

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA PERAWAT BANGSAL RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT JIWA DR. SOEHARTO HEERDJAN

Janice¹, Yeny Duriana Wijaya²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul, Jakarta
Jalan Arjuna Utara Nomor 9, Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510
Jan15ce@yahoo.com

Abstrak

Banyaknya tuntutan pekerjaan dan berbagai macam masalah yang dialami oleh perawat bangsal rawat inap di dalam menjalani pekerjaannya sebagai perawat pasien skizofrenia. Mengakibatkan sejumlah perawat mengalami stres kerja. Salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah dukungan sosial. **Tujuan:** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja, serta kategorisasinya pada perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan. **Metode:** rancangan penelitian ini kuantitatif kausal, dengan teknik sampling *purposive sampling*, dengan jumlah sampel 75 orang. Dukungan sosial diukur menggunakan skala dukungan sosial dengan besaran reliabilitas (α)=0,942 dengan 39 *item* valid. Stres kerja diukur dengan menggunakan skala stres kerja dengan besaran reliabilitas (α)=0,881 dengan 26 *item* valid. Berdasarkan hasil uji regresi linier diperoleh pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja sebesar $Y=139,385-0,445X$, dengan sig (p)=0,000 ; $p<0,05$, yang artinya hipotesis diterima. Diketahui juga tingkat perawat bangsal rawat inap dengan dukungan sosial dan stres yang tinggi lebih banyak dibandingkan dengan tingkat dukungan sosial dan stres kerja yang rendah.

Kata kunci: Perawat bangsal rawat inap, dukungan sosial, stres kerja.

Abstract

The number of job demands and various problems experienced by inpatient wards nurses in undergoing her/his work as schizophrenia patients nurses, resulting a number of nurses experiencing work stress. One of the factor affected work stress is social support.. Purpose: this study aimed to explained the effect of social support toward work stress, and categorization on the inpatient wards nurses in Dr. Soeharto Heerdjan psychiatric hospitals. Methods: the study design was causal quantitative with purposive sampling technique, with a sample size of 75 people. Social support was measured used social support scale with the amount of reliability (α)= .942 with 39 items valid. Work stress was measured used work stress scale with the amount of reliability (α)= .881 with 26 items valid. Based on linear regression, the effect of social support toward the work stress is $Y=139.385- .445X$, sig (p)= .000 ; $p < .05$, which mean the hypothesis is accepted. Also known more inpatient wards nurses had high social support and work stress level compared to those with low social support and work stress level.

Keywords: inpatient wards nurses, social support, work stress.

Pendahuluan

Rumah sakit jiwa adalah institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat (www.libertymr.com). Salah satu rumah sakit jiwa di Jakarta barat yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan serta gawat darurat, dan memberikan pelayanan pengobatan baik psikiatri maupun non-psikiatri adalah Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan. Pelayanan rawat inap RSJ Dr.

Soeharto Heerdjan merawat pasien meliputi pasien skizofrenia, autisme, dan *down syndrome* yang sudah tidak dapat ditangani sendiri oleh keluarganya dirumah atau telah dianggap membahayakan bagi lingkungannya (sumber: hasil wawancara 30 November 2016). Sedangkan pelayanan rawat jalan dan gawat darurat di RSJ Dr. Soeharto Heerdjan dikhususkan untuk pasien yang membutuhkan pengobatan baik psikiatri maupun non-psikiatri (www.rsjh.com).

Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan sendiri memiliki lima kelas ruangan bangsal rawat

inap (www.rsjh.com). Di bangsal rawat inap dibagi menjadi bangsal rawat inap anak dan remaja, dan bangsal rawat inap dewasa yang memiliki 11 bangsal rawat inap, yang dibagi menjadi 1 bangsal isolasi dewasa laki-laki dan 1 bangsal isolasi dewasa wanita dan 9 bangsal rawat inap pasien tenang. Pasien yang dirawat didalam bangsal rawat inap anak dan remaja di RSJ Dr. Soeharto Heerdjan merupakan pasien anak dan remaja yang mengalami gangguan autisme dan *down syndrome*, sedangkan pada bangsal rawat inap dewasa hanya merawat pasien gangguan skizofrenia saja (sumber: hasil wawancara 30 November 2016).

