

Gambaran Resiliensi dan Kesehatan Mental Perawat di Indonesia: Sebuah *Systematic Review*

Portrait of Indonesian Nurses' Resilience and Mental Health: A Systematic Review

Dita Sulistyowati¹, Dewi Gayatri², Hanny Handiyani², Jathu Dwi Wahyuni¹

^{1,4} Program Studi Doktor Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Indonesia;

^{2,3} Departemen Dasar Keperawatan & Keperawatan Dasar, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Indonesia;

*Email korespondensi: ditasulistyowati00@gmail.com

Kata kunci: Resiliensi, Kesehatan mental, Stres, Perawat, Indonesia.

Keywords: *Resilience, Mental health, Stress, Nurses, Indonesia*

Poltekkes Kemenkes Kendari, Indonesia

ISSN : 2085-0840

ISSN-e : 2622-5905

Periodicity: Bianual vol. 16 no. 3 2024

jurnaldanhakcipta@poltekkes-kdi.ac.id

Received : 27 Oktober 2024

Accepted : 31 Desember 2024

Funding source: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

DOI : <https://doi.org/10.36990/hijp.v16i3.1620>

URL : <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/1620>

Contract number: -

Ringkasan: Latar Belakang: Perawat menghadapi bahaya psikososial di tempat kerja yang meningkatkan masalah kesehatan mental seperti stres kerja dan burnout syndrome. Resiliensi yang baik diperlukan untuk menghadapi kesulitan dan mempertahankan kesehatan mental perawat. **Tujuan:** Mengidentifikasi tingkat resiliensi, instrumen pengukuran, dan hubungan antara resiliensi dengan kesehatan mental perawat di Indonesia. **Metode:** *Systematic review* menggunakan alur PRISMA dengan pencarian artikel pada database Scopus, ProQuest, dan Garuda. Setelah proses identifikasi, skrining, dan eligibilitas studi, diperoleh 12 studi untuk ditelaah. **Hasil:** Resiliensi perawat Indonesia berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Instrumen CD-RISC merupakan alat ukur yang paling sering digunakan. Resiliensi berhubungan negatif dengan depresi, berhubungan positif dengan burnout syndrome, namun tidak berhubungan dengan kecemasan dan stres kerja. **Simpulan:** Makin tinggi resiliensi perawat, makin rendah tingkat depresi yang dialami. **Saran:** Diperlukan kajian lanjutan tentang faktor yang mempengaruhi resiliensi dan penelitian intervensi resiliensi pada perawat Indonesia.

Abstract : Background: Nurses face psychosocial hazards in the workplace that increase mental health issues such as work stress and burnout syndrome. Good resilience is necessary to face difficulties and maintain the mental health of nurses. **Objective:** To identify the level of resilience, measurement instruments, and relationships between resilience and mental health of nurses in Indonesia. **Method:** Systematic review using the PRISMA flow by searching articles on Scopus, ProQuest, and Garuda databases. After the process of identification, screening, and study eligibility, 12 studies were obtained to be studied. **Results:** The resilience of Indonesian nurses is at moderate to high levels. The CD-RISC instrument is the most commonly used measuring instrument. Resilience is negatively related to depression, positively related to burnout syndrome, but not related to anxiety and work stress. **Conclusion:** The higher the resilience of nurses, the lower the level of depression experienced. **Suggestion:** Further studies on factors affecting

PENDAHULUAN

Kesehatan mental atau kesehatan jiwa merupakan salah satu komponen dari sehat. Berdasarkan Undang-Undang No. 17 tahun 2023 tentang Kesehatan, “Kesehatan adalah keadaan sehat seseorang, baik secara fisik, jiwa, maupun sosial dan bukannya sekedar terbebas dari penyakit untuk memungkinkannya hidup produktif” (Indonesia, 2023). Tahun 2024 menjadi tahun Pemerintah Indonesia memperhatikan kesehatan mental para pekerja sesuai dengan tema Hari Kesehatan Mental Sedunia tahun 2024 yang memprioritaskan kesehatan mental di tempat kerja (World Federation for Mental Health, 2024).

Peningkatan masalah kesehatan mental karena pekerjaan terus terjadi terutama pada masa pandemi Covid-19. Sebuah studi yang dilakukan Marthoenis et al. (2021) menunjukkan bahwa perawat rumah sakit rujukan Provinsi di Indonesia mengalami depresi, kecemasan dan stres pada tingkat menengah hingga tinggi pada masa pandemi Covid-19. Distres psikologis dan ketakutan tingkat menengah juga dialami oleh perawat rumah sakit swasta dan pemerintah di Indonesia pada masa pandemi (Effendy et al., 2023). Kondisi pandemi dan faktor lain di tempat kerja memiliki pengaruh pada tingkat kesehatan mental perawat.

Profesi perawat tidak terlepas dari bahaya psikososial yang dapat meningkatkan stres (Sulistyowati et al., 2023). Oleh karena itu, perawat harus memiliki kesehatan mental yang kuat untuk dapat memberikan pelayanan keperawatan sesuai standar. Salah satu upaya untuk mempertahankan dan meningkatkan kesehatan mental adalah dengan menguatkan resiliensi individu perawat. Resiliensi didefinisikan sebagai proses adaptasi seseorang terhadap pengalaman hidup yang sulit untuk kemudian pulih atau bangkit kembali (American Psychological Association, 2023; Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, 2016). Kemampuan untuk beradaptasi terhadap permasalahan di tempat kerja dan pulih kembali sangat diperlukan bagi perawat sehingga dapat mempertahankan kesehatan mentalnya.

Resiliensi di berbagai negara dan waktu beragam tingkatannya. Salah satu hasil kajian sistematis menjelaskan bahwa resiliensi perawat di berbagai negara pada tahun 2019 dan dibawah 2019 berada pada tingkat rendah hingga sedang (Foster et al., 2019). Tingkat resiliensi rendah hingga sedang ini juga dimiliki oleh perawat di negara Amerika Serikat, Jepang, Turki, Korea Selatan, Cina, dan lainnya (Jo et al., 2021; Mealer et al., 2011; Sierra-García et al., 2022; Zhang et al., 2023). Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut, tingkat resiliensi bervariasi pada negara dan tahun yang berbeda.

