



LITERATURE REVIEW: STATUS KESEHATAN MENTAL PERAWAT PADA MASA PANDEMI COVID-19

Yovina Nuriati^a, Feriana Ira Handian^b, Afrihal Afif Ibadillah^c

^aMahasiswa Keperawatan STIKes Maharani, Malang, Indonesia

^{b,c}Dosen Keperawatan STIKes Maharani, Malang, Indonesia

Email korespondensi: yovina74@gmail.com

Abstract

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) is a new disease caused by the SARS Cov 2 virus, defined by WHO as an epidemic or pandemic. This causes the high number of confirmed cases of COVID-19, which can cause mental health problems. Mental health status that can be caused by nurses are depression, anxiety, stress, insomnia, somatic symptoms, PTSD, ASD, and suicidal ideation. The type of research used is literature review, this literature review study aims to find out the mental health status of nurses during the COVID-19 pandemic. The results shows that from 12 journals a description of the status that affects mental health in nurses during the Covid-19 pandemic, namely mental health status depression (28.6%), anxiety (25.7%), stress (20%), insomnia (8.5%), somatic symptoms (5.7%), PTSD (5.7), ASD (2.9%), and having suicidal ideation (2.9%). Therefore, it is recommended that nurses be able to handle the factors that trigger the emergence of mental health disorders, one of which is by adapting to increasing COVID-19 care, hospital policies and support are also very necessary to minimize the occurrence of mental health disorders experienced by nurses during the COVID-19 pandemic. this.

Keywords : *mental health, nurses, and COVID-19*

Abstrak

*Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit baru yang disebabkan virus SARS Cov 2, ditetapkan oleh WHO sebagai wabah atau pandemi. Hal ini menyebabkan tingginya angka yang terkonfirmasi COVID-19, dapat menimbulkan terganggunya kesehatan mental. Status kesehatan mental yang dapat ditimbulkan oleh perawat yaitu depresi, kecemasan, stress, insomnia, gejala somatik, PTSD, ASD, dan ide bunuh diri. Jenis penelitian yang digunakan adalah *literature review*, studi *literature review* ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana status Kesehatan mental perawat pada masa pandemic COVID-19. Adapun hasilnya menunjukkan dari 12 jurnal gambaran status yang memengaruhi kesehatan mental pada perawat dimasa pandemi Covid-19 yaitu status kesehatan mental depresi (28,6%), kecemasan (25,7%), stress (20%), insomnia (8,5%), gejala somatik (5,7%), PTSD (5,7), ASD (2,9%), dan memiliki ide bunuh diri (2,9%). Oleh karena itu, direkomendasikan agar perawat mampu menangani faktor pemicu munculnya gangguan kesehatan mental, salah satunya dengan beradaptasi akan peningkatan perawatan COVID-19, kebijakan dan dukungan rumah sakit juga sangat diperlukan guna meminimalisir terjadinya gangguan kesehatan mental yang dialami perawat pada masa pandemi COVID-19 ini.*

Kata Kunci : *kesehatan mental, perawat, dan COVID-19*



PENDAHULUAN

Seperti yang telah diketahui bahwa COVID-19 merupakan pandemi yang telah menyebabkan berbagai macam masalah dari segala sisi, Adapun COVID-19 atau penyakit Corona Virus 2019 merupakan penyakit baru yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2 dan ditetapkan sebagai pandemi oleh WHO (World Health Organization) (Rosyanti & Hadi, 2020). Bukti dari masalah tersebut yaitu telah tercatat data dari WHO yang diakses pada 17 Juli 2021, bahwa angka kejadian COVID-19 di seluruh dunia telah mencapai 188.655.968 kasus, dan angka kematian mencapai 4.067.517 kasus. Salah satu masalah yang ditimbulkan adalah dampak terhadap kesehatan mental manusia khususnya perawat. Dari jumlah kasus yang semakin meningkat menyebabkan rumah sakit kelebihan kapasitas akibat perawatan pada pasien covid-19. Sebab itulah COVID menyebabkan para perawat kelelahan karena tingginya permintaan perawatan Kesehatan dan menyebabkan kesehatan mental perawat sedikit banyak terganggu (Wang et al., 2020).

Dengan tingginya permintaan perawatan dilakukan pembatasan untuk mencegah transmisi diberlakukannya isolasi. Dampak isolasi ini mendorong seluruh perawat untuk melakukan asuhan keperawatan secara komprehensif dari seluruh komponen bio, psiko, sosial, spiritual, dan budaya (Astri, N. 2020). Kondisi ini berdampak pada tekanan psikologis dan gejala penyakit mental, hal ini dikarenakan perawat harus menghadapi tekanan kerja lebih berat, kurangnya APD yang memadai, pajanan pasien yang terinfeksi, buruknya pengendalian infeksi, resiko tertular dan menularkan pada keluarga ((Mhango et al., 2020; Temsah et al., 2020). WHO mengatakan bahwa kesehatan mental

adalah keadaan yang lengkap kesejahteraan fisik, mental dan sosial dan tidak hanya adanya penyakit atau kelemahan. Konsep kesehatan mental itu sendiri meliputi beberapa aspek, yaitu : kesejahteraan, self efficacy yang dirasakan, otonomi, kompetensi dan pengakuan untuk mewujudkan potensi intelektual dan emosional (WHO, 2003). Berbagai dampak atau efek yang dialami oleh tenaga medis di Wuhan, yaitu : stress, depresi, kecemasan, susah tidur, penolakan, kemarahan dan ketakutan. Tekanan psikologis secara langsung menghambat kemampuan perawat dalam memberikan perawatan profesional, dengan mempertahankan kesehatan mental perawat mampu mengendalikan infeksi secara maksimal (Q. Chen et al., 2020; Handayani et al., 2020; Lai et al., 2020; Zhang et al., 2020)

