

Gambaran Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh

An Overview of Nurses' Work Stress at Cut Meutia Aceh General Hospital

Nadia¹, Riza Musni^{2*}, Rini Julistia³

¹ Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh
Jl. Cot Tengku Nie, Reuleut, Muara Batu, Aceh Utara 24355 – Indonesia

*Correspondence author: riza.musni@unimal.ac.id

Abstract: *This research aims to determine the description of work stress in nurses at Cut Meutia General Hospital. To obtain a picture of work stress, the research method used is a quantitative method with descriptive analysis which aims to create something descriptive or a systematic, factual and accurate picture. Data was obtained through the work stress scale. The subjects in this research were 240 respondents obtained based on the total sampling method. The results of this study show that the majority of nurses at Cut Meutia General Hospital have a high level of work stress (53.8), meaning that the majority of nurses at Cut Meutia General Hospital experience psychological symptoms such as losing pleasure in doing their work, feeling bored and fed up. with work being done repeatedly so that nurses are often slow in completing their work.*

Keywords: *Hospital, Nurse, Work Stress*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran stress kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia, untuk memperoleh gambaran stress kerja, metode penelitian yang digunakan ialah metode kuantitatif dengan analisis deskriptif yang bertujuan untuk membuat sesuatu deskriptif atau gambaran secara sistematis, factual, dan akurat. Data diperoleh melalui skala stress kerja. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 240 responden yang diperoleh berdasarkan metode sampling total. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia memiliki tingkat stress kerja yang tinggi (53,8), artinya sebagian besar perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia mengalami gejala psikologis seperti kehilangan kesenangan dalam melakukan pekerjaannya, merasa bosan dan jenuh dengan pekerjaan yang dilakukan berulang kali sehingga perawat sering kali lambat dalam menyelesaikan pekerjaannya.

Kata Kunci: Rumah Sakit, Perawat, Stres Kerja

Pendahuluan

Perawat merupakan salah satunya tenaga medis di rumah sakit yang memberikan pelayanan untuk menunjang kesembuhan pasien (Revalicha, 2014). Perawat juga merupakan sumber daya manusia terpenting di rumah sakit karena selain jumlahnya yang dominan, perawat juga merupakan profesi yang memberikan pelayanan yang konstan dan terus menerus selama 24 jam kepada pasien (Siregar, 2017).

Profesi keperawatan dalam melaksanakan tugas merawat pasien dituntut agar mampu meningkatkan kualitas layanan kesehatan dan siap sedia melayani selama 24 jam, keadaan ini mendorong perawat agar bersikap lebih profesional dan lebih prima. Profesi keperawatan dengan berbagai tuntutan kerja yang tinggi tersebut membutuhkan persiapan fisik, mental, keterampilan, lingkungan kerja yang baik dan kondusif. Jika faktor-faktor tersebut tidak terpenuhi maka bisa mengakibatkan terjadinya stress kerja (Sulistiyawati, dkk 2019).

Menurut Janah, dkk (2017) penyebab terjadinya stres kerja yaitu beban kerja yang tinggi, ketidakpatuhan keluarga pasien dalam jam besuk, keluarga pasien sering memaksa masuk diluar jam besuk sehingga mengganggu konsentrasi perawat, karena harus berulang kali menjelaskan ke keluarga pasien tentang jam besuk yang sudah habis. Selain itu keluarga juga sering bertanya tentang kondisi pasien, bahkan

semua anggota keluarga dari pasien sering bertanya pertanyaan yang sama, sehingga perawat harus menjawab pertanyaan yang sama dan berulang-ulang. Hal tersebut sangat mengganggu perawat, karena banyak waktu yang tersita untuk melayani pertanyaan keluarga pasien. Kondisi lain yang menjadi sumber stress perawat adalah saat menghadapi keluarga yang sering komplain, hal sekecil apapun dijadikan masalah dan melaporkan komplain ke kepala ruangan ataupun customer service.

