

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRESS KERJA PADA PERAWAT RAWAT INAP DI RS X DEPOK PADA TAHUN 2020

Veza Azteria^{1,*}, Rahmania Dwi Hendarti²

^{1,2}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan,
Universitas Esa Unggul

*Email: veza.azteria@esaunggul.ac.id

ABSTRAK

Stress kerja adalah rasa tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaannya sebagai akibat dari adanya ketidakseimbangan antara karakteristik individu dengan tuntutan pekerjaan dan lingkungannya yang berdampak pada perilaku serta kondisi fisik dan psikologis karyawan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada perawat rawat inap di RS X Pada Tahun 2020. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi penelitian ini adalah perawat rawat inap sebanyak 59 perawat. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 35 sampel perawat di ruang rawat inap dengan teknik Stratified Random Sampling. Metode pengumpulan data sumber informasi yang akan digunakan yaitu berupa data primer dan data sekunder dengan menggunakan alat ukur berupa kuisioner. Hasil penelitian dari uji statistik Chi Square menunjukkan terdapat hubungan antara beban kerja ($p = 0,000$), jenis kelamin ($p = 0,003$) shift kerja ($p = 0,001$) dengan stress kerja pada perawat rawat inap di RS X Pada Tahun 2020 dan tidak terdapat hubungan antara masa kerja ($p = 0,354$) dengan stress kerja. Diharapkan RS X agar dapat menambahkan sumber daya manusia untuk mengurangi tingkat stress kerja pada perawat di ruang rawat inap.

Kata kunci : stress kerja, stress kerja perawat

1. PENDAHULUAN

Rumah sakit adalah institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan dan gawat darurat. Rumah sakit merupakan bagian integral dari suatu organisasi sosial dan kesehatan dengan fungsi menyediakan pelayanan paripurna (komprehensif). Stress kerja merupakan rasa tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaannya sebagai akibat dari adanya ketidakseimbangan antara karakteristik individu dengan tuntutan pekerjaan dan lingkungannya yang berdampak pada perilaku serta

kondisi fisik dan psikologis karyawan tersebut. Penyembuhan penyakit (kuratif) dan pencegahan penyakit (preventif) kepada masyarakat dan pusat penelitian medik. Stress kerja adalah rasa tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaannya sebagai akibat dari adanya ketidakseimbangan antara karakteristik individu dengan tuntutan pekerjaan dan lingkungannya yang berdampak pada perilaku serta kondisi fisik dan psikologis karyawan tersebut¹. American Nurses Association menyatakan bahwa stress pada perawat di dapatkan sebanyak 82% dari pekerja yang ada di rumah sakit di Amerika. Perawat dan mahasiswa keperawatan

menghadapi bahaya yang unik di tempat kerja, dengan ini menunjukkan harus ada cara untuk menanggulangi tingkat stress pada perawat, terutama dengan aktivitas fisik, nutrisi, istirahat, keamanan, dan kualitas hidup. Menurut Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2017 bahwa sebesar 60,6% pekerja mengalami depresi dan sebesar 57,6% pekerja mengalami insomnia. Gangguan ini berhubungan dengan gangguan mental emosional dan stressor pengembangan karir. Penyebab stress ditempat kerja disebabkan oleh beban pekerjaan, seperti target, hubungan interpersonal dengan atasan atau rekan kerja lain. Hasil survei yang dilakukan oleh PPNI pada tahun 2018 menyatakan bahwa sekitar 50,9% perawat di Indonesia mengalami stress kerja.

