

PILOT STUDY KONDISI PSIKOLOGIS RELAWAN BENCANA COVID 19

Ike Mardiaty Agustin^{1*}, Nurlaila¹, Hendri Tamara Yuda¹, Yulia²

¹STIKES Muhammadiyah Gombong, Sangkalputung, Gombong, Kec. Gombong, Kabupaten Kebumen, Jawa Tengah, Indonesia 54411

²RSUD Dr Soedirman Kebumen, Jalan Lingkar Selatan, Muktisari, Kebumen, Jawa Tengah, Indonesia 54317

*ikemardiaty@stikesmuhgombong.ac.id

ABSTRAK

Pandemi covid 19 merupakan bencana non alam yang memunculkan berbagai permasalahan bagi seluruh lapisan masyarakat. Kondisi bencana ini akan memberikan berbagai dampak fisik maupun psikologis bagi setiap individu tidak terkecuali bagi relawan bencana non alam ini. Dalam kondisi bencana relawan merupakan kelompok rentan yang perlu diidentifikasi kondisi psikologis dalam setiap penugasan mereka Berdasarkan fenomena tersebut tertarik untuk dilihat studi pendahuluan bagaimana gambaran psikologis relawan bencana covid 19 ini. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran kondisi psikologis relawan bencana covid 19 di Kabupaten kebumen. Metode penelitian ini adalah deskriptif analitik pada 72 relawan bencana covid 19 yang merupakan gabungan dari relawan bencana BPBD kabupaten kebumen dan relawan bencana STIKES Muhammadiyah Gombong, proses pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling*, gambaran psikologis relawan di ukur menggunakan instrument DASS (Depression Anxiety Stres Scale). Hasil penelitian didapatkan gambaran psikologis relawan bencana covid 19 yaitu 68 orang (95,83%) mengalami kecemasan ringan, sebanyak 69 orang (95,83%) mengalami depresi ringan, dan sebanyak 69 orang (95,83%) mengalami stres ringan.

Kata kunci : bencana; pandemi covid 19; psikologis; relawan

PILOT STUDY OF PSYCHOLOGICAL CONDITIONS VOLUNTEER DISASTER COVID 19

ABSTRACT

Pandemic Covid 19 is a non-natural disaster that raise various problems for all levels of society. This disaster condition will provide various physical and psychological impacts for each individual including the volunteers of this non-natural disaster. Volunteers are vulnerable groups, need to be identified psychological conditions in each of their assignments. Based on this phenomenon, it is interesting to see a preliminary study of the psychological conditions of volunteers disaster covid 19. The purpose of this study was to determine the psychological condition of volunteers disaster covid 19 in Kebumen Regency. This research method is descriptive analytic on 72 covid 19 volunteers which is a combination of Kebumen regional disaster management department and STIKES Muhammadiyah Gombong disaster volunteers, the sampling process is taken with simple random sampling, the psychological conditions of volunteers measured using the DASS (Depression Anxiety Stress Scale) Instrument. The results of this study obtained a psychological picture of covid 19 volunteers namely 69 people (95.83%) experienced mild anxiety and 1 person (1.39), 69 people (95.83%) experienced mild depression, and 69 people (95, 83%) experience mild stress. This research is recommended as a preliminary study which is the basis for conducting an ongoing program for psychological strengthening of disaster volunteers.

Keywords: disaster, pandemic covid 19; psychological impacts; volunteers

PENDAHULUAN

Indonesia bahkan Dunia saat ini sedang berada dalam masa berduka akibat adanya Pandemi Covid 19. Pandemi ini merupakan bencana non alam. Kondisi bencana non alam yang luas dan

menyeluruh seperti saat ini membutuhkan peran serta semua lapisan masyarakat dalam upaya pencegahan maupun penanganannya. Peran serta masyarakat yang dapat dilakukan salah satunya dengan menjadi tenaga relawan bencana.

Relawan adalah seorang atau sekelompok orang yang memiliki kemampuan dan kepedulian untuk bekerja secara sukarela dan ikhlas dalam upaya penanggulangan bencana (BNPB 2014). Seorang relawan bencana diuntut memiliki kemampuan Cepat dan tepat, mampu melakukan prioritas tindakan, mampu berkoordinasi, Berdaya guna dan berhasil guna, Transparansi, Akuntabilitas, mampu menjalin kemitraan, Pemberdayaan, Non diskriminasi, selama menjadi relawan tidak menyebarkan agama, menjunjung kesetaraan gender dan menghormati kearifan lokal (BNPB, 2014).