Peneliti melakukan survey pada 30 perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara dengan membagi kuesioner berdasarkan aspek-aspek stress kerja. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan didapatkan hasil beberapa aspek stress kerja tinggi yang menunjukkan bahwa perawat mengalami stress kerja yang terlihat pada aspek fisiologis dan perilaku.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan dari lapangan, maka dari itu peneliti mengangkat judul “Gambaran Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara” yang bertujuan untuk mengetahui gambaran stress kerja perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara.

Menurut Robbins & Judge (2015) stress kerja adalah suatu kondisi dinamis di mana seorang individu dihadapkan pada suatu peluang, tuntutan, atau sumber daya berkaitan dengan apa yang diinginkannya dimana

hasilnya dipersepsikan tidak pasti dan penting. Selanjutnya stress dikaitkan dengan tuntutan dan sumber daya. Tuntutan adalah tanggung jawab, tekanan, kewajiban, dan ketidakpastian yang dihadapi individu di tempat kerja. Sumber daya adalah hal-hal dalam kendali individu yang dapat dia gunakan untuk menyelesaikan tuntutan.

Robbins & Judge (2015) mengelompokkan gejala stres kerja ke dalam tiga kategori, yaitu gejala fisiologis, gejala psikologis dan gejala perilaku. Peranan perawat sangat penting karena sebagai ujung tombak baik tidak mutu pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Perawat merupakan salah satu profesi di rumah sakit dengan dominan dan paling lama kontak atau berinteraksi dengan pasien. Sebagai perawat profesional, perawat tidak hanya mengelola orang tetapi sebuah proses secara keseluruhan yang memungkinkan orang dapat menyelesaikan tugasnya dalam memberikan asuhan keperawatan serta meningkatkan keadaan kesehatan pasien menuju kearah kesembuhan (Nursalam,2014).

Hasil

Tabel 1
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Data Hipotetik				Data Empirik			
	X _{maks}	X _{min}	Mean	SD	X _{maks}	X _{min}	Mean	SD
Stres Kerja	33	132	82,5	16,5	83	175	138,21	16,227

Sumber: SPSS Statistic versi 22

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis deskriptif. Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara.

Sampel penelitian merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2019). Teknik yang digunakan pada penelitian ini untuk pengambilan sampel adalah teknik non probability sampling dengan teknik sampling total yaitu teknik pengambilan sampel dimana seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian.

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan jenis data primer, yaitu data yang bersumber langsung dari responden. Data primer yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner (angket) dan instrument yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala penyesuaian diri (Sugiyono, 2019). Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (Sugiyono, 2019).

Nilai rata-rata yang diperoleh dari hasil empirik, dapat dijadikan sebagai batasan dalam pengukuran kategorisasi yang dilakukan untuk melihat tingkatan pada variabel stress kerja. Kategori yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kategorisasi tinggi dan rendah berdasarkan teori stress kerja dari Robbins dan Judge (2015).

Berdasarkan hasil fluktuasi skor mean di atas, maka dapat ditentukan kategori baik dan buruk penyesuaian diri, dengan menjumlahkan nilai mean data empirik dengan fluktuasi skor mean yaitu 140,26 untuk batasan skor kategori tinggi sedangkan mengurangi nilai mean data empirik dengan fluktuasi skor mean yaitu 136,16 untuk batasan kategori rendah. Subjek yang memperoleh skor dari 137 sampai dengan 139 tidak diklasifikasikan karena tujuan penelitian ini hanya melihat subjek penelitian dalam dua kategori yaitu tinggi dan rendah. Adapun berdasarkan norma kategori yang telah disusun tersebut, peneliti melakukan kategorisasi skor pada setiap subjek penelitian. Berikut hasil kategorisasi tersebut:

Tabel 2
Katagorisasi Stres Kerja

No.	Rumus Katagorisasi	Katagori	Jumlah	Presentase
1	$X > M + 2,05$	Tinggi	129	53,8%
2	$X < M - 2,05$	Rendah	96	40,0%
3		Tidak Teridentifikasi	15	6,3%
			240	100%

Sumber: SPSS Statistic versi 22

Dengan demikian maka dapat diketahui bahwa mayoritas subjek penelitian tergolong memiliki tingkat stress kerja yang tinggi.

