

HEALING CLINIC SOLUSI TEPAT SAAT PANDEMI



KATEGORI:

HEALTHCARE WORKERS' WELLBEING

RSUP PROF. DR. I G.N.G. NGOERAH

2023

HEALING CLINIC SOLUSI TEPAT SAAT PANDEMI

Kategori: *Healthcare Workers' Wellbeing*

1. Ringkasan (maks. 100 kata)

Pandemi Covid-19 berdampak pada timbulnya berbagai stress fisik dan mental karena menghadapi eskalasi kasus yang cepat dengan kondisi pasien yang berat. Beban kerja perawat meningkat dan dituntut untuk cepat beradaptasi dengan perubahan fungsi ruang perawatan menjadi Ruang Isolasi Covid-19 serta berisiko tinggi terpapar virus Covid-19. Hal ini merupakan tantangan tersendiri bagi perawat yang tidak memiliki pengalaman dalam merawat pasien *airborne diseases*. *Healing clinic* dengan layanan konseling, psikoterapi, terapi prana dan meditasi baik yang dilakukan *on site* maupun jarak jauh merupakan solusi yang tepat agar perawat dapat mengontrol stress dan meningkatkan keyakinan diri untuk menjalankan tugas terutama saat situasi krisis.

2. Latar belakang (maksimal 300 kata)

Pandemi Covid-19 dengan eskalasi kasus yang cepat memerlukan perubahan fungsi dan tatanan pelayanan dalam waktu yang singkat serta mobilisasi perawat ke ruang isolasi. Hal ini menimbulkan stress fisik dan psikologis bagi perawat sebagai garda terdepan dalam penanganan wabah ini. Stressor ini dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan perawat sehingga diperlukan efikasi (keyakinan) diri yang tinggi untuk motivasi kerja, kinerja serta mengontrol stress.

Stres yang dialami perawat di ruang isolasi meliputi: beban fisik akibat pemakaian APD yang lama (kelelahan, sesak, haus), tidak enak badan karena mandi keramas berkali-kali serta kegiatan mengurus administrasi dan tugas tambahan lain. Beban psikis berupa takut tertular atau menularkan, beradaptasi dengan alat-alat dan metode baru, masalah dengan pasien/ keluarga atau profesi lain, takut salah membuat pelaporan, sedih melihat kondisi pasien serta stigma dari masyarakat. Perawat Ruang Isolasi Covid-19 (n=132) yang mengalami stress ringan 63,6 %, stress sedang 31, 1% dan stress tinggi 5,3 %. Tingkat efikasi diri perawat ruang isolasi menunjukkan efikasi rendah 9,8 %, efikasi sedang 68,2 % dan efikasi tinggi 22,0%.

Hasil wawancara mendalam menunjukkan variabel yang berhubungan dengan efikasi diri perawat Ruang Isolasi Covid-19 adalah variabel personal (altruisme, motivasi diri,

komitmen dan spiritual), variabel organisasional (manajemen keperawatan, metode pelatihan dan fasilitas rumah sakit) serta variabel eksternal berupa dukungan dan *rewards*. Hal menarik yang terungkap dalam wawancara pada perawat ruang isolasi yang pernah terpapar Covid-19 adalah bahwa setelah mendapat terapi prana dan meditasi jarak jauh saat opname, staf tersebut merasa lebih tenang, meyakini diri bisa sembuh dan pulih lebih cepat.

Berbagai fenomena pada staf di masa pandemi Covid-19 merupakan tantangan untuk melakukan upaya nyata bagi staf, terutama untuk mengelola stress perawat, memberikan dukungan untuk kesejahteraan dan ketahanan mental serta mengelola keyakinan diri staf. Oleh karena itu diperlukan solusi yang tepat, mampu laksana dan fleksibel dalam situasi krisis dengan mengedepankan kolaborasi interprofesional yakni melalui *healing clinic*.

3. Tujuan (maks. 300 kata)

Healing clinic dibentuk untuk menyediakan berbagai layanan seperti konseling, psikoterapi, terapi prana dan meditasi dengan tujuan utama untuk mengurangi stress fisik dan mental perawat dalam situasi krisis. Konseling merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh seorang ahli kepada individu yang mengalami sesuatu masalah yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien. Psikoterapi adalah suatu metode yang digunakan oleh terapis untuk membantu klien dalam menghadapi masalah kehidupannya. Terapi prana merupakan terapi pembersihan dan penstabilan medan energi (cakra) secara psikologis yang dilakukan oleh penyembuh yang bersertifikasi, yang mana pada orang yang mengalami stress terjadi penumpukan energi negatif pada cakra yang sering menguras energi dengan manifestasi berbagai macam reaksi stress. Meditasi merupakan upaya untuk mempertahankan mental yang baik dengan bimbingan instruktur yang sudah berpengalaman.

Melalui konseling, psikoterapi, terapi prana dan meditasi, seluruh medan energi akan bekerja dengan baik, imunitas tubuh akan meningkat sehingga seseorang akan mempunyai keyakinan tentang kemampuan mereka untuk menghasilkan tingkat kinerja yang diinginkan serta mempunyai keyakinan bahwa mereka dapat secara efektif menghadapi kesulitan dan mencapai tujuan (efikasi diri).

