



HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT STRES PERAWAT

Relationship Of Workload With Nurse Stress Level

Ladia Putri^{*1}, Meynur Rohmah², Zahrah Maulidia Septimar³

^{*1,2,3}STIKes YATSI Tangerang

^{*1}Email : putriladia.pl@yahoo.com

²Email: mey_nurrohmah@yahoo.co.id

³Email: zahrahmaulidia85@gmail.com

Abstract

In the United States about 11 million people suffer from work stress. Another survey shows that nearly a quarter of Americans consider work stress to be the biggest and most important problem in life. Method: Literature study This writer uses traditional literature studies with reseach studies and systematic approaches namely thematic analysis, simplified approach. In searching for several articles, this literature uses the PICO strategy with inclusion criteria, namely using two languages, namely Indonesian and English, respondents are nurses who work in hospitals, articles that are obtained from primary sources and are vulnerable when the article is 5 years (2015-2020). Results: Based on the Literature study, there was a correlation between workload and nurses work stress. Thus, nurses who experience excessive workload will be vulnerable to increased work stress.

Keywords : Nurse workload, nurses work stress

Abstrak

Di Amerika Serikat sekitar 11 juta orang menderita stres kerja. Survei lain menunjukkan bahwa hampir seperempat orang Amerika menganggap stres kerja sebagai masalah terbesar dan paling penting dalam hidup Metode : *Study literatur riview* ini penulis menggunakan *study literatur* tradisional dengan *reseach studies* dan pendekatan sistematis yaitu *thematik analysis, simplified approach*. Dalam pencarian beberapa artikel, *Literatur* ini menggunakan strategi PICO dengan kriteria inklusi yaitu menggunakan dua bahasa yaitu bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, responden merupakan perawat yang bekerja di Rumah Sakit, artikel yang di dapatkan dari sumber primer dan rentan waktu artikel 5 tahun (2015-2020). Hasil : Berdasarkan kajian *Literatur* didapatkan hasil adanya hubungan beban kerja dengan stres kerja perawat. Maka, perawat yang mengalami beban kerja berlebih akan rentan mengalami peningkatan stres kerja.

Kata kunci : Beban kerja perawat, stres kerja perawat

PENDAHULUAN

Pekerjaan dan Kesehatan adalah dua variabel penting yang harus diseimbangkan untuk fungsi optimal dari setiap profesional. Jelas bahwa kesehatan individu, masyarakat dan bangsa adalah perhatian utama perawat dan itulah sebabnya sebagai penyedia layanan kesehatan, mereka diwajibkan untuk bekerja siang dan malam untuk memenuhi kebutuhan pasien (Abdalkader & Hayajneh, 2008; Taranjit,



Kaur & Shiva, 2012).

Akibatnya, kesehatan seorang perawat berkontribusi terhadap kesehatan pasien ini karena, seorang perawat yang sakit tidak dapat memberikan perawatan yang berkualitas. Pasien dan klien mungkin memerlukan perawatan di pagi hari, siang dan malam. Karenanya, perawat harus hadir secara fisik untuk memberikan perawatan seperti itu. Perawat, selain merawat individu, terlibat dalam jadwal kerja non-standar yang mungkin termasuk kerja shift.

Sifat pekerjaan ini membuat perawat cenderung mengalami kelainan yang disebut *Shift Work Disorder*. *Shift work disorder* (SWD) adalah gangguan tidur yang ditandai dengan kantuk dan insomnia, yang dapat dikaitkan dengan jadwal kerja perawat. Kantuk dan insomnia meningkatkan risiko melakukan kesalahan pengobatan, dan dapat menyebabkan cedera pribadi saat shift dan saat mengemudi pulang (Fallis et al.2011). Di amerika serikat sekitar 11 juta orang menderita stres kerja. Survei lain menunjukkan bahwa hampir seperempat orang Amerika menganggap stres kerja sebagai masalah terbesar dan paling penting dalam hidup (Garcia-Velazques, Jokela, & Rosenstorm, 2017; Pabayo, Fuller, Goldstein, Kawachi, Gilman, 2017). Menurut data Kementerian Kesehatan RI tahun 2014 jumlah perawat di Indonesia mencapai 237.181 orang, dengan demikian angka kejadian stres kerja pada perawat cukup besar (Budiyanto, 2019). Di Rumah Sakit Internasional MH. Thamrin Jakarta perawat.