Di bangsal rawat inap RSJ Dr. Soeharto Heerdjan memiliki tenaga perawat yang berjumlah sebanyak 93 orang. Perawat bangsal rawat inap RSJ Dr. Soeharto Heerdjan bekerja dengan sistem shift yang terbagi atas 3 shift yakni shift pagi, siang, dan malam, dimana masing-masing perawat bangsal rawat inap akan dilakukan rolling perpindahan bangsal tempat bertugas setiap setahun atau dua tahun sekali. Setiap perawat bangsal rawat inap memiliki tanggung jawab sekitar 2-5 pasien per bangsal, pembagian tanggung jawab perawat bangsal rawat inap pada pasien tergantung pada banyaknya jumlah perawat didalam bangsal, misal dalam satu bangsal terdapat 10 perawat maka setiap perawat akan memiliki tanggung jawab sekitar 2 pasien.

Setiap harinya perawat bangsal rawat inap di RSJ Dr. Soeharto Heerdjan, perawat bangsal rawat inap yang datang mula-mula akan melakukan pergantian *shift* dengan perawat *shift* sebelumnya. Pada pergantian *shift* ini biasanya perawat bangsal rawat inap akan menanyakan kondisi pasien apakah terdapat pasien yang harus diberikan perhatian khusus atau terdapat penambahan terapi, selanjutnya tugas rutin berikutnya para perawat bangsal rawat inap adalah merapikan tempat tidur pasien, berdoa bersama pasien, melakukan kegiatan rehabilitasi pasien, menyiapkan makan siang pasien, memberikan obat kepada pasien, dan melakukan dokumentasi atau menulis apa yang sudah perawat bangsal rawat inap lakukan terhadap pasien dibuku status pasien.

Dalam menjalankan pekerjaannya perawat bangsal rawat inap pun memiliki beberapa masalah, seperti perawat bangsal rawat inap yang harus menghadapi lebih dari 3 pasien yang mengamuk ataupun gelisah dan harus menanganinya sendirian, pasien menolak memberikan respon kepada perawat bangsal rawat inap ketika diajak berkomunikasi, pasien tidak menunjukkan kemajuan ataupun tuntutan pekerjaan yang sebenarnya bukan tugas rutin perawat bangsal rawat inap namun dibebankan kepadanya (seperti: mengepel dan menyapu ruangan pasien,

mengelap kaca, memandikan pasien dan membersihkan kamar mandi pasien) (sumber: hasil wawancara 30 November 2016).

Dari masalah-masalah tuntutan pekerjaan diatas besar kemungkinan dapat berpotensi menjadi sumber stres (*stressor*) bagi perawat bangsal rawat inap, dan sumber stres ini akan dihayati berbeda-beda oleh setiap perawat (Mariyanti & Citrawati, 2011). Sarafino (dalam Smet, 1994) membedakan sumber-sumber stres, yaitu dalam diri individu, keluarga, komunitas dan masyarakat yang didalamnya dijelaskan bahwa stres bisa bersumber dari pekerjaan. Sumber utama stres dari pekerjaan adalah pekerjaan yang berlebihan. Ketika perawat bangsal rawat inap diminta untuk bekerja dalam waktu yang lama, bertemu dengan tuntutan standart yang tinggi, dan mengerjakan banyak tugas daripada yang mampu ditangani oleh perawat bangsal rawat inap, maka perawat bangsal rawat inap akan merasakan stres kerja (Bootzin dkk, 1991).

Stres kerja adalah stres yang dialami sehubungan dengan pekerjaan (Smet, 1994). Sedangkan definisi dari stres sendiri adalah suatu keadaan yang membuat seseorang merasa tidak nyaman karena melihat ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan fisik atau psikologis dari situasi dan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis, dan sosial yang dimilikinya (Lazarus, Folkman, dan Lovallo dalam Sarafino & Smith, 2011). Hampir semua orang didalam kehidupan akan mengalami stres sehubungan dengan pekerjaan mereka, terlebih pekerjaan-pekerjaan yang menuntut tanggung jawab pelayanan bagi kehidupan manusia, seperti contoh tenaga medis (perawat) (Smet, 1994). Contohnya adalah A (Perawat bangsal elang dua, sudah bekerja selama 2 tahun), A mengatakan bahwa tuntutan pekerjaannya membuatnya menjadi pusing, merasa lelah, malas-malasan, dan lebih memilih “tidur-tiduran” saja ketika jam bertugas.

