

EDUKASI PENTINGNYA KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS MELALUI WEBINAR PADA PERAWAT INTENSIVE CARE (ICU) UNIT DI KALIMANTAN SELATAN

Yulia Hairina¹, Nurul Hartini², Nursalam³

¹⁻³Universitas Airlangga

Email: yulia.hairina-2022@psikologi.unair.ac.id

ABSTRAK

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting yang sering kali terabaikan dalam dunia kesehatan, terutama bagi para perawat yang bekerja di unit perawatan intensif (ICU). Perawat ICU adalah garda terdepan dalam penanganan pasien dengan kondisi kritis yang menuntut perhatian penuh, ketelitian, dan ketangguhan mental. Program edukasi mengenai kesejahteraan psikologis diinisiasi untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan dalam mengelola stres kepada perawat ICU di Kalimantan Selatan. Kegiatan ini dilakukan melalui webinar dengan melibatkan Himpunan Perawat Critical Care (HIPERCCI) wilayah Kalimantan Selatan dalam proses perencanaan dan pelaksanaannya. Webinar ini diikuti oleh 40 perawat ICU dari berbagai rumah sakit di Kalimantan Selatan. Materi yang disampaikan meliputi faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kinerja perawat ICU dan strategi meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta merasa materi yang disampaikan sangat relevan dan bermanfaat. Diharapkan melalui kegiatan ini, perawat ICU dapat memperoleh dukungan yang diperlukan untuk menjaga kesejahteraan psikologis mereka, sehingga dapat terus memberikan perawatan terbaik bagi pasien. Dengan demikian, program edukasi ini berkontribusi positif dalam meningkatkan kualitas hidup perawat ICU dan secara tidak langsung meningkatkan kualitas layanan kesehatan di Kalimantan Selatan.

Kata Kunci: Edukasi, Perawat ICU, Kesejahteraan Psikologis, Webinar

ABSTRACT

Psychological well-being is a crucial aspect that is often overlooked in the healthcare sector, particularly for nurses working in intensive care units (ICU). ICU nurses are at the forefront of handling patients in critical conditions, which requires full attention, precision, and mental resilience. An educational programme on psychological well-being was initiated to provide knowledge and skills in stress management to ICU nurses in South Kalimantan. The programme was conducted through a webinar, with the Critical Care Nurses Association (HIPERCCI) involved in the planning and implementation process. The webinar was attended by 40 ICU nurses from various hospitals in South Kalimantan. The materials presented covered psychological factors affecting ICU nurses' performance and strategies to enhance their psychological well-being. Evaluation results demonstrated that participants found the materials highly relevant and beneficial. It is anticipated that the implementation of this programme will facilitate the provision of adequate support to ICU nurses, thereby enabling them to maintain their psychological well-being and continue to deliver optimal care to their patients. Consequently, this educational initiative is expected to have a positive impact on the quality of life of ICU nurses and, in turn, on the quality of healthcare services in South Kalimantan.

Keywords: *Education, ICU Nurses, Psychological well-being, Webinar*

LATAR BELAKANG

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting yang sering kali terabaikan dalam dunia kesehatan, terutama bagi para perawat yang bekerja di unit perawatan intensif (ICU). Perawat ICU adalah garda terdepan dalam penanganan pasien dengan kondisi kritis, yang menuntut perhatian penuh, ketelitian, dan ketangguhan mental [1]–[3]. Beban kerja yang tinggi, tekanan emosional, serta tuntutan untuk selalu sigap dan tepat dalam setiap tindakan medis sering kali menempatkan perawat ICU dalam situasi stres yang berkepanjangan [4], [5].

Stres yang dialami oleh perawat ICU tidak hanya berdampak pada kesehatan mental mereka, tetapi juga dapat mempengaruhi kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres yang tinggi pada perawat dapat mengurangi efektivitas kerja, meningkatkan risiko kesalahan medis [6], serta menurunkan kepuasan pasien terhadap pelayanan yang diterima [7], [8]. Oleh karena itu, kesejahteraan psikologis perawat ICU harus menjadi prioritas dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan.

