor-faktor tersebut diantaranya faktor demografis dan klasifikasi sosial yang terdiri dari usia, jenis kelamin, status sosial ekonomi, budaya, dukungan sosial, daur hidup keluarga, dan evaluasi terhadap bidang-bidang tertentu (Ryff;1995). Hal-hal lain seperti perbandingan sosial, perwujudan penghargaan, pemusatan psikologis juga turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis manusia.

Melonjaknya kasus covid-19 membuat para perawat harus bekerja dengan kekuatan extra. Menurut pengakuan responden, sebelum kasus covid melonjak drastic, setiap pasien positif covid yang dirawat di rumah sakit dirawat oleh tiga sampai empat dokter dan perawat. Namun setelah kasus positif covid melonjak drastis, setiap perawat yang ada di kota Surakarta bisa merawat tiga sampai empat pasien positif covid-19. Bahkan beberapa perawat spesialis lain maupun bidan turut membantu dalam merawat pasien yang terjangkit virus covid-19.

Hasil penelitian dengan menggunakan dimensi kesejahteraan psikologis kepada para tenaga kesehatan selaku responden menunjukkan bahwa para tenaga kesehatan sebenarnya sudah mampu melewati fase penerimaan diri. Dimana para responden menunjukkan sikap yang positif yaitu tidak menolak keadaan diri pada saat ini, dan tidak mengeluh mengenai tanggung jawab yang besar tentang pekerjaannya saat ini. Hal ini dikarenakan sudah dilatihnya hal tersebut semasa perkuliahan. Dimensi ini sesuai dengan teori Ryff(1989) bahwa penerimaan diri yang baik ditandai dengan kemampuan menerima diri apa adanya yang kemampuan tersebut memungkinkan seseorang untuk bersikap positif terhadap diri sendiri dan kehidupan yang dijalani. Sedangkan, individu dengan kesejahteraan psikologis yang kurang akan menunjukkan ketidakpuasan pada dirinya dan terus kecewa dengan kehidupannya dimasa lalu (Nenny,2015). Berbeda dengan dimensi penerimaan diri, dimensi hubungan positif dengan orang lain belum mampu mereka lewati dengan baik. Dikarenakan para tenaga kesehatan yang berhubungan dan menjalani kontak langsung dengan para pasien covid-19, mereka mendapatkan penolakan dari keluarga maupun masyarakat karena takut tertular. Para responden mengaku tidak pulang ke rumah selama kurang lebih tiga bulan

dikarenakan untuk menjaga keluarga di rumah dan juga mengabdikan diri secara penuh di rumah sakit. Hal ini belum sesuai dengan teori dari Ryff dan Singer (1996) menunjukkan individu memiliki hubungan yang baik dengan lingkungan disekitarnya, memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat membangun hubungan personal yang baik dengan orang lain.

Dimensi menentukan tindakan sendiri (otonomi) para responden memiliki pendapat yang sama bahwa pekerjaannya saat ini sebagai seorang tenaga kesehatan merupakan prioritas utamanya, walaupun terdapat beberapa dalam awal berkarir merupakan keterpaksaan, namun saat ini mereka telah menerima bahkan menjalani dengan tulus profesi tersebut. Bahkan beberapa dari mereka memiliki sebuah harapan seperti membuka klinik sendiri guna memperluas ilmu dan pengalaman nantinya. Hal ini sesuai dengan pendapat Ryff(1995) bahwa individu yang memiliki skor tinggi pada dimensi otonomi digambarkan cenderung bebas dapat menentukan nasibnya serta mampu berpikir dan bertindak sesuai dengan cara yang tepat.

Para tenaga kesehatan juga mengalami duka yang mendalam melihat para tenaga Kesehatan lainnya yang gugur karena terjangkit virus covid-19. Relawan covid-19, Lenny Ekawati mengatakan bahwa terdapat 1.967 tenaga kesehatan yang gugur melawan virus ini. tenaga kesehatan tersebut diantaranya merupakan dokter, 648 perawat, 387 bidan , 48 apoteker, 47 ahli teknologi laboraturiuym medis, 46 dokter gigi, 10 rekam radiolog, 5 sanitarian, 4 petugas ambulans dan juga 4 terapis gigi. Dengan kondisi seperti itu, para tenaga kesehatan harus bekerja dengan mengesampingkan rasa takut tertular virus covid-19. Mengingat resiko penularan antara pasien dengan tenaga kesehatan jauh lebih tinggi. Selain itu, isu dari masyarakat bahwa rumah sakit memalsukan data covid-19 turut mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Hal ini berdampak dengan rasa tidak dipercaya yang muncul dalam benak para tenaga kesehatan. Menurut pengakuan para responden, hal ini sangat tidak masuk akal. Dimensi lain seperti penguasaan lingkungan juga memiliki hasil yang kurang baik. Pada awalnya, para tenaga kesehatan sebenarnya takut dan bingung dalam menghadapi pasien yang positif covid-19 mengingat belum ditemukannya obat untuk menyembuhkan pasien covid-19. Sehingga dalam hal ini berbanding terbalik dengan teori Ryff(1989) bahwa individu mampu mengontrol lingkungannya sesuai dengan kondisi psikologisnya dan mampu memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan secara efektif.

