

# BAB I

## PENDAHULUAN

Bab ini menjelaskan tentang latar belakang, rumusan masalah, tujuan umum, tujuan khusus serta manfaat dari penelitian.

### 1.1. Latar Belakang

Perawatan intensif yang juga dikenal sebagai perawatan kondisi kritis merupakan bidang spesialis yang melibatkan pendekatan multidisiplin dan interprofesional untuk menangani pasien dengan disfungsi organ akut yang mengancam jiwa atau berisiko mengalaminya (Marshall et al., 2017). Kondisi kritis merupakan kondisi dimana seseorang mengalami gangguan pada organ tubuh, dimana pada kondisi ini terjadi perubahan fisiologis yang cepat sehingga membutuhkan perawatan yang intensif (Marshall et al., 2017). Pada unit perawatan intensif, berbagai teknologi dimanfaatkan untuk membantu fungsi organ vital yang mengalami kegagalan, seperti paru-paru, jantung, dan ginjal.

Staf medis yang bekerja di *intensive care unit* (ICU) termasuk perawat dilaporkan sering kali menghadapi tingkat stres yang tinggi terkait pekerjaan (Lakanmaa et al., 2015). Merawat individu dengan kondisi kritis dan mengancam jiwa dapat menjadi tantangan emosional yang dapat memicu stres kerja (Lakanmaa et al., 2015; Davis et al., 2023) sehingga membutuhkan pendekatan yang unik untuk mengatasinya (Davis et al., 2023). Selanjutnya, Rohayani et al. (2020) menambahkan bahwa perawat di ruang ICU memiliki tanggung jawab besar dalam memberikan pelayanan berkualitas termasuk memantau kondisi pasien secara ketat, merawat pasien dengan kegagalan organ, mengoperasikan alat medis canggih, serta melakukan resusitasi dan tindakan medis lainnya. Tugas-tugas ini membuat beban kerja perawat sangat tinggi dan jika berlangsung lama, dapat memengaruhi kesehatan fisik dan mental mereka. Hal ini juga dapat berdampak negatif terhadap perawatan yang diberikan mulai dari penurunan kualitas perawatan dan penurunan

kepuasan pasien terhadap pelayanan keperawatan yang diberikan, serta berpengaruh juga pada kesejahteraan fisik, emosional, psikologis dan spiritual perawat itu sendiri (Zhang et al., 2022).

Dalam penelitiannya, Ramírez et al. (2021) mengemukakan bahwa perawat yang bekerja di ICU menghadapi tekanan kerja lebih tinggi dibandingkan perawat di unit lain karena harus menangani pasien dengan kondisi kompleks dan sering menghadapi situasi darurat yang memerlukan keputusan cepat dan tepat. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa 31% perawat mengalami kelelahan emosional, 18% mengalami depersonalisasi, dan 46% merasa tidak berdaya dalam pekerjaannya. Tingginya tuntutan profesionalisme, pengetahuan, dan ketelitian dalam memantau kondisi hemodinamik pasien kritis menyebabkan stres kerja yang berlebihan, sehingga meningkatkan risiko burnout pada perawat ICU. Beban atau tekanan yang dialami oleh perawat dapat di atasi melalui *self-care* (Moisoglou et al., 2024)

*American Holistic Nurses Association (AHNA)* mendefinisikan *self-care* sebagai suatu bentuk perilaku hidup sehat yang dilakukan secara terus menerus untuk mempertahankan kesehatan dan kesejahteraan, mencakup aktivitas fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual seseorang dengan melibatkan adanya pengenalan akan diri sendiri untuk dapat mengetahui reaksi emosional dari diri mereka terhadap setiap situasi yang dihadapi dan untuk membantu perawat meningkatkan resiliensi pada diri mereka (Nina & Pranajaya, 2020 ; Blackburn et al., 2020). Oleh karena itu, sangat penting bagi perawat untuk melakukan *self-care* karena jika dilakukan dengan baik, *self-care* dapat membantu perkembangan fisik, mental, dan produktivitas seseorang (Davis et al., 2023; Clayton & Marczak, 2023; Williams et al., 2022).

*Self-care* berdampak penting pada berbagai aspek kehidupan perawat namun sebuah penelitian yang dilakukan oleh Muhlare dan Downing (2023) di Afrika mengemukakan bahwa perawat masih memiliki perilaku *self-care* yang rendah, dengan rincian sebanyak 66% perawat memiliki jam tidur kurang dari tujuh jam, 59,4% perawat jarang mengonsumsi makanan sehat, dan 71,7% diantaranya jarang mengonsumsi buah dan sayuran setiap hari. Penelitian mengenai *self-care*

yang dilakukan di Indonesia oleh Gulo & Pardede (2019) menunjukkan bahwa dari 69 responden sebanyak 44 (63,8%) responden memiliki perilaku *self-care* yang baik namun masih terdapat 25 (36,2%) responden dengan perilaku *self-care* yang buruk. Dapat disimpulkan bahwa terdapat inkonsistensi hasil terkait perilaku *self-care* perawat.