Tabel 3
Katagorisasi Berdasarkan Aspek Stres Kerja

Aspek Penyesuaian Diri	Kategori	Frekuensi	Persentase
Psikologis	Tinggi	117	48,8%
	Rendah	99	41,3%
	Tidak Teridentifikasi	24	10,0%
	Total	240	100%
Fisiologis	Tinggi	104	43,3%
	Rendah	91	37,9%
	Tidak Teridentifikasi	45	18,8%
	Total	240	100%
Perilaku	Tinggi	112	46,7%
	Rendah	115	47,9%
	Tidak Teridentifikasi	13	5,4%
	Total	240	100%

Tabel 4
 Katagorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Kategori	Frekuensi	Persentase
Perempuan	Tinggi	72	52.9%
	Rendah	53	39.0%
	Tidak Teridentifikasi	11	8.1%
Laki-laki	Tinggi	53	51.0%
	Rendah	34	32.7%
	Tidak Teridentifikasi	17	16.3%
Total		240	100%

Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stress kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara tergolong memiliki tingkat stress kerja yang tinggi. Stres kerja yang tinggi pada perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara disebabkan oleh gejala psikologis dan fisiologis, selain itu juga disebabkan oleh faktor individu, yaitu status pernikahan, masa kerja, dan jenis kelamin.

Hal ini menunjukkan bahwa perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara mengalami kehilangan kesenangan dalam melakukan pekerjaannya, merasa bosan dan jenuh dengan pekerjaan yang dilakukan berulang kali sehingga perawat sering kali lambat dalam menyelesaikan pekerjaannya. Selanjutnya perawat juga mengalami nafsu makan yang tidak menentu karena kelelahan dalam bekerja, jam tidur yang tidak beraturan, mengulur-ngulur waktu dalam bekerja, sengaja datang terlambat dan mencari alasan agar dapat libur dari pekerjaan. Perawat juga merasa pusing saat melakukan pekerjaan, merasa lemas saat bekerja dan juga merasa sakit kepala

karena terlalu banyak pekerjaan yang dilakukan.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan Herdarti (dalam Khoirunnisa, 2021) bahwa dampak dari stress kerja yang dialami perawat ditempat kerja dapat memunculkan perubahan terhadap individu yang mengalami stress, dimana perubahan yang muncul seperti bekerja melewati batas kemampuan, sering terlambat masuk kerja, tidak hadir kerja, kesulitan berhubungan dengan orang lain, kerisauan tentang kesalahan yang dibuat saat bekerja dan juga gangguan radang pernafasan. Menurut Sunarti, dkk. (2021) stress kerja yang dialami oleh perawat dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, yang dapat menyebabkan perawat tidak dapat menjalankan pekerjaannya secara optimal, efektif, dan efisien.

Menurut Almasitoh (2011) rendahnya tingkat stress kerja perawat disebabkan oleh lingkungan yang sesuai dengan pengalaman, harapan, dan kebutuhan perawat dan jika hal ini terjadi secara terus menerus akan menimbulkan perasaan yang menyenangkan dan akan membuat perawat merasa termotivasi

dan bekerja lebih semangat. Tingkat stress yang rendah akan meningkatkan kemampuan untuk beraksi, pada keadaan ini respon perilaku yang ditunjukkan adalah mengerjakan tugas dengan lebih baik, lebih intens dan lebih cepat. Sehingga tingkat stress kerja yang rendah dapat meningkatkan kinerja dari perawat.

