
Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit

Ima Dewi Melyana¹, Mona Saparwati¹, Trimawati¹

¹ Universitas Ngudi Waluyo, Jawa Tengah, Indonesia

Informasi Artikel

Kata kunci:
Tingkat stres kerja; Perawat

Keywords:
Job Stress Level, Nurse

Abstrak

Profesi perawat mempunyai risiko yang sangat tinggi terkena stres, karena perawat memiliki tugas dan tanggung jawab yang sangat tinggi terhadap keselamatan nyawa manusia. Salah satu faktor yang menjadi penyebab stres pada perawat yakni beban kerja yang terlalu berat, waktu kerja yang mendesak, konflik kerja, perbedaan nilai antar karyawan dengan pemimpin dan frustrasi dalam kerja. Penelitian bertujuan mendeskripsikan gambaran tingkat stres kerja perawat di instalasi rawat inap RSUD RA Kartini Jepara. Metode penelitian yaitu deskriptif kuantitatif yang berfungsi mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti, dan menggunakan analisis univariat. Penelitian menggunakan total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 79 orang. Hasil penelitian didapatkan karakteristik responden umur responden rata-rata paling banyak adalah pada rentang dewasa muda (umur 20-44 tahun) 54 responden (68,4%), jenis kelamin perempuan 70 responden (88,6%), menikah 75 responden (94,9%) masa kerja adalah > 10 tahun yaitu 57 responden (72,2%). Stress kerja sedang yaitu 32 responden (40,5%), stress kerja rendah sejumlah 28 responden (35,4%), dan sebagian kecil ialah stress kerja agak tinggi 19 responden (24,1%), adapun stress kerja tinggi tidak ditemukan. Sebagian besar stress kerja perawat yaitu dengan stress sedang sebesar 40,5%. Bagi layanan kesehatan rumah sakit agar lebih memperhatikan kondisi psikologis perawat dan beban kerja perawat.

Abstract

The nursing profession has a very high risk of stress, because nurses have very high duties and responsibilities towards the safety of human lives. One of the factors causing stress among nurses is the excessive workload, urgent work hours, work conflicts, differences in values between employees and leaders, and work-related frustration. The research aims to describe the level of work stress among nurses in the inpatient installation of RSUD RA Kartini Jepara. The research method is descriptive quantitative, which functions to describe or provide an overview of the object being studied, and uses univariate analysis. The research used total sampling with a sample size of 79 people. The research results showed that the majority of respondents were in the young adult age range (20-44 years) with 54 respondents (68.4%), female respondents with 70 respondents (88.6%), married respondents with 75 respondents (94.9%), and those with more than 10 years of work experience with 57 respondents (72.2%). Moderate work stress was reported by 32 respondents (40.5%), low work stress by 28 respondents (35.4%), and a small portion had slightly high work stress, with 19 respondents (24.1%). No respondents reported high work stress. Most of the nurses' work-related stress is at a moderate level, amounting to 40.5%. For hospital healthcare services to pay more attention to the psychological condition of nurses and their workload.

PENDAHULUAN

Pelayanan rawat inap merupakan pelayanan medis dan keperawatan yang utama di rumah sakit dan merupakan tempat untuk interaksi antara pasien dan pihak-pihak yang ada di dalam rumah sakit dan berlangsung dalam waktu yang lama. Oleh karena perawat rawat inap sering berinteraksi dengan

Corresponding author:

Email: mona55saparwati@gmail.com

Jurnal Keperawatan Berbudaya Sehat (e-ISSN: 2986-8548), Vol 3, No 1, Januari 2025

DOI: 1035473/JKBS.v3i1.3522

pasien dan keluarga pasien dan perawat rawat jalan sering berinteraksi dengan pasien dan dokter, hal ini menjadi sumber stres bagi perawat (Mahlithosikha & Wahyuningsih, 2021).

Perawat yang bertugas di ruang rawat inap selalu bertemu dengan pasien dengan berbagai macam karakter dan penyakit yang diderita. Pasien selalu mengeluh karena penyakitnya, hal ini yang membuat perawat mengalami kelelahan. Tidak hanya dari sisi pasien saja yang dapat membuat perawat mengalami kelelahan fisik, emosi dan juga mental tetapi dari sisi keluarga pasien yang banyak menuntut atau mengeluh, rekan kerja yang tidak sejalan dan dokter yang cenderung arogan. Hal ini dapat menyebabkan perawat mengalami stres (Zahratul Afra, 2017).