Kesejahteraan psikologis mencakup berbagai aspek, seperti keseimbangan emosional, kepuasan kerja, serta kemampuan untuk mengelola stres pada perawat ICU [9]. Namun, kenyataannya banyak perawat yang tidak memiliki akses atau kesempatan untuk mendapatkan edukasi dan dukungan yang memadai dalam hal ini. Kurangnya pemahaman mengenai pentingnya kesehatan mental, serta stigma yang masih melekat terhadap isu-isu psikologis, sering kali membuat perawat menolak untuk mencari bantuan atau mengakui adanya masalah. Penelitian menunjukkan bahwa intervensi yang tepat dapat membantu perawat dalam mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka [10].

Edukasi mengenai kesejahteraan psikologis bagi perawat ICU dapat menjadi solusi yang efektif untuk mengatasi permasalahan ini. Program edukasi ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan perawat mengenai kesehatan mental, tetapi juga memberikan mereka keterampilan praktis dalam mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional. Dengan demikian, perawat dapat bekerja dengan lebih efektif, merasa lebih puas dengan pekerjaan mereka, dan mampu memberikan pelayanan yang lebih baik kepada pasien.

Dalam konteks ini, kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi tentang pentingnya kesejahteraan psikologis pada perawat ICU di Kalimantan Selatan diinisiasi. Edukasi mengenai kesejahteraan psikologis bagi perawat ICU dapat menjadi solusi yang efektif untuk mengatasi permasalahan ini. Program edukasi ini tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan perawat mengenai kesehatan mental, tetapi juga memberikan mereka keterampilan praktis dalam mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional. Dengan demikian, perawat dapat bekerja dengan lebih efektif, merasa lebih puas dengan pekerjaan mereka, dan mampu memberikan pelayanan yang lebih baik kepada pasien.

Webinar ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada perawat ICU dalam mengelola stres dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka. Diharapkan melalui

kegiatan ini, perawat ICU dapat memperoleh dukungan yang diperlukan untuk menjaga kesejahteraan mereka, sehingga dapat terus memberikan perawatan terbaik bagi pasien mereka. Adanya webinar ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi positif dalam meningkatkan kualitas hidup perawat ICU dan secara tidak langsung, meningkatkan kualitas layanan kesehatan di Kalimantan Selatan.

METODE

Program edukasi ini menggunakan metode *Community-Based Research* (CBR), di mana Himpunan Perawat Critical Care (HIPERCCI) terlibat secara aktif dalam proses perencanaan dan pelaksanaannya. Pendekatan ini dipilih untuk memastikan relevansi dan efektivitas program sesuai dengan kebutuhan dan kondisi nyata perawat ICU.

Untuk mencapai tujuan yang diharapkan, strategi pelaksanaan program edukasi ini melibatkan beberapa langkah utama:

1. Identifikasi Kebutuhan: Mengidentifikasi kebutuhan kesejahteraan psikologis perawat ICU melalui diskusi awal dengan Himpunan Perawat Critical Care (HIPERCCI) Kalimantan Selatan.
2. Perencanaan Program: Menyusun materi edukasi dan jadwal pelaksanaan berdasarkan kebutuhan yang telah diidentifikasi, dengan melibatkan perwakilan HIPERCCI dalam perencanaan untuk memastikan relevansi.
3. Pelaksanaan Edukasi: Menyampaikan materi edukasi melalui Zoom meeting dalam satu sesi intensif sesuai dengan rundown kegiatan. Setiap sesi mencakup presentasi, diskusi interaktif, dan latihan praktis.
4. Evaluasi dan Tindak Lanjut: Melakukan evaluasi melalui survei *online* setelah setiap sesi dan menyediakan dukungan tindak lanjut berdasarkan umpan balik dari peserta.