Kondisi resiliensi di negara lain tersebut tidak jauh berbeda dengan Indonesia. Resiliensi perawat di beberapa rumah sakit di Jawa Timur dan Sumatera berada pada tingkat rendah hingga sedang (Martini et al., 2021; Putri, 2022). Sebuah kajian terbaru telah ada namun tentang intervensi resiliensi yang menjelaskan bahwa intervensi digital memiliki pengaruh positif pada peningkatan resiliensi perawat pada beberapa negara (Yu et al., 2024). Beberapa penelitian yang menggali tingkat resiliensi perawat di satu lokus penelitian telah dilakukan. Namun, belum ditemukan hasil penelitian atau survey yang menggali tentang resiliensi perawat berskala nasional, serta belum ditemukan *systematic review* yang berfokus merangkum kondisi resiliensi perawat di Indonesia. Penulis melakukan tinjauan literatur sistematis dengan tujuan mengidentifikasi gambaran resiliensi perawat di Indonesia. Hasil *systematic review* ini menjadi salah satu data dasar penting dalam pengembangan intervensi resiliensi untuk mencegah peningkatan masalah kesehatan mental pada perawat Indonesia.

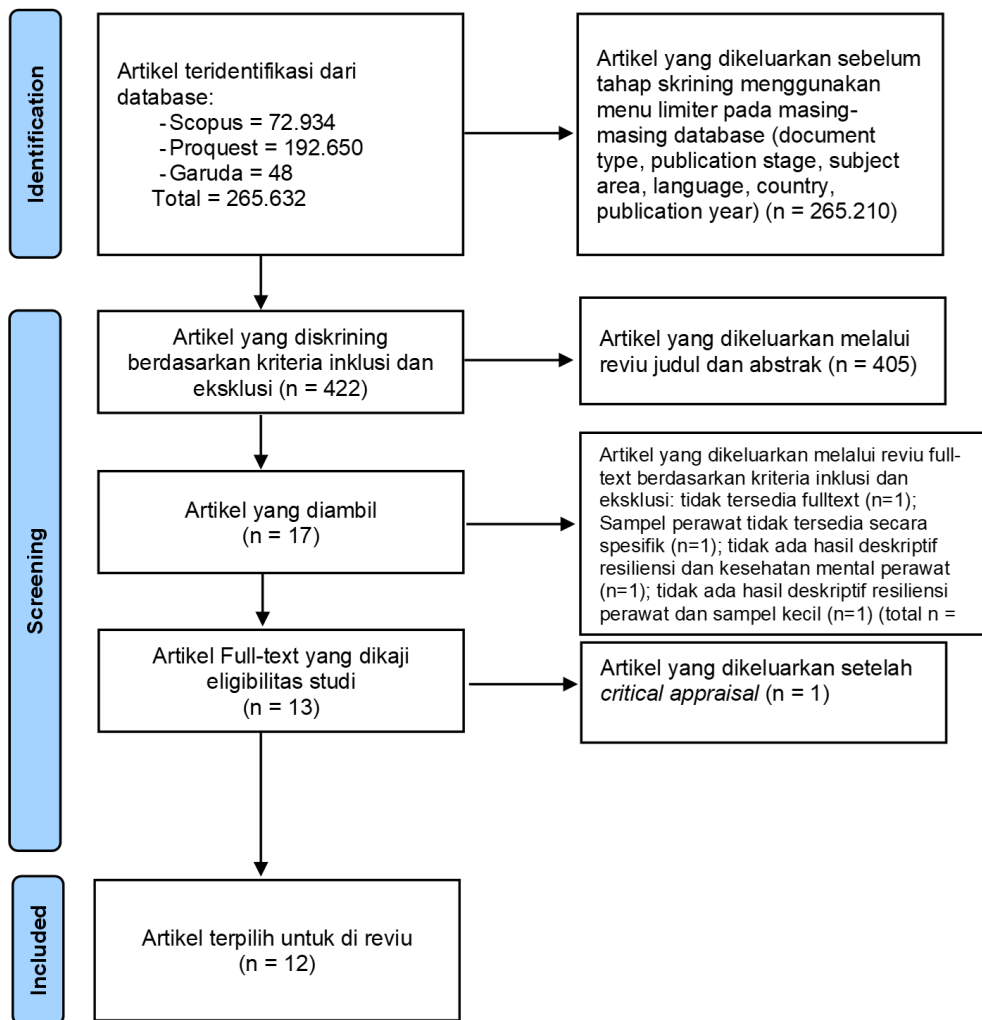
METODE

Tujuan utama penelitian yaitu mengidentifikasi gambaran resiliensi perawat di Indonesia. Ditambah tujuan minor yaitu mengidentifikasi instrumen yang sering digunakan untuk mengukur tingkat resiliensi pada perawat di Indonesia dan mengidentifikasi hubungan resiliensi dengan kesehatan mental perawat. Systematic review dilakukan mengacu pada *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA).

Pencarian literatur diawali dengan penetapan PICO, yaitu Populasi: Perawat yang bekerja di rumah sakit atau Puskesmas di Indonesia, Intervensi: Resiliensi, *Comparative*: tidak ada, dan *Outcome*: kesehatan mental, serta kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yaitu artikel dengan partisipan/responden perawat di Rumah Sakit atau Puskesmas di Indonesia, terdapat gambaran data resiliensi perawat, terdapat atau bisa tidak terdapat data tentang kesehatan mental, termasuk dalam studi survei/*cross sectional/quasi experiment/RCT*, tipe publikasi riset original, tahun publikasi dari 2015 hingga Oktober 2024 dan Bahasa Indonesia atau Inggris. Artikel tidak dipilih jika dalam bahasa selain Indonesia dan Inggris, partisipan perawat di Klinik/praktik mandiri/mahasiswa keperawatan, dan studi kasus/*systematic review/scoping review/kualitatif/laporan kasus*. Artikel yang dicari berasal dari tiga data dasar akademik yaitu, Scopus, Proquest, dan Garuda.

