

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Desember 2019, Wuhan melaporkan penemuan kasus pneumonia baru yang dikenal sebagai penyakit *Corona Virususes Disaster* 2019 (Covid-19). Namun, masuk dan mulai ramai diperbincangkan di Indonesia pada bulan Maret, tepatnya awal Maret 2020. Saat itu, pemerintah Indonesia mulai membuat peraturan untuk melakukan karantina di rumah masing-masing, awalnya hanya 14 hari, namun peraturan karantina tersebut diterapkan hingga beberapa bulan, bahkan hampir setahun, dengan melakukan semua kegiatan dari rumah, seperti sekolah bekerja dilakukan di rumah. Pemerintah Indonesia segera melakukan langkah-langkah untuk mengantisipasi menyebarnya virus *Covid-19*, antara lain menggunakan *Thermal Scanner* untuk mengecek suhu tubuh di pintu keluar masuk RI, serta langsung menutup akses penerbangan menuju dan kedatangan dari Wuhan. Hari demi hari, virus *Covid-19* semakin menyebar di seluruh dunia. Dalam situs resmi covid.go.id, hingga 2 April 2021, tercatat bahwa 223 negara terkena virus *Covid-19*, terkonfirmasi sebanyak 128.540.982, serta meninggal sebanyak 2.808.308. Sedangkan di Indonesia, tercatat positif 1.523.179, dan sebanyak 41.151 meninggal dunia. Virus *Covid-19* menyerang sistem pernapasan, gejala yang paling umum diantaranya demam, batuk kering, flu, bahkan gejala seriusnya adalah kesulitan bernapas atau sesak napas. Bahkan semakin hari, semakin bermunculan gejala-gejala yang membuat orang semakin cemas, seperti sakit kepala, diare, kulit beruam, dan lainnya. Virus *Covid-19* menyerang pada siapapun, tanpa pandang umur, status sosial, jenis kelamin, pekerjaan, dan lain-lain. Tetapi, di awal-awal

pandemi, ada beberapa profesi yang tetap bertugas, melayani, dan mengobati, yaitu para tenaga kesehatan, seperti dokter dan perawat, mereka adalah garda terdepan dan amat rentan beresiko terpapar virus *Covid-19* hingga keselamatan jiwa. Pada Maret 2021, tepat satu tahun para tenaga kesehatan berjuang untuk menyembuhkan dan merawat pasien yang terpapar virus *Covid-19*, sudah tercatat ratusan tenaga kesehatan meninggal dunia. Selain aspek keselamatan dan perlindungan virus *Covid-19*, resiko lain juga yang dapat berpotensi mempengaruhi kualitas hidup dan produktivitas pelayanan tenaga kerja, yaitu kesehatan mental termasuk resiko *burnout* atau kelelahan mental. Saat tenaga kesehatan mengalami *burnout*, dapat membuat tenaga kesehatan bekerja tidak optimal, stres, cemas, dan depresi.

Burnout adalah istilah pertama kali diciptakan oleh Psikolog Herbert Freudenberger di tahun 1970-an memiliki arti suatu kondisi kelelahan fisik dan mental yang disebabkan oleh kehidupan seseorang. Sedangkan WHO (*World Health Organization*) menyebut *burnout* sebagai fenomena kelelahan bekerja. Menurut Istiaji & Irawan (2009) adapun beberapa gejala yang dirasakan individu saat mengalami *burnout*, yaitu termasuk sindrom stress yang terdiri dari kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian prestasi diri yang dialami oleh individu yang bekerja untuk memberikan pelayanan pada orang lain. *Burnout* biasa ditemukan pada bidang pekerjaan yang berinteraksi langsung dengan orang lain, seperti tenaga kesehatan yang menangani pasien, berhubungan dengan penderitaan pasien, berkontak langsung dengan pasien, dan lain-lain. *Job burnout* para *caregivers* pertama kali diteliti oleh Maslach dan Leiter pada tahun 1997. Para profesi *caregiver* seringkali menjadi korban *job burnout* sehubungan dengan kerja mereka sebagai *care seekers*. Syarat pekerjaan *caregivers* adalah memberikan dukungan baik secara fisik, emosional, maupun

intelektual kepada *care seekers*. Munculnya *burnout* pada *caregivers*, saat mereka mengalami kelelahan dan tidak dapat dukungan, sehingga melakukan pekerjaan menjadi tidak optimal. Maslach (1997), mengungkapkan bahwa *burnout* berdampak pada individu, terlihat dari adanya gangguan fisik seperti keluhan psikosomatis, sakitnya kepala, rentan terhadap penyakit, serta mengabaikan kebutuhan dan tuntutan pasien (Eliyana, 2016).