Kondisi bencana akan memberikan berbagai dampak fisik maupun psikologis bagi setiap individu tidak terkecuali pada relawan bencana. Relawan bencana merupakan kelompok rentan yang dapat mengalami masalah fisik maupun psikologis, berbagai kegiatan penanganan bencana non alam yaitu wabah covid 19 ini menimbulkan respon psikologis yang beragam bagi tenaga kesehatan yang harus merawat pasien covid 19 maupun relawan yang bertugas membantu pemerintah dalam penanganan bencana covid 19, beberapa respon psikologis yang muncul yaitu emosi negatif seperti kelelahan, ketidaknyamanan, dan ketidakberdayaan disebabkan oleh pekerjaan intensitas tinggi, ketakutan dan kecemasan, dan kepedulian terhadap pasien dan anggota keluarga. Koping individu termasuk penyesuaian psikologis dan kehidupan, tindakan altruistik, dukungan tim, dan kognisi rasional. Respon psikologis yang bersifat negative berkembang bersama respon psikologis yang bersifat positif (Sun et al. 2020).

Masalah psikologis lain yang dapat dialami seorang relawan bencana adalah rasa stres selama menjalani aktivitas sebagai relawan, hal ini didukung oleh hasil penelitian Permatasari dan Ariati (2015) yang menyatakan bahwa stres dapat dialami oleh seorang relawan bencana PMI dengan gejala yang ditimbulkan mudah tersinggung, mudah

marah. Penelitian lain menyebutkan bahwa respon psikologis juga dilaporkan oleh relawan dari Uni Eropa saat adanya wabah penyakit virus Ebola terbesar yang pernah dimulai di Afrika Barat pada Desember 2013. Respon psikologis relawan menunjukkan bahwa relawan merasa ketakutan akan terinfeksi dan khawatir akan menginfeksi keluarga mereka. (Belfroid et al. 2018).

Masalah psikologis yang dialami relawan tidak hanya datang dari dalam dirinya sendiri, namun karena rendahnya dukungan keluarga terhadap aktivitas relawan tersebut, hasil penelitian terhadap relawan wabah penyakit virus Ebola menunjukkan sebanyak 50% keluarga relawan melaporkan bahwa mereka khawatir relawan akan terinfeksi virus ebola (Belfroid et al. 2018). Pada penelitian lain menyebutkan bahwa pengalaman relawan bencana meliputi memiliki motivasi menolong sesuai dengan bidang keahliannya serta fasilitas umpan balik yang dia dapatkan selama dan setelah menjalankan tugas relawan. Perasaan takut mati juga disampaikan oleh relawan bencana sehingga menghasilkan persiapan kognitif, emosi positif maupun emosi negatif (Ratri and Masykur 2019).

Berdasarkan fenomena tersebut, dibutuhkan tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran psikologis relawan bencana covid 19, sebagai studi pendahuluan untuk suatu bentuk kegiatan yang mampu menguatkan psikologis seorang relawan bencana. Hal ini mengacu pada pedoman dukungan kesehatan jiwa dan psikososial bagi relawan bencana (Kemenkes R1, 2020) yang didalamnya mengatur tentang upaya memberikan dukungan kesehatan jiwa dan psikososial bagi relawan bencana covid 19.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik pada 72 relawan bencana covid 19 yang merupakan gabungan dari relawan bencana BPBD kabupaten kebumen dan relawan bencana STIKES Muhammadiyah Gombong di Kabupaten Kebumen, proses pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling*, gambaran psikologis relawan diukur menggunakan instrument DASS (Depression Anxiety Stres Scale). Proses penelitian dilakukan pada selama 2 bulan (Maret-April 2020).

HASIL

Penelitian ini memberikan hasil gambaran psikologis relawan bencana covid 19, yang secara rinci dijelaskan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1 dapat diketahui bahwa kondisi psikologis relawan (tingkat ansietas) dari 72 responden, 68 orang (94,44%) mengalami ansietas ringan.

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa kondisi psikologis relawan bencana covid 19 mengalami depresi ringan sebanyak 69 orang (95,83%).

Tabel 3 dapat diketahui bahwa kondisi psikologis relawan (tingkat stres) bencana covid 19 mengalami stres ringan sebanyak 69 orang (95,83%).

Tabel 1.
Kondisi Psikologis (Tingkat Ansietas) Relawan Bencana Covid 19 (n=72)

Tingkat Ansietas	f	%
Normal	0	0
Ringan	68	94,44
Sedang	3	4,17
Berat	1	1,39

Tabel 2.
Kondisi Psikologis (Tingkat Depresi) Relawan Bencana Covid 19 (n=72)

Tingkat Depresi	f	%
Normal	0	0
Ringan	69	95,83
Sedang	3	4,17

Tabel 3.
Kondisi Psikologis (Tingkat Stres) Relawan Bencana Covid 19 (n=72)

Tingkat Stres	f	%
Normal	0	0
Ringan	69	95,83
Sedang	3	4,17
Jumlah	72	100

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pandemic covid 19 dapat memberikan dampak psikologis bagi setiap orang, tidak terkecuali seorang relawan bencana. Covid 19 yang merupakan bencana non alam ini, baru pertama kali dialami secara luas hampir diseluruh belahan dunia.

