

ABSTRACT

Stress is a mental condition in which a person reacts both physiologically and psychologically to a mismatch between circumstances and the individual's biological, psychological and social resource systems as well as to change that require adjustment which results in the emergence of physical and mental disorders. Work-related stress is a response people may have when faced with job demands and pressures that do not match their knowledge and abilities and that challenge their ability to cope. This research aims to determine the description of stress and working hours for nurses at Clinic X in 2023. The type of research used is quantitative research using a cross sectional research design. The population in this study were all nurses at Clinic X. The sampling technique used the total sampling method, the type of data used was primary. Based on the results of a preliminary study conducted by the author on 10 nurses of Clinic X using the DASS-21 questionnaire, it was found that 7 nurses (70%) of 10 nurses experienced stress, 4 experienced severe stress and 3 nurses experienced mild stress, 4 nurses (40%) of 10 nurses experienced depression, and 2 nurses (20%) of 10 nurses experienced anxiety. So it is suggested that it is necessary to increase social support and discuss various experiences with fellow nurses to help reduce work-related stress. And a policy that prohibits nurses from taking vacation or leave at the same time as other nurses.

Keywords : Stress, depression, anxiety

ABSTRAK

Stres adalah suatu kondisi mental dimana seseorang bereaksi baik secara fisiologis maupun psikologis terhadap ketidaksesuaian antara keadaan dan sistem sumber daya biologis, psikologis dan sosial individu serta terhadap perubahan yang menuntut untuk melakukan penyesuaian diri yang mengakibatkan munculnya gangguan fisik dan jiwa. Stres yang berhubungan dengan pekerjaan adalah tanggapan yang mungkin dimiliki orang ketika dihadapkan dengan tuntutan dan tekanan pekerjaan yang tidak sesuai dengan pengetahuan dan kemampuan mereka dan yang menantang kemampuan mereka untuk mengatasinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stres pada perawat di Klinik X dengan menunakan DASS21 di Klinik X tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat di Klinik X. Teknik sampling menggunakan metode total sampling, jenis data yang digunakan yaitu primer. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan penulis terhadap 10 orang perawat di Klinik X dengan menggunakan kuesioner DASS-21 didapatkan sebanyak 7 perawat (70%) dari 10 perawat mengalami stres, 4 mengalami stress berat dan 3 perawat mengalami stress ringan, 4 perawat (40%) dari 10 perawat mengalami depresi, dan 2 perawat (20%) dari 10 perawat mengalami kecemasan. Sehingga disarankan perlunya peningkatan dukungan sosial dan berdiskusi dalam berbagai pengalaman dengan sesama perawat untuk membantu mengurangi stres akibat kerja. Dan kebijakan yang melarang perawat untuk mengambil libur atau cuti secara bersamaan perawat lainnya.

Kata Kunci : Stres, depresi, kecemasan