Kegiatan ini didukung penuh oleh HIPERCCI Kalimantan Selatan. Peserta webinar adalah 40 perawat ICU yang bekerja di berbagai rumah sakit di Kalimantan Selatan. Partisipasi dalam program ini bersifat sukarela dan didukung oleh HIPERCCI Kalimantan Selatan. Sedangkan untuk narasumber adalah akademisi dan profesional dalam bidang keperawatan dan psikologi klinis.

Tempat pelaksanaan kegiatan dilakukan secara daring menggunakan platform Zoom, sehingga peserta dapat mengikuti dari tempat kerja atau rumah masing-masing. Untuk waktu pelaksanaannya di laksanakan dalam waktu 2,5 jam.

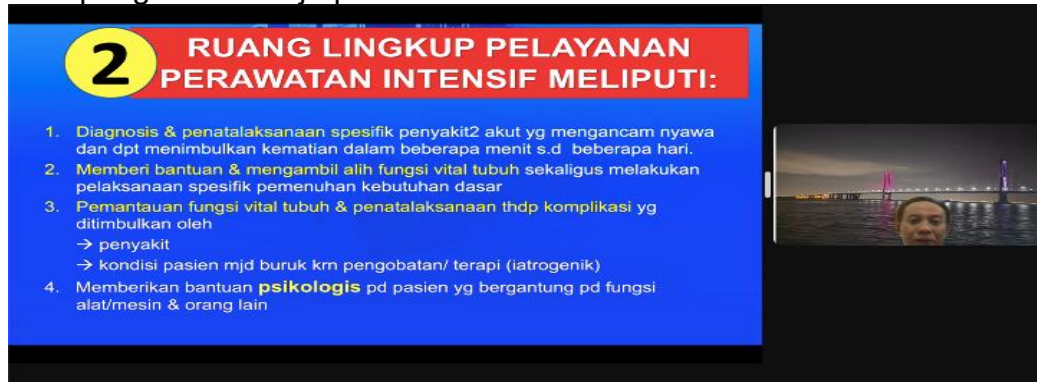
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan webinar dilakukan melalui zoom meeting pada hari Kamis, 27 Juni 2024, dimulai pada pukul 10.00-13.00 WIB. Kegiatan dibuka oleh moderator. Terdapat 2 materi dalam kegiatan ini, yaitu 1) Faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi performa perawat area critical care, 2) Strategi meningkatkan kesejahteraan psikologis pada perawat ICU.

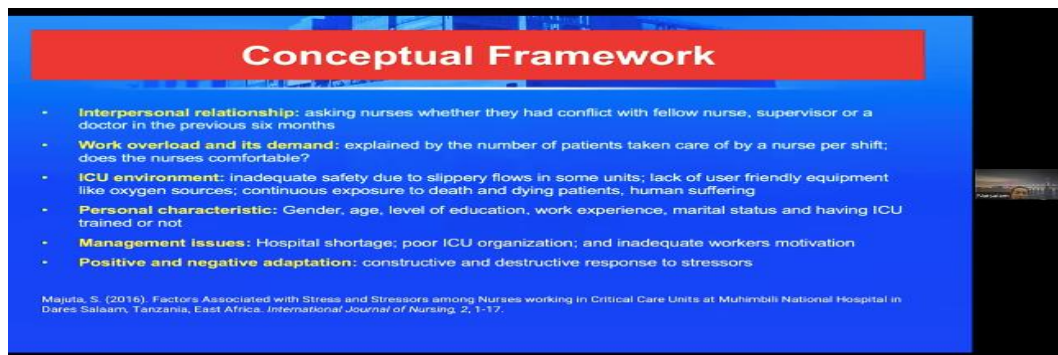
Jumlah peserta dalam room zoom sangat bervariasi sepanjang pelaksanaan kegiatan, tercatat jumlah maksimal peserta yaitu 40 peserta.

Peserta yang hadir berasal dari wilayah Kalimantan Selatan dari Kota Banjarmasin, Kota Banjarbaru, Kabupaten Banjar, Kabupaten Tanah Laut, Kabupaten Hulu Sungai Utara, dan Hulu Sungai Tengah.