Hal tersebut merupakan reaksi biologis, dan psikososial yang terjadi ketika seseorang mengalami stres (Sarafino & Smith, 2011). Namun berbeda dengan perawat B yang sudah bekerja selama 10 tahun di RSJ Dr. Soeharto Heerdjan. Ia tidak merasa pekerjaannya membuatnya menjadi stres. B merasa bahwa pekerjaannya menyenangkan, malah melihat tingkah laku pasien dapat menghiburnya ketika sedang memiliki permasalahan, dan menghilangkan stres yang dirasa B karena masalahnya.

Sarafino (dalam Smet, 1994) menjelaskan stres kerja dapat disebabkan pula oleh kurangnya hubungan interpersonal, yakni kehadiran orang lain yang dapat memberikan dukungan. Ketika perawat

dalam kondisi stres, mereka membutuhkan dukungan sosial, baik itu dukungan dari atasan, rekan kerja, dan keluarga, guna untuk mengurangi stres kerja (Dodiansyah, 2014).

Menurut Uchino (dalam Sarafino & Smith, 2011) dukungan sosial mengacu pada pemberian perasaan nyaman, perhatian, perasaan dihargai, atau penyediaan bantuan dari orang lain atau grup kepada seseorang. Beberapa peneliti dukungan sosial menyatakan, bahwa pengetahuan seseorang merupakan bagian dari hubungan timbal-balik bersama orang lain yang menyayangi dan peduli kepadanya dapat membuat seseorang mengalami tingkat stres yang lebih rendah dan lebih dapat mengatasi stres yang sedang dihadapinya (Cohen; Martin & Brantley; Bolger & Amarel dalam Feldman, 2012).

Penelitian sebelumnya oleh Dodiansyah (2014) menunjukkan hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan stres kerja, semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres kerja pada karyawan Solopos dan sebaliknya. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Suryaningrum (2015) menunjukkan pengaruh negatif antara dukungan sosial terhadap stres kerja pada perawat RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.

Pada penelitian-penelitian dukungan sosial dan stres kerja sebelumnya pun tidak ditemukan penelitian dengan subjek perawat rawat inap pada rumah sakit jiwa, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan.

Stres Kerja

Menurut Lazarus, Folkman, dan Lovallo (dalam Sarafino & Smith, 2011) stres adalah suatu keadaan dimana membuat seseorang merasa tidak nyaman karena melihat ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan fisik atau psikologis dari situasi dan sumber-sumber daya sistem biologis, psikologis, dan sosial yang dimilikinya. Hampir semua orang didalam kehidupan mereka mengalami stres sehubungan dengan pekerjaan mereka (Smet, 1994), yang mana hal ini dikenal sebagai stres kerja. Aspek-aspek stres ada dua, yaitu: aspek biologis, dan aspek psikososial. Terdapat lima faktor yang mempengaruhi stres kerja, yaitu: tuntutan kerja, lingkungan fisik yang terlalu menekan, kurangnya kontrol yang dirasakan, kurangnya hubungan interpersonal, dan kurangnya pengakuan terhadap kemajuan kerja.

Dukungan Sosial

Uchino (dalam Sarafino & Smith, 2011) mendefinisikan dukungan sosial sebagai pemberian perasaan nyaman, perhatian, perasaan di hargai, atau penyediaan bantuan dari orang lain atau grup kepada seseorang. Dimensi dukungan sosial ada empat, yaitu: dukungan emosional atau penghargaan, dukungan nyata atau instrumental, dukungan informasi, dan dukungan persahabatan. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yaitu: faktor dari penerima dukungan (*recipient*) dan faktor dari pemberi dukungan *providers*.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah seluruh perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan sebanyak 93 perawat, berdasarkan data tenaga keperawatan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan tahun 2016 (www.rsjsh.com). Dan sampelnya berjumlah 75 orang yang ditentukan berdasarkan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% atau 0,05 (Krejcie dan Morgan dalam Noor, 2011). Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *nonprobability sampling*, dengan teknik *purposive*.

Instrumen Penelitian

Penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner, dimana instrumen dukungan sosial terdiri atas 39 aitem sedangkan instrumen stres kerja terdiri atas 26 aitem yang keduanya dalam bentuk skala Likert.

Validitas dan Reliabilitas

Pengujian validitas dan reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Alpha Cronbach*. Dari hasil uji diperoleh nilai reliabilitas dukungan sosial sebesar (α) = 0,942 sedangkan untuk stres kerja sebesar (α) = 0,881.