METODE

Menurut (Tomastic, 2011) *literature review* adalah studi komprehensif dan interpretasi literatur yang berhubungan dengan topik tertentu. Ketika kita melakukan tinjauan literatur, maka kita harus mengidentifikasi pertanyaan, menjawab pertanyaan, dengan mencari dan menganalisis literatur yang relevan (Helen Aveyard, 2014).

Adapun kriteria inklusi pada artikel ini yaitu artikel menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris, artikel yang didapatkan dari sumber primer, Responden merupakan perawat yang bekerja di Rumah Sakit, dan rentan waktu yang di gunakan artikel ini adalah 5 tahun (2015-2020). Adapun kriteria inklusi pada artikel ini adalah responden bukan merupakan perawat, artikel merupakan sumber sekunder, dan Artikel ini merupakan artikel *review, case study*.

HASIL

yang mengali stress kerja Sebesar 51,5%, di Rumah Sakit PELNI “Petamburan” perawat yang mengalami stress kerja sebesar 54% serta 51, 2% perawat di Intensive Care Unit (ICU) dan Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi mengalami stres kerja yang disebabkan oleh berbagai macam penyebab (Lelyana, 2004; Utomo, 2004; Yuniarti, 2007 dalam Budiyanto, 2019).

KESIMPULAN

Tekanan yang dirasakan oleh pekerja yang berhubungan dengan

pekerjaannya disebut beban kerja (Hubber, 2006 dalam Anggraeni, 2017). Stres merupakan suatu respon tubuh ketika menerima beban atau tuntutan. Ketika tubuh merasakan stress, maka akan menghasilkan respon tidak baik terhadap suatu tugas. Keadaan itu membuat seseorang menjadi stress (Hidayat, 2011 dalam Purwaningsih, 2013). Berdasarkan beberapa hasil analisa dari beberapa jurnal terdapat beberapa faktor yang dapat menjadi penghubungannya meningkatnya stres kerja yaitu jenis kelamin. Jenis kelamin wanita sangat mudah mengalami stres karena dapat disebabkan oleh siklus menstruasi sehingga ketika seorang wanita mengalami siklus menstruasi dan sedang bekerja, pekerjaan tersebut bisa menjadi beban berat dan meningkatkan stres. Yang kedua faktor usia, faktor usia bisa menjadi salahsatu penyebab dari stres kerja karena semakin seseorang bertambah usia maka segala sesuatu yang di pikirkan terasa berat dan di tambah dengan tuntutan pekerjaan sehingga mengakibatkan stres kerja meningkat.

Faktor yang ketiga yaitu status pernikahan, biasanya seseorang yang sudah menikah akan mempunyai beban dalam rumah tangga sehingga ketika beban rumah tangga dan beban kerja dating bersamaan resiko stres sangat tinggi terjadi. Fator terakhir yaitu pendidikan, seseorang dengan pendidikan tinggi kemungkinan besar mampu menyelesaikan pekerjaan dengan baik. Faktor lainnya yang dapat mempengaruhi adalah hubungan interpersonal. Hubungan interpersonal yang kurang baik juga akan berpengaruh terhadap komunikasi sehingga perawat kurang bisa menyesuaikan dengan lingkungannya yang akan menyebabkan stres kerja (Matilda Lantaran Sari, 2019). Upaya yang dilakukan oleh individu dalam menyelesaikan masalah disebut mekanisme koping. Mekanisme koping yang baik terbukti berpengaruh terhadap tingkat stres kerja, semakin baik mekanisme koping yang digunakan, maka semakin rendah tingkat stres yang dialami (Grace Jinny, 2019). Hasil dari beberapa artikel ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja perawat. Semakin banyak tuntutan kerja perawat maka akan semakin tinggi tingkat stres yang di miliki. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja salah satunya hubungan interpersonal, jadwal sif, tingkat kelelahan dan lingkungan kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- H., Harsono, H., Damayanti, M., & Setiawati, E. P. (2017). Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit dan Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 5(1), 12–17. <https://doi.org/10.23886/ejki.5.7444.12-71,212>. (2020). 12(1), 9–17.
- Ahmad, S. N. A., & Nopti, B. H. (2019). Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmiah Keperawatam Indonesia*, 2(2), 51–74. <https://doi.org/10.32584/jkkm.v2i1.266>
- Andinny V. Melo, Paul A.T. Kawatu, A. A. T. T. (2019). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon*. 8(7), 359–365.



