

## Dampak Pandemi COVID-19 terhadap Aspek Psikologis Perawat: Studi Literatur

### *The Impact of The COVID-19 Pandemic Toward Nurses' Psychological Aspect: Literature Review*

Fitriya Kristanti<sup>1\*</sup>, Tiur Yulianta Simamora<sup>1</sup>, Aziz Hidayatulloh<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Magister Keperawatan, Fakultas kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada

**Submitted:** 13 Desember 2022

**Revised:** 17 Oktober 2023

**Accepted:** 29 November 2023

#### ABSTRACT

**Background:** As a health worker, nurses put themselves in high risk since they have been exposed in the front line battle against COVID-19 virus. Nurses suffer from physical exhaustion, psychological or mental fatigue, and even excessive stress due to heavy workload.

**Objective:** To find out the impact of covid toward nurses' psychological aspect.

**Method:** The literature review was carried out using the PRISMA flow diagram. Scencedirect, Willey Online and EBSCO were used as the journal database. The keywords of the PICO framework were Nurse AND Psychological AND Impact of COVID-19. Inclusion criteria included focus on the COVID-19 pandemic, publications in the last 3 years, written in English, and original research. The exclusion criteria was literature review type of article.

**Result:** As the result, there were 9075 articles consisted of 1751 articles from Scencedirect database, 3871 articles from Willey Online, 3453 articles from EBSCO, and 5 articles from handsearching. After inclusion and exclusion criterias were applied, there were 16 articles left to be analyzed. These articles discussed the psychological impact on nurses who were facing the COVID-19 pandemic, such as insomnia, sadness, fear, anxiety, depression, stress, suicidal ideation, depersonalization, and PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder).

**Conclusion:** The COVID-19 pandemic have impacted nurses in carrying out their duties in health services, hence it needs serious attention to their psychological condition.

**Keywords:** COVID-19 pandemic; nurse; psychological impact

#### ABSTRAK

**Latar belakang:** Sebagai tenaga kesehatan, perawat menempatkan dirinya pada risiko tinggi karena mereka merupakan garda terdepan dalam melawan virus COVID-19. Perawat mengalami kelelahan fisik, kelelahan psikologis/mental, bahkan stres yang berlebihan karena tingginya beban kerja selama pandemi COVID-19.

**Tujuan:** Untuk mengetahui dampak COVID-19 terhadap aspek psikologis perawat.

**Metode:** Tinjauan literatur dilakukan menggunakan alur diagram PRISMA dan *database* jurnal yang digunakan meliputi Scencedirect, Willey Online, dan EBSCO. Kata kunci dari kerangka kerja PICO, yaitu Nurse AND Pscyhological AND Impact of COVID-19. Kriteria inklusi meliputi fokus pada pandemi COVID-19, publikasi 3 tahun terakhir, berbahasa Inggris, penelitian asli/*original article*. Kriteria eksklusinya adalah penelitian artikel jenis *review*.

**Hasil:** Hasil pencarian literatur didapatkan 9075 artikel dengan pencarian *database* Science Direct 1751 artikel, Willey Online 3871 artikel, EBSCO 3453 artikel dan *handsearching* 5 artikel. Artikel diskroning sesuai dengan kriteria inklusi sehingga didapatkan 16 artikel utama yang dianalisis. Dampak psikologis yang dirasakan perawat saat menghadapi pandemi COVID-19, meliputi insomnia, kesedihan, ketakutan, kecemasan, depresi, stres, ide bunuh diri, depersonalisasi, dan gangguan stres pascatrauma (*post-traumatic stress disorder* atau PTSD).

**Simpulan:** Pandemi COVID-19 berdampak pada perawat dalam menjalankan tugasnya di pelayanan kesehatan sehingga perlu perhatian serius terhadap kondisi psikologis petugas kesehatan.

**Kata kunci:** dampak psikologis; pandemi COVID-19; perawat

## PENDAHULUAN

Wabah penyakit *coronavirus* (COVID-19) berasal dari Wuhan, ibu kota Provinsi Hubei di Cina Tengah, pada akhir Desember 2019.<sup>1</sup> Data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada 29 Februari 2020, terdapat 85.403 kasus yang ditemukan secara global dan sebanyak 92,96% kasus tersebut ditemukan di Cina.<sup>1</sup> Pandemi COVID-19 sejak Januari 2020 telah menyebar dengan cepat hingga ke 218 negara.<sup>1</sup> Wabah pada gelombang pertama yang terjadi di kota Wuhan menyebabkan banyak rumah sakit yang ditetapkan sebagai rumah sakit lini pertama untuk perawatan pasien kritis yang terinfeksi COVID-19. Bertambahnya beban kerja yang tidak dapat dihindari, masih kurangnya alat pelindung diri (APD), kurang jelasnya proses pengobatan kuratif, tingginya risiko infeksi dan kematian, serta dampak akan rasa putus asa yang dialami pasien, telah menjadi ancaman besar dan signifikan bagi para perawat di garda terdepan ini.<sup>2</sup>

