

Pengalaman dan *Coping Strategies* Perawat Muda Mendampingi Pasien COVID-19

Halimatus Sa'diah^{1*} dan Muchammad Saiful Machfud²

¹BKI, IAI Darussalam, Banyuwangi ²Konsentrasi BKI, Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta

*Penulis Koresponden: Halimatus Sa'diah. Email: halimah@iaida.ac.id

Abstrak

Penyebaran COVID-19 antar manusia berlangsung cepat. Perawat yang berada pada garis depan memiliki kerentanan tinggi kelelahan fisik maupun psikologis. Klaster wabah COVID-19 di pondok pesantren X memperlihatkan kasus yang berbeda. Pada perawat tidak hanya berasal dari profesi perawat yang telah memiliki kualifikasi dan pengalaman yang mumpuni. Partisipan berjumlah lima orang merupakan siswa SLTA kelas 11 dan kelas 12. Para siswa setingkat SLTA sekaligus berstatus santri, mengambil peran sebagai perawat pasien COVID-19. Para perawat yang masih berstatus sebagai siswa dan santri ini memiliki strategi *coping* dan pengalaman yang berbeda. Temuan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa peserta memiliki empat tema pengalaman (tantangan, ketahanan, tanggung jawab dan kesempatan luar biasa) serta 4 strategi *coping* yaitu: (1) berpandang positif terhadap kejadian (*positive reappraisal*), (2) mencari dukungan orang lain (*seek support*), (3) melakukan tindakan secara langsung (*problem-solving*), dan (4) Keyakinan pada Tuhan (*religious coping*).

Kata kunci : *coping strategies, COVID-19, pengalaman perawat, perawat COVID-19.*

1. Pendahuluan

Akhir tahun 2019, ditemukan virus 2019-nCoV untuk pertama kali pada sekelompok pasien pneumonia yang dikaitkan dengan pasar grosir makanan laut di Wuhan, Cina (Zhu dkk., 2020). Infeksi COVID-19 yang disebabkan virus corona baru menjadi pandemik dengan penyebaran antar manusia yang sangat cepat (Susilo dkk., 2020). Derajat penyakit dapat bervariasi dari infeksi saluran napas atas hingga *Acute Respiratory Distress Syndrome* (ARDS) (Handayani dkk., 2020). Penyebaran virus mencapai puluhan negara, hingga pada awal Maret 2020 dilaporkan kasus pertama di Indonesia. Data kementerian kesehatan per 26 Oktober 2020 menunjukkan kasus yang terkonfirmasi berjumlah 392.934 kasus dan 13.411 kasus kematian. Tingkat mortalitas COVID-19 di Indonesia sebesar 3,4% (Kemkes, 2020).

Beberapa rumah sakit menjadi rumah sakit rujukan untuk merawat kasus terkonfirmasi pasien COVID-19 dan pasien dugaan. Penularan di dalam rumah sakit menjadi ancaman besar bagi petugas kesehatan dan perawat yang berada pada garis depan. Hal ini membuat kerentanan tinggi pada perawat terhadap infeksi, sehingga diperlukan kebijakan dan protokol khusus untuk melindungi para perawat (Huang dkk., 2020). Jumlah pasien COVID-19 yang terus meningkat, membuat beban kerja tenaga kesehatan semakin meningkat. Kelelahan fisik maupun psikologis dirasakan oleh para perawat sebagai garda depan dalam menghadapi pandemi (Halcomb dkk., 2020; Kackin dkk., 2020; Lai dkk., 2020).

Dinamika psikologis para perawat pada kasus-kasus khusus juga perlu mendapat perhatian. Klaster COVID-19 di pondok pesantren secara tidak terduga terjadi pada akhir bulan Agustus 2020 di salah satu pondok pesantren di Jawa Timur. Berdasarkan data per 29 Agustus 2020 dilaporkan 340 santri terkonfirmasi positif (Jawa Pos, 2020). Santri terkonfirmasi positif semakin bertambah. Kebijakan

karantina 6000 santri dan warga sekitar pesantren dilakukan untuk pemutusan rantai penyebaran (CNN Indonesia, 2020). Para santri positif COVID-19 sebagian besar adalah Orang Tanpa Gejala (OTG) sehingga tidak dirujuk ke rumah sakit. Para santri ini dikarantina di gedung-gedung pendidikan, namun pemeriksaan dilakukan secara rutin dan memastikan obat serta asupan makanan para pasien. Kondisi ini memerlukan banyak sumber daya manusia yang terlibat, sehingga para perawat muda yaitu para siswa Sekolah Menengah Kejuruan ikut berpartisipasi menjadi perawat pasien COVID-19. Beberapa siswa keperawatan bersukarela menjadi bagian dalam garda depan melawan COVID-19 dengan latar belakang pengalaman praktik yang minim. Jumlah siswa keperawatan ini persentasenya kecil dibanding jumlah perawat yang ditugaskan oleh pemerintah daerah maupun provinsi untuk menangani wabah yang ada di klaster pondok pesantren X ini. Namun, mereka memiliki peran yang sama dengan perawat lain dalam proses perawatan pasien positif COVID-19.

Pemahaman kondisi para perawat COVID-19 idealnya diperhatikan. Perawat menghadapi kelelahan, stigma negatif, dan kemungkinan trauma sekunder karena menyaksikan penyakit dan kematian (Kackin dkk., 2020). Para petugas kesehatan yang merawat pasien COVID-19 di Cina dilaporkan memiliki gejala depresi, kecemasan, dan insomnia (Lai dkk., 2020). Para perawat di Turki dilaporkan tertekan dan sedih karena morbiditas, mortalitas dan risiko yang dihadapi tidak dapat diprediksi, namun mereka tetap bersedia memerangi pandemi (Kackin dkk., 2020). Hasil penelitian lain, survei yang dilakukan pada 637 perawat di Australia memaparkan ada ketidaknyaman yang dirasakan para perawat sehingga 43,7% partisipan melaporkan penurunan kinerja (Halcomb dkk., 2020).