- Ardian, H. (2019). Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah (Rsud) Deli Serdang Lubuk Pakam. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 1(2),16–21. <https://doi.org/10.36656/jpkm.v1i2.95>
- Aveyard, H. (2014). Doing a Literature Review in Health and Social Care. In *Mc Graw Hill Education* (Vol. 3).
- Barahama, K. F., Katuuk, M., & Oroh, W. M. (2019). Hubungan Beban Kerja Dengan Kepuasan Kerja Perawat Di Ruang Perawatan Dewasa Rsu Gmim Pancaran Kasih Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Benar, P., Obat, P., & Pasien, P. (2019). Hubungan beban kerja perawat dengan pelaksanaan prinsip 6 benar pemberian obat pada pasien. 6(2), 65–72.
- Bengkulu, K. (n.d.). *Work load relationship with work stress on nurses in raflesia hospital bengkulu city*.
- Budiyanto, A.J.M. Rattu, J. M. L. U. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Perawat Pelaksana Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Bethesda Gmim Tomohon. 8(3), 1–18.
- DISCHARGE PLANNING DI RUANG RAWAT INAP ARTIKEL PENELITIAN Oleh RINI KUSUMA DEWI NIM . 010115A102 FAKULTAS KEPERAWATAN.* (2019).
- Elizar, E., Lubis, N. L., & Yuniati. (2020). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Perawat Di Rsud Datu Beru. *Jurnal JUMANTIK*, 5(1), 78–89.
- Elvinawati, E. (2019). HUBUNGAN BEBAN KERJA PERAWAT DENGAN STRES KERJA PADA
- Elyani, N. (2016). Analisis Tingkat Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Perawat Di Instalasi Diagnostik Intervensi Kardiovaskular Rsud Dr. Soetomo. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr. Soetomo*, 2(2), 133. <https://doi.org/10.29241/jmk.v2i2.59>
- Haryanto, E., Sekarwana, N., Somantri, I., & Sekarwana, N. (2019). Work Load Analysis of Implementing Nurses at Room Medical Surgery Rsud Cibabat Cimahi. *KnE Life Sciences*, 2019, 726–736. <https://doi.org/10.18502/cls.v4i13.5331>
- Kawatu, P. A. T., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2019). Hubungan Shift Kerja dan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Tingkat III Manado. *Hubungan Shift Kerja Dan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Di Rumah Sakit Bhayangkara Tingkat III Manado*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/ebm.7.2.2019.24753>
- Laima, N. A., Lengkong, V. P. K., Sendow, G. M., Kerja, P. P., Kerja, B., Kepuasan, D. A. N., Laima, N. A., Lengkong, V. P. K., & Sendow, G. M. (2019). Pengaruh Penempatan Kerja, Beban Kerja Dan Kepuasan Kerja Terhadap



Prestasi Kerja Perawat Di Rsud Talaud. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 7(3), 3728–3737.
<https://doi.org/10.35794/emba.v7i3.24864>

- Maharani, R., & Budianto, A. (2019). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam. *Journal of Management Review*, 3(2), 327–332.
- Multidisiplin, S., Pengetahuan, I., Stres, G., Pada, K., Di, P., Rawat, R., Multidisiplin, S., & Pengetahuan, I. (2019). *Prosiding Seminar Nasional 2019 JIWA RUMAH SAKIT KHUSUS DAERAH PROVINSI SULAWESI SELATAN Prosiding Seminar Nasional 2019*. 2, 26–27.
- Mundung, G. J., & Kundre, R. (2019). Hubungan Mekanisme Koping Dengan Stres Kerja Perawat Di Rsu Gmim Bethesda Tomohon. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Pongantung, M., Kapantouw, N. H., & Kawatu, P. A. . (2018). Hubungan Antara Beban Kerja Dan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Gmim Kalooran Amurang. *Jurnal KESMAS*, 07(5), 1–7.
- Pragholapati, A. (N.D.). *Research Article Stres Kerja Perawat Yang Bekerja Di Unit Gawat Darurat (Ugd) Rumah Sakit Al Islam (Rsai) Bandung*.
- Retnaningsih, D., & Fatmawati, D. F. (2018). Beban Kerja Perawat terhadap Implementasi *Patient safety* di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(1), 44.
<https://doi.org/10.20884/1.jks.2016.11.1.637>
- Riyanti, F. E., & Rahmandani, A. (2019). Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Kerja Di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas. *Jurnal Empati*, 8(Nomor 3), 15–24.