Dalam bibliografi di Eropa, yang memuat 2.496 publikasi, Kleiber dan Ensmann menyebutkan bahwa *burnout* yang dialami pekerja kesehatan sebesar 90%, pekerja administrasi dan manajemen sebesar 43%, pekerjaan bidang hukum dan kepolisian sebesar 4%, dan pekerjaan lainnya sebesar 2%. Dari presentase tersebut dapat dilihat bahwa profesi perawat menempati urutan paling besar presentasinya mengalami *burnout* (Prestiana & Purbandini dalam Wirati et al., 2020). Menurut Chou, Hu & Li (2013) dari data website BMJ open, menyatakan bahwa di Rumah Sakit Regional Taiwan, tingkat tertinggi yang mengalami kelelahan kerja pada profesi kesehatan, terjadi pada perawat sebesar 66%, asisten dokter 61,8%, dokter 38,6%, staff administrasi 36,1%, dan teknisi medis 31,9%. (Adawiyah & Blikololong, 2018). Berdasarkan hasil penelitian (Dobson et al., 2021) menunjukkan bahwa petugas kesehatan mengalami gejala depresi tingkat sedang hingga berat yang signifikan, kecemasan, dan pasca trauma gangguan stres, terkait dengan kelelahan riwayat psikiatri sebelumnya, profesi dan ketahanan. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa 63 responden beresiko mengalami kelelahan dan 11 responden lainnya mengungkapkan bukti kelelahan yang berkembang sepenuhnya dan kurangnya pencapaian pribadi, tidak adanya perbedaan yang signifikan secara statistik dalam prevalensi *burnout* terdeteksi di sub-kelompok menurut usia, jenis kelamin, tingkat pelatihan, masa kerja, dan status keluarga. (Lederer et al., 2008). Penelitian (Zakaria et al.,

2021) menunjukkan bahwa tenaga kesehatan darurat memiliki tingkat kelelahan yang tinggi, terutama di kalangan perawat.

Perawat sebagai golongan terdepan bagi masyarakat mengalami kelelahan kerja, depresi, cemas, dan stres, dapat mengakibatkan bekerja dan memberikan pelayanan pasien yang tidak optimal. Sebab dari itu, kemungkinan yang terjadi adalah, pertama, para perawat yang memiliki keyakinan dan berpikiran positif yang baik untuk kasus *Covid-19* kedepannya rendah dalam menghadapi dan menangani pasien-pasien yang tidak dapat diprediksi kapan akan berakhir dan kedua dengan begitu berat serta banyaknya tantangan hingga besarnya resiko terpapar *Covid-19*, dibutuhkan keyakinan yang baik dan positif untuk ke depannya. Salah satu faktor yang harus dimiliki oleh para perawat, yaitu optimisme.

Seligman (1995) mengatakan bahwa pola pikir yang positif akan memengaruhi seseorang dalam bekerja dan seluruh kehidupan sehari-harinya. Menurut Segerstrom, optimisme adalah cara individu berpikir positif dan realistis dalam memandang suatu masalah, individu yang berpikir positif merupakan suatu usaha untuk mencapai hal terbaik dari buruknya keadaan. Tetapi, tidak semua individu dapat memiliki rasa optimisme dalam diri (Nandini, 2016). Menurut Seligman (dalam Kurniati & Fakhruddin, 2018) optimisme sangat berperan penting dalam pekerjaan, sekolah, kesehatan dan juga relasi sosial untuk mencapai suatu kesuksesan. Puluhan studi telah Seligman lakukan, melibatkan 500 orang dewasa dan anak-anak dan menunjukkan bahwa orang yang memiliki rasa pesimis, prestasinya akan rendah di sekolah maupun di pekerjaan, sebaliknya orang yang optimis memiliki prestasi yang tinggi di sekolah maupun di pekerjaan. Menurut Seligman (dalam Christianto, 2019).

Optimisme dapat memunculkan motif dalam diri individu, sehingga dapat mempengaruhi kesuksesan individu tersebut. Carver dalam (Dewi et al., 2019) menyatakan individu yang memiliki rasa optimis akan percaya, yakin serta tekun dalam berjuang, meskipun kemajuan atas usahanya tidak pesat, sedangkan individu yang pesimis akan memiliki keraguan saat usahanya berjalan lambat dan tidak mengalami kemajuan. Tingkah kesulitan suatu hal yang dihadapi individu, akan memperlihatkan perbedaan respon individu yang optimis dan individu yang pesimis. Scheier, Wentraub dan Carver (1986) menemukan bahwa individu yang optimis akan cenderung fokus kepada masalah, menekan aspek positif dari situasi sulit, dan mencari dukungan sosial. Menurut Cheng (2001) optimisme dan pesimisme sangat berhubungan dengan kesehatan, dimana pandangan individu akan mempengaruhi tingkah laku dalam menjalani aktivitas dalam upaya menjaga kesehatan (Sabiq & Miftahuddin, 2018). Menurut (Umboh et al., 2020) salah satu faktor yang sangat berpengaruh dalam kehidupan sehari-hari individu adalah optimisme. Seseorang yang memiliki rasa optimis akan memandang suatu kegagalan sebagai proses pengembangan diri yang akan memberikan hal yang baik di masa depan. Optimisme suatu hal yang sangat penting, karena dapat memberikan harapan positif dalam pekerjaan dan dalam segala kehidupan. Optimisme juga dapat menentukan faktor keberhasilan seseorang untuk mencapai tujuannya, menjadikan individu yang realistis untuk melihat suatu peristiwa dan masa depan, dan dapat menghadapi kondisi sulit dalam kehidupan serta mampu mengerjakan sesuatu lebih baik. (Nurtjahjanti, Harlina; Ratnaningsih, 2012).

