

**DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19  
(STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)**

*Psychological Impact of Covid-19 Pandemic  
(Systematic Review on Health-Workers)*

**TESIS**

**Oleh**

**Valery M. Gibran**

**707209109**



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2020**

**DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19  
(STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)**

*Psychological Impact of Covid-19 Pandemic  
(Systematic Review on Health-Workers)*

Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Magister Psikologi (M.Psi.)

Oleh

Valery M. Gibran

707209109



**PROGRAM STUDI MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TARUMANAGARA  
JAKARTA  
2020**

## PERSETUJUAN UNTUK PENGAJUAN SIDANG TESIS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

1. Prof. Dr. Ediasri Toto Atmodiwirjo, Psikolog (sebagai Pembimbing I)
2. Dr. P. Tommy YS Suyasa, Psikolog (sebagai Pembimbing II)

menyatakan bahwa tesis berjudul:

### **DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19 (STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)**

yang disusun oleh:

**Valery Muhammad Gibran (707209109)**

dapat diajukan pada Sidang Tesis Program Studi Magister Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara yang akan diselenggarakan pada bulan Januari.

Jakarta, 22 Desember 2020

Pembimbing 1



Prof. Dr. Ediasri Toto Atmodiwirjo,  
Psikolog; a/n Dr. P. Tommy YS  
Suyasa, Psikolog

Pembimbing 2



Dr. P. Tommy YS Suyasa, Psikolog

## PERNYATAAN

Saya, Valery M. Gibran nomor induk: 707209109

Dengan ini menyatakan menjamin bahwa tesis yang diserahkan kepada Program Studi Magister Psikologi Universitas Tarumanagara,

berjudul:

**DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19  
(STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)**

merupakan **karya sendiri** yang tidak dibuat dengan melanggar ketentuan **plagiarisme dan otoplagiarisme**.

Saya menyatakan memahami tentang adanya larangan plagiarisme dan otoplagiarisme tersebut dan dapat menerima segala konsekuensi jika melakukan pelanggaran menurut ketentuan peraturan perundang-undangan dan peraturan lain yang berlaku di lingkungan Universitas Tarumanagara.

Pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun<sup>an</sup>

Jakarta, 22 Desember 2020



Valery M. Gibran  
NIM 707209109

# LEMBAR PENGESAHAN

Nama : Valery Muhammad Gibran

N.I.M. : 707209109

Program Studi : Magister Psikologi

## JUDUL TESIS

### **DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19 (STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)**

telah diuji pada **Sidang Tesis** pada hari **kamis** tanggal **21 Januari 2021**

dan dinyatakan Lulus oleh Dewan Penguji yang terdiri atas:

1. Ketua : Dr. Rostiana, M. Si., Psikolog
2. Anggota : Dr. Heriyanti Satyadi, M. Psi., Psikolog

Jakarta, 24 Januari 2021

#### **Pembimbing I**



Prof. Dr. Ediasri Toto Atmodiwirjo, Psikolog  
a/n Dr. P. Tommy YS Suyasa, Psikolog

#### **Pembimbing II**



Dr. P. Tommy YS. Suyasa, Psikolog

#### **Dekan**



Dr. Rostiana, M. Si., Psikolog

#### **Ketua Program Studi**



Dr. P. Tommy YS Suyasa, Psikolog

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGELOLAAN & PUBLIKASI TESIS OLEH FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS TARUMANAGARA

Sebagai sivitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Valery M. Gibran  
NIM : 707209109

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** atas karya ilmiah saya yang berjudul :



### DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19 (STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)

Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini, Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), dan **mempublikasikan** \*) karya ilmiah (tesis) saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta (*author*) atau sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Mengetahui,

Jakarta, 21 Desember 2020

<p>Yang Menyatakan,</p>  <p>Dr. P. Tommy YS Suyasa, M. Si., Psikolog</p>	 <p>Valery M. Gibran</p>
---	---

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Allah SWT atas segala rahmat, berkah dan ridhoNya yang telah dilimpahkan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan Penelitian ini yang berjudul **Dampak Psikologis pada Tenaga Kesehatan selama Masa Pandemi**. Yang mana hal ini merupakan salah satu syarat kelulusan dalam kemagisteran.