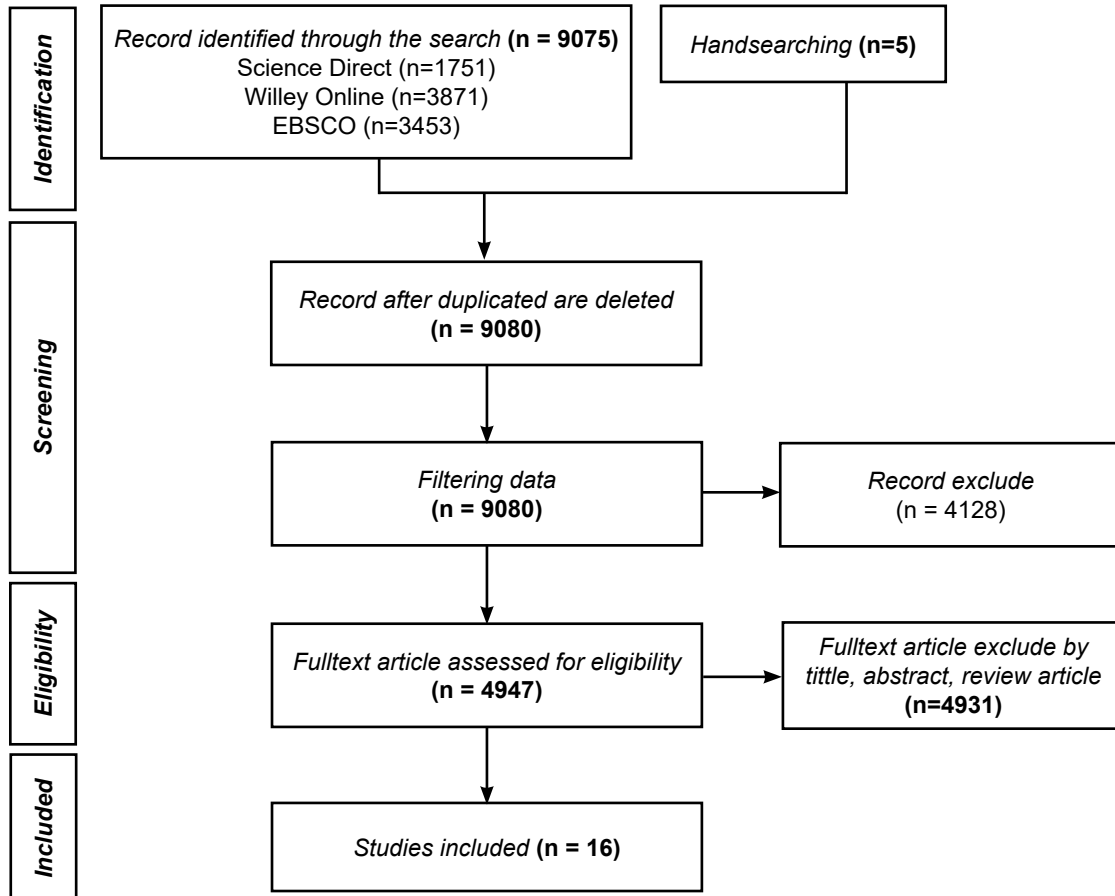
Pengalaman petugas kesehatan di garis depan, berisiko tinggi terpapar virus COVID-19. Di Italia, sebanyak 10.000 petugas kesehatan terinfeksi COVID-19 pada awal bulan April 2020, sehingga petugas kesehatan harus melakukan isolasi diri atau karantina.<sup>3</sup> Meningkatnya intensitas kerja, belum adanya pengobatan dan vaksin yang efektif, inefektivitas yang tinggi, serta perasaan takut menularkan penyakit ke orang-orang terdekat, memiliki dampak negatif pada kondisi kesehatan mental perawat, saat mereka harus merawat pasien COVID-19.<sup>3</sup>

Masalah keamanan pribadi, takut menginfeksi diri sendiri dan anggota keluarga menambah beban stres ini. Perawat di area perawatan kritis memiliki risiko yang signifikan untuk mengalami kecemasan, depresi, gangguan stres pascatrauma (PTSD), tekanan moral, dan kelelahan, berdasarkan frekuensi kematian pasien COVID-19 di ICU dan beban kerja ekstrem yang ditimbulkan oleh pandemi COVID-19.<sup>4</sup> Beban kerja seperti di atas sangat rentan membuat perawat mengalami kelelahan fisik, kelelahan psikologis/mental, bahkan stres yang berlebihan karena pekerjaan. Tenaga kesehatan terutama perawat, yang berperan dalam perawatan COVID-19 sangat rentan berdampak pada kondisi psikologis yang tidak menguntungkan perawat. Hal ini dapat menyebabkan masalah di waktu mendatang bila tidak didiagnosis dan diobati secara tepat.<sup>1</sup> Fenomena inilah yang membuat peneliti tertarik untuk mengetahui dampak pandemi COVID-19 terhadap aspek psikologis perawat.

## METODE PENELITIAN

Tinjauan literatur dilakukan melalui penelusuran hasil-hasil publikasi ilmiah menggunakan alur diagram PRISMA. *Database* jurnal yang digunakan meliputi Sciencedirect, Willey Online dan EBSCO. Selain itu, pencarian artikel juga dilakukan melalui *handsearching*. Pencarian difokuskan pada jurnal *open access* dengan karakteristik artikel sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Penetapan kata kunci untuk pencarian artikel menggunakan strategi pencarian dengan pendekatan PICO (*Population, Intervention, Comparison, dan Outcome*). Pencarian literatur dari tiga *database* jurnal menggunakan kata kunci dari

kerangka kerja PICO, yaitu *Nurse AND Pscyhological AND Impact of COVID-19*. Penulis menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi untuk seleksi artikel. Kriteria inklusi meliputi fokus pada pandemi COVID-19, publikasi 3 tahun terakhir, berbahasa Inggris, penelitian asli/*original article*. Sementara itu, untuk kriteria eksklusinya adalah penelitian artikel jenis *review*. Artikel diekstraksi dan dianalisis ke dalam format yang memuat penulis dan tahun penerbitan artikel, judul, metodologi dan sampel, serta hasil.