Kategorisasi

Stres kerja dikategorisasikan menjadi dua kategori, yaitu: stres kerja tinggi dan stres kerja rendah. Pengkategorisasian menggunakan kaidah interpretasi kriteria subjek oleh Azwar (2012), dengan kategori subjek sedang dieliminasi. Dari tabel 1 dapat diketahui bahwa perawat yang termasuk kategori stres kerja tinggi terdapat 25 perawat (57%), dan stres kerja rendah terdapat 19 perawat (43%).

Tabel 1

Kategorisasi stres kerja

Batasan Skor	Skor	Kategori	Jml	%
$X \geq \mu$	$X \geq 90$	Tinggi	25	57%
$X < \mu$	$X < 82$	Rendah	19	43%
Total			44	100%

Sedangkan dukungan sosial dikategorisasikan menjadi dua kategori, yaitu: dukungan sosial tinggi dan dukungan sosial rendah. Pengkategorisasian menggunakan kaidah interpretasi kriteria subjek oleh Azwar (2012), dengan kategori subjek sedang dieliminasi. Dari tabel 2 dapat dilihat bahwa perawat yang memiliki dukungan sosial tinggi 21 perawat (55%) dan dukungan sosial rendah sebanyak 17 perawat (45%).

Tabel 2

Kategorisasi dukungan sosial

Batasan Skor	Skor	Kategori	Jml	%
$X \geq \mu$	$X \geq 125$	Tinggi	21	55%
$X < \mu$	$X < 115$	Rendah	17	45%
Total			38	100%

Metode Analisis

Analisis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana, yakni untuk memprediksi berapa nilai variabel stres kerja (Y) bila nilai variabel dukungan sosial (X) yang berhubungan dengannya diketahui yang dinyatakan dengan persamaan garis lurus (Quadratullah dkk, 2012). Dimana dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai $\text{sig} < 0,05$ maka artinya, terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel dukungan sosial (X) terhadap variabel stres kerja (Y). Sebaliknya jika nilai $\text{sig} > 0,05$ maka artinya, tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel dukungan sosial (X) terhadap variabel stres kerja (Y) (Uyanto, 2006).

Hasil dan Pembahasan

Gambaran Umum Responden Penelitian

1. Usia

Tabel 3

Gambaran usia perawat bangsal rawat inap

Usia	Frekuensi	Persentase
Dewasa Dini	71	95%
Madya Dini	4	5%
Total	75	100%

Dari tabel 3 dapat disimpulkan bahwa responden dalam penelitian ini paling banyak adalah mereka yang berusia dewasa dini sebanyak 71 (95%).

2. Status Pendidikan Terakhir

Tabel 4

Gambaran status pendidikan terakhir perawat bangsal rawat inap

Status Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase
D3	60	80%
S1	15	20%
Total	75	100%

Dari tabel 4 dapat disimpulkan bahwa mayoritas perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan adalah lulusan D3, sebanyak 60 (80%).

3. Status Lamanya Bekerja

Tabel 5

Gambaran status lamanya bekerja perawat bangsal rawat inap

Status Lamanya Bekerja	Frekuensi	Persentase
2-5 Tahun	52	69%
6-10 Tahun	16	21%
>11 Tahun	7	10%
Total	75	100%

Dari tabel 5 dapat disimpulkan mayoritas responden penelitian ini adalah yang sudah bekerja selama 2 sampai dengan 5 tahun. sebanyak 52 (69%).

Analisis Data

Pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja perawat bangsal rawat inap di rumah sakit jiwa dr. soeharto heerdjan

Dari hasil uji analisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana diperoleh $\text{sig. } (p \text{ value}) = 0,000$ ($0,000 < 0,05$), dengan nilai konstanta sebesar 139,385, nilai konstanta ini adalah besarnya nilai stres kerja (Y) pada perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan apabila tidak ada kenaikan nilai dari variabel dukungan sosial (X). Koefisien regresi X sebesar -0,445 menyatakan bahwa setiap terjadi kenaikan nilai dukungan sosial sebesar satu satuan, maka akan memberikan penurunan nilai stres kerja sebesar -0,445. Dari data tersebut diperoleh persamaan regresi antara stres kerja dengan dukungan sosial, yakni $Y = 139,385 - 0,445 X$, dengan Y adalah stres kerja dan X adalah dukungan sosial. Artinya

dukungan sosial berpengaruh negatif secara signifikan terhadap stres kerja atau hipotesis diterima. Hasil perhitungan ini dapat dilihat pada tabel 6 di bawah ini:

Tabel 6
Analisis koefisien regresi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	T	
1	(Constant)	139,385		17,452	0,000
	duksos	-0,445	0,066	0,618	6,709