Dari hasil pemaparan diatas banyak faktor yang memengaruhi gangguan mental diantaranya stress, depresi, dan cemas yang dimiliki perawat dalam memberikan perawatan di masa pandemi. Gangguan mental dapat dikaitkan dengan gangguan psikosomatik, karena gangguan psikosomatik adalah gangguan fisik yang disebabkan oleh tekanan-tekanan emosional dan psikologis atau gangguan fisik yang terjadi akibat dan kegiatan psikologis yang berlebihan dalam mereaksi gejala emosi (Deantri & Sawitri, 2020).

Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan studi *literature review* tentang status kesehatan mental perawat pada masa pandemi covid-19 yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana status kesehatan mental perawat pada masa pandemic COVID-19.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *literature review*, dimana rangkuman teori

dan temuan ilmiah dijadikan sebagai landasan penelitian, dalam penelitian ini menggunakan PICOS framework sebagai strategi mencari jurnal untuk mendukung penyusunan Literature Review ini. Tahun terbitan dari jurnal yang direview 5 tahun terakhir. Pencarian artikel atau jurnal menggunakan keyword dan boolean operator (AND). Peneliti menggunakan dua bahasa untuk kata kunci “mental health” AND “Nurse” OR “Nurse staff” AND “Pandemic Covid-19”. Sedangkan untuk pencarian jurnal nasional, peneliti menggunakan kata kunci yaitu : “kesehatan mental” AND “perawat” AND “Pandemi Covid-19”

Penelitian ini terdapat 11 jurnal internasional dan 1 jurnal nasional yang didapat dari database yaitu *PubMed*, *ProQuest*, *Science Direct*, dan *Google Scholar*. Pencarian jurnal dengan menggunakan kata kunci didapatkan hasil sebanyak 5.567 jurnal. Kemudian diseleksi dengan kriteria tahun publikasi jurnal, didapatkan hasil 5.550 jurnal. Selanjutnya dilakukan identifikasi judul dari halaman 1-10 teratas didapatkan hasil 921 jurnal. Setelah itu dilakukan identifikasi abstrak didapatkan hasil 85 jurnal, dan menilai kelayakan jurnal serta mengunduh salinan lengkap dan didapatkan 12 jurnal penelitian

HASIL

Pencarian literatur yang telah dilakukan peneliti telah menghasilkan 12 jurnal yang diperoleh peneliti, yaitu 1 jurnal nasional yang berbahasa Indonesia dan 11 jurnal internasional yang berbahasa Inggris dengan menggunakan database *Yoviani Nuriati, et al, Status kesehatan Mental perawat di masa pandemi*

ScienceDirect, proquest, PubMed dan scholar serta 12 jurnal tersebut sudah memenuhi kriteria inklusi dengan tema Kesehatan Mental perawat dimasa pandemi Covid-19.

Tabel 1.1 PICOS

Website Jurnal	Kata Kunci	Hasil
NCBI Pubmed	<i>Mental Health</i>	255.956
	<i>Nurse</i>	142.312
	<i>Pandemic Covid 19</i>	163.775
	<i>Mental Health And Nurse And Pandemic Covid-19</i>	84
preQuest	<i>Mental Health</i>	537.511
	<i>Nurse</i>	344.797
	<i>Patient Covid 19</i>	71.843
	<i>Mental Health and nurse and Pandemic Covid-19</i>	4.567
Science Direct	<i>Mental Health</i>	1,724
	<i>Nurse</i>	252
	<i>Patient Covid 19</i>	32
	<i>Mental Health and nurse and Pandemic Covid-19</i>	6
Google Scholar (English)	<i>Mental Health</i>	61.700
	<i>Nurse</i>	20.400
	<i>Patient Covid 19</i>	189.000
	<i>Mental Health and nurse and Pandemic Covid-19</i>	904
Google Scholar (Indonesia)	<i>kesehatan mental</i>	1.810
	<i>faktor stress</i>	752
	<i>perawat</i>	3920
	<i>pandemi Covid 19</i>	7.880
	<i>kesehatan mental dan faktor stress dan perawat dan pandemi covid-19</i>	7

Tabel 1.2 Desain Penelitian

Kategori	N	%
A Desain Penelitian	10	83,3

<i>Cross-sectional study</i>	1	8,33
<i>multi-site survei study Cohort</i>	1	8,33
Total	12	100

Dari 10 artikel yang dipaparkan dalam tabel 3.1 di atas, dapat dilihat bahwa desain penelitian yang terbanyak adalah menggunakan desain penelitian Cross-Sectional yaitu sebanyak 10 artikel atau 83,3%.