Beberapa peneliti telah mengeksplorasi pengalaman psikologis perawat pasien COVID-19. Penelitian ini dilakukan oleh Sun, et al (2020) di China melalui studi kualitatif mendapatkan empat tema besar yaitu; emosi negatif di tahap awal, coping stres, bertumbuh positif di bawah tekanan, dan emosi positif yang progresif. Dalam hasil penelitian Sun, et al (2020) menunjukkan bahwa kelelahan fisik yang ekstrim, intensitas pekerjaan yang tinggi, pasien yang banyak, kurangnya bahan pelindung menyebabkan sejumlah besar emosi negatif di awal tahap. Selanjutnya, tekanan epidemi mendorong perawat untuk menggunakan pengetahuan medis dan psikologis mereka untuk secara aktif atau pasif melakukan penyesuaian psikologis. Rasa tanggung jawab serta dukungan sosial yang mengalir menjadi refleksi positif yang secara bertahap muncul (Sun, dkk., 2020).

Penelitian kualitatif lain oleh Liu dkk. (2020) mengungkapkan pengalaman para tenaga kesehatan saat melayani pasien COVID-2019. Terdapat tiga temuan, yaitu: bertanggung jawab penuh atas kesejahteraan pasien, tantangan menangani bangsal COVID-19, dan ketahanan di tengah tantangan. Liu dkk. (2020) menemukan bahwa penyedia layanan kesehatan mengidentifikasi banyak sumber dukungan sosial dan menggunakan strategi manajemen diri untuk mengatasi situasi. Penyedia layanan kesehatan ini menunjukkan ketangguhan dan semangat dedikasi profesional untuk mengatasi kesulitan.

Selain penelitian terkait pengalaman, beberapa penelitian untuk mengungkap strategi *coping* pada tenaga kesehatan juga telah dilakukan. Strategi *coping* para petugas kesehatan yang menangani pasien COVID-19 di Pakistan menemukan adanya pembatasan media, berbagi tugas secara rinci, *religious coping*, dan altruisme (Munawar & Choudhry, 2020). Sejalan dengan temuan pada petugas kesehatan di Turki (Kackin dkk., 2020), strategi *coping* jangka pendek yang dilakukan para tenaga kesehatan untuk menghadapi efek negatif COVID-19 berupa normalisasi, menolak dan menghindar dari memikirkan efek negatif COVID-19, dan mengekspresikan emosi. Para perawat dalam temuan penelitian ini, menggunakan strategi seperti olahraga dan mendengarkan musik (Kackin dkk., 2020). Banyak penelitian yang fokus pada prevalensi hingga pengobatan untuk pasien terkonfirmasi COVID-19. Namun, penelitian kualitatif untuk memahami lebih mendalam terkait kondisi psikologis para

perawat dalam beberapa kasus khusus masih terbatas. Pengalaman dan strategi *coping* selama menemani pasien COVID-19 menarik untuk diketahui, khususnya dalam penelitian ini pengalaman perawat yang masih berstatus sebagai siswa Sekolah Menengah Atas yang minim pengetahuan dan pengalaman. Sehingga dapat menjadi rujukan bagi kasus khusus yang sama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman dan *coping strategies* pada siswa keperawatan selama mendampingi para santri yang terkonfirmasi positif COVID-19 di klaster pondok pesantren.

2. Kajian Literatur

2.1 Pengalaman perawat COVID-19

Liu dkk. (2020) menemukan 3 tema temuan pada pengalaman para perawat pasien positif COVID-19, yaitu: (a) bertanggung jawab penuh atas kesejahteraan pasien (penyedia layanan kesehatan secara sukarela dan melakukan hal terbaik dalam memberikan perawatan kepada pasien), (b) tantangan menangani bangsal COVID-19 (penyedia layanan kesehatan ditantang untuk menghadapi konteks yang baru, kelelahan karena beban kerja berat, ketakutan akan terinfeksi, dan tak berdaya mengatasi tekanan), dan (c) ketahanan di tengah tantangan (penyedia layanan kesehatan mengidentifikasi sumber dukungan sosial dan menggunakan strategi manajemen diri untuk mengatasi situasi tersebut).

2.2 Coping strategies

Lazarus dan Folkman (1984, dalam Biggs dkk., 2017) menyatakan bahwa ketika seseorang menilai rangsangan sekitar sebagai *stressor*, maka individu akan memulai mengelola emosi dan melibatkan tindakan untuk mengatasi penyebab stres itu sendiri. Tindakan yang diambil individu ini dinamakan strategi *coping*. Menurut teori Lazarus dan Folkman (1984, dalam Biggs dkk., 2017), strategi *coping* terbagi menjadi dua macam yaitu berfokus pada masalah dan berfokus pada emosi.

Strategi *coping* para petugas kesehatan yang menangani pasien COVID-19 di Pakistan menemukan adanya pembatasan media, berbagi tugas secara rinci, *religious coping*, dan altruisme (Munawar & Choudhry, 2020). Hasil penelitian lain pada petugas kesehatan di Turki (Kackin dkk., 2020), strategi *coping* berupa normalisasi, penolakan untuk memikirkan pengalaman, penghindaran dan mengekspresikan emosi. Penelitian Savitsky dkk. (2020) menggunakan analisis faktor untuk melihat strategi *coping* pada mahasiswa keperawatan menghadapi pandemic COVID-19. Hasilnya ditemukan lima faktor, yaitu: (1) ketahanan (kemampuan menghadapi tantangan), (2) mencari informasi dan konsultasi, (3) pelepasan mental (misalnya makan, konsumsi obat penenang, konsumsi alkohol), (4) spiritual (peningkatan kepercayaan pada Tuhan), dan (5) humor (penggunaan humor untuk menghadapi situasi).

3. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Pendekatan studi kasus bertujuan untuk memahami kasus dunia nyata dan berasumsi bahwa pemahaman tersebut melibatkan kondisi kontekstual penting yang berkaitan dengan kasus peneliti (Yin, 2003). Penulis memilih studi kasus intrinsik guna memahami kasus secara khusus dan mendalam (Creswell, 2012). Penelitian ini berupaya memahami pengalaman dan strategi *coping* pada perawat pasien COVID-19 yang masih berstatus siswa dan santri pondok pesantren.

3.1 Partisipan

Pemilihan partisipan dengan metode *purposive sampling*. Partisipan memiliki kriteria: (1) Usia 15-18 tahun, (2) Santri, (3) Memiliki pengalaman mendampingi pasien lebih dari 30 hari, (4) Sukarela

mengikuti wawancara. Pengambilan data pada partisipan dilakukan hingga datanya jenuh dan tidak ada topik baru yang dihasilkan.

3.2 Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu wawancara pada subjek penelitian. Hasil wawancara akan direkam dan dijaga kerahasiaannya. Wawancara memakan waktu 30-60 menit, hingga dipastikan data pada titik jenuh. Pengambilan data mengedepankan kesukarelaan partisipan. Wawancara dilakukan dengan semi-terstruktur. Peneliti telah menyiapkan outline wawancara : (1) Apa peran Anda dalam proses merawat pasien COVID-19? (2) Bagaimana perasaan Anda saat menerima tugas merawat pasien COVID-19? (3) Bagaimana perasaan Anda selama menangani pasien COVID-19? (4) Bagaimana Anda mengatasi perubahan dalam diri Anda dari proses merawat pasien COVID-19? (5) Apa pendapat Anda tentang tugas ini?

3.3 Prosedur analisis data

Merujuk pada Stake (dalam Creswell, 2012), pertama penulis mengumpulkan data. Data yang telah diperoleh dieksplorasi terkait pengalaman dan strategi *coping* perawat muda beserta konteksnya, kemudian dilakukan kategorisasi dari data yang relevan. Interpretasi data dilakukan secara langsung atau menetapkan pola dan mencocokkannya dalam suatu kategori, untuk selanjutnya mengaitkannya dengan tema. Kemudian, peneliti mengembangkan generalisasi naturalistik mengenai pengalaman dan strategi *coping* perawat COVID-19. Generalisasi ini guna diterapkan pada sebuah populasi kasus yang sama.

3.4 Prosedur etik

Penelitian ini telah mendapat persetujuan dari peserta. Peserta telah menandatangani *informed consent*. Partisipan mendapat sejumlah uang sebagai kompensasi atas waktu yang diberikan.

4. Hasil dan Pembahasan

4.1. Hasil

COVID-19 mewabah di pondok pesantren X pada pertengahan bulan Agustus 2020. Pondok pesantren yang memiliki santri kurang lebih 6000 santri ini memutuskan untuk melakukan isolasi wilayah per 1 hingga 20 September 2020. Kasus ini merupakan kasus kluster pesantren pertama dan terbanyak di Jawa Timur, meskipun berita simpang siur dalam memberikan informasi terkait jumlah santri yang terkonfirmasi positif. Kerjasama berbagai pihak dilaksanakan mulai bantuan tenaga medis dari dinas kesehatan pemerintah kabupaten dan provinsi, dinas penanggulangan bencana dari pemerintah kabupaten guna menyiapkan makanan sehat hingga pihak TNI guna pengamanan wilayah dan distribusi makanan.

Banyak pihak yang turut berperan dalam penanganan COVID-19 di kluster pondok pesantren ini. Para relawan diantaranya yaitu siswa SMK jurusan keperawatan yang juga berstatus sebagai santri. Jumlahnya hanya 11 siswa putri dan 20 siswa putra, namun perannya sangat berpengaruh sebagai bagian dari garda terdepan penanganan COVID-19 di pondok pesantren.

Penelitian ini menggali data dari lima partisipan yang memiliki pengalaman menjadi relawan untuk merawat para santri yang terindikasi virus COVID-19 di salah satu pondok pesantren di Jawa Timur. Partisipan pertama berusia 17 tahun, siswa kelas 11 di SMK jurusan keperawatan, anak kedua dari 3 bersaudara, dan menjadi santri di pondok pesantren X ini selama 1,5 tahun. Partisipan kedua berusia 18 tahun, siswa kelas 12 SMK, anak pertama dari 3 bersaudara, dan berstatus santri sejak 2,5 tahun

yang lalu. Partisipan ketiga berusia 18 tahun, siswa kelas 12 di SMA jurusan IPA, anak kedua dari tiga bersaudara, dan menjadi santri di pondok pesantren X selama 6 tahun. Partisipan keempat berusia 17 tahun, siswa kelas 11 di SMA jurusan IPA, anak pertama dari dua bersaudara, dan menjadi santri di pondok pesantren X ini selama 5 tahun. Partisipan kelima berusia 17 tahun, siswa kelas 12 di SMA jurusan IPA, anak pertama dari dua bersaudara, dan menjadi santri di pondok pesantren X ini selama 6 tahun. Kelima partisipan ini merupakan relawan yang mendampingi pasien terindikasi dan positif COVID-19 yang masih berstatus siswa dan santri.

Penelitian menemukan empat tema besar terkait pengalaman dan empat tema untuk strategi *coping*. Pengalaman ditemukan 4 tema: (1) tantangan, (2) ketahanan, (3) tanggung jawab, dan (4) kesempatan luar biasa. Terkait strategi *coping* yang digunakan, ditemukan 4 tema besar yaitu: (1) berpandangan positif terhadap kejadian (*positive reappraisal*), (2) mencari dukungan orang lain (*seek support*), (3) melakukan tindakan secara langsung (*problem solving*), dan (4) Keyakinan pada Tuhan (*religious coping*).