Materi 1 di bawakan oleh Prof. Dr. Nursalam, M.Nurs (Horns) membahas tentang ruang lingkup perawatan intensif secara umum dan kemudian secara khusus tentang faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi kinerja perawat ICU.



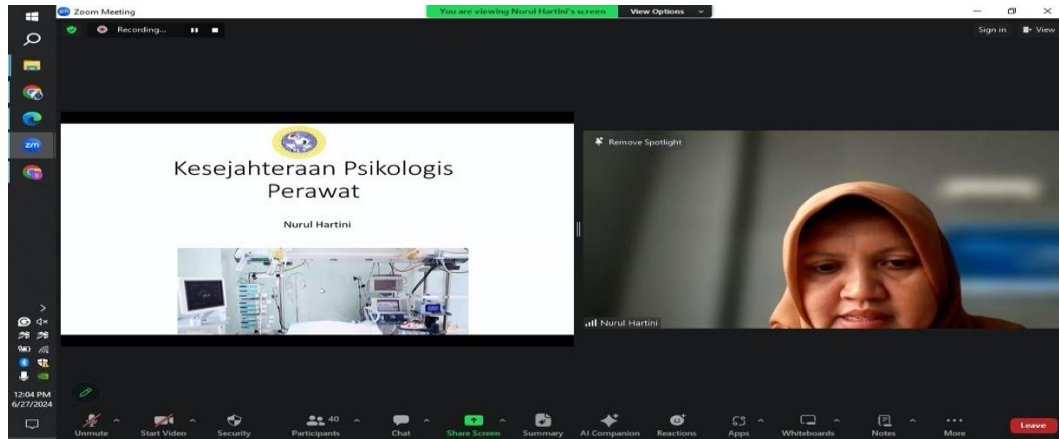
Gambar 1
Sesi Materi 1 Tentang Ruang Lingkup Perawatan Intensif



Gambar 2
Materi Faktor-Faktor Psikologis Yang Mempengaruhi Kinerja Perawat ICU

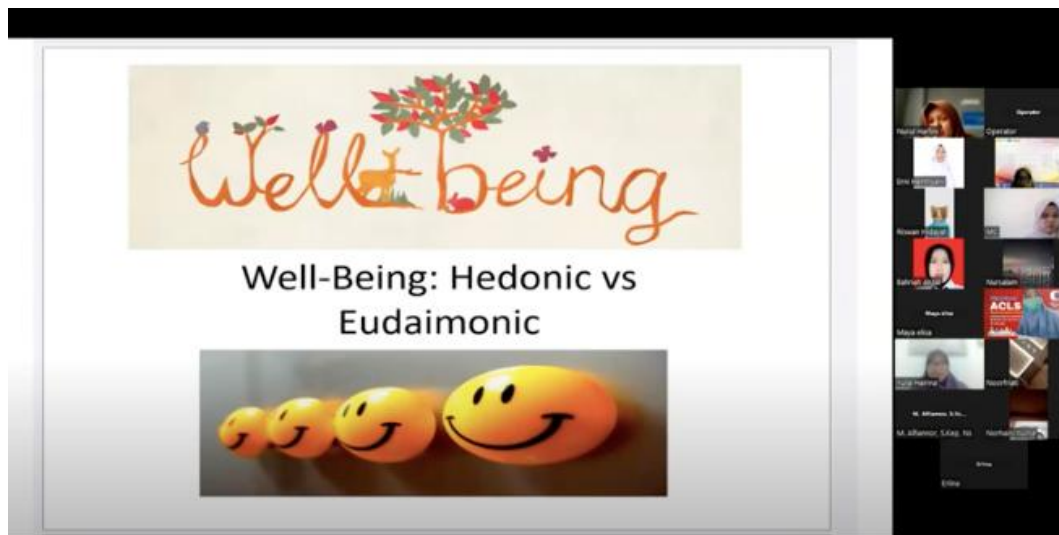
Materi 1 mengenai faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi performa perawat ICU membahas berbagai aspek psikologis yang mempengaruhi kinerja perawat ICU, termasuk hubungan interpersonal, beban kerja, lingkungan ICU, karakteristik pribadi, masalah manajemen, dan adaptasi positif serta negatif.

