



Pendekatan Untuk Mengembangkan Ketahanan Moral Dan Penatalayanan Diri Perawat ICU (Studi Pendekatan Pada Gejala Kelelahan)

Fika Indah Prasetya*¹

¹STIKes Bhakti Al-Qodiri

¹Program Studi S1 Keperawatan

*e-mail: -

Nomor Handphone Untuk keperluan koordinasi:

Abstrak

Perawat unit perawatan intensif dapat mengalami tingkat stress yang lebih tinggi dari perawat lainnya. Beberapa factor yang mempengaruhi stress pada perawat ICU di lingkungan kerja adalah beban kerja yang melelahkan, kekurangan staf dan rumitnya prosedur perawatan intensif care unit. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan metode wawancara melalui FGD (focus group discussion), terdiri dari 28 perawat ICU di beberapa Rumah Sakit di wilayah Jember. Adapun peserta pengabdian masyarakat adalah perawat yang bekerja di Rumah Sakit yang sedang tergabung dalam grup whatsapp. Kegiatan diawali dengan pengarahan selama 50 menit kemudian dilanjutkan dengan kegiatan inti dari kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui media zoom selama 5 hari x 50 menit. Hasil wawancara diketahui responden yang pernah atau sedang mengalami gejala kelelahan mampu memahami cara meningkatkan ketahanan moral seperti mengambil keputusan dan sikap dari sebuah keadaan, perawat intensive care unit juga mampu memahami penatalayan diri sebagai seorang perawat yang memiliki tanggung jawab terhadap Pencipta-Nya. Sehingga dengan kegiatan pengabdian masyarakat dengan metode Focus Group Discusion mampu merefleksikan penatalayanan diri perawat dengan tetap memperhatikan ketahanan moral masing masing.

Kata kunci: kelelahan, ketahanan moral, penatalayanan diri

Abstract

Intensive care unit nurses can experience higher levels of stress than other nurses. Several factors that influence stress on ICU nurses in the work environment was tired workload, staff shortages and the complexity of intensive care unit treatment procedures. Community service activities were carried out used the interview method via FGD (focus group discussion), consisting of 28 ICU nurses in several hospitals in the Jember area. The community service participants was nurses who work in hospitals who was members of the WhatsApp group. The activity begins with a 50 minute briefed then continues with the core activities of service activities carried out via zoom media for 5 days x 50 minutes. The results of the interviews showed that respondents who had experienced or were experienced symptoms of fatigue were able to understand how to increase moral resilience, such as maked decisions and attitudes based on a situation, intensive care unit nurses were also able to understand self-stewardship as a nurse who had a responsibility towards his Creator. So that community service activities used the Focus Group Discussion method was able to reflect on nurses' self-management while still paid attention to their individual moral resilience.

Keywords: burnout, moral resilience, self-stewardship

1. PENDAHULUAN

Perawat yang mengalami burnout mempunyai kemungkinan lebih besar untuk memicu gejala depress(Vasconcelos et al., 2018) Perawat unit perawatan intensif dapat mengalami Tingkat stress yang lebih tinggi dari perawat lainnya. Beberapa factor yang mempengaruhi stress pada perawat ICU di lingkungan kerja adalah beban kerja yang melelahkan, kekurangan staf dan rumitnya prosedur perawatan intensif care unit. meningterus dipengaruhi oleh berbagai penyebab stres di lingkungan kerja, seperti: beban kerja yang melelahkan, berkurangnya staf, dan rumitnya prosedur. Karena pekerjaan yang melelahkan dan penuh

tekanan, para profesional ini lebih mungkin mengalami stres kerja merupakan penentu penting depresi dan kelelahan.