Data pada tabel hasil uji pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja diperoleh nilai R Square = 0,381 hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan kontribusi pengaruh sebesar 38,1% terhadap stres kerja, sisanya yaitu 61,9% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini seiring dengan hasil penelitian sebelumnya oleh Almasitoh (2011) yang menemukan dukungan sosial memberikan kontribusi sebesar 40% terhadap stres kerja, sisanya yaitu 60% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak menjadi fokus pada penelitiannya. Hasil tabel uji pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja dapat dilihat pada tabel 7 dibawah ini:

Tabel 7
Tabel hasil uji pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja

N	R	RSquare	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
75	0,618	0,381	0,373	6,122

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis uji statistik dengan metode regresi sederhana, diperoleh signifikansi 0,000 (sig < 0,05), dan persamaan regresi, yaitu $Y = 139,385 - 0,445 X$, dengan Y adalah stres kerja dan X adalah dukungan sosial. Artinya terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap stres kerja perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis pada penelitian ini diterima, yaitu ada pengaruh antara dukungan sosial dengan stres kerja perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan.

Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki oleh perawat bangsal rawat inap maka semakin rendah stres kerja yang dialami oleh perawat bangsal rawat inap. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki oleh perawat bangsal rawat inap maka semakin tinggi stres kerja yang dialami oleh perawat

bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Setiawan & Darminto (2013) mengenai “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Pada Karyawan” yang menunjukkan bahwa, dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja.

Dari data kuesioner diketahui pula perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia memperoleh dukungan sosial dari rekan kerja, atasan dan teman, seperti rekan kerja yang sigap membantu perawat bangsal rawat inap ketika menangani pasien yang kambuh atau mengamuk, teman yang bersedia menemani perawat bangsal rawat inap yang berjaga shift malam sendiri, dan atasan yang memberikan semangat kepada perawat bangsal rawat inap ketika sedang lesu. Dukungan-dukungan sosial yang diperoleh perawat bangsal rawat inap ini, membuat perawat bangsal rawat inap merasakan perasaan nyaman, perasaan diperhatikan, perasaan dihargai, dan perasaan orang lain ada untuk membantunya.

Perasaan-perasaan ini membuat tuntutan pekerjaan perawat bangsal rawat inap terasa lebih ringan, sehingga perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan mengalami tingkat stres kerja yang lebih rendah. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Dodiansyah (2014) bahwa dukungan dari atasan, rekan kerja, dan keluarga dapat membantu mengurangi stres kerja dari pada perawat bangsal rawat inap.

Sedangkan dari keluarga, perawat bangsal rawat inap cenderung tidak mendapatkan dukungan sosial, Hal ini diketahui dari jawaban perawat bangsal rawat inap pada kuesioner yang mayoritas menyatakan sesuai, bahwa keluarga menyuruh perawat bangsal rawat inap untuk pindah ke rumah sakit umum saja. kurangnya dukungan sosial dari keluarga terhadap pekerjaan yang dijalani oleh perawat bangsal rawat inap dirasa menjadi beban tersendiri oleh perawat bangsal rawat inap, sehingga perawat bangsal rawat inap mengalami tingkat stres kerja yang lebih tinggi. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Adoe (2015) bahwa bagi perawat dukungan sosial keluarga dianggap sebagai “atribut” kepribadian yang penting saat melakukan serangkaian aktifitas di rumah sakit, kurangnya dukungan sosial keluarga akan membuat perawat mengalami stres kerja yang lebih tinggi.

Berdasarkan hasil analisis uji statistik dengan metode regresi sederhana, dapat dilihat pula kontribusi dukungan sosial dalam terbentuknya stres kerja pada perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit

Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan, Nilai kontribusi yang didapat ini adalah R Square sebesar 0,381. Hal ini berarti kontribusi dukungan sosial pada perawat bangsal rawat inap dalam terbentuknya stres kerja adalah sebesar 38,1%, yang artinya dukungan sosial dapat mewakili terjadinya stres kerja sebesar 38,1%. Hasil ini sejalan dengan pendapat Sarafino (dalam Smet, 1994) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah dukungan sosial.

