

## SOSIALISASI ZUNG – SELF ANXIETY RATING SCALE

**Asri Rahmawati<sup>1</sup>, Diny Vellyana<sup>2</sup>**

<sup>12</sup>Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung

Email : [asrirahmawati@umpri.ac.id](mailto:asrirahmawati@umpri.ac.id)<sup>1</sup>

---

Sebanyak 510 Kabupaten dan Kota yang terdampak kasus Covid – 19 ini, selain berfokus pada proses peningkatan status kesehatan pasien yang terkonfirmasi penanganan kasus Covid – 19 di daerah kabupaten Pringsewu sendiri sangat membutuhkan perhatian khusus bagi seluruh tenaga kesehatan termasuk perawat. Perawat yang berkerja dalam penanganan pasien Covid – 19 ini tersebar pada beberapa rumah sakit rujukan pasien Covid – 19. Rumah sakit Mitra Husada Pringsewu Lampung terpilih menjadi rumah sakit rujukan pasien Covid – 19 dan memiliki ruangan secara khusus bagi pasien dengan Covid – 19. Kondisi penanganan pasien Covid – 19 memiliki penatalaksanaan tersendiri sehingga membuat perawat harus berkerja lebih banyak baik secara waktu dan tekhnisnya. Perawat adalah salah satu petugas kesehatan yang memiliki tanggung jawab penuh terhadap proses keperawatan pasien di Rumah Sakit ataupun pelayanan kesehatan lainnya. Proses asuhan keperawatan tersebut bergantung pada kondisi kesehatan pasien, hal ini berarti bahwa asuhan keperawatan pasien berpaku pada tingkat ketergantungan pasien. Dalam kasus Covid – 19 perawat harus menjalani proses serangkaian tindakan keperawatan yang diberikan kepada pasien dimulai dari kewajiban menggunakan seragam atau pakaian khusus hasmat hingga proses perawatan yang spesifik dibandingkan dengan pasien – pasien dengan kasus lain. Seiring dengan meningkatnya jam kerja perawat dalam merawat pasien yang terinfeksi Covid – 19 membuat perawat memiliki peluang untuk tertular dan terinfeksi jauh lebih rentan dibandingkan dengan orang lain. Kondisi tersebut membuat perawat memiliki rasa cemas akan terinfeksi oleh Pasien Covid – 19 selama memberikan pelayanan dan asuhan keperawatan.

**Kata Kunci :** Sosialisasi, Zung Self Anxiety Scale

---

### Pendahuluan

Upaya peningkatan kualitas pelayanan keperawatan dilakukan untuk; meningkatkan asuhan keperawatan kepada pasien/konsumen, menghasilkan keuntungan (pendapatan) institusi, mempertahankan eksistensi institusi, meningkatkan kepuasan kerja, meningkatkan kepercayaan konsumen/pelanggan dan menjalankan kegiatan sesuai dengan aturan/standar ( Nursalam, 2014).

Rumah sakit Mitra Husada menjadi salah satu rumah sakit rujukan pasien Covid – 19 sejak dicanangkannya proses penanganan pasien Covid – 19 di pelayanan kesehatan. Berdasarkan hasil observasi yang diperoleh rumah sakit Mitra Husada memiliki ruang isolasi khusus dan ICU Covid – 19 untuk memaksimalkan proses perawatan dan pencegahan penulranan Covid - 19. Selain itu peneliti juga menemukan bahwa jumlah jam kerja di ruangan tersebut berdasarkan jumlah jam kerja berdasarkan shift, pada shift malam jumlah jam kerja 10 jam, shift pagi 7 jam dan shift siang 7 jam, dalam satu minggu terdiri dari 6 hari kerja dan perawat libur 1 hari. Dalam shift jaga khusus di ruang Covid – 19 ini perawat memiliki prosedur dan protokol tertentu sehingga membutuhkan waktu dan jam kerja yang sedikit berbeda dengan perawatan pada pasien yang lain. Banyaknya waktu pemberian asuhan keperawatan pasien Covid – 19 memberikan beban tersendiri bagi perawat selain beresiko terpapar atau terinfeksi. (Sumber: data Sekunder dari Wawancara dengan Kepala Bagian Keperawatan Rumah Sakit Mitra Husada Pringsewu).