Ketika perawat mengalami stress kerja melampaui Tingkat adaptif, maka mekanisme koping yang efektif disebut dengan burnout atau kelelahan sindroma. (Hossain & Clatty, 2021). Ini adalah penyakit yang dominan pada profesi yang menanganinya dengan orang-orang dan muncul sebagai konsekuensi dari hubungan antarpribadi dan hubungan organisasi. Istilah "burnout" menunjuk pada individu yang memiliki mencapai titik terendah dalam kapasitas adaptifnya. Depresi didefinisikan sebagai keadaan penderitaan psikologis, yang berdampak pada hubungan interpersonal. Dia ditandai dengan adanya pikiran negatif, kebutuhan akan isolasi, putus asa, kesedihan, kelelahan, insomnia, kesulitan konsentrasi, kecemasan, ketakutan yang besar, perasaan rasa bersalah, serta perubahan dalam tidur dan nafsu makan. Diakui bahwa prevalensi unit perawatan intensif perawat dengan sindrom burnout tinggi, dan terdapat hubungan yang signifikan dengan gejala depresi. Burnout adalah entitas nosologis berbeda yang sering didiagnosis sebagai depresi, yang menyebabkan pengobatan dan pengobatan yang tidak tepat akibat memburuknya gambaran klinis. Ini adalah penyakit dengan dimensi dan patofisiologi yang berbeda, yaitu depresi memiliki patofisiologi yang berkaitan dengan trauma intrinsik, sedangkan burnout berhubungan dengan tempat kerja.

2. METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan menggunakan metode wawancara melalui FGD (focus group discussion), terdiri dari 28 perawat ICU di beberapa Rumah Sakit di wilayah Jember. Adapun peserta pengabdian Masyarakat adalah perawat yang bekerja di Rumah Sakit yang sedang tergabung dalam grup whatsapp. Kegiatan diawali dengan pengarahan selama 50 menit kemudian dilanjutkan dengan kegiatan inti dari Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui media zoom selama 5 hari x 50 menit. Metode pengumpulan data tentang ketahanan moral dan penatalayanan diri melalui wawancara kualitatif setiap masing masing responden.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sejalan dengan hasil penelitian bahwa dari 14 % perawat yang mengalami depresi maka 10% mengalami burnout. Kegiatan pengabdian Masyarakat dengan pendekatan ketahanan moral dan penatalayanan diri menguti dari penelitian sebelumnya. Hasil penelitian diketahui bahwa perawat pada saat terjadi wabah covid-19, adalah situasi yang sangat mempengaruhi adanya Tingkat stress, depresi dan menyebabkan burnout hingga bunuh diri. Melalui pendekatan moral dan penatalayanan diri diketahui perawat mampu memiliki kekuatan serta dukungan Rumah Sakit terkait dengan kesejahteraannya. Adapun dokumentasi kegiatan sebagai berikut



Gambar 1. Kegiatan Pengarahan FGD

Penerapan tehnik pendekatan ketahanan moral dan penatalayan diri melalui Focus group discussion, diterapkan pada perawat Insentif care unit yang memiliki Tingkat stress kerja lebih tinggi diakibatkan gejala kelelahan, kekurangan staff dan prosedur perawatan pasien yang lebih rumit.

Diperoleh hasil bahwa perawat Insentif care unit sebelum dilakukan pengabdian Masyarakat, belum mengetahui bagaimana menghadapi beban kerja kelelahan dan stress kerja. Beberapa responden menyebutkan tidak adanya pengetahuan cara konsultasi dalam penyampaian beban kerja yang mengakibatkan stress kerja sehingga terjadi burnout. Hasil wawancara diketahui responden yang pernah atau sedang mengalami gejala kelelahan mampu memahami cara meningkatkan ketahanan moral seperti mengambil keputusan dan sikap dari sebuah keadaan, perawat intensive care unit juga mampu memahami penatalayan diri sebagai seorang perawat yang memiliki tanggung jawab terhadap Pencipta-Nya. Sehingga dengan kegiatan pengabdian Masyarakat dengan metode Focus Group Discussion mampu merefleksikan penatalayanan diri perawat dengan tetap memperhatikan ketahanan moral masing masing.