Sedangkan sisanya 61,9% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres kerja pada perawat bangsal rawat inap seperti lingkungan fisik dari responden, yaitu: fasilitas tempat bekerja, kebisingan, temperatur atau suhu. Hasil ini didukung oleh hasil penelitian Klaudia (2014) yang menyatakan bahwa baik lingkungan fisik dan non fisik secara signifikan mempengaruhi stres kerja secara positif, dan juga ditemukan bahwa suhu yang paling mempengaruhi stres kerja. Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor lingkungan fisik seperti tempat bekerja, kebisingan, temperatur atau suhu juga merupakan faktor penting dalam terbentuknya stres kerja. Selain lingkungan fisik, Uchino (dalam Sarafino & Smith, 2011) menyatakan bahwa pengakuan atasan terhadap hasil kerja dan kontrol atas pekerjaan turut menjadi faktor dalam terbentuknya stres kerja.

Bila berdasarkan kategorisasi tinggi dan rendah dukungan sosial responden, dapat dilihat terdapat 21 perawat bangsal rawat inap yang memiliki dukungan sosial yang tinggi (55%). Perawat bangsal rawat inap yang memiliki dukungan sosial yang tinggi menyatakan bahwa rekan kerjanya bersedia memberikan perhatian kepada perawat bangsal rawat inap, salah satunya dengan jika perawat bangsal rawat inap terlihat lelah, makarekan kerjanya akan menyuruhnya untuk beristirahat terlebih dahulu, ketika perawat bangsal rawat inap merasa bosan maka rekan kerjanya akan memotivasinya. Selain itu, teman diluar rekan kerja juga menjadi salah satu pihak yang memberikan dukungan, dengan ketika perawat sedang merasa sedih, maka temannya akan menghiburnya, ketika perawat bangsal rawat inap memiliki banyak masalah maka teman-temannya akan menunjukkan kepeduliannya. Selain itu atasan perawat bangsal rawat inap juga menjadi salah satu pihak yang memberikan dukungan, dengan memberikan perawat bangsal rawat inap arahan di tempat kerja.

Rekan kerja dan teman diluar rekan kerja juga dirasa mau menghabiskan waktu bersama dengan perawat bangsal rawat inap, yakni ketika perawat bangsal rawat inap merasa kesepian, maka ia

memiliki beberapa orang yang bisa diajaknya mengobrol di tempat kerja, perawat bangsal rawat inap selalu diajak berpergian/*hangout* oleh temannya. Dengan kata lain perawat bangsal rawat inap yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi mendapatkan banyak bentuk dukungan dari berbagai sumber yaitu rekan kerja, teman, dan atasan.

Artinya dukungan sosial yang tinggi, berfungsi memberikan perasaannya, perasaan diperhatikan, perasaan dihargai, dan perasaan orang lain ada untuk membantunya, sehingga perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia mampu memandang positif setiap masalah dan memandang tuntutan pekerjaan yang berat menjadi lebih ringan, karena terdapat orang-orang yang memberikannya dukungan, dan perawat bangsal rawat inap pun lebih merasa puas terhadap dirinya, lebih bahagia, dan lebih merasa nyaman dalam menjalani pekerjaannya. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Setiawan & Darminto (2013) bahwa perawat yang memiliki dukungan sosial yang baik dalam dunia pekerjaan akan dapat bertahan dengan baik dari beban pekerjaan yang berat.

Sementara itu terdapat sebanyak 17 perawat (45%) perawat bangsal rawat inap dengan tingkat dukungan sosial yang rendah. Perawat bangsal rawat inap yang tergolong dalam kategori dukungan sosial yang rendah menyatakan bahwa ia merasa tidak ada seseorang yang dapat membuatnya merasa nyaman untuk bercerita mengenai masalah pribadinya, ia pun tidak memiliki teman yang mau menghabiskan waktu dengannya, sehingga membuat perawat bangsal rawat inap merasa selalu sendiri.

Perawat bangsal rawat inap pun menyatakan keluarganya kurang mendukungnya bekerja di RSJ dengan mengatakan bekerja di RSJ itu berbahaya, dan menyuruhnya untuk pindah ke rumah sakit umum saja. Selain itu perawat bangsal rawat inap pun tidak pernah mendapatkan pujian dari atasannya ketika hasil pekerjaannya baik, atasannya pun kurang mepedulikan kesulitan yang dialami oleh perawat bangsal rawat inap dalam menjalankan pekerjaannya. Hal ini berarti perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia dengan dukungan sosial yang rendah merasa kurang adanya dukungan dari lingkungan sosialnya, dan membuatnya merasa tidak menjadi bagian dari lingkungan sosial.