4.1.1. Pengalaman: tantangan

Partisipan mengalami beberapa tantangan mulai dari banyaknya santri yang mengeluhkan anosmia (kehilangan kemampuan untuk mencium bau), panas, batuk, pilek dan sesak nafas. Pada minggu-minggu awal belum adanya bantuan yang memadai dari pihak dinas menjadikan partisipan bekerja lebih keras. Jumlah relawan yang terhitung sedikit, membuat partisipan memiliki sedikit waktu untuk istirahat. Kelelahan menjadi tantangan yang banyak diungkapkan oleh para partisipan. Kondisi pondok pesantren dengan kepadatan jumlah santri membuat penyebaran COVID-19 semakin cepat, sehingga kerja para perawat intensitasnya semakin tinggi. Perawat dituntut bekerja keras dan siap melayani setiap saat. Kontak langsung dengan para pasien membuat para perawat harus menegakkan protokol kesehatan secara ketat. Pemakaian hazmat sebagai Alat Pelindung Diri (APD) menimbulkan rasa tidak nyaman. Partisipan mengungkapkan ketidaknyamanan karena harus menahan haus, lapar, dan panas.

"Dari awal pakek APD sih..., cuman... nggak kuat ngempet panas, haus, laper, pokoknya segalanya.." (N1-W1)

"Kita juga selalu pakai hazmat..nggak enak bu, pengap dan panas"; "capek juga bu, jadi saya pernah sehari mendata 600 santri untuk diswab.." (N2-W1)

"harus selalu memakai APD.. awal-awal sih belum terlalu kuat memakainya. Ya lama-lama karena udah terbiasa jadi kuatlah.." (N3-W1)

"kemana-mana pas bagian tugas itu harus selalu memakai APD, dan setelah memeriksa pasien itu kan kontak langsung.. ya harus pakek hazmat setelahnya.. gak bisa lepas.. kalau ketahuan dilepas gitu langsung dimarahain petugas yang lebih ahli.." (N4-W1)

"sayakan dibagian menangani pasien lanjut yang mengalami gejala agak parah dan bagian merujuk ke RS... jadi harus tetap memakai APD yang super lengkap dan harus siap siaga terus..."(N5-W1)

4.1.2. Pengalaman: ketahanan

Partisipan mengungkapkan perlu adanya ketahanan diri bersamaan dengan banyaknya pekerjaan yang harus ditangani. Mereka akan menyelesaikan semua hal sampai selesai, lalu membersihkan diri. Setelah dirasa telah bersih, partisipan memenuhi kebutuhan untuk makan dan minum. Ketahanan relawan diuji dengan istirahat yang relatif pendek. Partisipan meningkatkan imun diri dengan minum vitamin dan makan bergizi. Protokol kesehatan juga selalu dipatuhi. Hal tersebut juga diakui untuk tidak menyebarnya virus semakin luas. Durasi istirahat yang pendek membuat para partisipan kelelahan, sehingga diakui para partisipan beberapa kali mengeluh pada sesama teman atau menyampaikannya kepada perawat senior. Partisipan M mengaku bahwa ia banyak belajar dari para

perawat senior untuk mampu bertahan sebagai proses pengabdian sebagai santri dan keinginannya kelak berprofesi sebagai perawat.

"iya di tahan aja dulu, pikirnya juga biar nggak nulari saat S keluar rusun kan ya..."; "Jadi dikuat-kuatin dulu..."; "pokoknya kalau S dah pingin istirahat, sejenak aja gitu". (N1-W1)

"saya melihat banyak orang yang juga berkorban..perawat yang dari dinas itu yang gak pulang sudah berapa bulan buk..saya belajar bertahan juga"; "belajar untuk tidak banyak mengeluh.. saya belum ada apa-apanya.. ini waktu saya untuk mengabdikan untuk pondok.." (N2-W1)

"wahh ini merupakan sebuah moment yang sangat menentukan.. dimana saya sebagai seorang perawat harus menjaga daya tahan tubuh saya, makan dan minum yang bergizi agar saya kuat dan bertahan sampai musibah ini selesai.." (N3-W1)

"tahan gak tahan harus saya tahan kang.. dalam pikiran saya bagaimana temen-temen ini sembuh dan saya tidak sampai terkena.. kami juga setiap pagi ikut senam agar tubuh kami sehat.."(N4-W1)

"kalau soal ketahanan sih, saya harus bertahan. Karena, saya di bagian pasien yang mengalami gejala serius.. mensek saya itu saya harus siap siaga dalam membantu temen-temen yang sakit, bantu mereka semaksimal mungkin.." (N5-W1)

4.1.3. Pengalaman: tanggung jawab

Partisipan mengungkapkan bahwa mereka harus fokus merawat para pasien, terlepas dari berbagai tantangan yang dihadapi. Hal ini mereka dedikasikan sebagai tugas mulia, kewajiban untuk membantu dan rasa tanggung jawab yang mereka miliki. Partisipan juga merasa bahwa latar belakang pendidikan mereka sebagai siswa jurusan keperawatan, telah tertanam rasa tanggung jawab untuk melayani pasien. Selama merawat pasien COVID-19, para partisipan banyak belajar dari para perawat senior yang ditugaskan oleh pihak dinas. Selain belajar tentang keterampilan menangani pasien, para partisipan juga mengambil pelajaran terkait tanggung jawab.