Tabel 1.3 Karakteristik Responden Studi

Kategori	N	%
C. Analisis Penelitian		
<i>Multiple Regresion Analysis</i>	2	16,67
<i>Chi-Squate Test</i>	2	16,67
<i>Pear'son</i>	3	25,00
<i>Wicovon</i>	1	8,33
<i>Man-Whitney</i>	2	16,67
<i>Structural Model And Hypotheses</i>	1	8,33
<i>Logistik Regresion Analysis</i>	1	8,33
Total	12	100

Jenis analisis yang paling banyak digunakan yaitu Pear'spn sebanyak 3 artikel atau 25%.

PEMBAHASAN

Salah satu dampak dari pandemi COVID-19 adalah dampak terhadap Kesehatan mental khususnya Kesehatan mental perawat, bagaimana tidak, perawata adalah tenaga Kesehatan yang langsung menghadapi pasien COVID-19, apalagi akhir-akhir ini kasus terjadinya COVID-19 semakin meningkat, sehingga hal ini juga berdampak terhadap kesehatan mental

perawat yaitu mulai kecemasan hingga depresi. Menurut penelitian yang dilakukan Chen et al dari 1.803 perawat didapat hasil 59,8% mengalami tingkat depresi yang normal, 51,9% mengalami tingkat kecemasan normal dan 71,1% mengalami stress yang normal, hal ini disebabkan karena perawat menerima persiapan pelatihan kesehatan mental untuk mencegah terjadinya gangguan kesehatan mental itu sendiri. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Kim et al., (2021) dari 320 responden menunjukkan bahwa perawat mengalami kesehatan mental yang sangat buruk dimasa pandemi COVID-19, hal ini dikarenakan sebagian besar perawat melaporkan mengalami tingkat stress yang tinggi, kecemasan dan depresi yang berat. Peneliti ini juga membandingkan kesehatan mental perawat sebelum dan saat pandemi COVID-19, hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan. Kesehatan mental perawat yang buruk disebabkan karena perawatan pasien COVID-19 serta pengalaman perawat dalam menjalani karantina / isolasi mandiri sebelum bertemu dengan keluarga maupun orang lain. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan Hong et al., (2021) seorang perawat yang memiliki anggota keluarga positif COVID-19 lebih beresiko memiliki tingkat kecemasan dan resiko bunuh diri lebih tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh An et al., (2020) mengatakan bahwa stressor utama yang berhubungan langsung dengan pandemi COVID-19 dan terkait dengan variabel positif terhadap kesehatan mental (Gejala depresi, kecemasan dan stres) adalah perasaan takut akan menulari orang lain dan tertular. Menurut penelitian yang dilakukan Gázquez Linares et al., (2021) menunjukkan bahwa wanita secara signifikan menunjukkan ancaman yang lebih tinggi daripada pria, serta perawat yang terdiagnosis COVID-19 dan orang sekitar merasakan ancaman lebih kuat. Pada



penelitian ini juga menyebutkan adanya hubungan positif antara tingkat ancaman yang dirasakan perawat dengan dampak kesehatan mental (gejala somati, kecemasan/insomnia, disfungsi sosial, dan depresi) yang dialami oleh perawat pasien COVID-19.

Selain dari munculnya kecemasan dan depresi, perawat juga mengalami tekanan psikologis mulai tingkat rendah hingga tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan Leng et al., (2020) perawat dari UGD memiliki tekanan psikologis rendah dari pada perawat dari unit pediatri, ruang operasi, dan kebidanan yang memiliki tekanan psikologis yang tinggi, hal ini dikarenakan lingkungan kerja perawat UGD menerima kesiapsiagaan atau pelatihan kedaruratan pada perawat. Selama pandemi COVID-19 perawat melakukan kolaborasi yang bertujuan untuk membantu kebutuhan perawatan pasien. Studi ini juga menunjukkan kesehatan psikologis perawat dapat dipengaruhi oleh area kerja yang asing, terutama perawat yang dipindahkan ke ICU untuk merawat pasien yang mengalami kegawat daruratan tanpa persiapan yang tepat. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan Chen et al., (2021) rumah sakit di daerah yang memiliki zona kuning atau beresiko rendah terpapar COVID-19 status kesehatan mental perawatnya lebih buruk, hal ini dikarenakan kurangnya pelatihan dan pengalaman yang didapatkan untuk menangani pasien COVID-19 serta kurangnya kerja sama antara pasien dengan perawat. Sedangkan perawat yang memiliki pengalaman menangani pasien COVID-19 di rumah sakit yang beresiko tinggi memiliki kesehatan mental yang lebih baik.

Tekanan psikologis pada perawat ini dikarenakan tingginya beban kerja yang tinggi. Menurut penelitian yang dilakukan Shahrour & Dardas, (2020) dari 448 Yoviani Nuriati, et al, Status kesehatan Mental perawat di masa pandemi

perawat didapatkan lebih dari sepertiga responden menderita tekanan psikologis, hal ini dikarenakan Skor ASD yang tinggi dapat meningkatkan tekanan psikologis yang lebih buruk. Sedangkan efikasi diri koping merupakan faktor pelindung atau protektif dalam menghadapi tekanan psikologis. Sedangkan menurut Hong et al., (2021) bagi pihak rumah sakit seharusnya membantu menurunkan tekanan psikososial yang dialami oleh perawat untuk mencapai keseimbangan antara kewajiban profesional dan tanggung jawab kepada keluarga perawat. Hal ini bertujuan untuk mengurangi tingkat stress perawat dan resiko bunuh diri.

