



Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Perawat

Mustakim^{1*}, Rafni Asnita Putri²

^{1,2}Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta

Abstrak

Stres kerja pada perawat akan selalu mengalami peningkatan dan akan menjadi trend yang tidak akan bisa diabaikan karena berkaitan erat dengan keselamatan perawat dan pasien. Angka kasus stres kerja setiap tahunnya selalu mengalami peningkatan yang disebabkan oleh beberapa faktor. Studi ini bertujuan untuk mengetahui faktor faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Permata Pamulang. Studi ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Sampel yang diambil sebanyak 90 perawat dengan menggunakan teknik *total sampling*. Hasil studi menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja ($P\text{-value} = 0,001$). Sedangkan variabel lainnya tidak berhubungan yaitu jenis kelamin ($P\text{-value} = 0,688$), status pernikahan ($P\text{-value} = 0,949$), tingkat pendidikan ($P\text{-value} = 0,573$), usia ($P\text{-value} = 0,257$), masa kerja ($P\text{-value} = 0,702$), shift kerja ($P\text{-value} = 0,433$) dan hubungan interpersonal ($P\text{-value} = 0,240$). Diharapkan rumah sakit mampu untuk meningkatkan lingkungan kerja yang nyaman dan melakukan analisis untuk beban kerja pada setiap ruangan.

Kata Kunci: Beban kerja, perawat, stres kerja.

Abstract

Work stres on nurses will always increase and will become a trend that cannot be ignored because it is closely related to the safety of nurses and patients. The number of work stres cases every year always increases due to several factors. This study aimed to determine the factors related to work stres on nurses at Permata Pamulang Hospital. This study used descriptive quantitative approach is *cross sectional*, the sample used taken as many as 90 nurses using *total sampling* technique. The results of the study show that there is a relationship between workload and work stres ($P\text{-value} = 0.001$). While other variables are not related, namely gender ($P\text{-value} = 0.688$), marital status ($P\text{-value} = 0.949$), level of education ($P\text{-value} = 0.573$), age ($P\text{-value} = 0.257$), years of service ($P\text{-value} = 0.702$), shift work ($P\text{-value} = 0.433$) and interpersonal relations ($P\text{-value} = 0.240$). It is hoped that the hospital will be able to improve a comfortable work environment and perform analysis for the workload in each room.

Keywords: Workload, nurses, work stres.

Korespondensi*: Mustakim, Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jalan K.H. Ahmad Dahlan, Cirendeu, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, 15419, E-mail: mustakim@umj.ac.id

<https://doi.org/10.33221/jikm.v12i01.1840>

Received : 17 Maret 2022 / Revised : 11 Oktober 2022 / Accepted : 2 Desember 2022

Copyright © 2023, Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, p-ISSN: 2252-4134, e-ISSN: 2354-8185

Pendahuluan

Stres merupakan respon yang dipengaruhi dari kejadian internal dan eksternal yang dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Perasaan tertekan yang disebabkan oleh pekerjaan secara berlebihan pada pekerja disebut sebagai stres kerja. Resiko yang disebabkan oleh stres kerja akan mempengaruhi pekerjaan yang dilakukan apabila kapasitas pekerjaan yang berlebihan.¹

Hasil penelitian yang dilakukan di rumah sakit Taiwan menyatakan bahwa terdapat perawat mengalami kegelisahan 64%, mimpi buruk 33,7%, gangguan iritabilitas 44,1% , susah tidur 35%, merasakan sakit kepala 40,8% dan mengalami gangguan gastrointestinal 41,4%.² Pada tahun 2017/2018, *Health and Safety Executive* (HSE) melakukan survey dan didapatkan 595.000 kasus stres dan depresi dengan prevalensi 1.800 per 100.000 pekerja.³ Berdasarkan penelitian angka kasus stres di Vietnam sebanyak 18,5% dan pada di Negara Hongkong angka stres mencapai 41,1%.⁴