Materi 2 di bawakan oleh Prof. Dr. Nurul Hartini, M.Kes, Psikolog membahas tentang definisi dari kesejahteraan psikologis secara umum dan pentingnya ini dimiliki oleh perawat ICU.

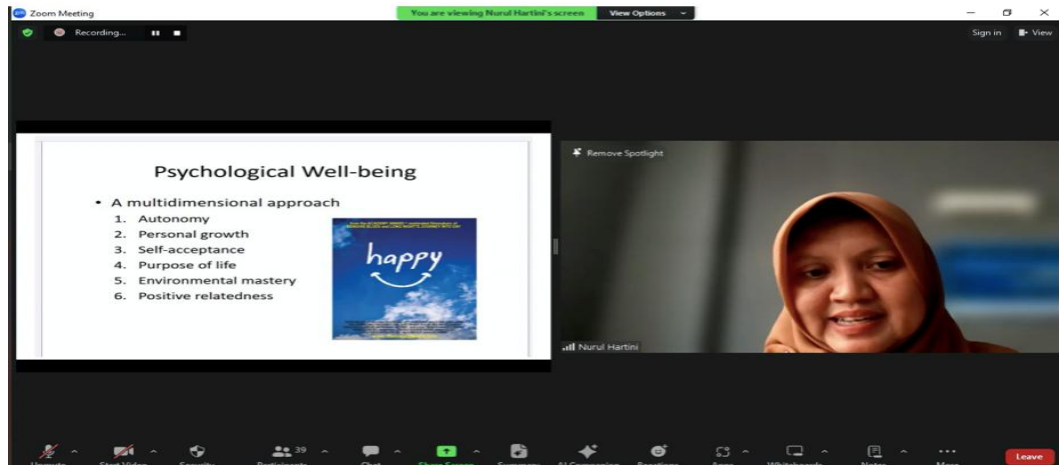


Gambar 3
Sesi Materi 2 Tentang Kesejahteraan Psikologis Pada Perawat

Materi sesi 2 membahas dua konsep kesejahteraan hedonik (*hedonic Well-Being*) dan kesejahteraan eudaimonik (*eudaimonic Well-Being*). Untuk perawat ICU, penting untuk mempertimbangkan kedua aspek ini karena: Kesejahteraan hedonik fokus pada kebahagiaan dan kenyamanan sehari-hari serta mengurangi stres dan kelelahan dengan mencari momen-momen kebahagiaan dan menghindari rasa sakit. Sedangkan untuk kesejahteraan eudaimonik fokus pada pencapaian makna serta tujuan dalam pekerjaan selain itu kesejahteraan ini juga dapat meningkatkan kepuasan kerja melalui pengembangan diri dan kontribusi yang bermakna dalam penyembuhan pasien. Dalam konteks perawat ICU, kesejahteraan psikologis yang optimal mungkin melibatkan keseimbangan antara kesejahteraan hedonik dan eudaimonik. Perawat ICU perlu menemukan kebahagiaan dalam pekerjaan sehari-hari serta merasa bahwa pekerjaan mereka memiliki makna dan berkontribusi pada sesuatu yang lebih besar.