Pendapatan dari perawat juga ikut andil dalam terjadinya stress pada perawat. Menurut Chen et al., (2021) dari 1.803 responden, 65,6% perawat mengatakan penyebab stres tertinggi pada perawat adalah adanya penurunan pendapatan, hal ini disebabkan karena kekhawatiran perawat mengenai kondisi pandemi COVID-19 yang semakin hari semakin meningkat. Sebagian perawat yang menangani pasien COVID-19 merasakan stres tinggi karena memiliki keterbatasan pemahaman untuk merawat pasien COVID-19 dan kurangnya kerjasama antar pasien dengan perawat, hal ini juga dapat menimbulkan stres yang berlebih pada perawat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh de Pinho et al., (2021) bahwa perawat memiliki keterbatasan waktu untuk mencari informasi atau mengikuti pelatihan cara menangani pasien COVID-19 dengan baik. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan Sampaio et al., (2021) bahwa perawat yang lebih senior dan perawat spesialis memiliki tingkat stress yang rendah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Chen et al., (2021) bahwa perawat yang terlatih dan memiliki 1 pelatihan kesehatan mental



menunjukkan tingkat kecemasan, stres, dan depresi yang lebih rendah dibandingkan dengan perawat yang tidak memiliki pengalaman atau pelatihan selama pandemi COVID-19. Menurut opini peneliti, stres ini berpengaruh terhadap kesehatan mental perawat dimasa pandemi COVID-19. Stres memiliki banyak faktor penyebab, penyebab tertinggi yaitu perawat mengalami stres karena terjadi penurunan pendapatan, hal ini menyebabkan perawat tidak dapat memberikan pelayanan secara maksimal. Untuk itu diperlukan langkah-langkah pencegahan atau mengurangi dampak stres yang berkelanjutan. Pengendalian stres dapat dilakukan dengan cara mewajibkan perawat mengikuti pelatihan kesehatan mental guna mencegah atau meminimalisir dampak dari stres berlebihan yang menyebabkan gangguan pada kesehatan mental perawat.

Kecemasan terhadap COVID-19 juga merupakan salah satu masalah kesehatan mental. Menurut penelitian yang dilakukan Haryanto & Septimar, (2020) kecemasan adalah rasa takut yang disertai ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi, dan ketidaknyamanan. Seseorang yang memiliki gangguan kecemasan mengalami kerusakan pada kualitas dan fungsi hidup, Namun kecemasan adalah bagian dari kehidupan yang dibutuhkan untuk bertahan hidup. Menurut penelitian yang dilakukan oleh de Pinho et al., (2021) faktor kecemasan yang dialami oleh perawat inggris pada masa pandemi COVID-19 yaitu laki-laki memiliki tingkat kecemasan tertinggi daripada perempuan, hal ini dikarenakan laki-laki memiliki tanggung jawab yang lebih, perawat kesehatan jiwa, serta terbatasnya waktu untuk mencari informasi terkait penyebaran dan penularan virus COVID-19. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh pouralizadeh mengatakan faktor penyebab kecemasan adalah perempuan yang *Yoviani Nuriati, et al, Status kesehatan Mental perawat di masa pandemi*

memiliki resiko 3X lebih besar karena laki-laki, perawat yang merawat pasien COVID-19 memiliki resiko 2X lebih tinggi mengalami kecemasan, serta perawat yang dicurigai positif COVID-19 juga memiliki tingkat kecemasan yang tinggi. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Sampaio et al., (2021) mengatakan gejala kecemasan semakin menurun seiring bertambahnya waktu, hal ini dikarenakan kepatuhan perawat dalam menggunakan masker dapat menyebabkan penurunan tingkat kecemasan yang dialami perawat, karena perawat mampu mengurangi rasa ketakutan akan terinfeksi yang mulai menurun dengan ketersediaan masker memadai. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanggoro et al., (2020) bahwa kecemasan yang dialami oleh perawat dipengaruhi oleh ketersediaan alat pelindung diri (APD) yang memadai, hal ini disebabkan karena penularan COVID-19 melalui kontak langsung dengan pasien yang terpapar COVID-19 sangat cepat. Menurut opini peneliti, kecemasan dapat memengaruhi kesehatan mental. Faktor penyebab kecemasan itu sendiri secara garis besar disebabkan oleh kurangnya alat pelindung diri yang menyebabkan tingkat kecemasan yang dialami oleh perawat semakin meningkat. Hal ini dapat memengaruhi perawat dalam memberikan pelayanan secara optimal. Masalah Kesehatan mental yang lebih buruk adalah munculnya depresi. Menurut penelitian yang dilakukan An et al., (2020) depresi adalah hal yang biasa dialami oleh perawat UGD selama pandemi COVID-19. Dapat dilihat dampak yang merugikan dari depresi pada kualitas hidup dan kualitas perawatan, peraturan kesehatan atau rumah sakit harus mengatur skrining guna menargetkan depresi serta mengembalikan langkah-langkah pencegahan untuk mengurangi resiko depresi dengan memberikan penyediaan dukungan keuangan yang tepat, konseling layanan psikologis, bimbingan



