

## **PENDIDIKAN KESEHATAN DAN KONSULTASI ONLINE UNTUK MENURUNKAN KECEMASAN PERAWAT DALAM MENANGANI PASIEN COVID-19**

**Sri Mumpuni Yuniarsih, dan Rahajeng Win Martani**

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Pekalongan

Email : unipekalongan@gmail.com

### ***ABSTRACT***

The hospital is a health service agency that focuses on curative efforts. Hospitals are required to have ideal resources to be able to provide the best service to patients. The Covid-19 pandemic that has hit the world is a tough challenge for health services. The increase in new cases is so fast that the graph of the improvement looks very sharp. Positive confirmed cases are also increasing while hospital resources are unable to accommodate the number of patients in the area due to limited isolation rooms and their facilities. RSUD Benda Kota Pekalongan is a hospital designated by the government to become a line 2 (two) Covid-19 referral hospital. Various problems experienced by the hospital, including the limited number of isolation rooms, the limited number of PPE, the limited number of human resources for health workers. This results in various problems, one of which is the nurse's anxiety in handling patients. If this anxiety problem is not resolved, it can result in stress which results in decreased immunity. Therefore, education and consultation on anxiety management are needed for health workers, especially nurses. Education is carried out by providing a pocket book on efforts to prevent Covid-19 anxiety and for those who need consultation, they can carry out online consultation services via Whatsapp. After being given education and online consultation services, it is known that the average score of anxiety for nurses is 5.6429 to 4.1429. There was a decrease in the mean score of anxiety after providing education and online consultation.

**Keywords:** Covid-19, nurse, anxiety, education

### **PENDAHULUAN**

Corona Virus Disease 2019 atau dikenal dengan COVID-19 menjadi sorotan dunia beberapa bulan belakangan ini. Penyebarannya yang begitu cepat meluas dalam waktu yang relatif singkat, menjadi alasan utama masyarakat di dunia untuk lebih waspada terhadap penularan virus ini. Dalam 3 bulan terakhir, WHO mencatat ada 167.511 kasus dengan 6.606 kematian (WHO, 2020). Sedangkan di Indonesia sendiri, Kementerian Kesehatan merilis data sebanyak 1.528 orang terkonfirmasi positif dan 136 lainnya meninggal dunia (BNPB, 2020). Kondisi yang demikian parah ini,

disikapi oleh Pemerintah Indonesia dengan mengambil beberapa kebijakan dalam rangka memutus rantai penyebaran COVID-19. Langkah-langkah tersebut antara lain aturan untuk bekerja dari rumah (*work from home*), me-nonaktif-kan sementara kegiatan pada semua sektor, memberlakukan himbauan isolasi diri, serta mempersiapkan rumah sakit rujukan COVID-19 di setiap kota di seluruh wilayah Indonesia.

Kebijakan ini pada akhirnya berdampak kepada fasilitas pelayanan kesehatan yang secara langsung ditunjuk oleh pemerintah menjadi rujukan pasien

COVID-19. Fasilitas kesehatan baik rumah sakit maupun puskesmas dituntut untuk mempersiapkan tenaga kesehatan, sarana, dan prasarana ditengah *infection rate* yang terus meningkat setiap detiknya. Tenaga kesehatan khususnya perawat yang bertugas pada Instalasi Gawat Darurat dan Ruang Khusus Isolasi mau tidak mau suka tidak suka memiliki kewajiban untuk siap menjadi garda terdepan berjibaku dengan virus yang amat mematikan dan bias saja menular kepada mereka. Ironisnya, ditengah perjuangan tenaga kesehatan yang bahkan rela untuk tidak kembali ke rumah demi menjaga pasien dan meminimalkan penularan kepada keluarga mereka, kondisi lain justru mendera yaitu kelangkaan alat pelindung diri (APD). APD seperti masker, sarung tangan, baju hazmat, google glass yang sedianya menjadi alat pelindung bagi tenaga kesehatan justru semakin langka di pasaran. Belum lagi kondisi kelelahan dan nutrisi yang bahkan mereka cukupi disela-sela kesibukan merawat pasien memungkinkan kondisi imunitas mereka menurun sehingga virus lebih mudah masuk untuk menyerang sistem kekebalan tubuh para tenaga kesehatan tersebut. Hal tersebut memicu permasalahan kecemasan pada perawat dalam menangani pasien covid-19.

Permasalahan diatas menggugah penulis untuk mengadakan program pengabdian masyarakat bagi perawat di rumah sakit rujukan COVID-19 lini 2 RSUD Bendan Kota Pekalongan. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk membantu perawat dalam mengatasi permasalahan kecemasan dalam menangani pasien covid-19.