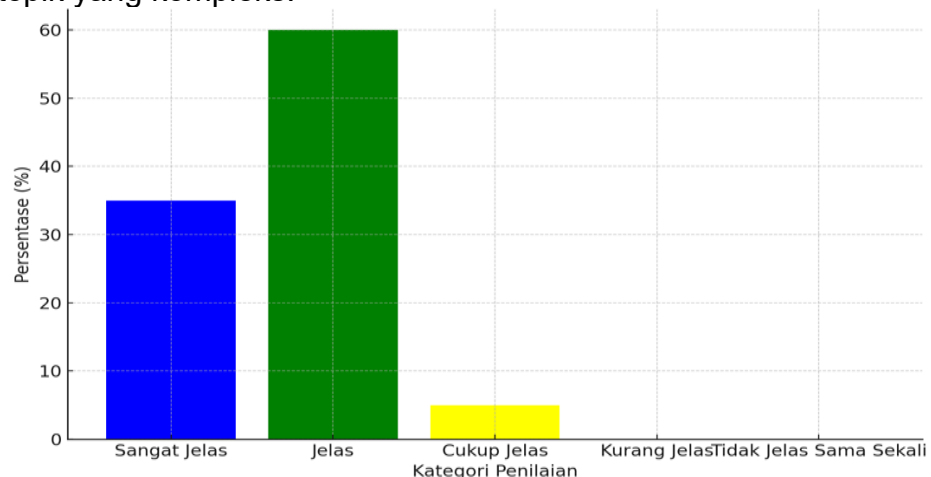
Gambar 4
Materi Tentang Hedonis Vs Eudaimonic Well-Being



Gambar 5
Materi Tentang Aspek-Aspek Dalam Kesejahteraan Psikologis

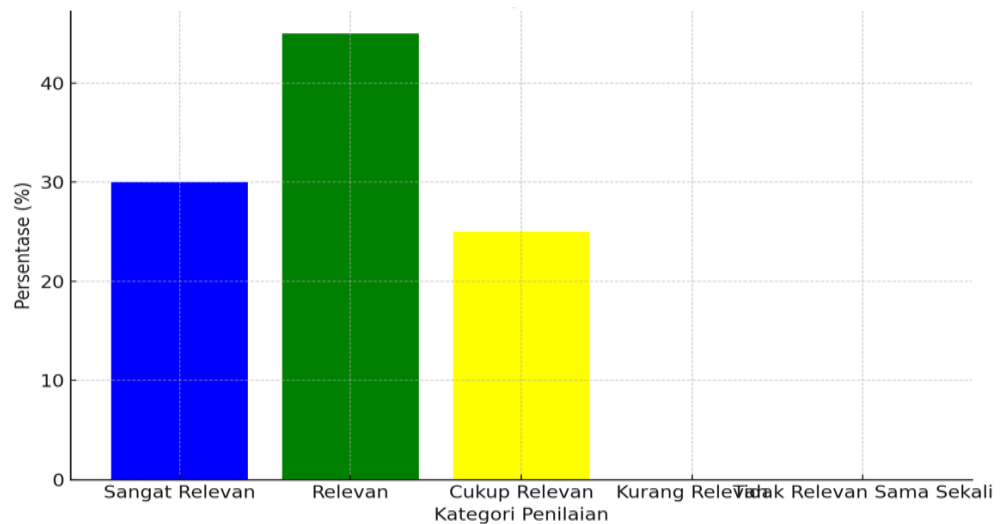
Tahap evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengukur kepuasan peserta terhadap materi dan pelaksanaan webinar, serta untuk mendapatkan umpan balik yang berguna untuk perbaikan di masa mendatang. Kepuasan peserta diukur menggunakan kuesioner yang dibagikan setelah webinar. Kuesioner ini mencakup beberapa aspek, antara lain:

1. Kejelasan materi yang disampaikan: Peserta menilai materi yang disampaikan oleh narasumber sangat jelas dan mudah dipahami. Presentasi visual dalam bentuk slide membantu peserta memahami topik yang kompleks.