psikologis serta perawatan psikiatri untuk perawat yang rentan terlibat langsung dalam pelayanan pasien covid. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Pouralizadeh et al., 2020) faktor yang berhubungan dengan gejala depresi adalah perawat wanita yang 4,62 kali lebih rentan memiliki gejala depresi, penyakit kronis meningkatkan kemungkinan gejala depresi 112 lebih besar, dan akses alat pelindung diri (APD) yang kurang memadai memiliki gejala depresi yang lebih tinggi. penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Pouralizadeh et al., 2020) mengatakan bahwa jenis kelamin perempuan, takut akan terinfeksi, kurangnya akses alat pelindung diri (APD) yang memadai merupakan penghambat terbesar dalam melakukan pelayanan kesehatan. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh de Pinho et al., (2021) mengatakan bahwa memiliki usia yang lebih tua, tidak stabilnya emosional, serta kurangnya hubungan sosial merupakan faktor penyebab dari munculnya gejala depresi sedang hingga ekstrim. Sedangkan penelitian yang dilakukan Chen et al., (2021) mengatakan bahwa tingkat depresi yang ekstrim disebabkan oleh pengalaman kerja dan kontrak jangka tetap perawat yang dikaitkan dengan kesehatan mental perawat yang sangat buruk, hal ini dikarenakan pengalaman kerja perawat di Wuham dan pelatihan khusus merupakan faktor pelindung untuk kesehatan mental yang dialami perawat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kim et al., (2021) mengatakan bahwa ketahanan tinggi, spiritual, dan fungsi keluarga memiliki dampak positif bagi perawat dalam mengelola tingkat depresi selama pandemi. Dari pemaparan yang dilakukan oleh beberapa peneliti diatas, sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Rosyanti, L. Hadi, (2018) Depresi merupakan keadaan abnormal yang dialami oleh perawat yang diakibatkan Yoviani Nuriati, et al, *Status kesehatan Mental perawat di masa pandemi*

ketidakmampuan dalam beradaptasi dengan situasi saat ini, sehingga memengaruhi kehidupan fisik, psikis, maupun sosial. Menurut opini peneliti depresi juga memengaruhi kesehatan mental perawat dimasa pandemi COVID-19. Depresi merupakan keadaan abnormal dimana perawat tidak mampu beradaptasi dengan pandemi COVID-19. Hal ini disebabkan karena jumlah pasien yang membeludak dan tenaga perawat yang terbatas karena tim tenaga kesehatan diharuskan untuk memahami dan memprioritaskan pasien yang gawat terlebih dahulu dan dengan kurangnya waktu untuk memperoleh informasi COVID-19.

Perawat yang bekerja terus menerus karena lonjakan kasus COVID-19 ini tidak jarang juga menyebabkan insomnia perawat. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kandemir et al., (2021) mengatakan bahwa insomnia adalah kesulitan tidur selama lebih dari 30 menit di malam hari, kesulitan mempertahankan tidur setelah tidur atau bangun tanpa kemampuan untuk kembali tidur lebih awal di pagi hari. Insomnia secara positif memengaruhi kesehatan mental perawat dimasa pandemi COVID-19 karena insomnia merupakan salah satu penyebab masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, stres dan resiko bunuh diri. Perawat memiliki resiko lebih tinggi untuk menderita insomnia, hal ini dikarenakan beban kerja yang berlebih, tuntutan pekerjaan yang tinggi, kurangnya kontrol waktu dalam pekerjaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gázquez Linares et al., (2021) mengatakan bahwa ancaman yang ditunjukkan karena insomnia yaitu perawat yang terdiagnosis positif COVID-19 dan seseorang yang dekat dengan pasien COVID-19. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Sampaio et al., (2021) mengatakan kualitas tidur yang dialami oleh perawat sangat buruk, seiring



berjalannya waktu menurun secara signifikan, hal ini disebabkan karena perawat mampu beradaptasi dengan kondisi COVID-19 pada saat ini. Menurut opini peneliti insomnia adalah kesulitan akan memulai tidur kembali atau tidur setelah bangun. perawat memiliki resiko insomnia, hal ini disebabkan karena beban kerja yang meningkat akibat pasien COVID-19 yang membludak, cemas berlebih yang dirasakan akibat kurangnya waktu dalam mencari informasi COVID-19, dan padatnya jam kerja. Namun, gejala insomnia yang sangat buruk pada perawat seiring dengan berjalannya waktu semakin membaik atau menurun. Hal ini disebabkan karena perawat mampu beradaptasi dengan baik dimasa pandemi COVID-19.

Kesehatan mental perawat Ketika telah mengalami ASD akan berisiko PTSD. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Shahrour & Dardas, (2020) mengatakan bahwa perawat yang mengalami ASD memiliki resiko PTSD, dengan skor rata-rata 64%. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Leng et al., (2020) menunjukkan faktor penyebab PTSD diantaranya jenis kelamin perempuan memiliki nilai 72% resiko PTSD, usia perawat yang berkisar antara 20 hingga 30 tahun juga memiliki nilai 71%, dan yang paling utama adalah gelar sarjana atau lebih tinggi yang dimiliki perawat memiliki skor 86% untuk resiko PTSD berat. Pada penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan PTSD perawat unit kerja asli perawat. Perawat yang berasal dari Unit gawat darurat (IGD) dinilai memiliki resiko PTSD yang rendah. Diikuti unit bedah, ICU pediatri, ruang operasi, dan obstetri ginekologi, hal ini dikarenakan area kerja UGD menerima kesiapsiagaan serta pelatihan darurat dari pada unit pediatri, ruang operasi, dan kebidanan. Selama wabah COVID-19 perawat melakukan kolaborasi untuk