"... S harus membantu gitu.."; "S ngerasa harus bertanggung jawab" (N1-W1)

"..tentang tanggungjawab buk ya..kan nanti pinginnya juga berprofesi sebagai perawat ya"; "bahwa ini tanggung jawab dan saya kan sekolah jurusan keperawatan jadi ini kesempatan saya.." (N2-W1)

"saya diberikan tugas yang sangat berarti dalam diri saya.. jadinya saya harus sepenuh hati dan tanggung jawab dengan tugas yang sudah saya emban ini.." (N3-W1)

"ini merupakan sebuah tanggung jawab yang sangat berat sekali pada diri saya.. dan karena tugas inilah saya lebih bisa merasakan arti tanggungjawab.. istilahnya dewasa kepekso (terpaksa dewasa).."(N4-W1)

"mengenai tanggung jawab ini.. tentunya saya mengemban hal penting, karena saya dibagikan rujuk ke RS untuk pasien yang lebih lanjut.. dan kalau telat sedikit saya yang bertanggung jawab.. oleh karena itu pak, saya menanamkan dalam diri saya rasa tanggungjawab yang sepenuhnya demi mereka.." (N5-W1)

4.1.4. Pengalaman: kesempatan luar biasa

Kesempatan menjadi relawan membuat partisipan merasa mengalami rasa haru karena terlibat dalam penanganan COVID-19. Partisipan mengaku tidak menyangka terlibat menjadi relawan dan mengakui hal tersebut sebagai pengalaman yang paling baik dan luar biasa. Para partisipan merasa memiliki pengalaman luar biasa karena mendapat kesempatan menjadi garda terdepan dalam penanganan COVID-19. Kondisi yang awalnya hanya mereka lihat di media massa, namun dapat mereka rasakan secara langsung, sehingga keterlibatan menjadi relawan menjadi hal yang istimewa bagi partisipan.

"sempet waktu itu sama temen-temen nangis sangking terharunya bisa ikut serta dalam penyelesaian covid"; "pengalaman yang luar biasa mbak, gak pernah nyangka bisa ikut terlibat.." (N1-W1)

"kesempatan luar biasa sih buk bagi saya. Karena dengan saya yang masih kurang banget ilmunya tapi dipercaya dan dikasih tugas menjadi garda terdepan gitu ya istilahnya.." (N2-W1)

"kesempatan yang luar biasa sekali dalam diri saya. Inilah wujud pengabdian kecil kami demi pondok dan teman-teman.." (N3-W1)

"tentunya menjadikan kesempatan yang luar biasa.. yang awalnya saya hanya mempunyai pengetahuan yang sedikit mengenai ilmu medis, sekarang saya mendapatkan ilmu baru dan langsung praktek.." (N4-W1)

"tentunya dengan kejadian ini memberi dampak positif juga dan kesempatan yang sangat luar biasa bagi saya.. yang semula hanya mengetahui sedikit sekali ilmu kesehatan. Sekarang saya mendapat ilmu baru, bagaimana, gimana untuk menghadapi orang yang sakit..." (N5-W1)

4.1.5. Strategi coping: berbanding positif terhadap kejadian

Virus COVID-19 diyakini partisipan bisa dihadapi dan meyakini hal baik akan didapat nantinya setelah musibah berakhir, seperti pondok pesantren akan lebih kuat dan lebih maju. Partisipan merasa mendapat energi positif dari para pasien dan partisipan juga selalu memberi dukungan kepada para pasien. Semangat dan energi positif saling tumbuh di antara perawat dan pasien. Partisipan juga belajar dari pengalaman para perawat senior dalam menghadapi tekanan. Kondisi penambahan kasus hingga mencapai ratusan pada kluster pesantren ini, tetap membuat partisipan optimis. Hal ini salah satu faktornya karena para pasien positif adalah orang tanpa gejala (OTG), sehingga mempengaruhi pandangan partisipan lebih positif dibanding melihat pemberitaan di media massa. Pandangan positif melihat wabah COVID-19 di pesantren tidak hanya untuk diri partisipan sendiri, namun partisipan M meyakinkan kepada orang tuanya yang awalnya mengkhawatirkan kondisinya.

"..pikiranku dulu itu ini ujian untuk pondok lebih kuat dan lebih maju nantinya mbak..";
"..positif-positif aja mikirnya. soalnya ini banyak yang bantu dan doakan ya mbak.." (N1-W1)

"melihat kebanyakan yang positif ini OTG, ya gak seseram yang dibayangkan gitu.."; "..saya yang meyakinkan orang tua, bahwa saya baik-baik saja" (N2-W1)

".. awalnya merasa takut.. tapi setelah menghadapi langsung itu tidak semenakutkan seperti isu-isu dan kabar yang diberitakan.. jadi saya positif saja bahwa semuanya akan sembuh.." (N3-W1)

"perasaan awal memang takut dan mencekam... akan tetapi, setelah ikut langsung kami jadi lebih mengerti. Dan kami berbanding positif saja.. hari-hari kami gunakan untuk bersenang-senang dan melupakan apa yang diberikan dimedia.." (N4-W1)

"tentunya merasakan takut.. kemudian saya dan teman-teman kompak menanamkan pada diri kami positif thinking... kalau kami merasa takut nantinya akan berdampak buruk pada diri kami.. jadi istilahnya kami menanamkan sugesti dalam diri kami bahwa semua ini bisa kami lewati dan sembuh semuanya..." (N5-W1)

4.1.6. Strategi coping: mencari dukungan orang lain

Intensitas pekerjaan yang tinggi dan pasien positif yang bertambah banyak, membuat kelelahan pada partisipan. Salah satu yang dilakukan partisipan dengan sejawatnya adalah saling memberi semangat, kekuatan, saling membantu dan menjaga satu dengan lainnya. Dukungan dari orangtua juga memberi kekuatan pada partisipan S. Saat mendapat kesempatan, partisipan juga mengakui berkeluh kesah

pada para perawat senior, sehingga mereka akan mendapatkan motivasi sebagai suatu energi untuk semangat kembali. Pesan melalui *whatsapp* dari teman sekolah juga diakui partisipan M membuat dirinya senang dan merasa diperhatikan.