4. KESIMPULAN

Kegiatan ini didukung oleh lansia karena memberikan dampak positif untuk meningkatkan derajat kesehatan lansia dan menjadi alternatif yang bagus dalam menurunkan tekanan darah dalam masyarakat yang mengalami hipertensi. Dengan adanya senam hipertensi tersebut diharapkan lansia dapat melakukan secara rutin untuk menurunkan tekanan darah.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Carmen S et al, 2021. *Burnout, Compassion Fatigue and psychological flexibility among geriatric nurses: A Multicenter Studi in Spain*:
- (2) Dreison, K.C.; Luther, L.; Bonfils, K.A.; Sliter, M.T.; McGrew, J.H.; Salyers, M.P. Job burnout in mental health providers: A meta-analysis of 35 years of intervention research. *J. Occup. Health Psychol.* 2018, 23, 18. [CrossRef] [PubMed]
- (3) França FM, Ferrari R, Ferrari DC, Alves ED. Burnout and labour aspects in the nursing teams at two medium-sized hospitals. *Rev Latino-Am Enfermagem* [Internet]. 2012 [cited 2017 Feb 14];20(5):961-70. Available from: <http://www.scielo.br/pdf/rlae/v20n5/19.pdf>
- (4) Greenberg N, Megnin-Viggars O and Leach J. Occupational health professionals and 2018 NICE post-traumatic stress disorder guidelines. *Occupational Medicine* 2019; 69: 397–399
- (5) Hall, L.H.; Johnson, J.; Watt, I.; Tsipa, A.; O'Connor, D.B. Healthcare Staff Wellbeing, Burnout, and Patient Safety: A Systematic Review. *PLoS ONE* 2016, 11, e0159015. [CrossRef] [PubMed]
- (6) Hossain, F., & Clatty, A. (2021). Self-care strategies in response to nurses' moral injury during COVID-19 pandemic. *Nursing Ethics*, 28(1), 23–32. <https://doi.org/10.1177/0969733020961825>
- (7) Khamisa N, Oldenburg B, Peltzer K, Ilic D. Work related stress, burnout, job satisfaction and general health of nurses. *Int J Environ Res Public Health* [Internet]. 2015[cited 2017 Feb 14];12(1):652-66. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27241867>

- (8) Ni Made Ida Kristina Dewi, dkk.2018. Perbandingan efektivitas sport massage dengan workplace stretching-exercise dalam menurunkan kelelahan dan keluhan muskuloskeletal pada penjahit di garmen pt. Uluwatu.
- (9) Noor, Fuad, 2018. Prosiding Seminar Nasional and Call for papers. Isbn: 978-602-1643-617 sectional questionnaire survey. *Int. J. Nurs. Stud.* 2010, 47, 30–37. [CrossRef]
- (10) Nursalam, 2017. *Manajemen Keperawatan Edisi 5*. Salemba MedikaJakarta
- (11) Otto, Ann-K.;Gutsch C.;Bischof, L.;Wollesan, B. Intervention to promote physical and mental health of nurse in elderly care: A Systematic review. *Preventive medicine.* 148.(2021) 106591
- (12) Panjaitan, B. (2016). *Pengaruh Komunikasi dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai pada Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi. Dimensia*, 13(2), 13–49.
- (13) Parwata I Made , 2015. *Kelelahan dan recovery dalam olahraga*. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
- (14) Purpora, C.; Cooper, A.; Sharifi, C.; Lieggi, M. Workplace bullying and risk of burnout in nurses: A systematic review protocol. *JB I Database Syst. Rev. Implement. Rep.* 2019, 17, 2532–2540. [CrossRef]
- (15) Rancour P. The emotional freedom technique: finally, a unifying theory for the practice of holistic nursing, or too good to be true? *J Holist Nurs* 2017; 35: 382–388.
- (16) Rismayanti, 2018. Pengaruh IMT, beban kerja, kelelahan kerja dan keluhan *muskuloskeletal disorders* terhadap kinerja perawat di rsud sawerigading.kota Palopo
- (17) Rouxel, G.; Michinov, E.; Dodeler, V. The influence of work characteristics, emotional display rules and affectivity on burnout and job satisfaction: A survey among geriatric care workers. *Int. J. Nurs. Stud.* 2016, 62, 81–89. [CrossRef] [PubMed]
- (18) Rushton CH. Cultivating moral resilience. *Am J Nurs* 2017; 117(2 Suppl. 1): S11–S15.
- (19) Shafiabady, A.; Abbasi, S.; Nikkhah, S.; Shamseddini, S.; Souri, G. The Effectiveness of Training Based on Acceptance and Commitment to Reducing Occupational Stress and Burnout Among Nurses. *Indian J. Fundam. Appl. Life Sci.* 2015, 5, 704–708
- (20) Vasconcelos, E. M. de, Martino, M. M. F. De, & França, S. P. de S. (2018). Burnout and depressive symptoms in intensive care nurses: relationship analysis. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 71(1), 135–141. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2016-0019>
- (21) White, E.M.; Aiken, L.H.; Sloane, D.M.; McHugh, M.D. Nursing home work environment, care quality, registered nurse burnout and job dissatisfaction. *Geriatr. Nurs.* 2020, 41, 158–164. [CrossRef]