Yoviani Nuriati, et al, Status kesehatan Mental perawat di masa pandemi

memenuhi kebutuhan perawatan pasien, untuk itu menugaskan perawat untuk bekerja diarea asing yang dapat berpengaruh terhadap kesehatan mental perawatnya. Penelitian ini sejalan dengan teori Anissa et al., (2018) mengatakan bahwa PTSD (Post Traumatic Stress Disorder) adalah kecemasan patologis yang terjadi akibat seseorang mengalami atau menyaksikan trauma berat yang mengancam secara fisik atau jiwa seseorang tersebut. Menurut opini peneliti PTSD yang dialami oleh unit gawat darurat memiliki resiko sedang dikarenakan banyaknya pasien COVID-19 yang membludak, sedangkan untuk unit lainnya memiliki resiko sedang dikarenakan pembatasan rumah sakit dalam menerima pasien dengan diagnosis selain COVID-19.

Resiko gejala somatik dapat muncul pada perawat yang dapat dilihat dari tingkat keparahannya. Menurut penelitian yang dilakukan Gázquez Linares et al., 2021) menunjukkan skor gejala somatik 29,3% dengan Ancaman tinggi yang dihadapi oleh perawat berpengaruh langsung terhadap gejala somatik. Hal ini berdampak pada tekanan psikologis selama tahap pertama COVID-19. Tingkat keparahan dan resiko gejala somatik yang dirasakan signifikan terkait dengan stres, kecemasan, dan depresi yang dirasakan oleh perawat. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Hong et al., (2021) mengatakan bahwa tiga gejala yang umum pada somatik adalah kelelahan atau kurangnya energi, nyeri pada lengan atau sendi, dan sesak nafas. Secara umum, tiga gejala yang dirasakan oleh perawat merupakan gejala somatik, hal ini disebabkan karena gangguan kecemasan, depresi, dan stress memprediksi munculnya gejala somatik yang memperburuk kesehatan mental individu. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Athiyyah & Santoso, (2021) gejala somatik (psikosomatik) adalah gangguan fisik yang



disebabkan oleh tekanan-tekanan emosional dan gangguan fisik yang terjadi akibat kegiatan psikologis yang berlebihan dalam reaksi gejala emosional. Menurut opini peneliti gejala somatik juga memengaruhi kesehatan mental perawat dimasa pandemi COVID-19. Gejala somatik merupakan gejala fisik yang diakibatkan adanya gangguan kecemasan, depresi, dan stres. Hal ini dapat memperburuk kesehatan mental perawat COVID-19.

Usia juga dapat berpengaruh terhadap terjadinya tekanan psikologis. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh (Shahrour & Dardas, 2020) menunjukkan bahwa perawat mengalami ASD yang dikarenakan pandemi COVID-19 dan beresiko mengalami predisposisi PTSD. Dalam penelitian ini menunjukkan perawat banyak yang mengalami tekanan psikologis yang disebabkan oleh usia, ASD, dan kemajuan koping. Usia dapat memengaruhi tekanan psikologis, secara garis besar usia yang lebih muda lebih rentan terkena tekanan psikologis dari pada usia yang lebih tua. Sedangkan untuk skor ASD yang lebih tinggi menghasilkan lebih banyak tekanan psikologis, efikasi diri koping adalah faktor protektif.

Kesehatan mental perawat di masa pandemic ini memang benar-benar sedang diuji, bahkan tidak sedikit dari perawat mengalami berbagai macam gangguan kesehatan mental selama masa pandemic COVID-19. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Hong et al., (2021) menunjukkan prevelensi dari gejala ide bunuh diri sebanyak 6,5% dari 4692 responden yang mengisi kuisioner. kesehatan mental perawat yang melakukan perawatan COVID-19 selama wabah ini sangat buruk, hal ini dikarenakan perawat memiliki tingkat resiko bunuh diri sebanyak 6,5 dari 306 responden. Akan

tetapi anggota keluarga yang tidak terinfeksi, stress yang dikaitkan dengan pekerjaan yang mendapat nilai skor rata-rata rendah memiliki efek perlindungan terhadap ide bunuh diri. Sedangkan penelitian yang dilakuakn oleh Athiyyah & Santoso, (2021) Peningkatan resiko bunuh diri yang dialami dijepang disebabkan oleh meningkatnya status kesehatan depresi dan kecemasan akibat pandemi COVID-19. Faktor penyebab resiko bunuh diri di jepang adalah jam kerja yang semakin meningkat, perubahan gaya hidup, serta menjaga jarak dari orang-orang terdekat. Menurut opini peneliti resiko bunuh diri disebabkan oleh meningkatnya status kesehatan depresi dan kecemasan. Penyebab dari meningkatnya resiko bunuh diri ini dikarenakan perubahan gaya hidup, akan tetapi pekerjaan merupakan faktor pelindung dari resiko bunuh diri itu sendiri.