Para perawat yang mengalami stress kerja mengeluh sering merasakan pusing, lelah, tidak bisa beristirahat karena beban kerja tinggi dan menyita waktu². Jumlah tenaga perawat yang berjaga di rawat inap dalam satu shift jaga, dimana perbandingan jumlah perawat dengan pasien dalam satu shift adalah 1 : 5 sedangkan beban kerja yang tanggung perawat bagian rawat inap relatif berat, karena idealnya perbandingan jumlah perawat dengan jumlah tempat tidur yaitu satu perawat menjaga satu tempat tidur hingga dua tempat tidur. Salah satu faktor yang menyebabkan stress pada perawat ialah

seperti beban kerja yang diberikan atau yang dikerjakan terlalu berat, waktu kerja yang mendesak, iklim pekerjaan yang tidak sehat, konflik kerja, perbedaan nilai antar karyawan dengan pemimpin yang frustrasi dalam kerja³. Berdasarkan permasalahan diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada perawat rawat inap di rs x Depok pada tahun 2020.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif analitik dengan menggunakan desain cross sectional karena penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran dengan mempelajari korelasi atau hubungan antara variabel independent dengan variabel dependen. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat diruang rawat inap RS X yaitu sebanyak 59 perawat. Pengambilan sampel yaitu menggunakan Teknik random rampling dengan metode stratified random sampling yaitu dengan menggunakan accidental atau mengambil sampel dengan cara kebetulan sebanyak 35 perawat diruang rawat inap.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Stress Kerja, Beban Kerja, Jenis Kelamin, Masa Kerja dan Shift Kerja Pada Perawat Rawat Inap di RS X Pada Tahun 2020

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
	88	100
Dependen	Stres Kerja	62,9
	Tidak Stres Kerja	37,1
Independen	Beban Kerja Tinggi	57,1
	Beban Kerja Sedang	42,9
Jenis Kelamin	Perempuan	51,4
	Laki-laki	48,6
Masa Kerja	≥ 5 tahun	74,3

	<5 tahun	9	25,7
Shift kerja	Shift malam	19	54,3
	Shift pagi dan siang	16	45,7

Berdasarkan tabel 1, diketahui proporsi tertinggi terdapat pada perawat yang mengalami kategori stress kerja sedang yaitu sebanyak 18 perawat (51,4%). Untuk kepentingan analisis bivariat variabel stress kerja, peneliti memutuskan untuk menggabungkan variabel stress kerja yang semula terdiri dari 4 kategori dikelompokkan menjadi 2 kategori yaitu stress kerja jika skor > 36 dan normal jika skor ≤ 36. Proporsi tertinggi yang mengalami stress kerja terdapat pada perawat yang mengalami stress kerja yaitu sebanyak 22 perawat (62,9%). Proporsi tertinggi terdapat pada perawat dengan kategori beban kerja tinggi sebanyak 14 perawat (40%) kemudian untuk kebutuhan analisis bivariat variabel beban kerja, peneliti memutuskan untuk menggabungkan

variable beban kerja yang semula terdiri dari 5 kategori menjadi 2 kategori yaitu beban kerja tinggi jika skor > 29 dan beban kerja sedang jika skor ≤ 29. Proporsi tertinggi beban kerja terdapat pada kategori beban kerja tinggi yaitu sebanyak 20 perawat (78,4%), proporsi tertinggi jenis kelamin terdapat pada perawat dengan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 18 perawat (51,4%). Proporsi tertinggi masa kerja terdapat pada perawat yang memiliki masa kerja ≥ 5 tahun yaitu sebanyak 26 perawat (74,3%), proporsi tertinggi shift kerja terdapat pada perawat dengan shift kerja malam yaitu sebanyak 19 perawat (54,3%).

Analisis Bivariate

Tabel 2. Hubungan Antara Beban Kerja, Jenis Kelamin, Massa Kerja dan Shift Kerja Pada Perawat Rawat Inap di RS X Depok Pada Tahun 2020