Dalam konteks pelayanan kesehatan, resiliensi merupakan kapasitas yang dimiliki oleh seorang perawat yang membantu perawat untuk menghadapi dan mengatasi keadaan penuh tekanan serta tuntutan di tempat kerja (Wokas et al., 2024). Perawat di dalam pekerjaannya mendapatkan banyak tekanan membuat perawat mengalami kelelahan secara fisik dan emosional sehingga resiliensi yang baik di dalam dirinya sangat diperlukan (Digdyani et al., 2018). Perawat yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi akan berdampak pada sikap dan kemampuan mereka untuk beradaptasi secara positif terhadap stres yang dihadapi di tempat kerja sehinggamereka dapat memberikan pelayanan yang berkualitas tinggi pada pasien (Çam, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ang et al. (2018), dari 1336 perawat di Singapura, 26% diantaranya memiliki tingkat resiliensi yang rendah, 57% tingkat resiliensi sedang dan 17% lainnya memiliki tingkat resiliensi tinggi. Sedangkan penelitian yang dilakukan di Tomohon, Manado oleh (Paendong M, 2022) melaporkan bahwa dari 154 sampel, 111 Responden (72,08%) memiliki tingkat resiliensi yang rendah, 43 Responden (27,92%) memiliki tingkat resiliensi sedang, dan tidak ada responden yang memiliki tingkat resiliensi tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa perawat cenderung memiliki tingkat resiliensi yang rendah baik itu di Indonesia maupun di luar Indonesia.

Seseorang yang mampu melakukan *self-care* cenderung memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dan mampu menangani situasi yang sulit karena *self-care* dapat mencegah timbulnya masalah psikologis, meningkatkan produktivitas, dan meningkatkan resiliensi perawat (Zhang et al., 2022; Sist et al., 2022; Zeb et al., 2022). Penelitian mengenai hubungan antara *self-care* dan resiliensi telah dilakukan di Tiongkok oleh Li et al. (2024) dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-*

*care* berkorelasi positif dengan resiliensi perawat dengan ( $r = 0,706$ ,  $P < 0,01$ ). Penelitian lain dilakukan oleh Mills et al. (2018) di Australia mengemukakan bahwa emosi positif sebagai bagian dari praktik *self-care* berfungsi meningkatkan resiliensi baik secara individu maupun bagi perawat di *intensive care unit*. Selanjutnya, sebuah penelitian yang dilakukan oleh Muhlare dan Downing (2023) di Afrika memaparkan bahwa praktik *self-care* dapat meningkatkan resiliensi dan mendorong kesejahteraan emosional perawat.

Penelitian mengenai topik hubungan *self-care* dengan resiliensi pada perawat sudah pernah dilakukan namun populasi yang digunakan adalah perawat secara general bukan khusus perawat *intensive care unit*. Selanjutnya, penelitian terkait topik ini belum dilakukan di Indonesia sehingga dapat memungkinkan adanya perbedaan hasil yang didapatkan karena perbedaan budaya. Perawat di luar negeri mendapatkan pelatihan yang lebih mendalam, bekerja dalam sistem yang lebih terorganisir, serta menerima pengakuan yang lebih besar atas peran mereka. Sementara itu, perawat di Indonesia memiliki berbagai tantangan, seperti keterbatasan sumber daya, pelatihan yang belum memadai, dan beban kerja yang berat (Sherwood & Shaffer, 2014). Hal ini dapat mempengaruhi perilaku *self-care* dan tingkat resiliensi perawat (Mirad, 2019). Berangkat dari kesenjangan ini maka peneliti tertarik untuk menganalisa hubungan *self-care* dengan resiliensi pada perawat *intensive care unit* di Jakarta dan Tangerang.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Perawat *intensive care unit* cenderung mengalami tingkat kelelahan yang lebih tinggi dibandingkan perawat lainnya, hal ini disebabkan oleh keterlibatan mereka dalam berbagai respons emosional, seperti saat menyampaikan berita buruk, merasa kurang percaya diri, terpapar kabar duka, serta menyaksikan penderitaan pasien secara berulang. Oleh karena itu praktik *self-care* perlu dilakukan untuk menjaga kesehatan fisik, mental dan emosional. Namun, penelitian menemukan bahwa mayoritas perawat masih memiliki perilaku *self-care* yang rendah.

Perawat sering menghadapi tekanan dalam pekerjaan mereka, yang dapat menyebabkan kelelahan fisik dan emosional, sehingga diperlukan ketahanan atau resiliensi yang baik dalam diri mereka. Meskipun demikian, hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat juga masih memiliki tingkat resiliensi yang rendah. Individu yang mampu melakukan *self-care* cenderung memiliki tingkat resiliensi yang tinggi dan lebih mampu menghadapi situasi sulit. Penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara *self-care* dengan resiliensi namun penelitian ini dilakukan di luar Indonesia sehingga hasil penelitian yang didapatkan mungkin akan berbeda karena perbedaan budaya. Peneliti tertarik menganalisis hubungan *self-care* dengan resiliensi pada perawat *intensive care unit* di Jakarta dan Tangerang.

### **1.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini dibagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

#### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa hubungan *self-care* dengan resiliensi pada perawat di ruangan *intensive care unit*

#### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

- 1) Mengetahui karakteristik responden (jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan)
- 2) Menganalisa distribusi *self-care* perawat di ruangan *intensive care unit*
- 3) Menganalisa distribusi resiliensi perawat di ruangan *intensive care unit*

### **1.4. Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi literatur tambahan dalam bidang keperawatan mengenai hubungan *self-care* dengan resiliensi perawat *intensive care unit*. Selanjutnya penelitian ini juga bisa menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang memengaruhi resiliensi perawat dan efektifitas program *self-care* bagi perawat intensif.

#### **1.4.2. Bagi Rumah Sakit**

Hasil penelitian ini menjadi rujukan atau acuan informasi bagi rumah sakit untuk pengembangan program pelatihan mengenai manajemen *self-care* dan penguatan resiliensi untuk mendukung peningkatan kesejahteraan perawat. Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran perawat yang bekerja di ruangan intensif akan pentingnya praktik *self-care* sehingga diharapkan dapat meningkatkan resiliensi. Dengan begitu, perawat tidak hanya mampu merawat pasien dengan lebih baik, tetapi juga bisa menjaga kesehatan fisik dan mentalnya sendiri, yang pada akhirnya mendukung peningkatan kualitas pelayanan keperawatan.