Kata kunci digunakan pada pencarian literatur ini. Kata kunci menggunakan dua bahasa, yaitu: 1) bahasa Indonesia: resiliensi OR perawat; dan 2) bahasa Inggris: resilien* AND (*“mental health”* OR *“psychological health”* OR *stress* OR *burnout*) AND (*nurse** OR *“indonesian nurse*”* OR *“nurses in indonesia”* OR *indonesia*), dengan penyesuaian pada menu pencarian masing-masing database. *Limiter* juga digunakan pada proses pencarian literatur yang meliputi, area subjek, negara Indonesia, jenis dokumen, bahasa, tahun publikasi, dan jenis sumber.

Hasil pencarian awal sebelum penggunaan filter adalah 265.632 artikel. Setelah difilter, jumlah artikel yang tersaring sangat banyak sehingga artikel yang akan diskroning berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 422 buah. Setelah diskroning melalui revidi judul dan abstrak, jumlah artikel menjadi 17 buah. Kemudian artikel direvidi menggunakan *full article* dan dikaji eligibilitas studi hingga mendapatkan hasil akhir untuk dilakukan systematic revidi sebanyak 12 artikel. Proses lengkap pencarian dijelaskan rinci pada Gambar 1.



Gambar 1. Proses seleksi berdasarkan alur PRISMA

HASIL

Karakteristik Studi

Seluruh artikel yang direviu pada penelitian ini memiliki fokus pada responden perawat yang bekerja di rumah sakit di Indonesia. Jumlah sampel pada 12 artikel terpilih sebanyak 2.470 perawat yang tersebar pada provinsi DKI Jakarta (3 artikel), DI Yogyakarta (1 artikel), Jawa Timur (1 artikel), Bali (4 artikel), Sumatera Barat (1 artikel), dan Nusa Tenggara Timur (2 artikel). Tahun publikasi studi dalam rentang 2021 hingga 2024. Terdapat 5 studi yang membahas resiliensi perawat pada kondisi pandemi Covid-19. Rincian karakteristik studi tergambar pada Tabel 1.

Instrumen yang Digunakan untuk Mengukur Tingkat Resiliensi Perawat dan Kesehatan Mental

Hasil kajian literatur pada 12 studi menjelaskan bahwa terdapat enam instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat resiliensi dan menggambarkan secara rinci tentang resiliensi pada perawat di Indonesia. Instrumen tersebut adalah *The Connor–Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) versi 10 (2 studi) dan 25 (3 studi), *Resilience Quotient* (2 studi), *Adult Personal Resilience Scale* (1 studi), *Resiliency Attitudes Scale*

(RAS) (1 studi), *Resilience Scale* (RS14) (1 studi), dan skala resiliensi (2 studi). Instrumen yang digunakan untuk mengukur kesehatan mental yaitu, *The Expanded Nursing Stress Scale*, *Zung Self-Rating Anxiety Scale*, *Beck Depression Inventory-II* (BDI-II) *Scale*, *Expanded Nursing Stress Scale* (ENSS), dan *Maslach Burnout Inventory*.

Gambaran dimensi atau domain dari resiliensi yang berhasil dikaji oleh penulis berasal dari 3 studi. Terdapat 6 dimensi resiliensi pada instrumen *Adult Personal Resilience Scale* yaitu, *determination, endurance, adaptability, recuperability, comfort zone, dan life calling*. Terdapat 8 dimensi pada instrumen *Resiliensi Quotient* yaitu, keyakinan diri, tujuan pribadi, fleksibel dan beradaptasi, terorganisir, pemecahan masalah, kompetensi intrapersonal, hubungan sosial, dan dimensi proaktif. Pada instrumen CD-RISC terdapat 5 dimensi yaitu, kompetensi individu, percaya pada insting, penerimaan positif, kontrol dan penyebab, dan spiritualitas.

