

## Dinamika secondary traumatic stress, vicarious trauma dan burnout

Evi Sukmaningrum

Deskripsi Dokumen: <http://lib.ui.ac.id/bo/uiibo/detail.jsp?id=20342700&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini berangkat dari kenyataan bahwa pekerja kemanusiaan dapat mengalami dampak psikologis akibat pekerjaannya. Para pekerja kemanusiaan tersebut dalam penelitian ini disebut pendamping adalah ujung tombak dari upaya penanganan korban kekerasan, khususnya yang dialami perempuan dan anak-anak. Di lain pihak, perhatian dan penghargaan yang diberikan institusi maupun masyarakat terhadap apa yang mereka lakukan dirasakan kurang. Isu mengenai kesehatan mental pada para pendamping itu sendiri juga masih sering terabaikan. Padahal mereka yang berhadapan dengan kasus kekerasan ini sangat rentan terhadap berbagai dampak psikologis, yang pada akhirnya akan mengurangi kualitas dari pelayanan mendarnpingi klien.

Dampak psikologis yang telah terlebih dahulu dikenal dalam konteks pekerjaan sebagai pendamping adalah burnout. Namun sejak awal tahun 90-an berkembang. puia konstruk lain yang dianggap lebih menggambarkan dampak hubungan antara pendamping dengan trauma yang dialami oleh kliennya, yaitu secondary traumatic stress (STS) dan vicarious trauma (VT).

Penelitian yang komprehensif menyangkut kcligu dampak psikologis yang dialami pendamping - yaitu STS, VT dan burnout - masih dirasakan kurang terutama dalam konteks pekerja kemanusiaan di Indonesia. Sementara itu, ketiga istilah tersebut masih digunakan secara tidak tepat sehingga dapat menghambat penanganannya. Oleh karela itu, penelitian ini hendak memahami secara lebih utuh dinamika terbentuk dan berkembangnya STS, VT maupun burnout, termasuk factor-faktor penyebab dan upaya penanganannya.

Pemahaman yang lebih utub akan ketiga dampak psikologis itu berusaha dicapai melalui wawancara mendalam terhadap 6 orang partisipan. Para partisipan ini dipilih melalui proses seleksi terhadap 43 orang pendamping yang berasal dari 9 institusi pendampingan anak dan perempuan korban kekerasan di Jakarta. KeA3 orang caJon partisipan tersebut diminta untuk mengisi kuesioner ProQoL Rill yang mengukur tingkat STS dan burnout serta kuesioner TSI Belief Scale yang mengukur VT. Dengan cara ini diharapkan akan terpilih partisipan yang memang mengalami dmnpak psikologi yang ingin didalami, serta memaksimalkan variasi respon di antara part'isipan dengan dampak yang berbeda,

Hasil analisis terhadap rcspon ke-6 partisipan peneUtian menunjukkan bahwa STS merupakan dampak dari keterpaparan pendamping pada malcri trauma klien, khususnya kekerasan yang ekstrim. Sedangkan VT, walaupun juga merupakan dampak dari kontak dengan materi trauma, tetapi baru dirasakan pendatnping setelah jangka

waktu tertentu sejalan dengan proses akumulasi sejumlah pendampingan yang ditunjukkan dengan gangguan pada sejumlah kognitif, yaitu skema safety dan skema trust. Perbedaan lain antara STS dan VT juga tampak dari dampak jangka panjangnya. Bila dampak STS alurnya menghilang setelah waktu tertentu, VT akan cenderung bertahan pada pendampingan karena telah terjadi perubahan skema kognitif tentang pandangannya terhadap dunia

Berbeda dengan STS dan VT, burnout lebih

merupakan dampak yang dirasakan akibat tekanan dari kondisi pekerjaan terlintas.

Namun, faktor situasi pekerjaan yang menyebabkan burnout juga dapat mempercepat terjadinya STS dan VT. Sedangkan STS, walaupun merupakan dampak yang wajar terjadi pada seseorang pendampingan ketika ada pelibatan afektif pada masalah yang dialami kliennya, tetapi dapat terakumulasi dan akhirnya menyebabkan VT,

Dampak psikologis seperti STS, VT, dan burnout menjadi sesuatu yang bisa teramalkan, mengingat karakteristik pekerjaan mereka yang kompleks. Beban kerja yang berlebihan, tugas-tugas pendampingan yang beragam, jumlah dan jenis kasus yang berat disertai pula oleh kurangnya kompetensi dalam menangani kasus traumatik.

menyebabkan dampak semacam ini mungkin semakin terkena pada pendampingan. Pada akhirnya memang dibutuhkan penanganan yang serius dan sistematis untuk meningkatkan kesejahteraan mental para pekerja kemanusiaan di Indonesia.