Variabel Dependen		Stres Kerja				p - val ue	PR
		Stres Kerja		Tidak Stress Kerja			
		N	%	N	%		
Beban Kerja	Tinggi	19	95	1	5	0,000	4,750
	Kerja Sedang	3	20	12	80		
Jenis Kelamin	Perempuan	16	88,9	2	11,1	0,003	2,519
	Laki-Laki	7	35,3	11	64,7		
Variabel Dependen		Stres Kerja				p - val ue	PR
		Stres Kerja		Tidak Stress Kerja			
		N	%	N	%		
Masa Kerja	≥ 5 Tahun	18	69,2	12	30,8	0,243	1,558
	< 5 Tahun	4	44,4	5	55,6		
Shift Kerja	Shift Malam	17	89,5	2	10,5	0,001	2,863
	Shift pagi dan Siang	5	31,2	11	68,8		

Berdasarkan tabel 2, hasil analisis bivariate pada uji chi square menunjukkan bahwa variabel beban kerja (p -value = 0,000), jenis kelamin (p -value = 0,003), shift kerja (p -value = 0,001) berhubungan secara signifikan dengan stress kerja pada perawat rawat inap di RS X Depok. Variabel masa kerja (p -value = 0,243) tidak berhubungan secara signifikan dengan stress kerja pada perawat rawat inap di RS X Depok. Uji yang digunakan untuk menentukan hubungan 2 variabel ini adalah uji chi square dengan confiden interval (CI) 95% dengan nilai $\alpha = 0,05$. Berhubungan jika p -value < 0,05 dan tidak berhubungan jika p -value > 0,05.

Pembahasan Beban Kerja

Beban kerja merupakan volume pekerjaan yang dibebankan kepada tenaga kerja, baik fisik maupun mental dan tanggung jawab. Beban kerja berlebihan (roleoverload) terjadi ketika seseorang merasa kurang dalam keahliannya atau sumber daya (waktu) untuk menyelesaikan pekerjaan tertentu [4]. Berdasarkan hasil penelitian ini menyatakan terdapat hubungan dengan antara beban kerja dengan stress kerja pada perawat rawat inap di RS X, hal ini dikarenakan beban kerja yang dialami perawat rawat inap di RS X berdasarkan observasi dan wawancara, bahwa hampir semua pekerja mengalami tekanan fisik dan tekanan waktu dalam melakukan pekerjaannya. Beban kerja yang dialami perawat dirasakan di semua shift kerja, baik shift pagi, sore maupun malam, karena semua pekerjaan yang dilakukan perawat di setiap shift sama mulai dari mengganti infus pasien hingga operan ke perawat di shift berikutnya. Beban kerja mental yang dialami membuat perawat panik dan tertekan sehingga dapat menimbulkan stress kerja. Stress yang dialami oleh perawat rawat inap jika tidak ditangani akan dapat

menimbulkan gangguan kesehatan psikologis.

Jenis Kelamin

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa perawat yang jenis kelamin perempuan memiliki proporsi tertinggi yaitu sebanyak 18 perawat (51,4%). Jenis kelamin adalah karakteristik biologis dan fisiologis yang membedakan seseorang laki-laki maupun perempuan. Dalam kaitannya dengan stress, perempuan mempunyai kecenderungan mengalami stress lebih besar dimana didalam tubuh seorang perempuan terjadi perubahan hormonal. Perempuan lebih mudah merasakan perasaan bersalah, cemas, peningkatan bahkan penurunan nafsu makan, gangguan tidur dan gangguan makan. Saat stress perempuan lebih mudah untuk sedih, sensitif, marah, serta mudah menangis. Penurunan estrogen pada perempuan akan berpengaruh pada emosi. Selain perubahan hormonal, karakteristik perempuan yang lebih mengedepankan emosional daripada rasional. Ketika menghadapi suatu masalah, perempuan cenderung menggunakan perasaan [5].