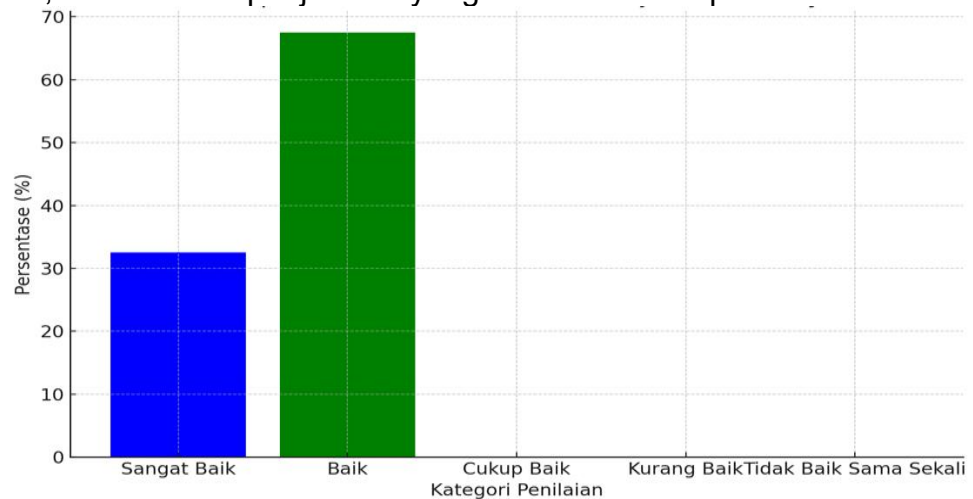
Gambar 6
Diagram Penilaian Peserta tentang Kejelasan Materi

2. Relevansi materi dengan kebutuhan peserta: Peserta merasa bahwa materi yang disampaikan sangat relevan dengan kebutuhan mereka sebagai perawat di area critical care. Informasi mengenai faktor-faktor psikologis yang mempengaruhi performa dan strategi meningkatkan kesejahteraan psikologis sangat bermanfaat.



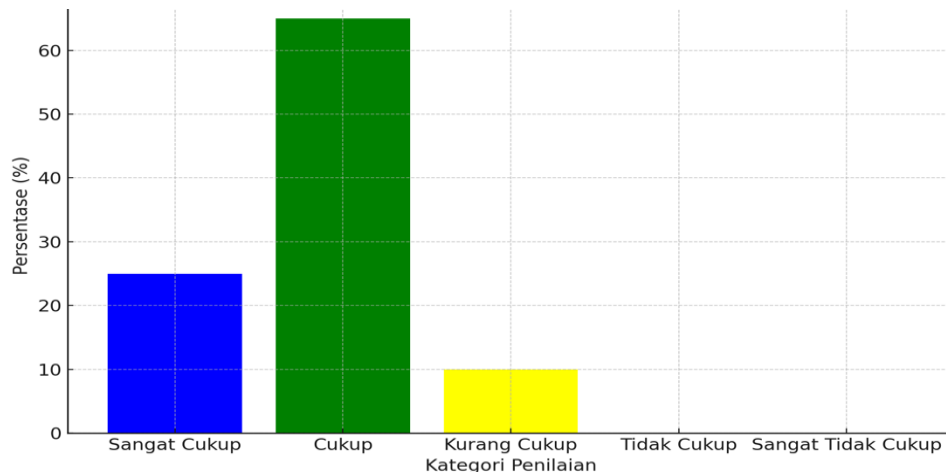
Gambar 7
Diagram Penilaian Peserta tentang Relevansi Materi

3. Kemampuan narasumber dalam menjawab pertanyaan: Narasumber dinilai sangat kompeten dan mampu menjawab pertanyaan dengan baik, memberikan penjelasan yang mendalam dan praktis.



Gambar 8
Diagram Penilaian Peserta tentang Kemampuan Narasumber Menjawab Pertanyaan

4. Waktu yang disediakan untuk tanya jawab: meskipun waktu yang disediakan untuk sesi tanya jawab dianggap cukup, beberapa peserta menyarankan agar sesi ini diperpanjang untuk memungkinkan diskusi yang lebih mendalam.



Gambar 9

Diagram Penilaian Peserta tentang Waktu dalam Tanya Jawab

5. Penilaian secara umum terhadap pelaksanaan webinar: Keseluruhan acara webinar dinilai sangat baik oleh peserta, dengan penyelenggaraan yang berjalan lancar.