Gambar 1. Bagan alur pencarian *literature*

## HASIL

Hasil pencarian literatur didapatkan 9075 artikel dengan pencarian *database* Sciencedirect 1751 artikel, Willey Online 3871 artikel, EBSCO 3453 artikel dan *handsearching* 5 artikel. Artikel dilakukan skrining sesuai dengan kriteria inklusi sehingga didapatkan 16 artikel utama yang akan dianalisis. Desain penelitian dari artikel yang dianalisis adalah *cross sectional* sebanyak 12 artikel, *descriptive study* sebanyak 2 artikel, *grounded theory* sebanyak 1 artikel, *fenomenologi study* sebanyak 1 artikel dan *cohort prospective* sebanyak 1 artikel. Penelitian dilakukan di negara Taiwan, Austria, Cina, Jepang, Kanada, Mesir, Amerika Serikat, Jerman, Iran, dan Pakistan. Artikel membahas tentang dampak psikologis bagi perawat ketika menghadapi pandemi COVID-19, seperti insomnia, kesedihan, ketakutan, kecemasan, depresi, stres, ide bunuh diri, depersonalisasi, dan PTSD.

Tabel 1. Sintesis hasil penelitian (n=16)

No.	Penulis, Tahun, Negara	Judul	Metodologi dan Sampel	Result/Hasil
1	Chen <i>et al.</i> , <sup>1</sup> (2021) Taiwan	<i>A Large-Scale Survey on Trauma, Burnout, and Posttraumatic Growth among Nurses during The COVID-19 Pandemic</i>	Sebuah studi survei skala besar <i>cross-sectional</i> dilakukan menggunakan kuesioner dalam bentuk <i>online</i> dan tertulis.  Sampel: sebanyak 12.596 perawat.	Penelitian ini mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan trauma, kelelahan, dan stres pascatrauma atau PTSD pada perawat. Trauma yang dialami oleh perawat menimbulkan gejala susah tidur (34,8%), ketakutan akan bencana terulang kembali (33,9%), cemas (28,1%), mudah marah (27,6%) dan tidak bahagia (24,6%). Faktor yang berhubungan dengan trauma antara lain: masa kerja, skor PTGI, kelelahan emosional, depersonalisasi, dan kurangnya kepuasan diri. Tingkat kelelahan perawat rata-rata pada tingkat sedang ( <i>moderate</i> ). Faktor yang berhubungan dengan kelelahan emosional adalah jenis kelamin wanita, bekerja di rumah sakit khusus COVID-19, bekerja di unit perawatan kritis dan departemen terkait COVID-19. Faktor yang berpengaruh terhadap depersonalisasi adalah bekerja di rumah sakit khusus COVID-19, bekerja dalam unit perawatan kritis dan departemen terkait COVID-19. Faktor yang berpengaruh terhadap pencapaian pribadi adalah jenis kelamin wanita dan tidak pernah peduli pasien dengan COVID-19. Sedangkan pertumbuhan stres pascatrauma sebanyak 39,3% perawat mendapat nilai di persentil ke-60 atau lebih tinggi ( $\geq 32$ poin).
2	Peng <i>et al.</i> , <sup>2</sup> (2021)	<i>Negative and Positive Psychological Experience of Frontline Nurses in Combatting COVID-19: A Qualitative Study</i>	Wawancara semi terstruktur menggunakan metode fenomena logis.  Sampel: sebanyak 20 perawat.	Pengalaman negatif yang dialami perawat adalah penolakan dan ketidakberdayaan, yaitu adanya penolakan untuk bekerja di garis depan, kurang percaya diri dan ketidakberdayaan, ketakutan dan kecemasan, rindu yang berlebihan kepada keluarga atau orang yang dicintai, dan masalah kesehatan lainnya. Sedangkan pengalaman positif yang dialami adalah peningkatan hubungan interpersonal, pembentukan kekuatan dan keyakinan diri, serta perubahan dalam memaknai hidup.
3	Kim <i>et al.</i> , <sup>3</sup> (2021) USA	<i>Predictors of Poor Mental Health among Nurses during COVID-19 Pandemic</i>	Studi <i>Cross-sectional</i> berbasis <i>web</i> menggunakan online platform survei, QualtricsXM (Provo, UT, USA).  Sampel: sebanyak 320 perawat	Sebagian besar perawat melaporkan stres sedang/tinggi, kecemasan sedang/berat, dan depresi.
4	Häussl <i>et al.</i> , <sup>5</sup> (2021) Austria	<i>Psychological, Physical, and Social Effects of The COVID-19 Pandemic on Hospital Nurses</i>	Desain deskriptif kualitatif. Sampel: 18 perawat.	Selama bekerja di masa pandemi COVID-19, dampak psikologis yang muncul, antara lain: rasa takut menulari seseorang di rumah, insomnia, dan kesedihan.