Pengalaman pertama menjadi relawan bencana non alam yang berupa wabah, menjadi faktor pemicu utama munculnya berbagai masalah psikologis bagi relawana, hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa pengalaman relawan bencana meliputi memiliki motivasi menolong sesuai dengan bidang keahliannya serta fasilitas umpan balik yang dia dapatkan selama dan setelah menjalankan tugas relawan. Perasaan takut mati juga disampaikan oleh relawan bencana sehingga menghasilkan persiapan kognitif, emosi positif maupun emosi negatif (Ratri and Masykur 2019). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian PH, Keliat, Puteri (2016) bahwa salah satu respons kognitif dari ansietas adalah takut mati.

Masalah psikologis yang dirasakan relawan dapat muncul karena rendahnya faktor dukungan orang terdekat atau keluarga mereka selama menjalani tugas, hal ini terjadi karena kekhawatiran dari pihak keluarga bahwa relawan tersebut akan tertular, sejalan dengan hasil penelitian terhadap relawan wabah penyakit virus Ebola menunjukkan sebanyak 50% keluarga relawan melaporkan bahwa mereka khawatir relawan akan terinfeksi virus ebola (Belfroid et al. 2018).

Masalah psikologis lain yang dapat dialami seorang relawan bencana adalah rasa stres selama menjalani aktivitas sebagai relawan, hal ini didukung oleh hasil penelitian (Permatasari dan Ariati, 2015) yang

menyatakan bahwa stres dapat dialami oleh seorang relawan bencana PMI dengan gejala yang ditimbulkan mudah tersinggung, mudah marah. Mengacu pada hasil penelitian ini, diperlukan suatu upaya untuk menguatkan psikologis relawan yang dapat dilakukan melalui berbagai program dukungan Kesehatan jiwa dan psikososial bagi tenaga relawan covid 19.

SIMPULAN

Hasil penelitian didapatkan gambaran psikologis relawan bencana covid 19 yaitu 68 orang (95,83%) mengalami kecemasan ringan, sebanyak 69 orang (95,83%) mengalami depresi ringan, dan sebanyak 69 orang (95,83%) mengalami stres ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Rahmawati Permatasari, Jati Ariati. (2015). Efikasi diri dan Stres kerja pada Relawan PMI Kabupaten Boyolali, *Jurnal Empati*, Oktober 2015. Volume 4 (4) 239-244. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14349>. Diakses tanggal 29 mei 2020.
- Belfroid, Evelien. (2018). “Positive Experiences of Volunteers Working in Deployable Laboratories in West Africa during the Ebola Outbreak.” *PLoS ONE* 13(4): 1–8.
- BNPB. (2014). Berita Negara Republik Indonesia *Penanggulangan Bencana Pedoman*. <https://bnpb.go.id/>.
- Inter Agency Standing Committee (IASC). (2020). Catatan Tentang Aspek Kesehatan Jiwa dan Psikososial Wabah Covid-19 Versi 01.
- Keliat, Budi Anna, dkk. (2020). *Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pandemi Covid 19*.

Jakarta. Ikatan Perawat Kesehatan Jiwa
Indonesia

Kementrian Kesehatan RI, (2020). *Pedoman Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial pada Pandemi Covid 19*. Jakarta

Livana, P. H., Keliat, B. A., & Putri, Y. S. E. (2016). Penurunan Respons Ansietas Klien Penyakit Fisik dengan Terapi Generalis Ansietas di Rumah Sakit Umum. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 4(1), 13-20. <https://doi.org/10.26714/jkj.4.1.2016.13-20>

Marsito. (2017). Pengaruh Hipnosis lima jari terhadap tingkat kecemasan lansia hipertensi di wilayah Puskesmas Sempor 1 Kabupaten Kebumen. *STIKES Muhammadiyah Gombong*. Diambil dari [http://elib.stikesmuhgombong.ac.id/557/1/ARUM DWI ASTUTI NIM. A11300861.pdf](http://elib.stikesmuhgombong.ac.id/557/1/ARUM%20DWI%20ASTUTI%20NIM.A11300861.pdf)

Noorkasiani, B. D. (2014). Efektivitas Terapi Hipnosis Lima Jari untuk Menurunkan Tingkat Ansietas Pasien Hipertensi. Poltekkes Kemenkes Jakarta III.

Ratri, Edith Dewani Anggarit, and Achmad Mujab Masykur. (2019). “Para Pengibar Kemanusiaan (Analisis Fenomenologi Interpretatif Tentang Pengalaman Menjadi Relawan Bencana Laki-Laki).” *Empati* 8(4): 148–61.

Sun, Niuniu et al. (2020). “A Qualitative Study on the Psychological Experience of Caregivers of COVID-19 Patients.” *AJIC: American Journal of Infection Control*. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2020.03.018>.