Salah satu faktor yang menjadi penyebab stres pada perawat yakni beban kerja yang terlalu berat, waktu kerja yang mendesak, konflik kerja, perbedaan nilai antar karyawan dengan pemimpin yang frustrasi dalam kerja (Puspita et al., 2022). Hal-hal yang menjadi pertimbangan dalam beban kerja perawat adalah jumlah pasien yang tidak sebanding dengan jumlah pasien yang dirawat, pendidikan kesehatan serta rata-rata waktunya. Jika banyaknya tugas yang tidak sebanding dengan kemampuan fisik atau keahlian serta waktu yang tersedia maka akan menjadi sumber stres (Runtu V V & Hamel R, 2018).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti tanggal 28 Februari 2024 pada 10 perawat shift malam di Instalasi Rawat inap RSUD RA. Kartini didapatkan gejala-gejala stres kerja yang timbul pada perawat seperti mengalami sakit kepala saat bekerja, merasa jantung berdebar, merasa sakit perut/nyeri, merasa otot kaku saat/setelah bekerja, merasa kelelahan saat bekerja, merasa jenuh, sulit berkonsentrasi, tidak bersemangat dan mengalami kesulitan saat berkomunikasi dengan teman sejawat maupun keluarga pasien.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa 40% perawat shift mengatakan gejala-gejala stres kerja shift sering terjadi dikarenakan jumlah pasien yang banyak dan jumlah perawat yang kurang sehingga beban kerja yang dialami perawat shift malam semakin berat. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu perawat di instalasi rawat inap RSUD RA. Kartini menunjukkan bahwa beban kerja shift malam jauh lebih berat dikarenakan jam kerja yang jauh lebih panjang dengan jumlah perawat yang bertugas lebih sedikit dari pada shift pagi sehingga dampaknya waktu malam hari seharusnya digunakan untuk istirahat tetapi pada shift malam digunakan untuk bekerja sehingga menjadi pemicu adanya stres kerja.

Perlunya penelitian ini ialah untuk mencegah terjadinya situasi yang tidak kondusif yang dapat menyebabkan perawat akan terjebak di dalam konflik dan juga stress yang nantinya akan mempengaruhi kinerja secara langsung. Sesuai dengan data diatas maka masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah tingginya gejala-gejala stres kerja yang dialami oleh perawat shift di instalasi rawat inap RSUD RA. Kartini yaitu sebesar 40%. Stres yang terjadi pada perawat shift di instalasi rawat inap tersebut apabila tidak ditangani dengan tepat dapat menimbulkan penyakit fisik, psikologis dan dapat mempengaruhi kinerja perawat terhadap pelayanan kepada pasien. Oleh karena itu berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran tingkat stres kerja perawat di instalasi rawat inap RSUD RA. Kartini Jepara”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *deskriptif* dengan rancangan *deskriptif kuantitatif*. Penelitian telah melalui ethical clearance dengan nomor: 471/KEP/EC/UNW/2024. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan menggunakan rumus *Slovin* didapatkan 79 orang perawat di instalasi rawat inap RSUD RA. Kartini Jepara. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan format skala likert dan skala *Gutman*. Analisis data menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi, mengumpulkan, mengolah, menganalisis serta menyajikan data kuantitatif secara deskriptif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	%
Desawa Muda	54	68,4
Dewasa Tengah	25	31,6
Total	79	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui dari 79 responden di dapatkan umur responden rata-rata paling banyak adalah pada rentang Dewasa Muda (umur 20-44 tahun) yaitu sejumlah 54 *responden* (68,4%), dan terdapat rentang Dewasa Tengah (umur 45-64 tahun) sejumlah 25 responden (31,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	%
Laki-Laki	9	11,4
Perempuan	70	88,6
Total	79	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui dari 79 responden di dapatkan jenis kelamin responden rata-rata paling banyak adalah jenis kelamin perempuan yaitu sejumlah 70 responden (88,6%), dan sebagian kecil ialah jenis kelamin sejumlah 9 responden (11,4%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Perkawinan