Artinya dukungan sosial yang rendah akan membuat perawat bangsal rawat inap merasa tidak dihormati dan dihargai, diabaikan atau diacuhkan oleh lingkungan sekitarnya sehingga membuat perawat bangsal rawat inap pun merasa selalu sendirian. Hal tersebut akan memicu rasa pesimis atau tidak percaya

diri pada perawat bangsal rawat inap, sehingga perawat bangsal rawat inap lebih cepat merasa lelah, memiliki emosi yang negatif, kurang mampu membina hubungan baik dengan lingkungan sekitarnya dan merasakan ketidaknyamanan dalam bekerja. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Setyaningrum (2014) bahwa ketidak adanya dukungan sosial menyebabkan individu merasakan ketidaknyamanan dalam menjalankan pekerjaan dan tugasnya.

Selain itu juga hasil dari kategorisasi tingkat stres kerja pada perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan, diperoleh data sebanyak 25 perawat bangsal rawat inap (57%) dikategorisasikan mengalami tingkat stres kerja yang tinggi.

Perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia, yang mengalami stres kerja yang tinggi menyatakan bahwa ia sering kali merasakan pusing ketika pasien sulit disuruh untuk mandi, ataupun ketika perawat bangsal rawat inap mendapatkan komplain dari keluarga pasien. Perawat bangsal rawat inap juga menyatakan apabila pasien tidak mengalami kemajuan maka ia akan merasa tertekan, komplain dari atasan pun membuat perawat bangsal rawat inap menjadi sulit untuk berkonsentrasi didalam menjalani pekerjaannya, Stres kerja yang dirasakan oleh perawat bangsal rawat inap juga membuatnya dapat melakukan tindakan agresif seperti memukul, dan membuat perawat bangsal rawat inap menjadi lebih mudah marah.

Artinya perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia, yang mengalami tingkat stres kerja tinggi akan menunjukkan reaksi psikologis seperti, lebih mudah merasa sedih, mudah merasa tertekan, dan mudah marah karena tekanan yang ditimbulkan dari tuntutan pekerjaannya, reaksi psikologis ini lalu menimbulkan reaksi biologis pada perawat bangsal rawat inap, seperti membuat perawat bangsal rawat inap lebih sering merasakan pusing, atau sakit kepala, menjadi malas-malasan atau cepat merasa lelah, meningkatnya agresifitas dan sulit berkonsentrasi ketika sedang bekerja (Sarafino & Smith, 2011). Dapat dikatakan perawat bangsal rawat inap yang mengalami stres kerja yang tinggi, mereka tidak mampu melihat secara positif setiap tuntutan pekerjaannya, dan juga mereka tidak mampu mengendalikan segala bentuk tugas dan tuntutan tersebut, yang akhirnya membuat perawat bangsal rawat inap merasa tertekan, terbebani, dan tak berdaya terhadap tuntutan pekerjaannya, sehingga hal tersebut membuat perawat bangsal rawat inap merasakan ketidaknyamanan terhadap dirinya sendiri, dan

pekerjaannya. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Setiawan & Darminto (2013) bahwa stres kerja yang tinggi seringkali terjadi diakibatkan oleh ketidakmampuan seseorang dalam menerima dan mengelolah tugasnya dengan baik.

Sementara itu terdapat sebanyak 19 perawat bangsal rawat inap (43%) yang mengalami tingkat stres kerja yang rendah, menyatakan mereka tidak mudah marah kepada pasien yang sulit diberi tahu, selalu bersikap sabar dalam menghadapi pasien. Selain itu perawat bangsal rawat inap juga selalu telaten dalam menjalani tuntutan pekerjaannya, selalu dapat bersikap tenang dalam mengadapi pasien dan juga percaya diri. Hal ini berarti perawat bangsal rawat inap yang merawat pasien skizofrenia, yang mengalami tingkat stres kerja yang rendah lebih dapat melihat secara positif setiap tuntutan pekerjaannya, dan segala tuntutan pekerjaan itu dapat diatasi dengan baik, sehingga perawat bangsal rawat inap yang mengalami tingkat stres kerja yang rendah menunjukkan reaksi psikologis seperti lebih percaya diri, lebih tenang, dan lebih sabar dalam menghadapi pasien skizofrenia.