Hasil penelitian (Sabiq & Miftahuddin, 2018) menunjukkan bahwa terdapat dampak yang signifikan dari optimisme, dukungan sosial, dan demografis pada kesejahteraan perawat. Penelitian (Rosada & Partono, 2020) menunjukkan bahwa perilaku optimis yang ditampilkan oleh masyarakat sangat penting sehingga harus ditingkatkan. Penelitian lainnya

menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara berpikir positif dengan stres, nilai. artinya semakin tinggi nilai berpikir positif maka semakin rendah tingkat stres seseorang dan sebaliknya dan terdapat hubungan negatif yang signifikan antar resiliensi dengan stress. artinya semakin tinggi nilai resiliensi maka semakin rendah tingkat stres seseorang dan sebaliknya (Basith, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh (Istiaji & Irawan, 2009) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelelahan kerja dengan persepsi perawat terhadap pelayanan keperawatan bermutu. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa petugas kesehatan menunjukkan gejala depresi tingkat sedang hingga berat yang signifikan, kecemasan, dan pasca trauma gangguan stres, terkait dengan kelelahan, riwayat psikiatri sebelumnya, profesi, dan ketahanan (Dobson et al., 2021). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa tenaga kesehatan darurat memiliki tingkat kelelahan yang tinggi, terutama di kalangan perawat (Zakaria et al., 2021). Penelitian yang telah dilakukan oleh (Liang et al., 2020) menunjukkan bahwa seluruh peserta dengan gejala gangguan stres pasca trauma dan efeknya tekanan psikologis pada gangguan stres pasca trauma dimediasi oleh gaya *coping negative*. Penelitian lainnya menunjukkan bahwa untuk kelelahan emosional, wanita lebih tinggi dan perawat mendapatkan skor lebih tinggi daripada dokter. Untuk depersonalisasi, pria dan responden yang lebih muda mendapat skor lebih tinggi (Vincent et al., 2019).

Berdasarkan fenomena dan hasil-hasil dari penelitian sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa perawat adalah salah satu profesi paling rentan terpapar virus *Covid-19*, banyak perawat yang mengalami kelelahan kerja sehingga mengakibatkan bekerja tidak optimal, dan sikap optimisme dalam menghadapi pandemi saat ini dan untuk seterusnya sangat diperlukan, agar tetap dapat bekerja secara optimal dan kembali menyenangkan dalam melaksanakan tugas sebagai garda terdepan untuk menangani *Covid-19*.

Peneliti ingin mengetahui lebih lanjut dengan meneliti Pengaruh Optimisme terhadap Perawat di Masa Pandemi *Covid-19*.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka identifikasi dari permasalahan adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran optimisme pada perawat di masa pandemi *Covid-19*?
2. Bagaimana gambaran *burnout* pada perawat di masa pandemi *Covid-19*?
3. Bagaimana pengaruh optimisme terhadap *burnout* pada perawat di masa pandemi *Covid-19*?

1.3. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, permasalahan dalam penelitian ini dibatasi menjadi “Pengaruh Optimisme terhadap *Burnout* pada Perawat di Masa Pandemi *Covid-19*”

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah yang telah dijelaskan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah sikap optimisme berpengaruh terhadap *burnout* pada Perawat di Masa Pandemi *Covid-19*?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap *burnout* pada perawat di Masa Pandemi *Covid-19*.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat Teoritis

Manfaat dari penelitian ini untuk menambahkan pengetahuan tentang pengaruhnya sikap optimisme terhadap *burnout*.

1.6.2. Manfaat Praktis

1.6.2.1. Bagi Masyarakat dan Perawat

Manfaat untuk masyarakat dan perawat memberikan informasi kepada masyarakat tentang berpengaruhnya optimisme terhadap *burnout* pada perawat, faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi perawat merasakan *burnout*, serta pentingnya sikap optimisme perawat di masa pandemi *Covid-19*.

1.6.2.2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Memberikan informasi dan sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya, jikalau ingin meneliti lebih lanjut dan lebih mendalam yang berkaitan dengan optimisme dan *burnout*.