Berdasarkan analisis deskriptif menunjukkan bahwa ketiga aspek stress kerja tidak jauh berbeda. Aspek yang paling tinggi dalam penelitian ini adalah aspek gejala psikologis. Gejala psikologis dapat muncul dengan gejala seperti ketegangan, kecemasan, cepat marah, kebosanan dan penundaan (Robbins & Judge, 2015). Berdasarkan hasil dari aspek, stress kerja yang tinggi ini menandakan bahwa banyaknya perawat yang mengalami gangguan gejala psikologis, seperti merasa kehilangan kesenangan dalam melakukan pekerjaan, merasa pekerjaan yang dilakukan sudah tidak menyenangkan, merasa bosan dan jenuh dengan pekerjaan, sulit berkonsentrasi saat bekerja dan khawatir pada masalah-masalah kecil yang muncul saat bekerja. Aspek yang paling rendah dalam penelitian ini adalah aspek fisiologis dimana dapat menimbulkan perubahan metabolisme, meningkatkan detak jantung, pernafasan, dan menyebabkan sakit kepala (Robbins & Judge, 2015).

Berdasarkan hasil dari aspek, stress kerja yang rendah ini menandakan bahwa banyaknya perawat yang mengalami gangguan gejala psikologis seperti merasa pusing, sakit

kepala saat bekerja, jantung berdetak kencang saat dibebani pekerjaan, merasa lemas saat bekerja, mata merah karena kurangnya istirahat dan merasa kelelahan saat bekerja. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Febriani (2017) Banyaknya responden yang mengalami stress kerja dikarenakan tingkat emosional perawat yang tinggi yang disebabkan oleh kondisi pekerjaan seperti sering marah-marah saat bekerja disebabkan oleh pasien yang suka rewel sehingga perawat merasa tidak sabar menghadapi pasien dan merasa adanya tekanan dalam pekerjaannya dan merasa gagal jika pasien yang ditangani dalam waktu yang lama tetapi belum sembuh juga. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang pernah diteliti oleh Sri Febriani (2017) gambaran stress kerja pada perawat, banyaknya perawat yang mengalami stress sedang karena adanya tekanan dari luar individu (tekanan dalam pekerjaan), artinya mereka mereka mengalami gangguan fisik seperti merasa sakit kepala, leher terasa tegang saat selesai melakukan tindakan keperawatan, nyeri ulu hati, merasa kelelahan dan nyeri punggung.

Pada penelitian ini, hasil analisis kategorisasi stress kerja pada perawat ditinjau dari jenis kelamin. Analisis deskriptif berdasarkan jenis kelamin menunjukkan bahwa stress kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara memiliki hasil bahwa perawat perempuan memiliki persentase yang lebih tinggi dibandingkan

dengan laki-laki. Hal ini menandakan bahwa perawat perempuan lebih mudah merasakan cemas, penurunan nafsu makan, gangguan tidur, dan gangguan makan. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hendarti (2020) yang menyatakan bahwa jenis kelamin merupakan karakteristik biologis dan fisiologis yang membedakan seorang laki-laki dan 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. Ketika stress perempuan lebih mudah untuk sedih, sensitif, marah, serta mudah menangis. Selain perubahan hormonal perempuan lebih mengedepankan emosional dari pada rasional, berbeda dengan laki-laki ketika menghadapi masalah perempuan cenderung menggunakan perasaan di bandingkan logika, berbeda dengan laki-laki yang menghadapi masalah cenderung menggunakan logika (Hendarti, 2020).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai stress kerja dapat disimpulkan bahwa stress kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh Utara memiliki tingkat stres kerja yang tinggi. Kategorisasi stress kerja pada kategori tinggi

sebanyak 129 perawat dengan persentase 53,8%, kategori rendah sebanyak 96 perawat dengan persentase 40,0%. Perawat yang tidak terkategori (missing) sebanyak 15 perawat dengan persentase 6,3%. Hal tersebut menunjukkan bahwa perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh utara memiliki tingkat stress kerja yang tinggi.

Mengalami kehilangan kesenangan dalam melakukan pekerjaannya, merasa bosan dan jenuh dengan pekerjaan yang dilakukan berulang kali sehingga perawat sering kali lambat dalam menyelesaikan pekerjaannya. Selanjutnya perawat juga mengalami nafsu makan yang tidak menentu karena kelelahan dalam bekerja, jam tidur yang tidak beraturan, mengulur-ngulur waktu dalam bekerja, sengaja datang terlambat dan mencari alasan agar dapat libur dari pekerjaan. Perawat juga merasa pusing saat melakukan pekerjaan, merasa lemas saat bekerja dan juga merasa sakit kepala karena terlalu banyak pekerjaan yang dilakukan.