Status Perkawinan	Frekuensi	%
Menikah	75	94,9
Belum Menikah	4	5,1
Total	79	100

Berdasarkan tabel 3 diketahui dari 79 responden di dapatkan status perkawinan responden rata-rata paling banyak adalah menikah yaitu sejumlah 75 responden (94,9%), dan sebagian kecil ialah belum menikah sejumlah 4 responden (5,1%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Masa Kerja

Masa Kerja	Frekuensi	%
1 - 5 Tahun	3	3,8
6 - 10 Tahun	19	24,1
> 10 Tahun	57	72,2
Total	79	100

Berdasarkan tabel 4.4. diketahui dari 79 responden di dapatkan masa kerja responden rata-rata paling banyak adalah > 10 tahun yaitu sejumlah 57 responden (72,2%), masa kerja 6 – 10 tahun sejumlah 19 responden (24,1%), dan sebagian kecil ialah masa kerja 1 – 5 tahun sejumlah 3 responden (3,8%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stress Kerja

Stress Kerja	Frekuensi	%
Rendah	28	35,4
Sedang	32	40,5
Agak Tinggi	19	24,1
Tinggi	0	0
Total	79	100

Berdasarkan tabel 5. diketahui dari 79 responden di dapatkan stress kerja responden rata-rata paling banyak adalah stress sedang yaitu sejumlah 32 responden (40,5%), stress kerja rendah sejumlah 28 responden (35,4%), dan sebagian kecil ialah stress kerja agak tinggi sejumlah 19 responden (24,1%), adapun stress kerja tinggi tidak ditemukan.

Karakteristik Stres Kerja Responden

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Stress Kerja pada Responden di RSUD RA. Kartini Jepara

Karakteristik	Stress Kerja						Total	
	Ringan		Sedang		Agak Tinggi		f	%
Umur	f	%	f	%	f	%	f	%
Dewasa Muda	16	20,3	21	26,6	17	21,5	54	68,4
Dewasa Tengah	12	15,2	11	13,9	2	2,5	25	31,6
Total	28	35,4	32	40,5	19	24,1	79	100
Jenis Kelamin								
Laki-Laki	7	8,9	2	2,5	0	0,0	9	11,4
Perempuan	21	26,6	30	38,0	19	24,1	70	88,6
Total	28	35,4	32	40,5	19	24,1	79	100
Status Perkawinan								
Menikah	25	31,6	31	39,2	19	24,1	75	94,9
Belum Menikah	3	3,8	1	1,3	0	0,0	4	5,1
Total	28	35,4	32	40,5	19	24,1	79	100
Masa Kerja								
1 - 5 Tahun	2	2,5	1	1,3	0	0,0	3	3,8
6 - 10 Tahun	6	7,6	8	10,1	5	6,3	19	24,1

> 10 Tahun	20	25,3	23	29,1	14	17,7	57	72,2
Total	28	35,4	32	40,5	19	24,1	79	100

Pembahasan

Berdasarkan Tabel 6 di atas yang dilakukan terhadap 79 responden, mayoritas perawat berada pada stres kerja tingkat sedang terdapat 32 orang responden (40,5%). Berdasarkan data tingkatan stres, pada karakteristik umur mayoritas ialah umur dewasa muda terdapat 21 orang responden (26,6%) dengan tingkat stres kerja sedang. Pada karakteristik jenis kelamin mayoritas ialah perempuan terdapat 30 orang (38,0%) responden dengan tingkat stres kerja sedang. Pada karakteristik status perkawinan mayoritas ialah menikah terdapat 31 orang (39,2%) responden stres kerja sedang. Pada karakteristik masa kerja mayoritas ialah > 10 tahun terdapat 23 orang (29,1%) responden dengan stres kerja sedang.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi, (2022) dengan judul penelitian “Gambaran Tingkat Stres Kerja Pada Perawat di Pusat kesehatan Masyarakat Puskesmas Kota Semarang Tahun 2017” bahwa perawat dengan tingkat stres kerja ringan lebih banyak (70,5%) dari pada perawat dengan tingkat stres kerja sedang (29,5%). Dan stres kerja juga sangat berpengaruh pada pelayanan keperawatan yang sesuai dengan standar asuhan keperawatan.