Tabel 1. Karakteristik Studi

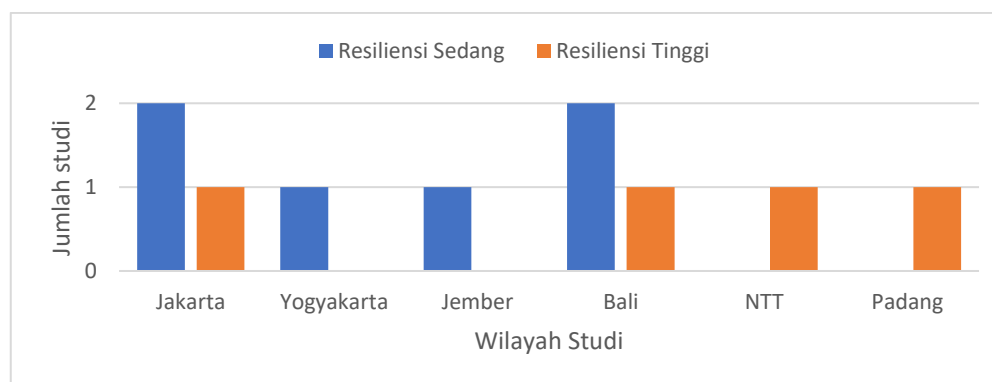
No	Penulis,tahun	Judul artikel	Desain	Hasil
1.	Rahmat et al., 2023	Psychosocial Problems among Psychiatric Nurses for Caring Patients with Mental Disorders during the COVID-19 Pandemic	Metode: kuantitatif, cross sectional Sampel: 101 perawat pada RS Jiwa di Yogyakarta Instrumen: The Expanded Nursing Stress Scale, Zung Self-Rating Anxiety Scale, dan The Connor-Davidson Resilience Scale 25	<ul style="list-style-type: none"> - Mayoritas perawat memiliki tingkat resiliensi sedang (51.5%), diikuti dengan tingkat resiliensi rendah (28.7%) dan tinggi (19.8%). - Mayoritas perawat memiliki tingkat stres kerja lebih rendah dari rerata (97%) dan selebihnya pada tingkat lebih tinggi dari rerata. - Mayoritas perawat memiliki tingkat kecemasan normal/tidak cemas (95.1%) dan selebihnya pada tingkat kecemasan sedang. - Perawat perempuan dan berpendidikan Diploma memiliki tingkat resiliensi yang lebih rendah - Tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan stres kerja dengan resiliensi.
2.	Winarti et al., 2024	Individual and organizational factors associated with disaster preparedness and resilience among Indonesian hospital nurses: a cross-sectional study	Metode: kuantitatif, cross sectional Sampel: 390 perawat di dua rumah sakit di Jakarta Instrumen: the Disaster Preparedness Evaluation Tool (DPET) and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), the Practice Environment Scale-Nursing Work Index (PES-NWI), dan the Nurse Leadership and Organizational Culture (N-LOC) Questionnaire	<ul style="list-style-type: none"> - Mean resiliensi (CD-RISC) sebesar 27.34, median 28, min-max 10-40. - Terdapat perbedaan skor CD-RISC berdasarkan jenis kelamin dan jenis unit rawat. Tingkat resiliensi lebih tinggi pada perawat laki-laki. Perawat gawat darurat memiliki tingkat resiliensi lebih tinggi. - Perawat dengan pendidikan Ners memiliki skor resiliensi lebih rendah daripada yang berpendidikan Diploma - Faktor yang paling memengaruhi skor CD-RISC adalah regulasi diri dan budaya kerja. - Perawat yang telah mendapatkan pelatihan emegensi memiliki skor CD-RISC lebih rendah. - Tidak terdapat pengaruh langsung antara pengalaman kerja dan jenis ruuang rawat dengan resiliensi - Tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan resiliensi.
3.	Buntoro et al., 2023	Resilience, depression and their effect on nurse retention: a survey in rural Indonesia	Metode: kuantitatif, cross sectional online Sampel: 902 perawat di 22 kabupaten (13 kabupaten tidak terlayani, 9 kabupaten terlayani) di NTT Instrumen: Adult Personal Resilience Scale, Beck Depression Inventory-II (BDI-II) Scale,	<ul style="list-style-type: none"> - Tingkat resiliensi dan depresi perawat di kabupaten terlayani tidak berbeda dengan perawat di kabupaten tidak terlayani. - Resiliensi memiliki hubungan negatif dengan depresi dan retensi perawat - Makin tinggi depresi maka makin rendah tingkat resiliensi perawat pada semua dimensi - Terdapat perbedaan signifikan semua dimensi resiliensi pada berbagai tingkat

No	Penulis,tahun	Judul artikel	Desain	Hasil
				depresi (tidak depresi, ringan, dan sedang)
				- Enam dimensi resiliensi pada instrumen Adult Personal Resilience Scale yaitu, <i>determination, endurance, adaptability, recuperability, comfort zone, dan life calling.</i>
4.	Aty et al., 2022	Resiliensi Perawat pada Masa Pandemi Covid 19 yang Bertugas Di Rumah Sakit	Metode: Kuantitatif, deskriptif Sampel: 215 perawat Covid 19 di RS wilayah Kota Kupang (<i>quota sampling</i>). Lokasi penelitian yaitu RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes kupang, RS.SK Lerik, RS Bhayangkara, RS Wirasakti, RS Leona, RS Siloam Instrumen: RAS (Resiliency Attitudes Scale)	- Mayoritas perawat memiliki tingkat resiliensi tinggi (98,6%), hanya 3 perawat dengan resiliensi rendah.
5.	Ardilla et al., 2022	Hubungan Resiliensi terhadap Stres Kerja Perawat Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Negara	Metode: Kuantitatif, cross sectional Sampel: 91 perawat rawat inap di RSU Negara, simple random sampling Instrumen: Resilience Scale (RS14) dan Expanded Nursing Stress Scale (ENSS)	- Mayoritas perawat rawat inap memiliki tingkat resiliensi sedang (86.8%) - Sebagian besar perawat memiliki tingkat stres kerja ringan (50.5%) - Tidak terdapat hubungan antara resiliensi dengan stres kerja perawat rawat inap.
6.	Swandewi et al., 2023	Gambaran Resiliensi Perawat Rumah Sakit Umum Daerah Bali Mandara di Masa Pandemi Covid-19	Metode: Kuantitatif deskriptif Sampel: 78 perawat di RSUD Bali Mandara, simple random sampling Instrumen: Connor Davidson Resilience Scale-25 (CD RISC25)	- Mayoritas perawat memiliki tingkat resiliensi sedang (76.9%). - Sebagian besar responden dengan resiliensi tinggi adalah perawat yang bertugas di ruang isolasi Covid-19 dan lama kerja lebih dari 3 tahun. - Sebagian besar responden dengan resiliensi sedang adalah perawat dengan pendidikan terakhir Ners, sudah menikah, lama kerja lebih dari 3 tahun dan bertugas di ruang rawat inap.
7.	Pramagita & Susilawati, 2023	Peran Welas Diri dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Perawat Rumah Sakit di Kota Denpasar	Metode: Kuantitatif korelasional deskriptif Sampel: 113 perawat rumah sakit di Kota Denpasar, simple random sampling Instrumen: skala resiliensi, skala welas diri, dan skala dukungan sosial	- Mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi tinggi (94.7%) - Faktor welas diri dan dukungan sosial meningkatkan resiliensi perawat sebesar 27.8%, selebihnya ditingkatkan oleh faktor lain yang tidak diteliti.
8.	Zaini, 2021	Resiliensi Perawat Selama Masa Pandemi Covid-19	Metode: Kuantitatif, cross sectional Sampel: 117 perawat di Kabupaten Jember, incidental sampling Instrumen: CD-RISC10 (Connor-Davidson Resilience Scale 10)	- Mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi cukup. - Faktor karakteristik instansi tempat bekerja (rumah sakit atau Puskesmas) berpengaruh pada tingkat resiliensi perawat
9.	Editya et al., 2021	Resiliency Quotient Perawat di Rumah Sakit di Jakarta	Metode: kuantitatif deskriptif Sampel: 156 perawat di satu RS swasta di Jakarta, convenience sampling Instrumen: Resiliency Quotient (RQ) Russell dan Russell (2007)	- Mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi <i>resilient</i> (87.82%) (dari skala: resiliensi rendah, sedikit resilient, resilient, dan sangat resilient) - Dimensi tertinggi pada perawat yang resilient dan sangat resilient adalah: dimensi tujuan pribadi dan pemecahan masalah. Sebaliknya, dimensi terendah adalah dimensi terorganisir - Dimensi tertinggi pada perawat yang sedikit resilient adalah: dimensi hubungan