Studi di negara Yordania menunjukkan angka kasus stres pada perawat mencapai 30%. Di Indonesia, studi tentang stres perawat di RSUD Sayang Rakyat Makassar sebesar 15,2% dan di RSD dr. Soebandi Jember sebanyak 83,33% stres sedang dan stres berat sebanyak 16,67%. Dampak dari stres kerja akan menimbulkan beberapa gejala yakni fisiologi, psikologis dan perilaku. Gejala fisiologi berupa sakit berat, tekanan darah tinggi, dan juga serangan jantung yang disebabkan oleh stres kerja. Gejala psikologis muncul akibat adanya ketidakpuasan pada pekerjaan yang telah dilakukan dan juga akan muncul rasa kebosanan, mudah marah, cemas dan juga tegang.⁵ Penulis melakukan studi terkait kejadian stres pada perawat di masa pandemi dikarenakan studi sebelumnya belum ada yang menunjukkan tingkat stres pada perawat dalam kondisi pandemi. Oleh karena itu studi ini dapat menjadi

pembandingan pada studi sebelumnya terkait stres pada perawat.

Rumah Sakit Permata Pamulang merupakan rujukan layanan Kesehatan primer dan memiliki beberapa macam fasilitas seperti laboratorium, rawat inap berkapasitas 73 tempat tidur dan akan ditambah menjadi 120 tempat tidur, kamar bersalin, spesialis, subspecialis, dan praktek dokter umum. Jumlah kunjungan pasien yang meningkat harus diimbangi dengan ketersediaan jumlah perawat sebagaimana diatur dalam Permenkes Nomor 56 Tahun 2014. Oleh karena itu, penulis bermaksud melakukan studi stres pada perawat di RS Pamulang.

Metode

Studi dilakukan dengan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Studi ini dilakukan di Rumah Sakit Permata Pamulang pada bulan Juni-Juli 2021 untuk mengetahui stres kerja pada perawat beserta faktornya. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner yang akan disebar kepada perawat. Populasi dalam studi adalah 90 orang perawat dengan teknik untuk pengambilan sampel yaitu *total sampling* dikarenakan jumlah perawat yang terbatas sehingga seluruh populasi menjadi populasi studi atau sampel. Analisis dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Umur, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan, beban kerja, masa kerja, shift kerja dan hubungan interpersonal merupakan variabel independen sedangkan dependen pada penelitian adalah stres kerja perawat.

Hasil

Berdasarkan tabel 1 stres yang dialami oleh perawat adalah stres kategori ringan sebesar 26 orang (28,9%) dan kategori stres berat sebanyak 15 orang (16,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa secara total terdapat 41 perawat atau hampir 50% perawat berada dalam kategori stres atau mengalami tekanan

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Variabel	Kategori	n	%
Jenis Kelamin	Perempuan	71	78,9
	Laki-Laki	19	21,1
Pendidikan	D3 Keperawatan	57	63,3
	S1 Ners	33	36,7
Status Pernikahan	Belum Menikah	46	51,1
	Menikah	44	48,9
Usia	≤27 Tahun	48	53,3
	>25 Tahun	42	46,7
Shift Kerja	Malam	34	37,8
	Siang	35	38,9
	Pagi	21	23,3
Masa Kerja	<5 Tahun	61	67,8
	>5 Tahun	29	32,2
Beban Kerja	Berat	43	47,8
	Ringan	47	52,2
Hubungan Interpersonal	Buruk	25	27,8
	Baik	65	72,2

Tabel 2. Analisis Bivariat

Variabel	Kategori	Tingkat Stres Kerja				P-value	OR (95%CI)
		Stres		Tidak Stres			
		n	%	n	%		
Jenis Kelamin	Perempuan	47	66,2	24	33,8	0,688	1,424 (0,506-4,009)
	Laki-Laki	11	57,9	8	42,1		
Pendidikan	D3 Keperawatan	35	61,4	22	38,6	0,573	0,692 (0,277-1,725)
	S1 Ners	23	69,7	10	30,3		
Status Pernikahan	Belum Menikah	29	63	17	37	0,949	0,882 (0,372-2,094)
	Menikah	29	65,9	15	34,1		
Usia	≤27 Tahun	34	70,8	14	29,2	0,257	1,821 (0,761-4,357)
	>27 Tahun	24	57,1	18	42,9		
Masa Kerja	<5 Tahun	38	62,3	23	37,7	0,702	0,743 (0,290-1,907)
	>5 Tahun	20	69	9	31		
Shift Kerja	Malam	21	61,8	13	38,2	0,433	-
	Siang	21	60	14	40		
	Pagi	16	76,2	5	23,8		
Beban Kerja	Berat	203	48,5	23	53,5	0,001	0,206 (0,080-0,528)
	Ringan	8	80,9	9	19,1		
Hubungan Interpersonal	Tidak Baik	19	76	6	24	0,240	2,111 (0,744 – 5,993)
	Baik	39	60	26	40		