Masa Kerja

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa perawat dengan masa kerja ≥ 5 tahun memiliki proporsi tertinggi yaitu sebanyak 26 perawat (74,3%). Masa kerja merupakan kurun waktu atau lamanya tenaga kerja bekerja disuatu tempat. Masa kerja dihitung sejak terjadinya kerja antara pihak perusahaan dengan pekerja. Masa kerja dapat mempengaruhi tenaga kerja baik positif maupun negative. Masa kerja akan memberikan pengaruh positif kepada pekerja bila dengan semakin lamanya seseorang bekerja maka pekerja tersebut semakin banyak pengalaman dalam melakukan tugasnya. Namun sebaliknya akan memberikan pengaruh negative jika semakin lamanya seseorang bekerja maka akan menimbulkan kebosanan dan

kelelahan kerja yang berujung pada kerusakan organ tubuh. Masa kerja yang berhubungan dengan stress kerja sangat berkaitan dengan kejenuhan atau kebosanan dalam bekerja. Pekerja yang bekerja diatas 5 tahun biasanya memiliki tingkat kejenuhan yang lebih tinggi daripada pekerja yang baru bekerja, sehingga kejenuhan dapat menyebabkan stress kerja [6].

Shift Kerja

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa perawat yang shift kerja malam memiliki proporsi tertinggi yaitu sebanyak 19 perawat (54,3%). Shift kerja merupakan sumber utama dan stress bagi para pekerja. Para pekerja shift malam lebih sering mengeluh tentang kelelahan dan gangguan perut dari pada para pekerja pagi atau siang. Dampak dari kerja shift terhadap kebiasaan makan yang mungkin menyebabkan gangguan-gangguan perut [7]. Kerja shift berdampak pada psikososial, dampak tersebut menunjukkan masalah yang lebih besar jika dibandingkan dengan dampak fisiologis. Dampak psikososial yang biasanya terjadi adalah mulai munculnya gangguan dalam kehidupan pada keluarga, tidak adanya waktu luang, minimnya kesempatan untuk saling berkomunikasi dengan teman maupun orang terdekat, dan mengganggu aktivitas dan sosialisasi dalam satu kelompok masyarakat. Berdasarkan hasil penelitian ini menyatakan terdapat hubungan antara shift kerja dengan stress kerja pada perawat rawat inap di RS X. Perawat shift kerja malam lebih banyak yang menderita stress dari pada shift kerja pagi dan sore dikarenakan pada saat malam hari perawat harus tetap melakukan pekerjaan-pekerjaan yang sama seperti perawat shift pagi dan siang lakukan, walaupun pada saat malam kebanyakan pasien tidur akan tetapi para perawat harus tetap terjaga dan fokus sepanjang malam jika sewaktu-waktu ada pasien yang

membutuhkan dan perawat harus menemui pasien dengan kesiapan penuh.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka gambaran distribusi stress kerja pada perawat rawat inap di RS X 2020 dengan proporsi tertinggi adalah perawat yang mengalami stress kerja sebanyak 22 perawat (62,9%). Maka dapat disimpulkan bahwa factor yang berhubungan dengan stress kerja di RS X tahun 2020 diantaranya adalah jenis kelamin yaitu perawat yang jenis kelamin perempuan sebanyak 18 perawat (51,4%), perawat yang memiliki masa kerja ≥ 5 tahun sebanyak 26 perawat (74,3%), perawat yang shift kerja malam sebanyak 19 (54,3%) dan perawat yang memiliki beban kerja tinggi sebanyak 20 perawat (57,1%).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Cahyono EW. The Power Of Gratitude: Kekuatan Syukur Dalam Menurunkan Stres Kerja. Deepublish: 2019
- [2] Bakrie D. Hubungan Kondisi dan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Dr. Adnan WD Payakumbuh: 2014
- [3] Sunyoto D. Sumber Daya Manusia. Caps: 2013
- [4] Ramdam IM. Higiene Industri. CV. Bimotry Buluksumur Visual: 2013
- [5] Indah F, Alifin S. Hubungan Shift Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soegiri Lamongan: 2010
- [6] Prakosa. Faktor Determinan Terhadap Stres Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi di PT. Indogravure Tahun 2017. UIN Syarif Hidayatullah: 2017

- [7] Sucipto CD. Keselamatan dan Kesehatan Kerja. Gosyen Publishing: 2014