Tentunya, begitu banyak hambatan dan rintangan yang terjadi selama proses perancangan kegiatan, hingga menuju sidang akhir penelitian. Sehingga pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan banyak terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada semua pihak yang telah membantu selama proses penelitian ini. Rasa terima kasih ini, pertama-tama penulis ucapkan banyak terima kasih kepada Keluarga tercinta, Bapak, Ibu, Kakak, Adik yang selalu memberikan dukungan materil dan moril selama penulis menempuh jalan panjang kemagisteran ini.

Selain itu, adapun ucapan terima kasih ini penulis sampaikan yang sebesar-besarnya kepada :

1. Ibu Dr. Rostiana, M.Si., Psikolog, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Taruamanagara sekaligus dosen yang telah bersedia memberikan bimbingan, masukan, dan izinnya untuk menyelesaikan penelitian ini.
2. Prof. Dr. Ediasri Toto Atmodiwirjo, Psikolog (Almh.) yang pernah membimbing saya selama penelitian. Semoga semua ilmu-ilmu yang diberikan bermanfaat untuk saya di kemudian hari.
3. Ibu Dr. Naomi Soetikno, Psikolog, berkat kesabaran ibu, saya dapat melangkah sampai pada titik ini. Saya memohon banyak yang sebesar-besarnya karena telah beberapa kali telah mengecewakan ibu. Walaupun demikian, ibu tetap bersabar terhadap saya.

4. Ibu Dr. Heryanti Satyadi, Psikolog, yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam menguji penelitian saya. Terima kasih juga telah mengampu beberapa mata kuliah, dan telah bersabar dalam mengampu saya sebagai mahasiswa ibu.
5. Bapak Dr. P. Tommy Y. S, Suyasa, Psikolog, sebagai Kaprodi Magister Psikologi sekaligus dosen pembimbing dalam penelitian ini. Tentunya, penelitian ini telah memperoleh banyak kemajuan, berkat bantuan secara keilmuan, dan bantuan secara moral oleh beliau. Kesabaran beliau dalam membimbing benar-benar menginspirasi penulis dalam banyak hal di kehidupan saat ini dan di masa depannya.
6. Kak Meina Evelyn Mangarondang, M.Psi. yang mana, berkat beliau, kegiatan ini dapat berjalan dengan lancar. Tanpa adanya dukungan dari beliau, penulis tidak akan merasakan adanya kemajuan yang pasti selama proses penelitian.
7. Bapak Hadi Winarno, S. Pd. (Alm.) Berkat perhatian dari beliau, dan kesabaran beliau, penulis tentunya tidak akan dapat melangkah sejauh ini. Beliau sangat berjasa dalam perihal administrasi penulis, sehingga karena perhatian, saran, dan masukan beliau, penulis tidak lagi merasa kebingungan untuk menentukan langkah. Semoga amal dan ibadah beliau diterima oleh Tuhan YME.
8. Teman-teman Mba' Muti, Mas Andre, Kak Lita dan Kak Natasya yang sangat berjasa sebagai *social support* dalam menyelesaikan penelitian ini..

Penelitian ini tentunya masih memiliki banyak kekurangan. Maka dengan segala kerendahan hari, penulis meminta saran dan masukan dari banyak pihak agar penelitian ini sedikitnya mendekati kesempurnaan. Akhir kata, penulis mengucapkan banyak terima kasih.

Jakarta, 21 Desember 2020

Valery Gibran, S.Psi.



## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
ABSTRAK.....	x
<i>ABSTRACT</i> .....	<i>xi</i>
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	5
2.1 Virus Covid-19.....	5
2.2 Burnout .....	6
2.3 Kecemasan .....	6
2.4 Insomnia dan Gangguan Tidur lainnya.....	7
2.5 Kerangka Berpikir .....	8
BAB III METODE PENELITIAN.....	10
3.1 Strategi Pencacrian.....	10
3.2 Kriteria Seleksi .....	11
3.3 Metode Analisis.....	12
3.4 Resiko Bias.....	13
BAB IV HASIL DAN ANALISIS .....	14
4.1 Seleksi Studi.....	14
4.2 Kualitas Studi dan Risiko Bias .....	16
4.3 Karakteristik Studi .....	17
4.4 Karakteristik Responden dari Studi .....	18
4.5 Alat Pengukuran .....	22
4.6 Hasil Studi Dampak Psikologis .....	22
BAB V KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN .....	30
5.1 Kesimpulan .....	30
5.2 Diskusi.....	31
5.3 Saran .....	31
5.4 Keterbatasan Penelitian .....	34
DAFTAR PUSTAKA .....	35

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 kata kunci pencarian studi .....	11
Tabel 3.kriteria eksklusi dan inklusi .....	16
Tabel 4.2 Resiko bias dalam studi.....	18
Tabel 4.3 Karakteristik Studi.....	20
Tabel 4.6 Prevalensi dampak psikologis .....	23

## DAFTAR GAMBAR

<i>Gambar 1. Diagram Prisma</i> .....	15
---------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Cochrane Risk of Bias Tool .....	L-1
---	-----

**DAMPAK PSIKOLOGIS PANDEMI COVID-19  
(STUDI TINJAUAN SISTEMATIS PADA TENAGA KESEHATAN)**

Valery M. Gibran  
Ediasri Toto Atmodiwirjo  
Tommy, YS. Suyasa  
Universitas Tarumanagara

**Abstrak**

Pandemi COVID-19 saat ini telah memberikan dampak dari berbagai macam sektor, seperti kesehatan fisik, ekonomi, hingga permasalahan kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan agregasi mengenai permasalahan / dampak psikologis yang dialami pada tenaga kesehatan yang berhadapan langsung dengan pandemi COVID-19 ini. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode tinjauan sistematis pada 502 artikel yang merupakan hasil pencarian di beberapa pencarian database PsycINFO (n=99); PubMed (n=279); Medline (n=124). Dari penelitian-penelitian tersebut terdapat 19 artikel yang layak untuk ditinjau berdasarkan kriteria-kriteria eksklusi dan inklusi yang telah ditentukan. Hasil yang ditemukan pada penelitian ini adalah bahwa tenaga kesehatan mengalami beberapa permasalahan psikologis seperti kecemasan dan ketakutan (14%-90%); *burnout* (13%-66%); depresi (8%-52%); Insomnia dan Gangguan Kualitas Tidur (47.9%); PTSD, dan stress (7.7% dan 6.6%).

**Kata Kunci** : Covid-19, Dampak Psikologis, Tenaga Kesehatan

## **Psychological Impact of COVID-19 Pandemic (Systematic Review on Health-workers)**

Valery M. Gibran  
Ediasri Toto Atmodiwirjo  
P. Tommy Y. S. Suyasa  
Program Studi Psikologi Jenjang Magister  
Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara

### **Abstract**

The current COVID-19 pandemic has had an impact on various sectors, such as physical health, economy, and mental health problems. This research aims to make an agreement on the problems / psychological impacts associated with health workers who are directly related to the COVID-19 pandemic. This research was conducted using a systematic review method on 502 articles which were search results in several PsycINFO database searches (n = 99); PubMed (n = 279); Medline (n = 124). Of these studies, there are 19 articles that are worthy of review based on predetermined exclusion and inclusion criteria. The results found in this study were that health workers experienced several psychological problems such as fear and fear (14% -90%); fatigue (13% -66%); depression (8% -52%); Insomnia and Sleep Quality Disorders (47.9%); PTSD, and stress (7.7% and 6.6%).

**Keywords:** *COVID-19, Healthcare Workers, Mental Health Problem*