#### **METODE**

Metode pengabdian masyarakat yang digunakan adalah dengan kegiatan Pendidikan kesehatan secara *online* melalui grup *Whatsapp* dengan tahapan sebagai berikut:

- 1) Penulis melakukan screening level kecemasan perawat secara online dengan memberikan kuesioner melalui google formulir yang disampaikan *via Whatsapp*.
- 2) Penulis menyampaikan buku saku upaya pencegahan kecemasan covid-19 dalam bentuk fisik dan dalam bentuk *online handbook*.
- 3) Penulis meminta perawat untuk membaca dan mempraktikkan petunjuk pencegahan kecemasan selama 1 minggu.
- 4) Menyediakan ruang konsultasi secara online *via Whatsapp*.
- 5) Penulis mengirimkan kembali kuesioner pengukuran kecemasan setelah pemberian edukasi.

Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah perawat di RSUD Bendan Kota Pekalongan. Analisis data yang dapat di olah sebanyak 14 (empat belas) perawat karena hanya sejumlah itu yang mengisi secara lengkap kuesioner pre dan post tes. Buku panduan dalam bentuk fisik diserahkan sejumlah 100 eksemplar dan secara online diserahkan secara bebas agar dapat disebarluaskan secara luas kepada petugas kesehatan lain ataupun masyarakat secara umum.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil pengabdian masyarakat ini dideskripsikan dalam tabel berikut:

**Tabel 1 Karakteristik Responden**

Variabel		F	%
Usia	Dewasa	14	100
	Lansia	0	0
Jenis Kelamin	Laki-laki	10	71,4
	Perempuan	4	28,6
Pendidikan Terakhir	S1/S2/S3	4	28,6
	Diploma	10	71,4
Status pernikahan	Belum Menikah	1	7,1
	Menikah	9	92,9
Unit Kerja	IGD	2	14,3
	ICU	4	28,6
	Ruang rawat inap	8	59,1
	HD	1	7,1
Lama Kerja	< 5 tahun	1	7,1
	> 5 tahun	13	92,9
Perawat covid-19	Ya	3	21,4
	Tidak	11	78,6

Dari tabel diatas diketahui bahwa seluruh responden termasuk dalam kategori dewasa (100%), dengan mayoritas responden laki-laki (71,4%). Sebanyak 71,4 % (10 responden) dengan Pendidikan terakhir diploma keperawatan, hanya 1 responden (7,1%) yang belum menikah. Terdapat 3 orang perawat (21,4%) yang ditugaskan di ruang covid dan sebagian besar (78%) memiliki lama kerja lebih dari 5 tahun.

Sedangkan hasil deskripsi rerata skor kecemasan sebelum dan sesudah pemberian edukasi dan layanan konsultasi online dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 2 Skor Kecemasan Pre dan Post tes (n: 14)**

	Skor Pretes (0-10)	Skor Post Tes (0-10)
Mean	5,6429	4,1429
Median	6,5000	5,0000
Mode	8,00	5,00
Std. Deviation	2,64886	1,83375
Minimum	1,00	1,00
Maximum	9,00	7,00

Dari tabel tersebut diketahui bahwa rerata skor kecemasan sebelum diberikan edukasi adalah 5,6429, jika dikategorikan termasuk dalam skor cemas sedang, skor cemas paling tinggi adalah 9 dengan kategori cemas berat. Sedangkan rerata skor kecemasan setelah diberikan edukasi adalah sebesar 4,1429 yaitu dalam kategori skor sedang, meskipun begitu terdapat penurunan rerata sebanyak kurang lebih 1 poin. Skor kecemasan tertinggi setelah diberikan edukasi adalah 7, hal ini juga menunjukkan ada penurunan skor kecemasan. Skor kecemasan yang paling sering muncul pada saat sebelum edukasi adalah 8 (kategori cemas berat) sedang pada saat setelah edukasi adalah 5 (kategori cemas sedang).

Rata-rata kecemasan yang dialami merupakan kecemasan kategori sedang. Beberapa karakteristik responden yang mempengaruhi tingkat kecemasan responden, sebagaimana hasil penelitian yang dilakukan oleh Han et al (2020) yang meneliti tentang kecemasan dan depresi pada perawat disebuah provinsi di China dengan jumlah responden sebanyak 22.034 perawat menunjukkan tingkat kecemasan kategori normal/ tidak cemas merupakan mayoritas yaitu sebanyak 79,4 %, kecemasan kategori ringan sebanyak 15, 9 % dan kecemasan

kategori berat sebanyak 0,8 %. Selain itu penelitian ini memberikan informasi bahwa terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan perawat diantara: jenis kelamin, usia, status pernikahan, kewajiban menjaga anak dan lansia, tempat kerja yang terpapar covid-19 atau merawat pasien covid-19.