Menjadi seorang tenaga Kesehatan bukanlah perkara yang mudah, terlebih pada masa pandemic mereka bekerja 4x lipat dari sebelumnya. Mereka banyak kehilangan waktu baik untuk orang yang disayangi maupun untuk diri sendiri. Menggunakan alat pelindung diri(APD) lengkap setiap hari yang mempuat mereka tidak bisa makan, minum, bahkan buang air sembarangan hal itu sangat menyitawaktu mereka. Sehingga mengesampingkan mimpi-mimpi yang sebelumnya telah direncanakan. Beberapa responden mengaku dalam dimensi tujuan hidup masih jauh dari ekspektasinya. Sehingga dimensi ini belum sesuai dengan teori Ryff dan Keyes (1995) bahwa seorang individu yang berkeyakinan dalam memberikan tujuan dan sasaran hidup, akan merasakan arti dari kehidupan yang dijalannya dimasa lalu pada kehidupannya saat ini.

Tenaga kesehatan merupakan sebuah pekerjaan yang mulia. Terlebih dalam kondisi pandemi ini, tenaga kesehatanlah yang paling berjasa dalam menyembuhkan para pasien yang terjangkit covid-19. Berdasarkan data yang diambil, para informan mengembangkan dirinya dengan mengikuti pelatihan-pelatihan yang rutin diadakan oleh pihak rumah sakit, sehingga mampu meningkatkan kualitas dirinya masing-masing. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Riny(2014) menyatakan bahwa subjek penelitian memiliki psychological well-being yang tinggi berdasarkan aspek pertumbuhan pribadi dimana subjek memiliki keinginan untuk terus berkembang, terbuka terhadap hal baru, mampu melihat kemajuan dalam diri dari waktu ke waktu dan memilih untuk terus berkembang, tidak berada pada satu keadaan yang tetap dimana seluruh masalah teratasi. Sikap penolakan dan beredarnya banyak isu terkait pemalsuan kondisi pasien yang tersebar dari dan di masyarakat membuat para tenaga kesehatan harus mengalami tekanan ataupun rasa rendah diri selama bekerja. Berdasarkan penelitian ini, tenaga kesehatan sudah mampu menerima keadaan diri namun belum dapat menjalin hubungan baik dengan orang lain secara positif.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa para tenaga medis belum maksimal dalam mencapai kesejahteraan psikologisnya. Dari data yang telah diambil rata-rata responden belum mencapai kesejahteraan dalam dimensi hubungan positif dan penguasaan lingkungan sebagaimana dengan teori yang disampaikan oleh Ryff tentang enam dimensi kesejahteraan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Hurlock, E.B. (1999). Psikologi Perkembangan. Suatu pendekatan dalam rentang kehidupan. Jakarta: Erlangga.
- Ramdhani, Tia. "kesejahteraan psikologis (psychological well-being) siswa yang orangtuanya bercerai". Jurnal Bimbingan Konseling, vol 5, (2016) : 111-113. (dikases pada tanggal 10 Januari 2022)
- Sugiyono. (2007). Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta
- Bradburn, N.F. (1995). The structure of psychological well-being. Chicago: Aldine PubCo.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning Psychological Well-Being. Journal of Personality and Social Psychological, 57, 1069-1071.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. Current Directions in Psychological Science, 4, 99-104.
- Ryff, C. D. ve Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. Journal of personality and social Psychology, 69(4), 719-727.
- Ryff, C.D., Singer, B. (1996). Psychological Well-Being: Meaning, Measurement, and Implication for Psychoterapy Research, Psychoterapy, Psychosomatic. Special Article, 65(2), 14-23.