"saling menjaga satu sama lain, memberi semangat, dari solidaritas nya aja sih mbk.."; "ya S- dan teman-teman saling nguatn mbak.."; "Dari awal sih emang S- udah bilang sama minta doa dari orang tua.." (N1-W1)

"..kita pas kelelahan itu sambat juga ke para perawat ini. Trus..mereka memotivasi kita"; "tiap hari banyak wa masuk buk dari teman sekelas..seneng buk banyak juga yang peduli ke kita.." (N2-W1)

"tentunya kami saling memberi support satu sama lain.. dan bagaimana agar kami selalu siap.. untuk meminta do'a ke orang tua tentunya kami meminta do'a mereka agar kami semua diberikan kesehatan.."(N3-W1)

".. dukungan ituu.. kami saling memberi dukungan dan memberi semangat.. pokonya bagaimana kami pada saat tugas dalam keadaan yang segar bugar..."(N4-W1)

".. selain dukungan dari temen-temen, dukungan dari tenaga medis yang lebih senior.. dan dari para pengurus pondok dan yang lainnya.."(N5-W1)

4.1.7. Strategi coping: melakukan tindakan secara langsung

Media massa simpang siur dalam memberitakan pondok pesantren terkait COVID-19. Kondisi pada minggu-minggu pertama juga belum adanya bantuan yang memadai. Namun, partisipan mengakui fokus pada apa yang bisa dilakukan. Tetap mengikuti protokol dan arahan pemimpin serta fokus pada pendampingan para pasien. Selama mendampingi pasien dengan jumlah tenaga medis yang sedikit, para partisipan harus melakukan pergantian jadwal agar tetap mendapatkan waktu istirahat. Para partisipan berusaha untuk selalu mematuhi protokol kesehatan dan tetap menjaga kesehatan dengan rutin minum vitamin serta olahraga saat para pasien melaksanakan senam pagi.

"...tapi kita harus fokus ke mbak dan kang santri yang sakit..."; "..iyaaa kalau prinsip S- sih di jalani aja gitu mbak.." (N1-W1)

"...jadi istirahat pun harus berbagi, menunggu teman lain untuk gantiin"; "dilakoni ae (dijalankan saja)..- ..minum vitamin bu, trus ya menjalani protokol aja bu. Trus pas mbak-mbak senam ya kita ikut senam pagi juga" (N2-W1)

".. kalau tugas kita fokus tugas.. kalau waktunya istirahat pergantian ya saya fokus istirahat.. kalau gak istirahat nanti malah tidak maksimal dalam bertugas.."(N3-W1)

"..saya harus sigap dan cekatan saya kebagian shift menjemput dan memeriksa.. tentunya saat pergantian shift jaga... saya istirahat semaksimal mungkin...."(N4-W1)

".. dari awal terjadinya wabah ini saya sudah merawat dan membantu temen-temen.. tentunya hal itu membuat saya capek sekali terlebih saat belum adanya bantuan medis.. jadi waktu istirahat saya istirahat, makan dan minum yang bergizi.. dan kami semua ikut senam saat pagi.."(N5-W1)

4.1.8. Strategi coping: keyakinan pada Tuhan

Partisipan meyakini adanya musibah COVID-19 pada klaster di pondok pesantrennya merupakan ujian dari Tuhan. Partisipan meyakini banyak orang yang mendoakan dan percaya akan ada pertolongan Tuhan. Keyakinan pada agama telah tertanam pada para partisipan sebagai seorang santri pondok pesantren. Terlebih ketika arahan untuk selalu memanjatkan do'a berasal dari para pengasuh pondok pesantren, para partisipan ini akan mengutamakan arahan tersebut. Para partisipan mempercayai ketentuan Tuhan dan mengusahakan memperbanyak doa.

"..Soalnya banyak orang yang mendoakan. Ini hanya ujian gitu..."; "Jadi S- dan teman-teman percaya ada pertolongan Allah gitu mbak" (N1-W1)

"kalo saya sih..iya ini sudah bagian dari ketentuan Allah. Ibu (pengasuh) juga mengajak kita memperbanyak doa"; "kalau Allah sudah berkehendak nanti pasti bakalan D*** (menyebutkan nama pondok) lebih kuat lebih sehat" (N2-W1)

"..kami selalu memanjatkan do'a dan membaca amalan yang diberikan oleh pengasuh pondok.."(N3-W1)

"..Saya dan temen-temen mengadakan acara bersama untuk berdo'a meminta kepada Allah untuk diberikan kesembuhan dan kesehatan.. membaca sibuh dhuror dan sholawat tibbon qullub.."(N4-W1)

"... Kalau tidak ketepatan merujuk pasien, saya ikut berdo'a bersama temen-temen yang lain... kalau saat tugas saya menyempatkan berdo'a setelah sholat meminta kesembuhan dan keselamatan.."(N5-W1)

4.2. Pembahasan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengalaman dan strategi *coping* yang dilakukan oleh perawat yang masih berstatus siswa selama menangani secara langsung pasien COVID-19 di klaster pondok pesantren. Partisipan penelitian ini berjumlah lima orang dan berstatus siswa SMA dan SMK Keperawatan kelas 11 dan kelas 12. Temuan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa peserta memiliki empat tema pengalaman (tantangan, ketahanan, tanggung jawab dan kesempatan luar biasa) serta 4 strategi coping yaitu: (1) berpandang positif terhadap kejadian (*positive reappraisal*), (2) mencari dukungan orang lain (*seek support*), (3) melakukan tindakan secara langsung (*problem solving*), dan (4) Keyakinan pada Tuhan (*religious coping*).