No	Penulis,tahun	Judul artikel	Desain	Hasil
				sosial. Sebaliknya, dimensi terendah adalah dimensi pemecahan masalah dan kompetensi interpersonal.
10.	Zahra et al., 2024	Hubungan Self-Efficacy dengan Resiliensi pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang	Metode: Kuantitatif, cross sectional Sampel: 115 perawat di RSUD Padang, proportional random sampling Instrumen: Connor Davidson Resilience Scale (CD-RISC) dan General Self-Efficacy Scale (GSES)	<ul style="list-style-type: none"> - Mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi tinggi (74.8%) - Mayoritas responden memiliki tingkat efikasi diri tinggi (91.3%) - Mayoritas perawat memiliki skor tinggi pada dimensi resiliensi yaitu dimensi kompetensi individu, penerimaan positif, kontrol dan penyebab, dan spiritualitas. - Mayoritas perawat memiliki skor sedang pada dimensi resiliensi yaitu dimensi percaya pada insting. - Terdapat hubungan bermakna antara efikasi diri dengan resiliensi perawat - Tidak terdapat hubungan antara usia, jenis kelamin, masa kerja, pendidikan terakhir, status pernikahan, jabatan, dan status pekerjaan/kepegawaian dengan tingkat resiliensi dan tingkat efikasi diri.
11.	Auralita et al., 2023	Resiliensi Sebagai Mediator Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kualitas Hidup Perawat Pasien Beresiko Tinggi	Metode: Kuantitatif korelasional Sampel: 77 perawat ICU dan IGD di RSUP Fatmawati, convenience sampling Instrumen: skala kualitas hidup, skala efikasi diri, dan skala resiliensi	<ul style="list-style-type: none"> - Mayoritas responden memiliki tingkat resiliensi sedang (70.12%), tingkat efikasi diri tinggi (77.92%), dan tingkat kualitas hidup tinggi (71.42%). - Efikasi diri dan resiliensi secara bersamaan memiliki pengaruh positif pada kualitas hidup perawat.
12.	Dharmeswari et al., 2022	Hubungan Resiliensi dan Burnout syndrome pada Perawat Rumah Sakit Umum Bali Royal	Metode: Kuantitatif korelasional Sampel: 115 perawat, non probability sampling, pengambilan data di tahun 2022. Instrumen: Maslach Burnout Inventory (Human Service Survey) dan Resilience Quotient	<ul style="list-style-type: none"> - Terdapat hubungan positif antara resiliensi dengan <i>burnout syndrome</i>

Tingkat Resiliensi Perawat di Indonesia

Berdasarkan revidi studi terpilih, gambaran resiliensi perawat pada rentang tahun 2020-2024 adalah mayoritas perawat berada pada tingkat resiliensi sedang (6 studi) dan tinggi (4 studi). Studi selebihnya tidak mencantumkan hasil univariat tingkat resiliensi. Hasil analisis univariat tersebut berdasarkan penggunaan instrumen dan *cut-off point* yang berbeda. Distribusi tingkat resiliensi berdasarkan wilayah studi tergambar pada Grafik 1.



Grafik 1. Distribusi Tingkat Resiliensi berdasarkan Wilayah Studi

Faktor yang Memengaruhi Resiliensi Perawat

Empat studi menggambarkan tentang faktor-faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi pada perawat. Faktor yang memengaruhi tingkat resiliensi antara lain, regulasi diri, budaya kerja, welas diri, dukungan sosial, efikasi diri, dan jenis tempat kerja (rumah sakit atau Puskesmas). Namun demikian, terdapat faktor yang dibuktikan tidak terdapat hubungan dengan resiliensi antara lain, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir, masa kerja, status pernikahan, jabatan, dan status kepegawaian.

Hubungan Resiliensi dengan Kesehatan Mental Perawat

Kajian terhadap 12 studi menunjukkan bahwa studi yang menggambarkan penelitian tentang kesehatan mental perawat hanya pada 4 studi. Berdasarkan empat studi tersebut, kesehatan mental yang dimaksud terdiri dari stres kerja, kecemasan, depresi, dan *burnout*. Diperoleh variasi pada keterkaitan antara resiliensi dengan kesehatan mental, yaitu resiliensi berhubungan negatif dengan depresi, resiliensi berhubungan positif dengan *burnout*, dan tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan stres kerja dengan resiliensi.

PEMBAHASAN

Systematic review yang dilakukan penulis ini memperoleh 12 studi kuantitatif dari banyaknya literatur yang membahas topik resiliensi perawat. Literatur sebelum dilakukan seleksi, mayoritas membahas resiliensi perawat di negara lain. Berdasarkan pertanyaan penelitian dan tujuan, penulis berfokus pada gambaran resiliensi perawat khusus di Indonesia, tidak pada negara lain. Penulis juga menambahkan hasil tentang kesehatan mental yang terjadi pada perawat Indonesia yang terkait dengan resiliensi.

Beberapa kajian literatur yang mirip tentang resiliensi perawat dan dampaknya terhadap kesehatan mental telah dihasilkan. Salah satu hasil revidu yang dilakukan oleh Bui et al. (2023) merangkum pengkinian bukti tentang keterkaitan antara resiliensi dan keperawatan kesehatan mental/jiwa dan eksplorasi pengetahuan empiris mengenai resiliensi perawat kesehatan jiwa/mental. Pada kajian tersebut, sampel yang terpilih berasal dari berbagai negara. Belum ada kajian literatur yang menelaah resiliensi perawat khusus di Indonesia dan kaitannya dengan kesehatan mental.

