

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, dapat diambil beberapa kesimpulan mengenai *distress* psikologis dan mekanisme koping yang dialami perawat yang bekerja di ruang perawatan COVID-19. Proses Adaptasi Roy di praktikan sebagai upaya dalam menyelesaikan *distress* psikologis yang dialami perawat. *Distress* psikologis yang didapat dalam penelitian ini merupakan tahap input pada teori Adaptasi Roy, yang terdiri dari dua tema. Sedangkan mekanisme koping perawat pada penelitian ini, terdapat empat tema dan termasuk dalam tahapan proses dan *output* dari teori Adaptasi Roy, yaitu :

1. Tahap *input* merupakan proses stimulus dirasakan oleh individu. *Stressor* yang menyebabkan *distress* psikologis dalam penelitian ini adalah oleh bioprosedural tindakan, kondisi dan jumlah pasien, tuntutan pekerjaan, respon negatif dari lingkungan, kekhawatiran kontaminasi virus, perubahan kondisi psikologis dan ketidakpastian kondisi pandemi. Selain itu, jenis *distress* psikologis yang dirasakan partisipan adalah stress akut, kecemasan, kekhawatiran, kesedihan dan *burnout*. Pada awal pandemi, partisipan lebih merasakan stress akut, kecemasan, dan kekhawatiran, namun setelah satu tahun pandemi

dihadapi, kesedihan karena merasa melihat kondisi pandemi yang tidak pasti kapan akan berakhir, justru lebih dirasakan. *Burnout* juga diungkapkan oleh partisipan karena menghadapi rasio pasien dan perawat yang tidak sesuai serta diikuti dengan banyaknya procedural yang harus dilakukan.

2. Tahap kedua dalam proses Adaptasi Roy adalah tahap proses, pada tahap ini individu melakukan berbagai upaya dalam menyelesaikan masalah yang dialami. Respon fisik yang muncul adalah gejala *distress* psikologis, seperti perubahan intake nutrisi, gangguan tidur, kekelahan fisik dan gangguan neurologis. Sedangkan upaya dalam menjaga kesehatan mental dilakukan oleh keseluruhan partisipan dengan menggunakan strategi koping dan sumber koping yang mendukung partisipan dalam menyelesaikan masalah. Partisipan melakukan prosedur pencegahan kontaminasi, strategi pengelolaan stres, dukungan sosial dan keyakinan spiritual
3. Tahap terakhir dalam proses Adaptasi Roy adalah tahap *output*, pada tahap ini individu berespon secara adaptif terhadap *distress* psikologis yang dialami. Respon koping yang muncul adalah respon koping adaptif yang dilakukan oleh seluruh partisipan. Partisipan mengatasi masalah yang dihadapi dan menerima kondisi yang terjadi saat ini. Harapan perawat terkait kondisi pandemi saat ini adalah partisipan berharap pandemi cepat berlalu, masyarakat mematuhi protocol kesehatan, dan instansi pelayanan kesehatan melakukan strategi

manajemen pelayanan kejadian bencana khususnya sebagai upaya pemeliharaan kesehatan mental

6.2 Saran

1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, dapat melakukan penelitian terkait sumber koping mana yang paling berpengaruh pada proses Adaptasi Roy pada perawat yang bekerja di ruang perawatan dengan tekanan psikologis yang tinggi seperti pada perawatan kedaruratan atau pada tim penanganan bencana.

2. Bagi Perawat

Bagi perawat yang bekerja di ruang perawatan COVID-19, peneliti menyarankan agar dapat mengidentifikasi *distress* psikologis yang dirasakan, mencari jalan keluar sebagai upaya mempertahankan kesehatan mental.

3. Bagi Rumah Sakit

Bagi instansi Rumah Sakit, perlu adanya sosialisasi mengenai program *Consultant-Liaison Psychiatric Nursing* (CLPN) dan Rumah Sakit juga disarankan untuk dapat melakukan *screening* masalah psikologis pada tenaga kesehatan secara berkala sebagai upaya dalam pendampingan masalah psikologis pada klien dan tenaga kesehatan di area kerja kedaruratan bencana / di rumah sakit.

4. Bagi Intansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan masukan di bidang ilmu keperawatan khususnya pada kedaruratan bencana dalam membentuk lulusan perawat yang mampu melakukan mekanisme coping yang baik untuk mengurangi kejadian *distress* psikologis dalam menghadapi situasi darurat.