Adapun hasil kategorisasi menurut aspek stress kerja diketahui bahwa aspek yang paling tinggi dalam penelitian ini adalah aspek gejala psikologis dengan persentase 48,8%. Aspek yang paling rendah dalam penelitian ini adalah aspek gejala fisiologis dengan persentase 43,3%.

Hasil kategorisasi berdasarkan jenis kelamin perawat perempuan memiliki persentase stress kerja yang lebih tinggi.

Saran

Bagi perawat, penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi mengenai stres kerja dan evaluasi terkait dengan manajemen stres kerja yang efektif dan melakukan kegiatan-kegiatan yang dapat mengurangi tingkat stress kerja, misalnya pengelolaan waktu dan pemecahan masalah yang kreatif.

Bagi rumah sakit, penelitian ini dapat memberikan bahan evaluasi rumah sakit dalam melakukan upaya penurunan stres pada perawat sehingga meningkatkan kinerja perawat dalam peningkatan mutu pelayanan di rumah sakit. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu pertimbangan dalam upaya penanggulangan dan pencegahan stress kerja perawat di rumah sakit umum cut meutia aceh utara dan sebagai bahan informasi bagi pihak manajemen mengenai permasalahan yang dihadapi oleh perawat dalam bekerja. Misalnya dengan melakukan edukasi yang berkaitan dengan pencegahan dan cara mengelola stress kerja.

Bagi peneliti lain penelitian ini diharapkan mampu memberikan suatu informasi yang berguna untuk pengalaman belajar dan menambah pengetahuan sehingga dapat di jadikan pedoman dalam penelitian dan sebagai pengalaman yang nyata. Kemudian peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan topik stress kerja dengan metode penelitian yang berbeda seperti kualitatif yang dapat menggali lebih

dalam mengenai gambaran stress kerja perawat di rumah sakit. Kemudian peneliti selanjutnya dapat memperluas jumlah responden dengan mensertakan responden lainnya seperti perawat poli atau perawat rawat jalan, peneliti selanjutnya juga bisa melakukan penelitian dengan responden yang berstatus menikah dan belum menikah dengan jumlah yang seimbang dengan menggunakan teknik proportional random sampling.

Referensi

- Almasitoh, U. H. (2011). Stres kerja ditinjau dari konflik peran ganda dan dukungan sosial pada perawat. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 8(1).
- Febriani, S. (2017). *Gambaran Stres Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Bagian Perawatan Jiwa Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2017*. Skripsi: Universitas Islam Negri Alauddin Makasar.
- Janah, F. E., Zelfino., Angeliana, D., & Situngkir, D. (2017). Hubungan shift kerja perawat dengan stres kerja di instalasi rawat inap pada Rs kanker dharmais tahun 2017.
- Khoirunnisa, G. A., Nurmawaty, D., Handayani, R., & Vionalita, g. *Gambaran stres kerja pada perawat rumah sakit umum holistic purwakarta*.
- Nursalam, D. (2014). *Manajemen Keperawatan" Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional*.
- Revalicha, N. S. (2014). *Perbedaan stres kerja ditinjau dari shift kerja pada perawat di RSUD Dr. Soetomo Surabaya (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA)*.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2015). *Oganizational Behavior (16th ed.)*.
- Siregar, R. N. (2017). *Peran Perawat Dalam Pemberian Asuhan Keperawatan Di Pelayanan Kesehatan*. 7.
- Sugiyono. (2019). *Statistika untuk Penelitian*. CV Alfabeta
- Sulistyawati, N. N. N., Purnawati, S., & Muliarta, I. M. (2019). Gambaran tingkat stres kerja perawat dengan kerja shift di instalasi gawat darurat RSUD karangasem. *EJurnal Medika Udayana*, 8(1), 1-6.
- Sunarti, E., Supriyati, J., & Junaidi, J. (2021). Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat pelaksana ruang rawat inap. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 20-27.