Tabel 1. Sintesis hasil penelitian (n=16) (lanjutan)

No.	Penulis, Tahun, Negara	Judul	Metodologi dan Sampel	Result/Hasil
5	Han et al., <sup>6</sup> (2020) China	<i>Anxiety and Depression of Nurses in A North West Province in China during The Period of Novel Coronavirus Pneumonia Outbreak</i>	Survei <i>Cross-sectional</i> . Sampel: 22.034 perawat.	Dampak psikologis yang dialami oleh perawat adalah kecemasan dan depresi. Perawat yang memiliki tanggung jawab merawat anak dan keluarga mengambil cuti selama pandemi karena khawatir terhadap COVID-19 dan mengurangi kontak dengan keluarga dan teman.
6	Tsubono & Ikeda <sup>7</sup> , (2022) Japan	<i>Depressive Symptoms and Stress among Nurses in The COVID Unit: A 7-Month Cohort Study</i>	Studi kohort prospektif. Sampel: 28 perawat.	Skor depresi yang dialami oleh perawat mengalami fluktuasi selama penelitian. Stres dan depresi yang dialami perawat berhubungan dengan jumlah kasus baru yang dilaporkan.
7	Hendy et al., <sup>8</sup> (2021) Egypt	<i>Predictive Factors Affecting Stress among Nurses Providing Care at COVID-19 Isolation Hospitals at Egypt</i>	Studi <i>cross-sectional</i> . Sampel: 374 perawat.	Perawat yang diteliti memiliki skala stres tingkat sedang (52,1%), tingkat parah (26,2%), sementara tingkat ringan (13,4%) dan tingkat normal (8,3%).
8	Höller & Forkmann <sup>9</sup> , (2022) Germany	<i>Ambivalent heroism? – Psychological Burden and Suicidal Ideation among Nurses during The COVID-19 Pandemic</i>	Survei <i>online cross-sectional</i> . Sampel: 1311 perawat.	Hampir setengah peserta (41,5%) melaporkan tingkat gejala depresi yang tinggi, risiko kelelahan sedang hingga tinggi (52,7%). Sebanyak seperlima dari peserta (21,7%) melaporkan ide bunuh diri dalam 4 minggu terakhir.
9	Ren et al., <sup>10</sup> (2022) China	<i>Prevalence and Influencing Factors of Anxiety and Depression Symptoms among Surgical Nurses during COVID-19 Pandemic: A Large-Scale Cross-Sectional Study</i>	<i>Cross-sectional</i> , studi kuantitatif multi-pusat dilakukan antara perawat bedah di Provinsi Anhui. Sampel: 3492 perawat.	Penelitian ini menemukan bahwa rata-rata tingkat kecemasan dan depresi perawat di ruang bedah tergolong tinggi.
10	Zakeri et al., <sup>11</sup> (2021) Iran	<i>The Relationship between Frontline Nurses' Psychosocial Status, Satisfaction with Life and Resilience during The Prevalence of COVID-19 Disease</i>	Studi <i>cross-sectional</i> . Sampel: 185 perawat.	Sebanyak 50,3% dari peserta penelitian mengalami gangguan aspek psikologis. Sebanyak 68,1% peserta mengalami gangguan sosial, 49,2% mengalami gejala somatik, 49,7% mengalami kecemasan dan insomnia, serta 18,4% mengalami depresi berat. Selain itu, 28,6% perawat menderita GAD (Generalized Anxiety Disorder) dan 34,6% menderita PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder)

Tabel 1. Sintesis hasil penelitian (n=16) (lanjutan)

No.	Penulis, Tahun, Negara	Judul	Metodologi dan Sampel	Result/Hasil
11	Cote et al., <sup>12</sup> (2022)  Canada	<i>Psychological Distress, Depression Symptoms and Fatigue among Quebec Nursing Staff during The COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study</i>	Studi cross-sectional.  Sampel: 1708 perawat.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi gangguan psikologis dan gejala depresi tingkat sedang sampai berat. Perawat yang merawat pasien COVID-19 dan memiliki rekan kerja yang terinfeksi COVID-19 di tempat kerja mendapat skor lebih tinggi untuk dampak kelelahan, tekanan psikologis, dan depresi
12	Guttormoson et al., <sup>13</sup> (2022)  Amerika	<i>Critical Care Nurse Burnout, Moral Distress, and Mental Health during The COVID-19 Pandemic: A United States Survey</i>	Descriptive study.  Sampel: 488 perawat.	Hasil penelitian menunjukkan responden mengalami depresi, kelelahan, dan gejala <i>Post-Traumatic Stress Disorder</i> (PTSD).
13	Hu et al., <sup>14</sup> (2020)  China	<i>Frontline Nurses' Burnout, Anxiety, Depression, and Fear Statuses and Their Associated Factors during The COVID-19 Outbreak in Wuhan, China: A Large-Scale Cross-Sectional Study</i>	<i>Cross-Sectional, Descriptive, Correlational Study Design.</i>  Sampel: 2014 perawat.	Perawat mengalami masalah kelelahan, kecemasan, depresi, dan ketakutan selama menjalankan tugas pada masa pandemi COVID-19.
14	Zhang et al., <sup>15</sup> (2020)  China	<i>Stress, Burnout, and Coping Strategies of Frontline Nurses during The COVID-19 Epidemic in Wuhan and Shanghai, China</i>	<i>Cross-sectional survey design.</i>  Sampel: 110 perawat.	Perawat mengalami masalah depersonalisasi, kelelahan emosional, depresi, dan stres saat menjalankan tugas selama masa pandemi COVID-19.
15	Mousavi et al., <sup>16</sup> (2021)  Iran	<i>Psychological Impact of COVID-19 on Health-Care Workers: A Multicenter Cross-Sectional Study</i>	<i>Cross-sectional study.</i>  Sampel: 330 perawat.	Kecemasan, depresi, stres, dan insomnia, merupakan masalah psikologis yang dialami oleh tenaga kesehatan yang bertugas pada masa pandemi COVID-19.
16	Parveen et al., <sup>17</sup> (2020)  Pakistan	<i>Impact of COVID-19 on Mental Health of Healthcare Workers during Pandemic; an Experience at a Tertiary Cardiac Care Set Up</i>	<i>Descriptive cross sectional study.</i>  Sampel: 100 perawat.	Kecemasan, ketakutan, dan distres merupakan masalah yang timbul selama pandemi COVID-19 pada tenaga kesehatan dalam menjalankan tugas.