Pada minggu-minggu awal penugasan, pengalaman partisipan lebih banyak terkait tantangan. Kondisi yang belum terkoordinasi dengan baik, belum adanya bantuan yang memadai dari pihak pemerintah, dan jumlah relawan yang terhitung sedikit, menjadikan partisipan bekerja lebih keras dan memiliki sedikit waktu istirahat. Hal lain yang menjadi tantangan terkait pemakaian hazmat dalam waktu lama membuat rasa tidak nyaman. Hal ini sejalan dengan penelitian Liu dkk. (2020), yang menemukan bahwa penyedia layanan kesehatan ditantang dengan bekerja dalam konteks yang baru, beban kerja yang berat, kelelahan dan terkait peralatan perlindungan. Ketidaknyamanan terkait alat pelindung diri dirasakan oleh para perawat (Huang dkk., 2020), namun hasil dalam penelitian berbeda dalam menanggapi kekhawatiran akan terinfeksi virus selama kontak dengan pasien. Para partisipan memiliki kekhawatiran rendah terkait terinfeksi, kemungkinan karena sebagian besar pasien yang dihadapi merupakan pasien dengan OTG (Orang Tanpa Gejala).

Pengalaman berikutnya terkait ketahanan dan tanggung jawab. Partisipan yang masih berstatus pelajar SMA telah memiliki rasa tanggung jawab dan ketahanan seperti pada para profesi perawat lainnya. Ketahanan diri dilakukan bersamaan dengan banyaknya pekerjaan yang harus ditangani. Partisipan terlihat berusaha meningkatkan imun dengan konsumsi vitamin, makan bergizi dan melaksanakan protokol kesehatan. Mereka mendedikasikan keterlibatannya sebagai tugas mulia, pengabdian kepada pesantren dan besarnya rasa tanggung jawab yang mereka miliki sebagai calon perawat. Pada penemuan sebelumnya, disebutkan bahwa perawat secara sukarela dan mencoba yang terbaik untuk memberikan perawatan bagi pasien (Liu dkk., 2020). Mereka merasa bertanggung jawab untuk melaksanakan tugas sebagai pelayan kesehatan untuk kesejahteraan pasien. Sejalan dengan penelitian Munawar & Choudhry (2020) partisipan bersedia menjalankan tugas sebagai keyakinan bahwa peran mereka dibutuhkan meskipun dalam situasi yang tidak aman. Ketahanan mendorong para perawat untuk terus bekerja (Munawar & Choudhry, 2020).

Hal menarik yang ditemukan dalam penelitian ini yaitu terkait pengalaman yang dirasakan sebagai pengalaman yang luar biasa. Partisipan merasakan pengalaman luar biasa menjadi bagian dari garda terdepan penanganan COVID-19. Kemungkinan temuan ini menjadi hal baru dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya terkait pengalaman perawat. Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya bahwa perawat mengalami stres cukup besar, terutama terkait keinginan bertemu dengan keluarga (Zhang dkk., 2020). Pada hasil penelitian ini tidak ditemukan tekanan yang berarti terkait keinginan bertemu keluarga dikarenakan para partisipan yang merupakan santri telah terbiasa terpisah dengan keluarga dalam rentang waktu yang lama. Pada temuan penelitian ini juga berbeda dengan hasil penelitian sebelumnya terkait gejala depresi, kecemasan, insomnia (Lai dkk., 2020), serta penurunan kinerja (Halcomb dkk., 2020). Para partisipan menunjukkan kemampuan terbaiknya sebagai kesempatan mengabdikan diri pada pondok pesantren dan kesempatan langka sebagai garda terdepan melawan COVID-19.

Strategi *coping* juga menjadi temuan yang menarik. Partisipan mempraktikkan berbagai strategi *coping* untuk menghadapi tekanan yang muncul dari kondisi COVID-19 ini. Meskipun partisipan masih berstatus sebagai siswa, usia remaja dan pengalaman yang masih sedikit, namun partisipan mampu berpandangan positif terhadap kejadian. Berbeda dengan penemuan Kackin dkk. (2020) yang menemukan penolakan dan penghindaran pada tahap awal *coping*, dalam penelitian ini partisipan mampu berpandangan positif dan segera melakukan tindakan langsung. Pasien dengan status orang tanpa gejala (OTG), juga mempengaruhi pandangan partisipan untuk lebih positif, berkebalikan dengan penemuan Kackin dkk. (2020) ketika para perawat stres karena banyak menyaksikan penyakit dan kematian. Kemampuan berpandangan positif pada para partisipan ini, salah satu faktornya karena para santri sangat mematuhi nasihat dari para pengasuh pondok pesantren untuk selalu berpikir positif.

Dukungan secara sosial dari sesama teman, perawat senior maupun keluarga memberikan dampak emosi positif bagi para partisipan. Sejalan dengan penelitian sebelumnya, bahwa saling peduli dan membantu sama lain membuat kohesivitas lebih kuat dan membantu dalam perawatan diri para perawat (Sun dkk., 2020). Selanjutnya, tanggungjawab yang telah menjadi bagian diri partisipan mendorong untuk bertindak secara langsung menangani pasien, selaras dengan penemuan Liu, dkk. (2020).

Keyakinan pada Tuhan menjadi kekhasan pada partisipan yang merupakan santri. Temuan ini selaras dengan literatur sebelumnya bahwa kondisi para perawat menangani pasien corona berkaitan dengan peningkatan kepercayaan pada Tuhan (Savitsky dkk., 2020). Praktik berbasis agama dan fokus pada iman kepada Tuhan menjadi kekhasan pada para santri. Percaya bahwa wabah merupakan ujian dari Tuhan memberikan kekuatan dalam mengelola emosi, sejalan dengan penelitian Munawar & Choudhry (2020).

5. Kesimpulan

Partisipan yang merawat pasien COVID-19 di kluster pondok pesantren memiliki pengalaman yang berbeda. Kelelahan memang menjadi tantangan yang umum, namun tantangan berupa emosi negatif tidak ditemui dalam penelitian ini. Hal menarik, para partisipan berpandangan bahwa menjadi bagian dari penanganan COVID-19 merupakan pengalaman luar biasa. Strategi *coping* mampu diterapkan meskipun partisipan masih berstatus sebagai siswa, usia remaja dan pengalaman yang masih rendah. Saran untuk penelitian ke depan, menggunakan ukuran sampel yang lebih banyak dan menggali pengalaman subjek penelitian dalam jangka waktu yang lebih panjang. Variasi jenis kelamin juga perlu

dilakukan di penelitian selanjutnya untuk dapat memberikan temuan yang lebih menyeluruh. Penelitian selanjutnya juga diharapkan melakukan triangulasi dengan menguji setiap sumber informasi dan menemukan bukti-bukti lain yang menguatkan tema temuan penelitian, sehingga kepercayaan akan hasil penelitian menjadi lebih akurat.