Pelayanan *healing clinic* yang dilakukan psikolog, dokter psikiatris maupun para penyembuh prana yang juga merupakan dokter, perawat maupun tenaga non medis yang sudah mendapat pelatihan khusus. Kolaborasi interprofesional untuk meningkatkan kesejahteraan jasmani dan rohani staf ini sekaligus akan menumbuhkan rasa kebersamaan,

persatuan dan komitmen untuk bersama-sama menghadapi krisis. Hal ini juga akan menunjukkan dukungan organisasional dari Rumah Sakit kepada staf dalam situasi krisis sebagai bentuk kepedulian dan *reward* bagi staf yang sudah bekerja keras dalam situasi krisis sehingga dapat meningkatkan motivasi dan komitmen mereka untuk organisasi.

Healing clinic diharapkan dapat berjalan secara berkesinambungan. *Healing clinic* ini diharapkan menjadi salah satu upaya untuk menginisiasi klinik mental bagi staf baik dalam situasi krisis.

4. Langkah – langkah (maks. 300 kata)

Healing clinic merupakan klinik penyembuhan/ terapi yang meliputi layanan konseling, psikoterapi, terapi prana dan meditasi bersama yang dapat dilakukan langsung di klinik, di ruangan staf maupun terapi jarak jauh untuk semua perawat terutama yang bertugas di Ruang Isolasi Covid-19 maupun yang akan ditugaskan ke Ruang Isolasi Covid-19. Perpindahan tugas ke ruang isolasi merupakan tantangan tersendiri bagi perawat yang tidak memiliki pengalaman dalam merawat pasien *airborne diseases*.

Adapun tahapan kegiatan/ program yang dilakukan adalah:

- a. Berdiskusi dengan psikolog, psikiatris dan *healer* (penyembuh) tentang bentuk layanan, mekanisme kegiatan dan sasaran
- b. Menyiapkan tim untuk menjalankan program
- c. Melakukan konseling, psikoterapi dan terapi prana untuk perawat terutama yang sedang bertugas maupun akan bertugas di Ruang Isolasi Covid-19 yang mengalami stress fisik dan mental yang berat atau yang memerlukan.

Dalam kurun waktu tahun 2020-2021 tercatat ada 28 orang perawat ruang isolasi yang terkonfirmasi Covid-19, satu orang di antaranya mengalami Covid berat/ kritikal dan semua sudah mendapatkan terapi prana dan sudah sembuh

- d. Melakukan meditasi bersama di bawah bimbingan Tim Prana RS

Meditasi dilakukan di ruang perawatan atau di klinik secara rutin setiap hari Kamis dengan peserta para perawat ruang isolasi dan staf rumah sakit dan juga secara insidental bila diperlukan.

- e. Melakukan evaluasi *healing clinic* serta mengevaluasi kembali tingkat stress dan efikasi diri perawat

5. Hasil (maks. 300 kata)

Inovasi ini telah berhasil membentuk *healing clinic* berupa layanan konseling, psikoterapi, terapi prana dan meditasi bersama. *Healing clinic* ini merupakan model peningkatan kesejahteraan fisik dan mental staf terutama saat krisis.



Konseling pada perawat yang akan bertugas di Ruang Isolasi Covid-19



Psikoterapi pada perawat yang bertugas di Ruang Covid-19



Terapi prana *on site*



Terapi prana *on site*



Terapi prana jarak jauh



Meditasi bersama

Evaluasi terhadap tingkat stress setelah *healing clinic* ini berjalan selama 6 bulan menunjukkan ada penurunan tingkat stress perawat, tingkat stress sedang menurun menjadi 15,9 % dan stress tinggi 1,5 %. Demikian pula tingkat efikasi perawat meningkat menjadi efikasi diri sedang 72,7 % dan efikasi diri tinggi 25,7 %

Healing clinic yang dilakukan secara terintegrasi dengan para profesional staf rumah sakit yakni psikolog (2 orang), psikiatris (2orang), *healer/* penyembuh prana (6 orang) dan instruktur meditasi (1 orang) telah mampu meningkatkan peran kolaborasi interprofesional dalam memberikan dukungan pada staf saat situasi krisis. Hal ini akan memberi penguatan kepada staf, menumbuhkan kebersamaan dan persatuan untuk bersama-sama menghadapi situasi yang sulit sehingga pelayanan rumah sakit tetap berjalan baik dengan tetap memperhatikan aspek kesejahteraan staf.

Healing clinic juga merupakan salah bentuk dukungan organisasi kepada staf. Dukungan organisasi merupakan aspek vital dalam meningkatkan keyakinan diri dalam bertahan pada situasi pandemi Covid-19. Keyakinan diri ini berdampak pada rasa percaya diri staf untuk bekerja sesuai dengan tugas pokok dan fungsi walaupun tantangan dan ancaman akan terjadinya penularan setiap saat dihadapi. Kondisi stress dan kecemasan tetap dapat diatasi dengan meningkatkan motivasi diri untuk dapat beradaptasi dengan situasi yang ada, serta untuk dapat berkinerja memberikan pelayanan optimal bagi pasien Covid-19 di rumah sakit.



LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL DOKUMEN:

***HEALING CLINIC* SOLUSI TEPAT SAAT PANDEMI
DI RUMAH SAKIT UMUM PUSAT PROF. DR. I.G.N.G. NGOERAH**

Disetujui,

Kepala Instalasi

Ns. I Putu Artwan, S.Kep
NIP. 196712311990031025

Penanggung jawab,

Ns. Rai Dewi Damayanthi Pande, S.Kep, M.Kes
NIP. 197502021996032001

Diketahui

Direktur Utama,



dr. I Wayan Sudana, M.Kes.
NIP. 196504091995091001