Reaksi psikologis ini lalu menimbulkan reaksi biologis pada perawat bangsal rawat inap seperti perawat menjadi jarang merasakan sakit kepala atau pusing dikarenakan tuntutan pekerjaannya, dan lebih teliti dalam menjalani pekerjaannya, sehingga perawat bangsal rawat inap pun lebih merasakan kenyamanan atas dirinya sendiri dan pekerjaannya. Hal ini didukung oleh pernyataan dari Setyowati & Nuridayati (2012) bahwa stres kerja yang rendah hingga menengah memungkinkan individu menunaikan pekerjaan secara lebih baik.

Simpulan

Dari hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial terhadap stres kerja perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan, sehingga hipotesis pada penelitian ini diterima. Dimana dukungan sosial memberikan kontribusi pengaruh sebesar 38,1% terhadap stres kerja, sisanya yaitu 61,9% dipengaruhi oleh faktor lain. Dan dapat disimpulkan bahwa kategorisasi dukungan sosial dan stres kerja pada perawat bangsal rawat inap di Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan, cenderung memiliki dukungan sosial yang tinggi, dan tingkat stres kerja yang tinggi, namun bila kedua variabel ini disandingkan maka akan memberikan pengaruh yang negatif atau berlawanan.

Saran

Berdasarkan hasil analisis data dan kesimpulan penelitian, maka terdapat beberapa saran yang dapat dijadikan bahan pertimbangan pada penelitian berikutnya:

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melihat perbedaan stres kerja yang di alami oleh perawat bangsal rawat inap berdasarkan perbedaan shift kerjanya.
2. Bagi Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan hendaknya menambahkan fasilitas untuk perawat bangsal rawat inap, seperti AC diruangan perawat bangsal rawat inap, agar perawat bangsal rawat inap lebih fokus dan nyaman dalam menjalani pekerjaannya.
3. Bagi perawat bangsal rawat inap yang mengalami stres kerja yang tinggi disarankan untuk menerapkan teknik-teknik manajemen stres seperti melakukan teknik relaksasi untuk menenangkan diri.

Daftar Pustaka

- Adoe, O. M. C. (2015). Hubungan dukungan sosial keluarga dengan stres kerja pada perawat di RSUD wirosaban yogyakarta. Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Almasitoh, H. U. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Jurnal Psikologi Islam*, 8(1), 65-69.
- Azwar, S. (2012). Penyusunan skala psikologi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bootzin, R. R., Bower, H. G., Crocker, J. & Hall, E. (1991). *Psychology today*. Amerika: York Graphic Services, Inc.
- Dodiansyah, A. K. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada karyawan slopos (Naskah publikasi). Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Instalasi Gawat Darurat (2017). Diambil dari: <http://www.rsjsh.com/>. Diakses pada tanggal: 22 Febuari 2017.
- Instalasi Rawat Jalan (2017). Diambil dari: <http://www.rsjsh.com/>. Diakses pada tanggal: 22 Febuari 2017.
- Klaudia, S. (2014). Pengaruh lingkungan fisik dan non fisik terhadap stres kerja: studi pada program spirit PT.dirgantara Indonesia. Universitas Kristen Maranatha, Bandung.
- Mariyanti, S. & Citrawati, A. (2011). Burnout pada perawat yang bertugas di ruang rawat inap dan rawat jalan rsab harapan kita. *Jurnal Psikologi* 9(2), 49-50.
- Noor, J. (2011). Metodologi penelitian: skripsi, tesis, disertasi, dan karya ilmiah. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Rumah sakit jiwa (2012). Diambil dari: <http://www.libertymr.com/>. Diakses pada tanggal: 9 November 2016.
- Sarafino, P. E., & Smith, W. T. (2011). Biopsychosocial interaction seventh edition. *Health psychology*. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, INC.
- Setiawan, I. A., & Darminto, E. (2013). Pengaruh dukungan sosial terhadap stres kerja pada karyawan. *Jurnal Psikologi*, 1(3), 1.
- Setyaningrum, P. (2014). Hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada tenaga kesehatan non keperawatan di rs.Ortopedi prof. dr. r. soeharto Surakarta. Universitas Muhammadiyah, Surakarta.
- Setyowati, T., & Nurhidayati, A. (2012). Pengaruh stres kerja terhadap kinerja dengan dukungan sosial sebagai variabel moderasi. *Jurnal Potensio*, 17(1), 9.
- Smet, B. (1994). Psikologi kesehatan. Jakarta: PT Gramedia
- Uyanto, S. S. (2006). Pedoman analisis data dengan spss. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Quadratullah, F. M., Zuliana, U. S., & Supandi, D. E. (2012). Statistika. Yogyakarta: SUKA-Press..