Saran secara umum, selama COVID-19 hendaknya pihak terkait lebih memperhatikan dukungan psikologis kepada para tenaga medis. Pelatihan terkait strategi coping dapat dilakukan sebelum perawat ditugaskan di lapangan serta selalu dimonitoring terkait keterampilan coping mereka. Perlindungan secara fisik terkait Alat Pelindung Diri (APD) hendaknya diatur secara memadai. Masyarakat secara umum dihibau untuk lebih meningkatkan kepatuhan menjalankan protokol kesehatan, agar wabah COVID-19 segera berakhir.

Rujukan

- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory. In *The Handbook of Stress and Health* (pp. 349–364). John Wiley & Sons, Ltd. doi: 10.1002/9781118993811.ch21
- CNN Indonesia. (2020, September 3). Pesantren Banyuwangi Jadi Klaster, 6.000 Santri Dikarantina. *CNN Indonesia*. Diunduh dari <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200903212828-20-542633/pesantren-banyuwangi-jadi-klaster-6000-santri-dikarantina> tanggal 17 September 2020.
- Creswell, J. W. (2012). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (Third edition). SAGE Publications, Inc.
- Halcomb, E., McInnes, S., Williams, A., Ashley, C., James, S., Fernandez, R., Stephen, C., & Calma, K. (2020). The Experiences of Primary Healthcare Nurses During the COVID-19 Pandemic in Australia. *Journal of Nursing Scholarship*, 52(5), 553–563. doi: 10.1111/jnu.12589
- Handayani, D., Rendra, D., Burhan, E., & Heidi, A. (2020). *Corona Virus Disease 2019*. 40(2), 119–129.
- Huang, Lishan, Lin, G., Tang, L., Yu, L., & Zhou, Z. (2020). Special attention to nurses' protection during the COVID-19 epidemic. *Critical Care*, 24(1), 120, s13054-020-2841–2847. doi: 10.1186/s13054-020-2841-7
- Huang, Long, Lei, W., Xu, F., Liu, H., & Yu, L. (2020). Emotional responses and coping strategies in nurses and nursing students during Covid-19 outbreak: A comparative study. *PLOS ONE*, 15(8), e0237303. doi: 10.1371/journal.pone.0237303
- Jawa Pos. (2020, Agustus). Melonjak 346 Kasus, Pasien Covid-19 Jadi 687 Orang di Banyuwangi. *Jawa Pos*. Diunduh dari <https://www.jawapos.com/jpg-today/30/08/2020/melonjak-346-kasus-pasien-covid-19-jadi-687-orang-di-banyuwangi/> tanggal 19 September 2020.
- Kackin, O., Ciydem, E., Aci, O. S., & Kutlu, F. Y. (2020). Experiences and psychosocial problems of nurses caring for patients diagnosed with COVID-19 in Turkey: A qualitative study. *International Journal of Social Psychiatry*, 002076402094278. doi: 10.1177/0020764020942788
- Kemkes. (2020, Oktober). *COVID-19 dalam Angka*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diunduh dari <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-info-terkini.html> tanggal 18 Oktober 2020.
- 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. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2020.3976
- Liu, Q., Luo, D., Haase, J. E., Guo, Q., Wang, X. Q., Liu, S., Xia, L., Liu, Z., Yang, J., & Yang, B. X. (2020). The experiences of health-care providers during the COVID-19 crisis in China: A qualitative study. *The Lancet Global Health*, 8(6), e790–e798. doi: 10.1016/S2214-109X(20)30204-7

- Munawar, K., & Choudhry, F. R. (2020). Exploring stress coping strategies of frontline emergency health workers dealing Covid-19 in Pakistan: A qualitative inquiry. *American Journal of Infection Control*, S0196655320306386. doi: 10.1016/j.ajic.2020.06.214
- Savitsky, B., Findling, Y., Erel, A., & Hendel, T. (2020). Anxiety and coping strategies among nursing students during the covid-19 pandemic. *Nurse Education in Practice*, 46, 102809. doi: 10.1016/j.nepr.2020.102809
- Sun, N., Wei, L., Shi, S., Jiao, D., Song, R., Ma, L., Wang, H., Wang, C., Wang, Z., You, Y., Liu, S., & Wang, H. (2020). A qualitative study on the psychological experience of caregivers of COVID-19 patients. *American Journal of Infection Control*, 48(6), 592–598. doi: 10.1016/j.ajic.2020.03.018
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Chen, L. K., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, C. O. M., & Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45. doi: 10.7454/jpdi.v7i1.415
- Yin, R. K. (2003). *Case Study Research Design and methods* (Third edition). SAGE Publications, Inc.
- Zhang, Y., Wang, C., Pan, W., Zheng, J., Gao, J., Huang, X., Cai, S., Zhai, Y., Latour, J. M., & Zhu, C. (2020). Stress, Burnout, and Coping Strategies of Frontline Nurses During the COVID-19 Epidemic in Wuhan and Shanghai, China. *Frontiers in Psychiatry*, 11. doi: 10.3389/fpsy.2020.565520
- Zhu, N., Zhang, D., Wang, W., Li, X., Yang, B., Song, J., Zhao, X., Huang, B., Shi, W., Lu, R., Niu, P., Zhan, F., Ma, X., Wang, D., Xu, W., Wu, G., Gao, G. F., & Tan, W. (2020). A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China, 2019. *New England Journal of Medicine*, 382(8), 727–733. doi: 10.1056/NEJMoa2001017