Pendidikan kesehatan dan konseling terbukti dapat menurunkan kecemasan, sebagaimana ditunjukkan pula dalam penelitian ini terdapat penurunan rata-rata skor kecemasan. Sebagaimana sebuah penelitian yang dilakukan oleh Purfeerst (2011) menyatakan bahwa terdapat beberapa strategi dalam menurunkan kecemasan diantaranya bimbingan teman sebaya (*peer group*), konseling, *role model*, berfikir positif dan hubungan interpersonal. Kecemasan adalah permasalahan seseorang berkaitan dengan permasalahan kognitif yang ditandai dengan perasaan khawatir yang tidak jelas, karena obyeknya tidak jelas. Sedangkan menurut Stuart dan Sundeen (1998) mengartikan kecemasan adalah suatu perasaan diri, pengalaman subjektif individu. Keadaan emosi ini tidak memiliki subjek yang spesifik.

Dari dua pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan permasalahan kognitif, dan penyebabnya atau obyeknya tidak jelas. Oleh karena itu manajemen cemas adalah dengan memperjelas obyek dan mengubah mindset kognitif atau pola pikirnya. Beberapa tehnik manajemen cemas yang berkaitan dengan mengubah mindset diantaranya adalah tehnik Pendidikan kesehatan/ edukasi,

Cognitive Behaviour Therapy dan juga konseling (Nurodin, 2017). Sehingga di kegiatan pengabdian masyarakat ini penulis memilih menggunakan intervensi memperbaiki persepsi dan pola pikir responden, yaitu dengan memberikan edukasi dan konseling. Kegiatan konseling dilakukan secara online dapat memberikan ruang yang lebih luas karena untuk tipe individu yang introvert bisa dapat lebih terbuka. Sama halnya sebuah penelitian yang dilakukan oleh Sabarudin, dkk (2020) tentang efektifitas Pemberian edukasi secara online melalui media video dan leaflet terhadap tingkat pencegahan penularan Covid-19 lebih efektif dibandingkan dengan media leaflet saja ataupun video saja. Hal ini selaras dengan pengabdian yang dilakukan dengan memanfaatkan media online sebagai sarana konsultasi online agar dapat menurunkan kecemasan pada perawat dan juga mengurangi transmisi kontak dengan banyak individu.

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan kontribusi berupa pengetahuan dan manfaat secara psikis bagi tenaga perawat yang sedang berjuang menghadapi pandemic covid. Pemberian edukasi dengan menggunakan buku saku pencegahan kecemasan covid dan layanan konsultasi online dapat menurunkan skor kecemasan yang dialami oleh perawat di RSUD Bendan Kota Pekalongan. Penulis berharap kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terus dijalankan agar dapat memberikan manfaat yang lebih luas untuk masyarakat.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih penulis ucapkan kepada Universitas Pekalongan yang telah memberikan pendanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih juga kami ucapkan kepada RSUD Benda Kota Pekalongan sebagai mitra dalam kegiatan ini. Seluruh pihak yang membantu terselenggaranya kegiatan secara lancar dan sukses.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- BNPB. (2020). Update Laporan Kasus COVID-19. Access on March 2020.
- Han,L; Wong,F.K.M et al. (2020). Anxiety and depression of Nurses in a North West Province in China During the Period of Novel Coronavirus Pneumonia Outbreak. Online on: <https://sigmapubs.onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/jnu.12590> diakses tanggal 12 Agustus 2020.
- Nurodin. (2017). Pendekatan Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Dalam Mereduksi Kecemasan Menghadapi
- Purfeerst. C.S (2011). Decreasing Anxiety in Nursing Students, St. Paul, Minesotta: St. Catherine University.
- Stuart & Sundeen. (1998). Buku saku keperawatan jiwa / Gail Wiscarz Stuart, Sandra J. Sundeen ; alih bahasa, Achir Yani S. Hamid ; editor edisi bahasa Indonesia, Yasmin Asih. Ed.1. Jakarta: EGC.
- WHO. (2020). WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard. Online on: [WHO Coronavirus Disease \(COVID-19\) Dashboard | WHO Coronavirus Disease \(COVID-19\) Dashboard](#)
- Sabarudin, dkk. (2020). Efektivitas Pemberian Edukasi secara Online melalui Media Video dan Leaflet terhadap Tingkat Pengetahuan Pencegahan Covid-19 di Kota Baubau. *Jurnal Farmasi Galenika (Galenika Journal of Pharmacy) (e-Journal) 2020; 6 (2): 309 – 318* ISSN: 2442-8744 (electronic); 2442-7284 (printed) Journal Homepage: <https://bestjournal.untad.ac.id/index.php/Galenika> DOI: 10.22487/j24428744.2020.v6.i2.15253. online on: [15253-Article Text-48915-1-10-20201004.pdf](#).