**Tabel 2. Dampak psikologis perawat dalam menjalani tugas selama masa pandemi COVID-19 (n=16)**

No.	Psikologis Perawat	Penelitian
1	Insomnia	Chen <i>et al.</i> , <sup>1</sup> Häussl <i>et al.</i> , <sup>5</sup> Zakeri <i>et al.</i> , <sup>11</sup> Mousavi <i>et al.</i> , <sup>16</sup>
2	Mudah marah	Chen <i>et al.</i> , <sup>1</sup>
3	Tidak bahagia, sedih	Chen <i>et al.</i> , <sup>(1</sup> Häussl <i>et al.</i> , <sup>)5</sup>
4	Ketakutan, cemas, khawatir	Chen <i>et al.</i> , <sup>1</sup> Häussl <i>et al.</i> , <sup>5</sup> Kim <i>et al.</i> , <sup>3</sup> Han <i>et al.</i> , <sup>6</sup> Ren <i>et al.</i> , <sup>10</sup> Zakeri <i>et al.</i> , <sup>11</sup> Hu <i>et al.</i> , <sup>14</sup> Mousavi <i>et al.</i> , <sup>16</sup> Parveen <i>et al.</i> , <sup>17</sup>
5	Kelelahan	Chen <i>et al.</i> , <sup>1</sup> Höller & Forkmann <sup>9</sup> Côté <i>et al.</i> , <sup>12</sup> Guttormson <i>et al.</i> , <sup>13</sup> Hu <i>et al.</i> , <sup>14</sup> Zhang <i>et al.</i> , <sup>15</sup>
6	Ketidakterdayaan	Peng <i>et al.</i> , <sup>2</sup>
7	Stres, depresi	Kim <i>et al.</i> , <sup>3</sup> Han <i>et al.</i> , <sup>6</sup> Tsubono & Ikeda <sup>7</sup> Höller & Forkmann <sup>9</sup> Ren <i>et al.</i> , <sup>10</sup> Zakeri <i>et al.</i> , <sup>11</sup> Côté <i>et al.</i> , <sup>12</sup> Guttormson <i>et al.</i> , <sup>13</sup> Hu <i>et al.</i> , <sup>14</sup> Zhang <i>et al.</i> , <sup>15</sup> Mousavi <i>et al.</i> , <sup>16</sup> Parveen <i>et al.</i> , <sup>17</sup>
8	Rindu keluarga/teman	Peng <i>et al.</i> , <sup>2</sup>
9	Ide bunuh diri	Höller & Forkmann <sup>9</sup>
10	Gangguan sosial	Zakeri <i>et al.</i> , <sup>11</sup>
11	Gangguan somatis	Zakeri <i>et al.</i> , <sup>11</sup>
12	PTSD	Chen <i>et al.</i> , <sup>1</sup> Zakeri <i>et al.</i> , <sup>11</sup> Guttormson <i>et al.</i> , <sup>13</sup>
13	Depersonalisasi	Zhang <i>et al.</i> , <sup>15</sup>

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa COVID-19 memiliki dampak terhadap aspek psikologis perawat, antara lain insomnia, kesedihan, ketakutan, kecemasan, depresi, stres, depersonalisasi, ide bunuh diri, dan PTSD.

### Insomnia

Insomnia merupakan keadaan ketika seseorang kesulitan untuk tertidur di malam hari (lebih dari 30 menit), durasi tidur yang singkat atau bangun pagi, tanpa kemampuan untuk

kembali tidur. Keadaan ini sering disertai dengan gejala peningkatan aktivitas fisiologis, seperti metabolisme, hormon, jantung, dan frekuensi elektroensefalogram tinggi.<sup>18</sup> Perawat berisiko tinggi mengalami insomnia karena perawat memiliki tanggung jawab yang besar, beban kerja yang berat, tekanan yang besar, dan tuntutan untuk bekerja dalam *shift*.<sup>19</sup> Pandemi COVID-19 telah menyebabkan perawat klinis garis depan yang berjuang melawan COVID-19, memiliki kualitas tidur yang buruk dan meningkatkan insiden insomnia.<sup>20</sup> Jika perawat mengalami insomnia dalam waktu yang lama akan meningkatkan kelelahan serta berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental.<sup>21</sup>