Gambaran Resiliensi Perawat di Indonesia

Hasil pertama pada kajian ini yaitu terdapat enam instrumen yang digunakan untuk mengukur resiliensi pada perawat di Indonesia. Dari enam instrumen, yang terbanyak digunakan pada 5 artikel adalah instrumen *The Connor–Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) dengan dua versi yaitu versi 10 dan 25 item. Instrumen CD-RISC dikembangkan oleh Connor & Davidson (2003). Instrumen ini telah diujikan pada populasi yang general atau umum sehingga dapat diaplikasikan pada berbagai populasi atau konteks misalnya, pada aspek biologis, tatanan klinis, pada penelitian yang mengkaji intervensi resiliensi dan investigasi strategi koping (Connor & Davidson, 2003). Sebagai contoh, instrumen ini banyak digunakan oleh peneliti dalam mengidentifikasi resiliensi atau ketangguhan atau ketahanan tenaga kesehatan pada masa pandemi Covid-19 lalu (Ismail et al., 2023; Jo et al., 2021; Yang et al., 2024). Sehingga instrumen CD-RISC dapat digunakan pada penelitian lebih lanjut untuk mengukur tingkat resiliensi perawat dan menggali lebih dalam pada aspek dimensi-dimensinya.

Temuan kedua pada *systematic review* ini adalah mayoritas resiliensi perawat Indonesia berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Tingkat resiliensi perawat Indonesia yang dikaji pada penelitian ini

merupakan resiliensi pada kondisi pandemi Covid-19 dan pasca pandemi. Hasil temuan ini berbeda dengan hasil penelitian di beberapa rumah sakit di wilayah Sumatera dan Jawa Timur, yaitu resiliensi perawat pada tingkat rendah hingga sedang (Martini et al., 2021; Putri, 2022). Tingkat resiliensi rendah juga ditemukan pada perawat intensif tahun 2011 di Amerika Serikat (Mealer et al., 2011). Tingkat resiliensi pada beberapa penelitian di luar negeri (negara Cina, Amerika Serikat, Korea Selatan, Jepang, dan Turki) berada pada tingkat sedang atau menengah (Jo et al., 2021; Zhang et al., 2023). Beragamnya tingkat resiliensi perawat Indonesia dan juga perawat negara lain menunjukkan bahwa resiliensi bersifat dinamis, dipengaruhi oleh beberapa faktor, dan dapat dimodifikasi (Connor & Davidson, 2003). Untuk memperoleh data secara komprehensif dapat dilakukan penelitian lanjutan tentang eksplorasi resiliensi perawat di Indonesia dengan pendekatan kualitatif.

Temuan berikutnya yaitu resiliensi perawat Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, regulasi diri, budaya kerja, welas diri, dukungan sosial, efikasi diri, dan jenis tempat kerja. Efikasi diri sebagai salah satu yang memiliki pengaruh terhadap resiliensi perawat di Indonesia, didukung oleh penelitian Martini et al. (2021) dan Utami (2017) bahwa seseorang dengan keyakinan diri akan memiliki resiliensi tinggi. Budaya organisasi (Blake, 2018), dukungan sosial (Asih et al., 2019) dan lokasi tempat kerja (Jo et al., 2021) juga memengaruhi resiliensi perawat.

Temuan sebaliknya diperoleh bahwa faktor usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan terakhir, masa kerja, status pernikahan, jabatan, dan status kepegawaian tidak memiliki hubungan dengan resiliensi. Hal ini berbeda dengan beberapa penelitian dan pandangan yang memaparkan bahwa faktor usia, jenis kelamin, kepribadian, coping stres, status sosial ekonomi memiliki pengaruh pada resiliensi perawat (Nashori, 2021; Sierra-García et al., 2022; Zhang et al., 2023). Perbedaan ini dapat terjadi karena variasi karakteristik partisipan, negara, dan budaya yang melekat pada populasi terkait. Dengan demikian, perlu dilakukan telaah lebih luas tentang faktor yang memengaruhi resiliensi perawat Indonesia.

Hubungan Resiliensi dengan Kesehatan Mental Perawat

Hasil revidi terakhir adalah adanya hubungan antara resiliensi dengan kesehatan mental, yaitu resiliensi berhubungan negatif dengan depresi, resiliensi berhubungan positif dengan *burnout*, dan tidak terdapat hubungan antara kecemasan dan stres kerja dengan resiliensi. Resiliensi yang tinggi berhubungan secara signifikan terhadap penurunan depresi, burnout syndrome, kecemasan dan post-traumatic stress disorder (PTSD) di Amerika Serikat dan Cina (Mealer et al., 2011; Zhang et al., 2023). Ditambahkan bahwa resiliensi memengaruhi kesejahteraan kerja (Cooper et al., 2020; Hegney et al., 2015; Malinowska-Lipień et al., 2022). Hasil tersebut berbeda dengan temuan pada kajian penulis bahwa resiliensi berhubungan positif dengan *burnout* dan tidak ada hubungan antara kecemasan dan stres kerja dengan resiliensi.

Dharmeswari et al. (2022) menjelaskan bahwa sindrom kelelahan yang dialami pada responden menjadi berkepanjangan pada masa Pandemi Covid-19 yang berlangsung selama 2 tahun dan membuat perawat sangat lelah untuk mengulang kembali masa pandemi. Namun, sindrom kelelahan dan stres tersebut dapat diatasi dengan coping perawat dalam bentuk mencari dukungan, spiritualitas dan pengendalian diri (Hardiyanti et al., 2022). Penggalan fenomena pengaruh resiliensi terhadap kesehatan mental perawat dapat dilanjutkan melalui studi kualitatif atau kajian literatur tentang intervensi resiliensi yang memberi dampak pada kesehatan mental perawat. Penelitian lanjutan tentang intervensi untuk meningkatkan resiliensi perawat yang berfokus pada individu seperti intervensi yang berbasis *mindfulness* dan *self-compassion*, maupun intervensi yang berfokus pada organisasi penting untuk dilakukan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Gambaran resiliensi perawat di Indonesia yaitu berada pada tingkat resiliensi sedang hingga tinggi. Resiliensi perawat Indonesia dipengaruhi oleh faktor regulasi diri, budaya kerja, welas diri, dukungan sosial, efikasi diri, dan jenis tempat kerja. Pengukuran resiliensi paling sering menggunakan instrumen CD-RISC. Resiliensi memiliki hubungan negatif dengan depresi, berhubungan positif dengan *burnout syndrome*, dan tidak berhubungan dengan kecemasan dan stres kerja. Saran dari *systematic review* ini adalah kajian lanjutan tentang faktor yang memengaruhi resiliensi dan intervensi resiliensi serta menggali resiliensi perawat secara kualitatif.