dalam bekerja. Selain itu, hampir 50% perawat selama masa pandemi memiliki beban kerja dalam kategori berat. Hal ini sangat mungkin menjadi penyebab terjadinya stres pada perawat.

Berdasarkan tabel 2 memperlihatkan bahwa faktor yang secara signifikan berhubungan dengan stres pada perawat yaitu beban kerja ($P\text{-value} = 0.001$).

Pembahasan

Pada penelitian ini dinyatakan bahwa belum ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan stres kerja. Penelitian tersebut berbanding terbalik penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa berdasarkan hasil penelitian perempuan lebih cenderung untuk mengalami stress.⁸ Hal ini didukung oleh Azteria V dan Hendarti R.D. yang menunjukkan bahwa jenis kelamin dengan proporsi tertinggi adalah perempuan

(51.4%).⁷ Studi ini tidak mampu membuktikan adanya hubungan antara jenis kelamin dengan stres. Jenis kelamin bukanlah salah satu faktor yang dapat memicu stres disebabkan tidak adanya perbedaan yang konsisten untuk memecahkan suatu masalah dan juga dalam melakukan keterampilan untuk menganalisis pasien.

Pada penelitian ini tidak ada signifikansi hubungan antara pendidikan dengan stres. Studi berbanding terbalik jika dibandingkan dengan studi Candraditya dan Endang yang menyatakan adanya signifikansi hubungan antara pendidikan dengan stres kerja.⁸ Pada penelitian yang dilakukan oleh Yanto dan Rejeki menyatakan tidak ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan stres dikarenakan tingkat pendidikan akan memiliki kemampuan untuk menanggapi hal yang positif terhadap tekanan atau stresor yang dialami.⁹ Pendidikan yang tinggi akan mempengaruhi tingkat stres seseorang, dimana pendidikan tinggi akan menuntut pekerjaan dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi dan bisa berakhir pada kejadian stres. Pada penelitian ini perawat dengan pendidikan S1 Ners lebih rendah mengalami stres dibandingkan dengan perawat yang pendidikan D3 keperawatan.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa tidak terdapat korelasi antara status pernikahan dengan stres kerja. Studi ini similar dengan studi Wicaksono dan Anggraini yang menyatakan tak ada signifikansi hubungan antara status pernikahan dengan stres kerja dengan nilai.¹⁰ Status pernikahan merupakan salah satu factor pemicu terjadinya stres kerja dikarenakan ketika sudah menikah maka akan ada konflik antara peran pekerjaan dan keluarga yang menjadi pemicu stres kerja, stres juga dapat muncul karena status yang belum menikah atau berkeluarga yang berdampak pada tidak adanya dukungan dari pasangan.

Pada penelitian ini diketahui bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan

stres kerja. Studi ini berbeda dengan yang dilakukan oleh Aprianti dan Surono yang memperlihatkan bahwa ada signifikansi usia dengan stres kerja ($p\ value=0.001$) dikarenakan masih belum mampu untuk menahan tekanan yang ada dalam pekerjaan yang dilakukan.¹¹ Usia merupakan salah satu pemicu stres kerja dikarenakan semakin usia bertambah maka semakin mudah untuk mengalami stres disebabkan faktor fisiologi yang sudah mengalami penurunan dalam kemampuan daya ingat, kekuatan dan semakin memiliki masalah yang kompleks.