Dalam kehidupan, sebagian besar waktu seseorang dapat dihabiskan di tempat kerja. Itulah mengapa pengalaman di tempat kerja dapat menjadi aspek penting dalam menentukan kesehatan mental seseorang secara umum. Kesehatan mental seseorang dapat juga kita sebut dengan istilah kesejahteraan psikologis. Kesejahteraan psikologis merupakan kondisi dimana seseorang bebas dari aneka tekanan dan masalah mental sehingga mampu menerima dirinya /kehidupan masa lalunya (*self-acceptance*), mengalami pengembangan maupun pertumbuhan diri (*personal growth*), memiliki keyakinan bahwa hidupnya bertujuan dan bermakna (*purpose in life*) serta memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain. Selain itu, seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis apabila dia itu, seseorang dikatakan memiliki kesejahteraan psikologis apabila dia mampu mengatur kehidupannya maupun lingkungannya secara efektif (*environmental mastery*) dan mampu menentukan tindakan sendiri (*autonomy*). Sejalan dengan hal tersebut, maka kesehatan mental menjadi salah satu aspek yang harus diperhatikan dalam pelaksanaan kesehatan kerja (RSUP Sardjito, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian bahwa semakin tinggi kepandaian perawat dalam memajemen diri maka tingkat stres kerja semakin rendah, kondisi lingkungan kerja yang buruk juga mempengaruhi tingginya tingkat stres kerja. Adapun perawat yang tidak stres, itu karena ia mampu mengendalikan beban kerja dan merasa tidak tertekan dengan adanya pekerjaan yang banyak. dan perawat di RSUD RA. Kartini Jepara termasuk lebih banyak perawat dengan tingkat stres kerja sedang.

SIMPULAN

Sebagian besar stress kerja perawat di rumah sakit yaitu dengan stress kerja tingkat sedang sebesar 40,5%. Bagi layanan kesehatan rumah sakit agar lebih memperhatikan kondisi psikologis perawat dan beban kerja perawat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimul, H. Abdul A. (2017). *Metode Penelitian Keperawatan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika.
- Allu, D. N. K., Fahrurazi, & Handayani, E. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam Rsud Idaman Banjarbaru Tahun 2020. In *Kesmas* (Vol. 3, Issue 2, pp. 220–229).

- Amelia, A. R., Andayanie, E., & Alifia, A. N. (2019). *Gambaran Stres Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Sulawesi, Jiwa Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Selatan. Prosiding Seminar Nasional Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (SMIPT)*.
- Apriyanti, I. W., & Haq, Y. E. (2019). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit X. *Jurnal Kesehatan STIKes IMC Bintaro*, II, 3. <https://jurnal.stikesimcbintaro.ac.id/index.php/djs/article/view/65/52>
- Ariani, L., & Seff, F. (2019). Hubungan Antara Forgiveness Dengan Stress Kerja Pada Perawat. In *Psycho Holistic* (Vol. 1, Issue 1, pp. 1–7). <https://mbunivpress.or.id/journal/index.php/psychoholistic/article/view/585>
- Arrahim, D. D. W., Ginanjar, R., & Listyandini, R. (2021). ASPEK DOMINAN PENYEBAB STRES KERJA PADA PERAWAT RUANG RAWAT INAP DIRUMAH SAKIT ISLAM BOGOR TAHUN 2020. *PROMOTOR*, 4(2), 88–96. <https://doi.org/10.32832/pro.v4i2.5575>
- Awaliyah, A. (2022). Determinan Stres Kerja Pada Perawat Bagian Rawat Inap RSUD Lasinrang Kab.Pinrang Tahun 2022. *Repository Universitas Hasanuddin*. <http://repository.unhas.ac.id/id/eprint/1045/>
- Dirjen. Yankes. RI. (2022). *Juknis Persiapan Sarpras Rumah Sakit Dalam Penerapan KRIS JKN*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Fuada, N., Wahyuni, I., & Kuniawan, B. (2017). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Perawat Kamar Bedah di Instalasi Bedah Sentral RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Semarang. In *Jurnal Kesehatan Masyarakat FKM UNDIP* (Vol. 5, Issue 5, pp. 12–26). <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/18938>
- Giovanni, M., Kojo, C., & Lengkong, V. P. . (2015). Pengaruh Konflik Peran, Konflik Kerja dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Air Manado. In *Jurnal EMBA* (Vol. 3, Issue 3 September 2015, pp. 90–98).
- Habibi, J. J. (2018). Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Pekerja Di Unit Produksi Pt. Borneo Melintang Buana Export. *Journal of Nursing and Public Health*, 6(2), 50–59. <https://doi.org/10.37676/jnph.v6i2.65>