Dari hasil penelusuran jurnal diatas, didapatkan gambaran kesehatan mental perawat dimasa pandemi COVID-19, dimana kesehatan mental yang dialami oleh perawat relevan dengan kondisi dilapangan saat ini. Terutama pada status kesehatan mental depresi, kecemasan dan stres perawat. Di Indonesia, pandemi COVID-19 belum sepenuhnya selesai. Serta penularan COVID-19 seendiri sangat cepat. Hal ini menyebabkan peningkatan angka pasien COVID-19 yang drastis dan menimbulkan kesenjangan antara pasien COVID-19 dengan fasilitas kesehatan dan jumlah perawat yang terbatas mengakibatkan perawat berada dalam kondisi kesehatan mental yang buruk. Akan tetapi, status kesehatan mental yang dialami perawat Indonesia dengan perawat di luar negeri sangat berbeda, hal ini dikarenakan adanya perbedaan anatara jam kerja, beban kerja, sosial budaya, otoritas rumah sakit serta ketersediaan akses alat pelindung diri yang memadai.



Aplikasi dalam keperawatan dari seluruh jurnal yaitu perlunya strategi dalam menghadapi kesehatan mental yang buruk pada perawat yang merawat pasien COVID-19. Adapun salah satu strategi yang dapat dilakukan yaitu perawat harus mampu melakukan adaptasi selama penanganan pasien COVID-19 untuk mengurangi gejala gangguan kesehatan mental. Perawat juga mulai mengidentifikasi beberapa penyebab dari depresi, kecemasan, stres, insomnia, gejala somatik, Resiko bunuh diri, PTSD dan ASD, hal ini dilakukan agar perawat mampu melakukan pelayanan secara optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari 12 jurnal didapatkan hasil bahwa 1 jurnal yang menyebutkan bahwa kesehatan mental yang terjadi pada perawat adalah kesehatan mental yang baik dan 11 jurnal menyebutkan kesehatan mental yang buruk. Status kesehatan mental yang dialami oleh perawat sangat buruk, status kesehatan mental yang berpengaruh berdasarkan hasil analisis jurnal, yaitu gejala kecemasan, depresi, dan stress. Hal ini disebabkan oleh terbatasnya pengalaman serta informasi COVID-19, jenis kelamin perempuan yang memiliki resiko tinggi terhadap ketiga faktor kesehatan mental perawat, dan otoritas serta dukungan rumah sakit seperti terbatasnya Alat pelindung diri untuk perawat yang menyebabkan rasa ketakutan untuk terpapar atau terinfeksi akan COVID-19 meningkat. Untuk diperlukannya penanganan atau adaptasi diri terhadap kecemasan, depresi dan stress yang dialami perawat untuk mengurangi gangguan kesehatan mental yang buruk, agar perawat mampu memberikan pelayanan yang optimal.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan *literature review* ini masih jauh dari kata sempurna sehingga peneliti menerima

adanya kritik dan saran dari pembaca maupun dari peneliti lain terkait topik yang sama. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semuanya, khususnya bagi mahasiswa sebagai referensi, bagi pendidik, maupun bagi peneliti lain.

DAFTAR PUSTAKA

- An, Y., Yang, Y., Wang, A., Li, Y., Zhang, Q., Cheung, T., Ungvari, G. S., Qin, M. Z., An, F. R., & Xiang, Y. T. (2020). Prevalence of depression and its impact on quality of life among frontline nurses in emergency departments during the COVID-19 outbreak. *Journal of Affective Disorders*, 276(April), 312–315. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.047>
- Anissa, L. M., Suryani, S., & Mirwanti, R. (2018). Tingkat kecemasan mahasiswa keperawatan dalam menghadapi ujian berbasis computer based test. *Medisains*, 16(2), 67. <https://doi.org/10.30595/medisains.v16i2.2522>
- Athiyah, & Santoso, H. (2021). Permasalahan Kesehatan Mental di Masa Covid-19. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(0 SE-Articles), 170–185. <https://journal.ar-raniry.ac.id/index.php/jrpm/article/view/634>
- Chen, Q., Liang, M., Li, Y., Guo, J., Fei, D., Wang, L., He, L., Sheng, C., Cai, Y., Li, X., Wang, J., & Zhang, Z. (2020). Mental health care for medical staff in China during the COVID-19 outbreak. *The Lancet Psychiatry*, 7(4), e15–e16. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30078-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30078-X)
- Chen, X., Arber, A., Gao, J., Zhang, L., Ji, M., Wang, D., Wu, J., & Du, J. (2021). The mental health status among nurses from low-risk areas under normalized COVID-19



pandemic prevention and control in China: A cross-sectional study. *International Journal of Mental Health Nursing*. <https://doi.org/10.1111/inm.12852>

Chew, N. W. S., Lee, G. K. H., Tan, B. Y. Q., Jing, M., Goh, Y., Ngiam, N. J. H., Yeo, L. L. L., Ahmad, A., Ahmed Khan, F., Napoleon Shanmugam, G., Sharma, A. K., Komalkumar, R. N., Meenakshi, P. V., Shah, K., Patel, B., Chan, B. P. L., Sunny, S., Chandra, B., Ong, J. J. Y., ... Sharma, V. K. (2020). A multinational, multicentre study on the psychological outcomes and associated physical symptoms amongst healthcare workers during COVID-19 outbreak. *Brain, Behavior, and Immunity*, 88(April), 559–565. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.04.049>

de Pinho, L. G., Sampaio, F., Sequeira, C., Teixeira, L., Fonseca, C., & Lopes, M. J. (2021). Portuguese nurses' stress, anxiety, and depression reduction strategies during the covid-19 outbreak. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph18073490>