### **Kesedihan**

Kesedihan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah perasaan sedih; duka cita; kesusahan hati.<sup>22</sup> Perawat yang bekerja secara langsung merawat pasien COVID-19 berpotensi mengalami kesedihan ketika harus meninggalkan anak-anak mereka di rumah atau menitipkan anak-anak kepada keluarga saat pergi bekerja merawat pasien COVID-19.<sup>23</sup> Dampak negatif dari pandemi COVID-19 yang dilaporkan oleh para perawat adalah kecemasan dan air mata.<sup>5</sup>

### **Ketakutan**

Rasa takut dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah perasaan tidak tenteram, khawatir, dan gelisah.<sup>24</sup> Ketakutan merupakan gangguan psikologis yang berisifat wajar dan dapat timbul kapan dan di mana pun. Pandemi COVID-19 memberikan dampak psikologis terhadap perawat yang bekerja di garis depan dalam melawan COVID-19, salah satunya adalah ketakutan menginfeksi anggota keluarga.<sup>5</sup> Ketakutan juga timbul karena bekerja dengan risiko tinggi terinfeksi virus COVID-19 dan berada pada lingkungan kerja khusus dengan alat-alat medis yang kompleks.<sup>2</sup>

### **Kecemasan**

Kecemasan adalah suatu reaksi emosional yang ditandai dengan perasaan tegang, serta adanya perubahan fisik yang memengaruhi proses kognitif.<sup>25</sup> Tingkat kecemasan perawat berusia muda ditemukan lebih tinggi daripada perawat berusia tua karena perawat muda lebih sedikit memiliki pengalaman.<sup>6</sup>

### **Depresi**

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), arti kata depresi dalam konteks medis adalah gangguan jiwa pada seseorang yang ditandai dengan perasaan yang merosot (seperti muram, sedih, perasaan tertekan).<sup>26</sup> Perawat yang memiliki rasa khawatir pada diri mereka sendiri atau orang lain akan tertular penyakit, serta memutuskan interaksi sosial dan kontak dengan keluarga maupun teman, memiliki dampak risiko tingkat depresi yang lebih tinggi.<sup>6</sup> Skor *Quick Inventory of Depressive Symptom (QIDS)* meningkat pada bulan Januari (tertinggi kedua) dan Mei (tertinggi), bersamaan dengan peningkatan jumlah kasus baru COVID-19.<sup>7</sup>

### **Stres**

Pada Kamus Besar Bahasa Indonesia, stres diartikan dengan gangguan atau kekacauan mental dan emosional yang disebabkan oleh faktor luar; ketegangan.<sup>27</sup> Masalah keamanan



pribadi, takut menginfeksi diri sendiri dan anggota keluarga terkait COVID-19, menambah stres pada perawat. Stres kerja perawat Unit Gawat Darurat yang meningkat pada waktu pandemi COVID-19 diakibatkan karena tingginya beban kerja, rasa takut terinfeksi COVID-19, adanya pandangan negatif sebagai pembawa virus, serta harus terpisah dengan keluarga.<sup>10</sup> Hal tersebut memberi dampak secara fisik pada perawat, seperti sakit kepala dan gangguan tidur. Sementara gejala psikis antara lain ketidakpuasan dalam bekerja, depresi, letih, murung, dan kurang semangat.<sup>12</sup> Tingkat stres staf perawat di unit COVID-19 diperkirakan meningkat karena meningkatnya jumlah pasien dan tingginya okupansi tempat tidur di unit COVID-19. Terdapat 12 staf perawat inti yang hanya bekerja di unit COVID-19. Bekerja terus-menerus di unit COVID-19 akan melelahkan dan membuat stres sehingga menyebabkan kelelahan psikologis pada perawat.<sup>7</sup>

### **Depersonalisasi**

Depersonalisasi dapat muncul pada beberapa perawat yang menjalankan tugas di rumah sakit. Depersonalisasi mencakup kehilangan atau perubahan temporer dalam perasaan yang biasa, mengenai realitas diri sendiri.<sup>11</sup> Perawat menjalankan tugas pada masa pandemi COVID-19 dengan tuntutan dan tanggung jawab yang besar.<sup>15</sup> Baik tanggung jawab secara materiil maupun psikologis. Untuk itu, dibutuhkan proses mengatasi ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan individu, dalam rangka mengatasi kelelahan emosional. Beban psikologis pada perawat, jika tidak diimbangi dengan coping yang baik, akan menyebabkan penurunan kepercayaan diri sehingga tidak maksimal dalam melakukan tugas.<sup>16</sup> Jika terjadi secara berkelanjutan dapat menyebabkan gangguan psikologis pada perawat.<sup>15</sup> Perlu adanya dukungan dari semua pihak, baik teman sejawat maupun instansi, sehingga dapat menekan kejadian masalah psikologis pada perawat.<sup>17</sup>

### **Ide Bunuh Diri**

Ide bunuh diri merupakan pemikiran untuk melakukan bunuh diri. Ide bunuh diri mengarahkan diri untuk terlibat dalam perilaku yang dimaksudkan untuk mengakhiri hidup seseorang.<sup>28</sup> Menurut penelitian Holler & Forkman<sup>9</sup> dilaporkan bahwa ide bunuh diri pada perawat sebesar 21,7%. Faktor penyebab munculnya ide bunuh diri dibagi menjadi dua, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang menjadi penyebab munculnya ide bunuh diri adalah kurangnya dukungan sosial baik dari keluarga atau teman. Sementara faktor internal dari bunuh diri dapat meliputi depresi dan putus asa.<sup>28</sup> Perawat merasa terbebani secara psikologis dan banyak mengalami kelelahan secara fisik. Faktor eksternal terkait dukungan sosial dari berbagai kalangan, sedangkan faktor internal yang terjadi karena kondisi perawat mengalami stres serta depresi selama menjalankan tugas di masa pandemi COVID-19. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasinya dengan cara memberikan dukungan materiil dan sosial sehingga setiap perawat merasa nyaman dalam menjalankan tugas.<sup>17</sup>