REKOMENDASI

Penelitian selanjutnya perlu mengintegrasikan strategi pencarian yang lebih komprehensif dengan memperluas basis data internasional seperti PubMed, CINAHL, PsycINFO, dan Embase untuk menangkap literatur yang dipublikasikan dalam bahasa Inggris oleh peneliti Indonesia. Implementasi strategi pencarian *grey literature* melalui repositori institusional universitas, tesis database, dan laporan penelitian dari lembaga kesehatan akan memperkaya temuan dan mengurangi publication bias yang dapat terjadi akibat keterbatasan publikasi internasional.

PERNYATAAN

Ucapan Terimakasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penulisan artikel ini.

Pendanaan

Penelitian ini adalah bagian dari proses pendidikan lanjut dengan kontrak pendanaan dari Kementerian Kesehatan, Skema Bantuan Biaya Pendidikan Tugas Belajar Sumber Daya Manusia Kesehatan tahun 2021.

Kontribusi Setiap Penulis

DS (merancang konsep dan desain penelitian, proses pencarian literatur hingga ekstraksi data, merancang manuskrip), **DG** (merancang desain penelitian, memberikan masukan pada konten manuskrip), **HH** (merancang konsep penelitian, memberi masukan pada konten manuskrip), **JDW** (proses pencarian literatur hingga ekstraksi data, memberi masukan pada konten manuskrip).

Pernyataan Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

- American Psychological Association. (2023). *Resilience*. <https://www.apa.org/topics/resilience>
- Ardilla, R. R., Dwijayanto, I. M. R., & Kusumaningtyas, D. P. H. (2022). Hubungan Resiliensi terhadap Stres Kerja Perawat Rawat Inap di Rumah Sakit Umum Negara. *Indonesia Journal of Health Research*, 5(1), 24–37. <https://doi.org/10.51713/idjhr.v5i1.48>
- Asih, O. R., Fahmy, R., Novrianda, D., Lucida, H., Priscilla, V., & Putri, Z. M. (2019). Cross Sectional: Dukungan Sosial dan Resiliensi Perawat. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(2), 421. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v19i2.674>
- Aty, Y. M. V. B., Israfil, Making, M. A., & Selasa, P. (2022). Resiliensi Perawat pada Masa Pandemi Covid 19 yang Bertugas Di Rumah Sakit. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 10(2). <https://doi.org/10.20527/dk.v9i1.71>
- Auralita, A. Y., Sundari, A. R., Susilarini, T., & Sovitriana, R. (2023). Resiliensi Sebagai Mediator Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Kualitas Hidup Perawat Pasien Beresiko Tinggi. *Jurnal Psikologi Kreatif Inovatif*, 3(2), 53–62. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v3i2.2162>
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. (2016). *Hasil Pencarian - KBBI Daring*. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/tanggung>
- Blake, N. (2018). Resilience during difficult times in health care. *AACN Advanced Critical Care*, 29(2), 115–117. <https://doi.org/10.4037/aacnacc2018737>
- Bui, M. V., McInnes, E., Ennis, G., & Foster, K. (2023). Resilience and mental health nursing: An integrative review of updated evidence. In *International Journal of Mental Health Nursing*. John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1111/inm.13132>
- Buntoro, I. F., Folamauk, C. L. H., Nurina, R. L., Kleden, S. S., & Handoyo, N. E. (2023). Resilience, depression and their effect on nurse retention: a survey in rural Indonesia. *Rural and Remote Health*, 23(3). <https://doi.org/https://doi.org/10.22605/RRH7725>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of A New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18, 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Cooper, A. L., Brown, J. A., Rees, C. S., & Leslie, G. D. (2020). Nurse resilience: A concept analysis. In *International Journal of Mental Health Nursing* (Vol. 29, Issue 4, pp. 553–575). Blackwell Publishing. <https://doi.org/10.1111/inm.12721>
- Dharmeswari, M. P. R., Hardika, I. R., & Ayuningtias, A. U. H. (2022). Hubungan Resiliensi dan Burnout syndrome pada Perawat Rumah Sakit Umum Bali Royal. *Jurnal Kesehatan, Sains, Dan Teknologi (JAKASAKTI)*, 1(2). <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/jakasakti/index>
- Editya, A. J., Kaburito, A. J., Pasaribu, D. H., & Harefa, L. A. (2021). Resiliency Quotient Perawat di Rumah Sakit di Jakarta. *Jurnal Keperawatan*, 9(2). <https://doi.org/10.19166/nc.v9i2.4978>
- Effendy, C., Margaretha, S. E. P. M., Helmi, M., Ferhonika, A., & Masdar, M. (2023). The Relationship Between Social Support, Fear, and Psychological Distress Among Frontline Nurses During the COVID-19 Pandemic in Indonesia. *Journal of Psychosocial Nursing and Mental Health Services*, 61(5), 53–58. <https://doi.org/10.3928/02793695-20221122-03>
- Foster, K., Roche, M., Delgado, C., Cuzzillo, C., Giandinoto, J. A., & Furness, T. (2019). Resilience and mental health nursing: An integrative review of international literature. *International Journal of Mental Health Nursing*, 28(1), 71–85. <https://doi.org/10.1111/INM.12548>
- Hardiyanti, R., Nasedum, I. R., & Fitriani, F. (2022). Strategi Coping Perawat Dalam Menghadapi Stres Kerja Selama Masa Pandemi Covid-19: penelitian kualitatif. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 14(2), 168–176. <https://doi.org/10.36990/hijp.v14i2.686>