Deantri, F., & Sawitri, A. A. S. (2020). Proporsi Stres Dan Gejala Psikosomatik Pada Siswa Kelas Xii Sekolah Menengah Atas Di Kota Denpasar. *Jurnal Bios Logos*, 10(1), 27. <https://doi.org/10.35799/jbl.10.1.2020.27465>

Gázquez Linares, J. J., Molero Jurado, M. del M., Martos Martínez, Á., Jiménez-Rodríguez, D., & Pérez-Fuentes, M. del C. (2021). The repercussions of perceived threat from COVID-19 on the mental health of actively employed nurses. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(3), 724–732. <https://doi.org/10.1111/inm.12841>

Handayani, R. T., Kuntari, S., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). Factors Causing Stress in Health and Community When the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 353. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.353-360>

Hanggoro, A. Y., Suwarni, L., Selviana, & Mawardi. (2020). Dampak psikologis pandemi COVID-19 pada petugas layanan kesehatan: studi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 15(2), 13–18.

Haryanto, R., & Septimar, Z. M. (2020). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Perawat Covid-19 Selama Pandemi di Indonesia. *The Indonesian Journal of Infectious Diseases*, 6(1), 9. <https://doi.org/10.32667/ijid.v6i1.90>

Hong, S., Ai, M., Xu, X., Wang, W., Chen, J., Zhang, Q., Wang, L., & Kuang, L. (2021). Immediate psychological impact on nurses working at 42 government-designated hospitals during COVID-19 outbreak in China: A cross-sectional study. *Nursing Outlook*, 69(1), 6–12. <https://doi.org/10.1016/j.outlook.2020.07.007>

Kandemir, D., Temiz, Z., Ozhanli, Y., Erdogan, H., & Kanbay, Y. (2021). Analysis of mental health symptoms and insomnia levels of intensive care nurses during the COVID-19 pandemic with a structural equation model. *Journal of Clinical Nursing*, February, 1–11. <https://doi.org/10.1111/jocn.15918>

Kim, S. C., Quiban, C., Sloan, C., & Montejano, A. (2021). Predictors of poor mental health among nurses during COVID-19 pandemic. *Nursing Open*, 8(2), 900–907. <https://doi.org/10.1002/nop2.697>



- 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>
- Leng, M., Wei, L., Shi, X., Cao, G., Wei, Y., Xu, H., Zhang, X., Zhang, W., Xing, S., & Wei, H. (2020). Mental distress and influencing factors in nurses caring for patients with COVID-19. *Nursing in Critical Care*, April, 1–8. <https://doi.org/10.1111/nicc.12528>
- Mhango, M., Dzobo, M., Chitungo, I., & Dzinamarira, T. (2020). COVID-19 Risk Factors Among Health Workers: A Rapid Review. *Safety and Health at Work*, 11(3), 262–265. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2020.06.001>
- Pouralizadeh, M., Bostani, Z., Maroufizadeh, S., Ghanbari, A., Khoshbakht, M., Alavi, S. A., & Ashrafi, S. (2020). Anxiety and depression and the related factors in nurses of Guilan University of Medical Sciences hospitals during COVID-19: A web-based cross-sectional study. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 13(August), 100233. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2020.100233>
- Rosyanti, L. Hadi, I. F. (2018). Memahami Gangguan Depresi Mayor (Major Depression Disorder). *Kesehatan Mental*, 10–15.
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 12(1), 107–130. <https://doi.org/10.36990/hijp.vi.191>
- Sampaio, F., Sequeira, C., & Teixeira, L. (2021). Impact of COVID-19 outbreak on nurses' mental health: A prospective cohort study. *Environmental Research*, 194(October 2020), 110620. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2020.110620>
- Shahrour, G., & Dardas, L. A. (2020). Acute stress disorder, coping self-efficacy and subsequent psychological distress among nurses amid COVID-19. *Journal of Nursing Management*, 28(7), 1686–1695. <https://doi.org/10.1111/jonm.13124>
- Temsah, M. H., Al-Sohime, F., Alamro, N., Al-Eyadhy, A., Al-Hasan, K., Jamal, A., Al-Maglouth, I., Aljamaan, F., Al Amri, M., Barry, M., Al-Subaie, S., & Somily, A. M. (2020). The psychological impact of COVID-19 pandemic on health care workers in a MERS-CoV endemic country. *Journal of Infection and Public Health*, 13(6), 877–882. <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.05.021>
- Wang, Z., Qiang, W., & Ke, H. (2020). A Handbook of 2019-nCoV Pneumonia Control and Prevention. *Hubei Science and Technology Press*, 1–108.
- Zhang, W. R., Wang, K., Yin, L., Zhao, W. F., Xue, Q., Peng, M., Min, B. Q., Tian, Q., Leng, H. X., Du, J. L., Chang, H., Yang, Y., Li, W., Shangguan, F. F., Yan, T. Y., Dong, H. Q., Han, Y., Wang, Y. P., Cosci, F., & Wang, H. X. (2020). Mental Health and Psychosocial Problems of Medical Health Workers during the COVID-19 Epidemic in China. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 89(4), 242–250. <https://doi.org/10.1159/000507639>