### **PTSD**

Tingkat kelelahan yang tinggi dan tekanan moral pada perawat, dilaporkan meningkatkan

risiko terjadinya PTSD.<sup>15</sup> *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD) merupakan sindrom kecemasan, labilitas otonomik, dan mengalami kilas balik dari pengalaman yang amat pedih setelah stres fisik maupun emosi, yang melampaui batas ketahanan orang biasa. Selain itu, PTSD dapat pula didefinisikan sebagai keadaan yang melemahkan fisik dan mental secara ekstrem, yang timbul setelah seseorang melihat, mendengar, atau mengalami suatu kejadian trauma yang hebat dan atau kejadian yang mengancam kehidupannya.<sup>4</sup> Penelitian yang dilakukan Xu *et al*<sup>4</sup> menyebutkan bahwa terdapat 46,7% perawat yang berisiko mengalami PTSD. Perawat melaporkan kekurangan APD dan merasa kekurangan dukungan dari administrasi, kelelahan, tekanan moral depresi, serta mengalami kecemasan selama bertugas di masa pandemi COVID-19. Upaya untuk pengembangan intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan perawat berkaitan dengan kesehatan mental dapat dilakukan secara terintegrasi dari berbagai sektor.<sup>17</sup>

## SIMPULAN DAN SARAN

Dampak psikologis yang dirasakan perawat saat bertugas selama pandemi COVID-19 berupa insomnia, kesedihan, ketakutan, kecemasan, depresi, stres, depersonalisasi, ide bunuh diri, dan PTSD.

Upaya untuk mengurangi dampak psikologis dapat dilakukan oleh berbagai pihak. Instansi terkait dapat lebih memperhatikan kondisi psikologis para tenaga kesehatan, khususnya perawat selama pandemi COVID-19 agar tetap tercipta suasana kerja yang sehat dan kondusif.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa penyusunan artikel ini tidak akan berjalan dengan lancar tanpa adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam proses menyelesaikan artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Chen R, Sun C, Chen JJ, Jen HJ, Kang XL, Kao CC, et al. A Large-Scale Survey on Trauma, Burnout, and Posttraumatic Growth among Nurses during The COVID-19 Pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*. 2021; 30(1): 102–116. <https://doi.org/10.1111/inm.12796>.
2. Peng X, Yang Y, Gao P, Ren Y, Hu D, He Q. Negative and Positive Psychological Experience of Frontline Nurses in Combatting COVID-19: A Qualitative Study. *Journal of Nursing Management*. 2021; 30(7): 2185–2193. <https://doi.org/10.1111/jonm.13481>.
3. Kim SC, Quiban C, Sloan C, Montejano A. Predictors of Poor Mental Health among Nurses during COVID-19 Pandemic. *Nursing Open*; 2021; 8(2): 900–907. <https://doi.org/10.1002/nop2.697>.
4. Xu H, Stjernswärd S, Glasdam S. Psychosocial Experiences of Frontline Nurses Working in Hospital-Based Settings during The COVID-19 Pandemic - A Qualitative Systematic Review. In *International Journal of Nursing Studies Advances*. 2021; 3(100037): 1-22. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2021.100037>.
5. Häußl A, Ehmann E, Pacher A, Knödl K, Huber T, Neundlinger L, et al. Psychological, Physical, and Social Effects of The COVID-19 Pandemic on Hospital Nurses. *International Nursing Review*. 2021; 68(4): 482–492. <https://doi.org/10.1111/inr.12716>.
6. Han L, Wong FKY, She DLM, Li SY, Yang YF, Jiang MY, et al. Anxiety and Depression of Nurses in A North West Province in China during The Period of Novel Coronavirus Pneumonia Outbreak. *Journal of Nursing Scholarship*. 2020; 52(5): 564–573. <https://doi.org/10.1111/jnu.12590>.
7. Tsubono K, Ikeda C. Depressive Symptoms and Stress among Nurses in The COVID Unit: A 7-Month Cohort Study. *Japan Journal of Nursing Science*. 2022; 19 (3): 1-7. <https://doi.org/10.1111/jjns.12477>.
8. Hendy A, Abozeid A, Sallam G, Abboud Abdel Fattah H, Ahmed Abdelkader Reshia F. Predictive Factors