Berdasarkan hasil studi pada perawat diketahui bahwa tidak ada hubungan antara shift kerja dengan stres kerja yang berbanding terbalik dengan studi Sitorus yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara shift kerja dengan stres kerja.¹² Namun, hasil studi sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maydinar yang menyatakan tidak adanya hubungan antara shift kerja dengan stres kerja dikarenakan responden sudah terbiasa dengan shift kerja.¹³ Berdasarkan Kepmenakertrans No.Kep.102/MEN/VI/2004 ketentuan jam kerja telah diatur dengan 2 sistem yakni 7 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu atau 8 jam kerja dalam 1 minggu untuk 5 hari kerja dalam 1 minggu.

Pada penelitian ini dinyatakan bahwa tidak terdapat signifikansi antara masa kerja dengan stres kerja. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurini, dkk menyatakan adanya hubungan antara masa kerja dengan stres kerja.¹⁴ Hal ini dikarenakan responden dengan masa kerja <5 tahun belum beradaptasi dengan lingkungan kerjanya sehingga responden mengalami stres kerja. Sedangkan pada studi lainnya menunjukkan bahwa tidak terdapat signifikansi antara masa kerja dengan stres kerja dikarenakan semakin lama masa kerja maka akan memberikan *experience* dalam melakukan tugas.^{15,16} Masa kerja yang pendek akan mengalami stres dari berbagai faktor misalnya dari kurangnya

pengalaman yang berdampak pada produktivitas yang kurang baik, serta belum dapat memahami situasi dan kondisi ditempat kerja. Pada masa kerja yang lama maka sudah bisa beradaptasi dengan lingkungan kerja dan sudah mampu untuk mengendalikan masalah yang ada sehingga stres akan lebih sering terjadi pada masa kerja yang baru.

Hasil studi menunjukkan bahwa perawat yang mengalami beban berat sebanyak 43 orang (47,8%) dan beban kerja ringan 47 orang (52,2%) dari hasil uji didapatkan nilai $P\text{ value} = 0,001$ yang menyatakan bahwa adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Permata Pamulang. Perawat dengan beban kerja berat mengalami stres 20 orang (46,5%) sedangkan dengan beban ringan yang mengalami stres 38 orang (80,9%). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil yang dilakukan oleh Sagala yang menunjukkan adanya hubungan beban kerja dengan stres dengan nilai $P\text{-value} = 0,000$ dimana 37 orang responden merasa mengalami beban kerja yang dipengaruhi oleh tugas yang berlebihan.¹⁶ Adanya perbedaan tugas dan tanggung jawab sehingga ada juga yang tidak merasa ada beban.¹⁶ Faktor yang sering memicu terjadinya stres kerja adalah beban kerja dikarenakan banyaknya tuntutan pekerjaan yang dilakukan melebihi kapasitas sehingga terjadinya stres kerja.

Pada penelitian ini ditemukan hubungan interpersonal perawat memiliki hubungan yang baik sebanyak 65 orang (72,2%) sedangkan yang memiliki hubungan interpersonal yang tidak baik sebanyak 25 orang (27,8%). Hubungan interpersonal merupakan salah satu faktor yang dapat memicu stres kerja pada perawat. Perawat yang memiliki hubungan interpersonal yang baik dan tidak mengalami stres sebanyak 26 orang (40%) dan hubungan interpersonal yang tidak baik mengalami stres sebanyak 19 orang (76%). Hasil studi tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri yang menyatakan bahwa hubungan interpersonal

dapat mempengaruhi stres kerja dikarenakan hubungan yang baik akan berpengaruh dalam memberikan sebuah pendapat dan persepsi sehingga dapat saling membantu.¹⁷ Hubungan interpersonal yang baik akan membangun lingkungan kerja yang nyaman dan dapat saling membantu serta saling mengoreksi untuk dapat diintropeksi oleh diri sendiri dan memperbaikinya sehingga dapat memberikan kepuasan kepada pasien dalam memberikan pelayanan, sehingga hubungan interpersonal tidak berhubungan dengan stres.