Gambar 10

Diagram Penilaian secara Umum terhadap Pelaksanaan Webinar

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kesejahteraan psikologis merupakan aspek krusial yang harus diperhatikan bagi perawat ICU, karena stres yang berkepanjangan dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan kualitas pelayanan mereka. Program edukasi yang dilakukan melalui webinar ini harapannya dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan perawat ICU dalam mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional sehingga pada gilirannya dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Evaluasi dari program webinar ini menunjukkan bahwa peserta merasa puas dengan materi yang disampaikan, relevansi topik dengan kebutuhan mereka, dan kompetensi narasumber dalam menjawab pertanyaan.

Saran

Berdasarkan umpan balik peserta, ada beberapa saran yang diberikan antara lain yaitu duntuk memperpanjang waktu yang disediakan untuk sesi tanya jawab agar diskusi bisa lebih mendalam dan partisipatif. Selain itu juga perlu mengadakan program edukasi lanjutan secara berkala untuk memastikan bahwa perawat ICU terus mendapatkan dukungan dan pembaruan pengetahuan terkait kesejahteraan psikologis. Untuk selanjutnya melakukan penelitian lebih lanjut untuk mengukur dampak jangka panjang dari program edukasi ini terhadap kesejahteraan psikologis dan kinerja perawat ICU.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, terutama kepada Himpunan Perawat Critical Care Indonesia (HIPERCCI) Kalimantan Selatan atas kerjasama dan dukungannya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] J. Bayuo and P. Agbenorku. (2018). Coping strategies among nurses in the Burn Intensive Care Unit: A qualitative study. *Burn. Open*, vol. 2, no. 1.
- [2] M. W. Darawad, H. Nawafleh, M. Maharmeh, A. M. Hamdan-Mansour, and S. N. Azzeghaiby. (2015). The Relationship between Time Pressure and Burnout Syndrome: A Cross-Sectional Survey among Jordanian Nurses. *Health (Irvine. Calif.)*, vol. 07, no. 01.
- [3] A. Karaman and N. Akyolcu. (2019). Role of intensive care nurses on guiding patients families/relatives to organ donation. *Pakistan J. Med. Sci.*, vol. 35, no. 4.
- [4] M. Karanikola, M. Giannakopoulou, M. Mpouzika, C. P. Kaite, G. Z. Tsiaousis, and E. D. E. Papathanassoglou. (2015). Dysfunctional psychological responses among Intensive Care Unit nurses: a systematic review of the literature. *Rev. da Esc. Enferm. da USP*, vol. 49, no. 5, pp. 847–857.
- [5] N. S. C. de Aragão *et al.* (2021). Burnout Syndrome and Associated Factors in Intensive Care Unit Nurses. *Rev. Bras. Enferm.*, vol. 74, no. 3.
- [6] K. Khanade and F. Sasangohar. (2017). Stress and Fatigue in ICU Nursing. *Proc. Int. Symp. Hum. Factors Ergon. Heal. Care*, vol. 6, no. 1, pp. 209–210.
- [7] T. Dagget, A. Molla, and T. Belachew. (2016). Job related stress among nurses working in Jimma Zone public hospitals, South West Ethiopia: a cross sectional study. *BMC Nurs.*, vol. 15, no. 1, p. 39.
- [8] N. Shin and Y. Choi. (2024). Professional quality of life, resilience, posttraumatic stress and leisure activity among intensive care unit nurses. *Int. Nurs. Rev.*, vol. 71, no. 1, pp. 94–100.
- [9] R. J. Jarden, M. Sandham, R. J. Siegert, and J. Koziol-McLain.

- (2023). General well-being of intensive care nurses: A prototype analysis. *Nurs. Crit. Care*, vol. 28, no. 1, pp. 89–100.
- [10] H. Huang, Y. Xia, X. Zeng, and A. Lü. (2022). Prevalence of depression and depressive symptoms among intensive care nurses: A meta-analysis. *Nurs. Crit. Care*, vol. 27, no. 6, pp. 739–746.