- Hegney, D. G., Rees, C. S., Eley, R., Osseiran-Moisson, R., & Francis, K. (2015). The contribution of individual psychological resilience in determining the professional quality of life of Australian nurses. *Frontiers in Psychology, 6*(OCT). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.01613>
- Indonesia. (2023). *Undang-Undang Nomor 17 tahun 2023 tentang Kesehatan* (Lembaran Negara RI Tahun 2023 Nomor 105, Tambahan Lembaran RI Nomor 6887).
- Ismail, I., Djalil, N., Simunati, S., Sukriyadi, S., & Basri, M. (2023). Mengukur Resilience pada Relawan Perawat Covid-19 Menggunakan Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) 10. *Jurnal Kesehatan, 14*(2), 2023. <https://ejurnal.biges.ac.id/index.php/kesehatan/>
- Jo, S., Kurt, S., Bennett, J. A., Mayer, K., Pituch, K. A., Simpson, V., Skibiski, J., Takagi, E., Karaaslan, M. M., Ozluk, B., & Reifsnider, E. (2021). Nurses' resilience in the face of coronavirus (COVID-19): An international view. *Nursing and Health Sciences, 23*(3), 646–657. <https://doi.org/10.1111/nhs.12863>
- Malinowska-Lipień, I., Wadas, T., Gabryś, T., Kózka, M., Gniadek, A., Brzostek, T., & Squires, A. (2022). Evaluating Polish nurses' working conditions and patient safety during the COVID-19 pandemic. *International Nursing Review, 69*(2), 239–248. <https://doi.org/10.1111/inr.12724>
- Marthoenis, Maskur, Fathiariani, L., & Nassimbwa, J. (2021). Investigating the burden of mental distress among nurses at a provincial COVID-19 referral hospital in Indonesia: a cross-sectional study. *BMC Nursing, 20*, 1–8. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s12912-021-00596-1>
- Martini, D. E., Qowi, N. H., & Karsim. (2021). Self-efficacy sebagai Faktor Resiliensi Perawat di Ruang Covid-19. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes, 12*.
- Mealer, M., Jones, J., Newman, J., Mcfann, K. K., Rothbaum, B., & Moss, M. (2011). The presence of resilience is associated with a healthier psychological profile in intensive care unit (ICU) nurses: Results of a national survey. *International Journal of Nursing Studies, 49*, 292–299. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2011.09.015>
- Nashori, F. (2021). *Psikologi Resiliensi*. <https://www.researchgate.net/publication/351283333>
- Pramagita, N. M. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2023). Peran Welas Diri dan Dukungan Sosial terhadap Resiliensi Perawat Rumah Sakit di Kota Denpasar. *Jurnal Psikologi Konseling, 14*(1), 14–27. <https://doi.org/10.24114/konseling.v14i1.48095>
- Putri, Z. M. (2022). *Pengembangan Model Resilisensi sebagai Upaya Meningkatkan Ketangguhan Perawat di Rumah Sakit Sumatera Barat*.
- Rahmat, I., Pawestri, F., Saputro, R. A., Widianingrum, S., & Hanifah, T. (2023). Psychosocial Problems among Psychiatric Nurses for Caring Patients with Mental Disorders during the COVID-19 Pandemic. *Nursing Research and Practice, 2023*. <https://doi.org/10.1155/2023/3689759>
- Sierra-García, E., Sosa-Palanca, E. M., Saus-Ortega, C., Ruiz-Hontangas, A., Juárez-Vela, R., & Gea-Caballero, V. (2022). Modulating Elements of Nurse Resilience in Population Care during the COVID-19 Pandemic. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 19, Issue 8). MDPI. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084452>
- Sulistyowati, D., Handiyani, H., Kurniawan, M. H., & Syukrini, R. D. (2023). Exploring the aftermath: Work demands, workplace violence, and job satisfaction among nurses in a public hospital in the post-COVID-19 era. *Belitung Nursing Journal, 9*(5), 448–456. <https://doi.org/10.33546/bnj.2731>
- Swandewi, M. A., Suarningsih, N. K. A., & Kamayani, M. O. A. (2023). Gambaran Resiliensi Perawat Rumah Sakit Umum Daerah Bali Mandara di Masa Pandemi Covid-19. *Community of Publishing in Nursing (COPING), 4*, 321–327. <https://doi.org/10.24843/coping.2023.v11.i04.p09>
- Utami, C. T. (2017). Self-Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta-Analisis. *Buletin Psikologi, 25*(1), 54–65. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.18419>

- Winarti, W., Barbara, L., Simatupang, R. B., Hasena, S. L., & Dielfanie, V. K. (2024). Individual and organizational factors associated with disaster preparedness and resilience among Indonesian hospital nurses: a cross-sectional study. *Jurnal Ners*, 19(2), 206–215. <https://doi.org/10.20473/jn.v19i2.51181>
- World Federation for Mental Health. (2024). *WMHD Campaign Toolkit 2024*. <https://wmhdofficial.com/wp-content/uploads/wmhd2024-toolkit.pdf>
- Yang, L., Li, Z., Lei, Y., Liu, J., Zhang, R., Lei, W., & Anita, A. R. (2024). Research hotspots and trends in healthcare workers' resilience: A bibliometric and visualized analysis. In *Heliyon* (Vol. 10, Issue 15). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e35107>
- Yu, F., Chu, G., Yeh, T., & Fernandez, R. (2024). Effects of interventions to promote resilience in nurses: A systematic review. In *International Journal of Nursing Studies* (Vol. 157). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2024.104825>
- Zahra, C. A., Putri, Z. M., & Murni, D. (2024). Hubungan Self-Efficacy dengan Resiliensi pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang. *Jurnal Kesehatan Medika Sainatika*, 15(1), 1. <https://doi.org/10.30633/jkms.v15i1.2586>
- Zaini, M. (2021). Resiliensi Perawat Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(4), 779–786. <https://doi.org/10.26714/jkj.9.4.2021.779-786>
- Zhang, Y., Xiong, Y., Zhang, L., Jiang, X., Zhuang, X., Meng, L., Peng, L., & Wu, J. (2023). Sociodemographic and Psychological Predictors of Resilience Among Frontline Nurses Fighting the COVID-19 Pandemic. *Disaster Medicine and Public Health Preparedness*, 17(3). <https://doi.org/10.1017/dmp.2022.138>