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan perawat Covid – 19 Rumah Sakit Mitra Husada Pringsewu, menjelaskan bahwa berbagai kondisi tertentu membuat perawat merasa khawatir akan terpapar seperti meningkatnya jumlah pasien Covid – 19, selain itu tugas dan tanggung jawab atau beban kerja perawat cukup intents, seperti : melakukan observasi dan monitoring khususnya status oksigenasi pasien secara berkala meskipun secara monitor CCTV tetapi pada kondisi tertentu perawat harus melakukan observasi secara langsung, pemberian obat – obatan intar vena, banyaknya dan beragamnya pekerjaan yang harus dilakukan demi keselamatan pasien dan empat perawat lainnya menyatakan bahwa perawat harus melakukan kontak langsung dengan pasien secara terus menerus selama jam kerja, perawat juga memiliki tantangan tersendiri dengan memakai seragam khusus atau hasmat selama shift.

Berdasarkan latar belakang diatas, kondisi lingkungan dan karakteristik pekerjaan perawat covid – 19 dapat menimbulkan kecemasan yang berakibat kepada gangguan kognitif perawat, sehingga hal ini perlu dilakukan adanya deteksi kecemasan, yang pada pengabdian ini akan menggunakan Zung – Self anxiety scale untuk mengetahui pada level berapa status kecemasan perawat hingga menentukan apa yang harus dilakukan perawat ketika mengalami kecemasan.

## Metode

Metode pelaksanaan pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini dimulai dari analisis masalah kebutuhan adanya pengabdian masyarakat yang berbentuk kegiatan sosialisasi penggunaan deteksi kecemasan perawat. Melakukan koordinasi dengan para mahasiswa profesi Ners yang sedang bertugas. Kemudian kontrak waktu pelaksanaan kegiatan bersama tim dan masyarakat. Anggota tim pengabdian melakukan persiapan materi sosialisasi Pada waktu *on site* kegiatan tim terlebih dahulu melakukan persiapan peserta sarana dan prasarana, kemudian sosialisasi dimulai sesuai dengan jadwal. Sosialisasi dimulai dari penyampaian materi yang berisi apersepsi terhadap masalah yang sedang dihadapi bersama peserta atau masyarakat, dilanjutkan penyampaian materi, dan simulasi beberapa rangkaian kegiatan dan tahapan pada proses self deteksi. Setelah selesai peserta akan dilakukan evaluasi dengan cara memberikan kesempatan kepada peserta untuk mereview dan menyimpulkan dari hasil penyampaian sosialisasi. Mengingat kondisi pandemi dan keterbatasan waktu perawat, proses dan jadwal sosialisasi kepada perawat disesuaikan dengan waktu luang perawat.

## Hasil Dan Pembahasan

Hasil dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini sejalan sesuai dengan kelimuan saya di bidang keperawatan jiwa serta bentuk turunan dari hasil penelitian yang telah saya lakukan dan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan masyarakat yang dalam hal ini adalah perawat pada saat ini, yang bertugas di ruang Covid – 19 Rumah Sakit Mitra Husada. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh seluruh perawat ruangan rumah sakit. Seluruh peserta berjumlah 24 orang, secara teknis proses pelaksanaan kegiatan ini diawali dengan kontrak waktu terlebih dahulu menyesuaikan dengan jadwal dinas para perawat. Sosialisasi penggunaan deteksi kecemasan perawat dimulai dari penyampaian materi yang berisi apersepsi terhadap masalah yang sedang dihadapi bersama peserta yaitu resiko terjadi kecemasan bagi perawat yang merawat pasien Covid – 19 di Rumah Sakit Mitra Husada , dilanjutkan penyampaian materi dengan rangkaian sebagai berikut; Definisi Zung – Self Anxiety Rating Scale, waktu dan kapan dilakukannya identifikasi kecemasan dengan Zung – Self Anxiety Rating Scale dan simulasi beberapa rangkaian kegiatan dan tahapan pada proses penggunaan sekaligus scoring Zung – Self Anxiety Rating Scale . Setelah selesai peserta dilakukan evaluasi dengan cara memberikan kesempatan kepada peserta untuk mereview dan menyimpulkan dari hasil penyampaian sosialisasi. Selain itu, peserta direview pada proses penggunaan Zung – Self Anxiety Rating Scale.