- Affecting Stress among Nurses Providing Care at COVID-19 Isolation Hospitals at Egypt. *Nursing Open*. 2021; 8(1): 498–505. <https://doi.org/10.1002/nop2.652>.
9. Höller I, Forkmann T. Ambivalent heroism? – Psychological Burden and Suicidal Ideation among Nurses during The Covid-19 Pandemic. *Nursing Open*. 2022; 9(1): 785–800. <https://doi.org/10.1002/nop2.1130>.
  10. Ren C, Zhou D, Fan Y, Li B, Zhang W, Shen Y, et al. Prevalence and Influencing Factors of Anxiety and Depression Symptoms among Surgical Nurses during COVID-19 Pandemic: A Large-Scale Cross-Sectional Study. *Nursing Open*. 2022; 9(1): 752–764. <https://doi.org/10.1002/nop2.1127>.
  11. Zakeri MA, Hossini Rafsanjanipoor SM, Zakeri M, Dehghan M. The Relationship between Frontline Nurses' Psychosocial Status, Satisfaction with Life and Resilience during The Prevalence of COVID-19 Disease. *Nursing Open*. 2021; 8(4): 1829–1839. <https://doi.org/10.1002/nop2.832>.
  12. Côté J, Aita M, Chouinard MC, Houle J, Lavoie-Tremblay M, Lessard L, et al. Psychological Distress, Depression Symptoms and Fatigue among Quebec Nursing Staff during The COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. *Nursing Open*. 2022; 9(3): 1744–1756. <https://doi.org/10.1002/nop2.1199>.
  13. Guttormson JL, Calkins K, McAndrew N, Fitzgerald J, Losurdo H, Loonsfoot D. Critical Care Nurse Burnout, Moral Distress, and Mental Health during the COVID-19 Pandemic: A United States Survey. *Heart & Lung*. 2022; 55: 127–133. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2022.04.015>.
  14. Hu D, Kong Y, Li W, Han Q, Zhang X, Zhu LX, et al. Frontline Nurses' Burnout, Anxiety, Depression, and Fear Statuses and Their Associated Factors during The COVID-19 Outbreak in Wuhan, China: A Large-Scale Cross-Sectional Study. *EclinicalMedicine*. 2020; 24(14): 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100424>
  15. Zhang Y, Wang C, Pan W, Zheng J, Gao J, Huang X, et al. Stress, Burnout, and Coping Strategies of Frontline Nurses during The COVID-19 Epidemic in Wuhan and Shanghai, China. *Frontiers in Psychiatry*. 2020; 11: 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.565520>.
  16. Mousavi M, Ahmadi N, Ghaheh HS, Vaezi A, Javanmard SH. Psychological Impact of COVID-19 on Health-Care Workers: A Multicenter Cross-Sectional Study. *Journal of Research in Medical Sciences*. 2021; 26(1): 1-7. [https://doi.org/10.4103%2Fjrms.JRMS\\_1046\\_20](https://doi.org/10.4103%2Fjrms.JRMS_1046_20).
  17. Parveen S, Awan S, Rabbani F, Pervaiz F, Khan A, Khan A, et al. Impact of COVID-19 on Mental Health. *Pak Armed Forces Med. In J*. 2020; 70(4): 838-842.
  18. Bonnet MH, Arand DL. Hyperarousal and Insomnia: State of The Science. *Sleep Medicine Reviews*. 2010; 14(1): 9-15. <https://doi.org/10.1016/j.smrv.2009.05.002>.
  19. Huang CL, Wu MP, Ho CH, Wang JJ. Risks of Treated Anxiety, Depression, and Insomnia among Nurses: A Nationwide Longitudinal Cohort Study. *PLoS One*. 2018; 13(9): 1-13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0204224>.
  20. Wu J, Rong X, Chen F, Diao Y, Chen D, Jing et al. Investigation on Sleep Quality of First-Line Nurses in Fighting Against Corona Virus Disease 2019 and Its Influencing Factors. *Chinese Nursing Research*. 2020; 34(4): 558– 562. Available from <https://pesquisa.bvsalud.org/global-literature-on-novel-coronavirus-2019-ncov/resource/en/covidwho-1017209>.
  21. Lockley S W, Barger LK, Ayas NT, Rothschild JM, Czeisler CA, Landrigan CP. Effects of Health Care Provider Work Hours and Sleep Deprivation on Safety and Performance. *Joint Commission Journal on Quality and Patient Safety*. 2007; 33(11): 7– 18. [https://doi.org/10.1016/s1553-7250\(07\)33109-7](https://doi.org/10.1016/s1553-7250(07)33109-7).
  22. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Kamus Besar Bahasa Indonesia (online) [page on the internet]. c.2023. [update 2023; cited 2023]. Available from <https://kbbi.web.id/kesedihan>.
  23. Coşkun Şimşek D, Günay U. Experiences of Nurses Who Have Children When Caring for COVID-19 Patients. *International nursing review*. 2021; 68(2): 219-227. <https://doi.org/10.1111/inr.12651>.
  24. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Kamus Besar Bahasa Indonesia (online) [page on the internet]. c.2023. [update 2023; cited 2023]. Available from <https://kbbi.web.id/ketakutan>.
  25. Draganović S, Kurulmaz B. Depression and Anxiety Levels among Chronic Kidney Patients. *Epiphany*. 2019;11(1): 31. <http://dx.doi.org/10.21533/epiphany.v11i1.289>.
  26. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Kamus Besar Bahasa Indonesia (online) [page on the internet]. c. 2023. [update 2023; cited 2023]. Available from <https://kbbi.web.id/depresi>.
  27. Kamus Besar Bahasa Indonesia. Kamus Besar Bahasa Indonesia (online) [page on the internet]. c. 2023. [update 2023; cited 2023]. Available from <https://kbbi.web.id/stres>.
  28. King RA, Apter A. *Suicide in Children and Adolescents*. Cambridge: Cambridge University Press; 2003.