Kesimpulan

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa stres kerja pada perawat ditentukan oleh beban kerja. Sedangkan jenis kelamin, status pernikahan, usia, shift kerja, masa kerja, tingkat Pendidikan dan hubungan interpersonal tidak menentukan stres kerja perawat. Diharapkan pihak rumah sakit dapat membangun lingkungan kerja yang baik dengan mengadakan *gathering* untuk meningkatkan hubungan interpersonal yang baik dan juga melakukan analisis untuk setiap keperluan ruangan sehingga tidak adanya beban kerja yang berlebihan.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini dapat dilaksanakan dengan baik terkait bantuan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh perawat dan staff Rumah Sakit Permata Pamulang yang telah memberikan kerja sama dengan baik dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Mintjelungan DLA, Rattu AJM, Kairupan BHR, Universitas P, & Ratulangi S. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Dokter Di Rumah Sakit Umum Bethesda Gmim Tomohon. *Kesmas*. 2019; **8**, 19–34.
2. Tsai YC & Liu CH. Factors and symptoms associated with work stress and health-promoting lifestyles among hospital staff: A pilot study in Taiwan. *BMC Health Services Research*. 2012; **12**, 1–8.

3. Health and Safety Executive. Work-related stres, anxiety or depression statistics in Great Britain, 2020. Annual Statistics 1–9.
4. Cheung T & Yip PSF. Depression, anxiety and symptoms of stres among Hong Kong nurses: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2015; 12, 11072–11100.
5. Frichilia C, Mandey S & Tawas H. Stres Kerja Serta Hubungannya Dengan Kinerja Karyawan Berdasarkan Gender (Studi Pada Karyawan Pt. Bank Danamon, Tbk Manado). *Jurnal Berkala Ilmiah Efisiensi*. 2016; 16, 857–863.
6. Febriandini EA, Ma'arufi I, & Hartanti RI. Analisis Faktor Individu, Faktor Organisasi dan Kelelahan Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Perawat (Studi di Ruang Rawat Inap Kelas III RSUD dr. H. Koesnadi Kabupaten Bondowoso). *e-Jurnal Pustaka Kesehatan*. 2016; 4, 175–180.
7. Azteria V & Hendarti RD. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Rawat Inap Di RS X Depok Pada Tahun 2020. *Jurnal IAKMI*. 2020; 25–26.
8. Candraditya R & Endang D. Hubungan Tingkat Pendidikan, Masa Kerja, dan Tingkat Kebisingan dengan Stres Kerja di PT. X. *Jurnal Penelitian Kesehatan*. 2017; 15, 1–9.
9. Yanto A & Rejeki S. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Penurunan Stres Kerja Perawat di Semarang Medical Centre. *Nurscope: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Ilmiah Keperawatan*. 2017; 3, 1–10.
10. Wicaksono MN & Anggarini IM. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Divisi Business Solution, Support Dan Service Delivery Pt Administrasi Medika Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2019; 10, 161–172.
11. Aprianti R & Suro A. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Dosen Tetap Di Stikes Y Bengkulu. *Photon: Jurnal Sain dan Kesehatan*. 2018; 9, 189–196.
12. Sitorus CI. Hubungan Shift Kerja dengan Stres Kerja Pada Karyawan Bagian Operator DCS Departement Produksi PT.Toba Pulp Lestari, TBK. 2017.
13. Maydinar DD, Fernalia, & Robiansyah VA. Hubungan Shift Kerja Dan Masa Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Kamar Bedah RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2019. *CHMK Nursing Scientific Journal*. 2020; 4, 1–9.
14. Nurini, Rahmawati A, & Nuraeni T. Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja Pada Karyawan di PT. PLN (Persero) TJBT APP Cirebon Factors that Concerned with Job Stres at employees at PT. PLN (Persero) TJBT APP Cirebon. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2017; 2, 60–67.
15. Zainiyah A. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja Area Manufacturing di PT. X Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*. 2012; 1, 18706.
16. Sagala AP. Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Kantor Kemeterian Agama Kota Binjai. *Composites Part A: Applied Science and Manufacturing*. 2020; vol. 68.
17. Fitri AM. Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Karyawan Bank (Studi pada Karyawan Bank BMT). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*. 2013; 2.