Zung – Self Anxiety Rating Scale diperlukan untuk mengidentifikasi adanya kecemasan pada perawat yang sedang merawat pasien Covid – 19 selama pandemi. Dampak kecemasan yang dialami oleh perawat dapat mempengaruhi proses asuhan keperawatan yang akan diberikan kepada pasien. Kecemasan berlebih selain dapat berdampak pada fisiologis; jantung berdebar – debar, kelelahan, pusing dan mual tetapi juga dapat menurunkan tingkat konsentrasi. Dengan adanya identifikasi kecemasan ini, maka kecemasan dapat diidentifikasi sedini mungkin hingga tidak sampai menimbulkan dampak yang serius bagi perawat.

## Simpulan Dan Saran

Setelah diberikan pendidikan kesehatan dapat disimpulkan bahwa selama proses ini tidak ditemui kendala yang berarti pada saat dilakukan sosialisasi. Seluruh peserta mampu memahami isi dari sosialisasi dibuktikan dengan adanya kemampuan dan hasil pengukuran kecemasan dengan menggunakan Zung – Self Anxiety Rating Scale.



## Daftar Rujukan

- PHOEC Kemkes RI, (2021). *Data Perkembangan Kasus Covid – 19* diakses pada <https://covid19.kemkes.go.id/dashboard/covid-19>
- Handayani R.T dkk. (2020). Kondisi dan Strategi penanganan Kecemasan Pada Tenaga Kesehatan Saat Pandemi Covid – 19 . *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa* Vo.3 Hal.365 – 374, <https://www.journal.ppnijateng.org/index.php/jikj/article/view/643/345>
- Stuart. Gail. W (2016). *Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Indonesia: Elsevier
- Ghufron, M & Risnawati,N.R (2014). *Teori – Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Rekam Medis & Bidang Keperawatan. (2016). *Data Rekam Medis*. Rumah Sakit Mitra Husada Pringsewu
- Undang – undang No.36 (2009). *Undang – undang Kesehatan RI*.
- ADART PPNI (2008). *Anggaran Dasar/Anggaran Rumah Tangga Persatuan Perawat Nasional Indonesia*.
- Nursalam (2012). *Manajemen Keperawatan*.
- Praptianingsih. Sri. (2007). *Kedudukan Hukum Keperawatan dalam Upaya Pelayanan Kesehatan di Rumah Sakit*. Jakarta: Grafindo Persada
- Hidayat (2007). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*; Salemba Medika.
- Kepmenaker (2004). *Keputusan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi, No. Kep. 102/MEN/VI/* .Jakarta.
- Departemen Kesehatan dan Universitas Indonesia (2005). *Tugas Perawat*. Jakarta
- Syaer,S (2010). *Beban Kerja Perawat Unit Gawat Darurat di Rumah Sakit Umum Lasinrang Kabupaten Pinrang*.
- KepMenKes RI. (2010). *Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor 1778/MENKES/SK/XII/2010 tentang Pedoman Penyelenggaraan Pelayanan ICU di Rumah Sakit*.
- Stuart & Sundeen. (2015). *Buku Saku Keperawatan Jiwa*..Jakarta: EGC.
- Kaplan, H.I. & Sadock, B.J. (2010). *Buku ajar psikiatri klinis*. Edisi2. Alih bahasa Profitasari dan Tiara Mahatmi Nisa. Jakarta: EGC.



No	Pernyataan	Tidak Pernah	Kadang – kadang	Sebagian Waktu	Hampir setiap waktu
1	Saya merasa labih gugup dan cemas dari biasanya				
2	Saya merasa takut tanpa alasan sama sekali				
3	Saya mudah marah atau merasa panik				
4	Saya merasa seperti jatuh terpisah dan akan hancur berkeping – keping				
5	Saya merasa bahwa semuanya baik – baik saja dan tidak ada hal buruk akan terjadi				
6	Lengan dan kaki saya gemetaran				
7	Saya terganggu oleh nyeri kepla leher dan nyeri pinggang				
8	Saya merasa lemah dan mudah lelah				
9	Saya merasa tenang dan dapat duduk diam dengan mudah				
10	Saya merasa jantung saya berdebar – debar				
11	Saya merasa pusing tujuh keliling				
12	Saya telah pingsang atau merasa seperti itu				
13	Saya dapat bernafas dengan mudah				
14	Saya merasa jari – jari tangan dan kaki mati rasa dan kesemutan				
15	Saya terganggu oleh nyeri lambung atau gangguan pencernaan				
16	Saya sering buang air kecil				
17	Tangan saya biasanya kering dan hangat				
18	Wajah saya terasa panas dan merah merona				
19	Saya mudah tertidur dan dapat istirahat malam dengan baik				
20	Saya mimpi buruk				