

GAMBARAN BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA TENAGA KESEHATAN PADA MASA PANDEMI COVID-19

Systematic Review

Indita Yuliasari Susilowati

Abstrak

Dewasa ini dunia sedang diresahkan oleh COVID-19 yang kemudian menjadi pandemi global. Banyaknya kasus terkonfirmasi positif maupun kasus kematian dari banyak negara menunjukkan betapa seriusnya penyakit baru ini. COVID-19 menyebabkan kesulitan dalam penanganan pasien yang terinfeksi virus ini. Pandemi memaksa tenaga kesehatan untuk berkerja secara optimal dalam penanggulangan kasus agar penularan tidak semakin meluas, tercapainya angka kesembuhan pasien dan hilangnya kematian akibat kasus COVID-19. Tuntutan tugas, waktu yang terbatas, beban kerja yang berlebih dan tenaga kesehatan dituntut untuk memberikan hasil kerja yang optimal dengan kinerja yang prima. Hal ini membuat beban kerja mental tenaga kesehatan meningkat. Dalam situasi ini, dampak yang signifikan dirasakan oleh tenaga kesehatan berupa stresor dari tempat kerjanya sehingga tenaga kesehatan mengalami stres kerja. Penelitian ini ditulis untuk mengetahui gambaran beban kerja mental dan stres kerja tenaga kesehatan pada masa pandemi COVID-19. Desain penelitian ini adalah *Systematic Review*. Pencarian literatur dilakukan pada database Pubmed dan Google Scholar. Dari hasil telaah jurnal, didapatkan hasil bahwa beban kerja mental dan stres kerja tenaga kesehatan meningkat dan perawat merupakan tenaga kesehatan yang paling terdampak dari peningkatan tersebut. Adapun kesamaan faktor-faktor yang memengaruhi peningkatan beban kerja mental dan stres kerja pada tenaga kesehatan antara lain : rasa tidak nyaman menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) dalam waktu yang lama, ketakutan menjadi *carrier* bagi kerabat dan keluarga dan kekhawatiran terinfeksi COVID-19.

Keywords: beban kerja mental, stres kerja, tenaga kesehatan, COVID-19, pandemi

AN OVERVIEW OF MENTAL WORKLOAD AND WORK STRESS OF HEALTHCARE WORKERS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Systematic Review

Indita Yuliasari Susilowati

Abstract

Lately, the world is being troubled by COVID-19 which later became a global pandemic. The number of positive confirmed cases and deaths from many countries shows how serious this new disease is. COVID-19 causes difficulties in handling patients infected by this virus. The pandemic forces healthcare workers to work optimally in handling cases so that the transmission does not spread further, achieving patient recovery rates, loss of deaths due to COVID-19 cases. The task demand, limited time, excessive workload and the requirement to provide optimal work results with excellent performance are the reason why mental workload on healthcare workers increasing. In this situation, a significant impact which is felt by healthcare workers is a stressor from their work place so that the healthcare workers experience work stress. This study is written to describe the mental workload and work stress of healthcare workers during the COVID-19 pandemic. The design of this study is *Systematic Review*. Literature searches were performed on the Pubmed and Google Scholar databases. From the results of journal review, it was found that the mental workload and work stress of healthcare workers increased and nurses were the most affected. The similarities in the factors that influence in increasing mental workload and work stress on health workers are : discomforts using Personal Protective Equipment (PPE) for a long time, fear of being a carrier for family and relatives also fear of being infected by COVID-19.

Keywords: *mental workload, work stress, job stress, healthcare workers, COVID-19, pandemic*