

## GAMBARAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP JIWA RUMAH SAKIT KHUSUS DAERAH PROVINSI SULAWESI SELATAN

A.Rizki Amelia<sup>1</sup>, Ella Andayanie<sup>2</sup>, Andi Nisa Alifia<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muslim Indonesia  
Email: kikiarizkiamelia@yahoo.co.id<sup>2</sup>, ella\_andayanie@yahoo.com<sup>2</sup>

**Corresponding author:** kikiarizkiamelia@yahoo.co.id

### **Abstrak**

Perawat membutuhkan tempat kerja dengan suasana yang baru, area kerja yang berantakan membuat perawat kadang merasa pusing, serta merasa kurang jelas terhadap apa yang harus ia capai dalam pekerjaannya dan juga bingung saat ingin memulai tugas yang baru dan kondisi ini dapat menyebabkan terjadinya stress pada perawat sendiri apabila pemahaman terhadap coping individu kurang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stres kerja yang dialami perawat di ruang rawat inap jiwa di RSKD Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 112 orang perawat. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan simple random sampling. Pada teknik ini setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja berdasarkan beban kerja perawat di ruang rawat inap jiwa RSKD Provinsi Sulawesi Selatan memiliki beban kerja ringan dengan tingkat stres kerja yang tergolong ringan sebanyak 27 perawat (30,7%), rutinitas kerja yang tidak monoton dengan tingkat stres kerja yang tergolong ringan sebanyak 18 perawat (20,5%), lingkungan kerja yang baik dengan tingkat stres kerja yang tergolong ringan sebanyak 23 perawat (26,1%), hubungan interpersonal yang buruk dengan tingkat stres kerja yang tergolong sedang sebanyak 23 perawat (26,1%), dan peran dalam organisasi yang tidak sesuai, dengan tingkat stres kerja yang tergolong sebanyak 20 perawat (22,7%).

Diharapkan bagi perawat mampu menyesuaikan diri dengan beban kerja yang harus dikerjakan dengan kemampuan dan kapasitas kerja, meningkatkan lagi upaya untuk mencegah stress kerja dimana dapat dilakukan melalui refreasing pribadi, mempertahankan suasana lingkungan kerja yang kondusif, optimalisasi sarana dan prasarana sesuai kebutuhan, meningkatkan kualitas komunikasi dengan atasan dengan memanfaatkan pertemuan-pertemuan rutin, dan diharapkan agar perawat yang bekerja di tempatkan sesuai dengan pendidikan, peminatan dan pribadinya.

**Kata Kunci :** Stres Kerja, beban kerja, rutinitas kerja, lingkungan kerja, hubungan interpersonal, peran dalam organisasi

### **PENDAHULUAN**

Stres kerja adalah masalah kesehatan serius, baik dari segi tingginya angka kejadian maupun dampaknya. *World Health Organization* (WHO) pada tahun 1996 menyatakan stres sebagai epidemi dunia abad ke-21.

Stres kerja menjadi perhatian penting salah satunya pada pekerja sektor kesehatan (ILO, 2016). Hasil penelitian Health and Safety Executive (2015) menunjukkan bahwa tenaga profesional kesehatan, guru dan perawat memiliki tingkat stres tertinggi dengan angka prevalensi sebesar 2500, 2190 dan 3000 kasus per 100.000

orang pekerja pada periode 2011/12, 2013/14 dan 2014/15. Perawat memiliki banyak tugas yang harus dilakukan dibandingkan profesi lain. Profesi bidang kesehatan dan pekerja sosial menempati urutan pertama yang paling banyak mengalami stres, yaitu sekitar 43%. Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) (2011) mengungkapkan sebanyak 50,9% perawat Indonesia yang bekerja mengalami stres kerja, sering merasa pusing, lelah, kurang ramah, kurang istirahat akibat beban kerja terlalu tinggi serta penghasilan yang tidak memadai. Jika hal ini

dibiarkan tentunya akan menimbulkan dampak yang lebih buruk.

Di kota Makassar sendiri, menurut data yang dihimpun PPNI menunjukkan 51% perawat mengalami stres dalam menjalani tugasnya. Tingkat stres terlihat dari seringnya perawat merasa pusing dan lelah.

Pada pasien di rawat inap jiwa yang berbeda dari pasien umumnya. Jika perawat diruang rawat umum menghadapi pasien dengan gangguan kesehatan fisik maka dengan mudah berkomunikasi dengan pasien berbeda halnya saat menghadapi pasien di rawat inap jiwa yang mengalami gangguan kesehatan secara psikis. Kesehatan pasien yang terganggu merupakan salah satu penghalang untuk pasien dan perawat dapat berkomunikasi dengan baik. Selain itu, tingkat emosional yang tinggi pada pasien rawat inap jiwa membuat perawat harus bisa memahami bagaimana cara menghadapi pasien apalagi ketika pasien berada pada tingkatan gaduh gelisah<sup>9</sup>

Berdasarkan data rekam medik Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan jumlah pasien jiwa di ruang rawat inap jiwa tahun 2014 sebanyak 2871, pada tahun 2015 sebanyak 2855, tahun 2016 sebanyak 2686 dan tahun 2017 sebanyak 1436. Jumlah perawat di ruang rawat inap jiwa tahun 2018 berjumlah 112 perawat sedangkan jumlah pasien rawat inap jiwa yaitu 14361.

Dari hasil survei yang telah peneliti lakukan di Rumah Sakit Khusus Daerah Kota Makassar yang tepatnya di ruang rawat inap jiwa yang terdiri dari 10 orang perawat saya mendapatkan hasil bahwa 4 (40%) orang perawat mengalami stres ringan, 2 (20%) orang perawat mengalami stres kerja sedang, 2 (20%) orang perawat mengalami stres berat dan 1 (10%) orang perawat tidak mengalami stres kerja. Hal ini dikarenakan perawat memiliki beban kerja yang lebih banyak sehingga memicu stres kerja.

Perawat yang bertugas pada shift pagi, siang dan malam masing-masing hanya satu sampai dua perawat sehingga perawat mengalami kesulitan ketika menghadapi pasien jiwa, asuhan keperawatan yang dilakukan cukup berat karena menangani pasien dengan gangguan psikis bukan fisik yang dimana pada saat melakukan komunikasi dengan pasien gangguan jiwa akan lebih sulit dibandingkan pasien umum yang dapat berkomunikasi dengan baik, perawat membutuhkan tempat kerja dengan suasana yang baru, area kerja yang berantakan membuat

perawat kadang merasa pusing, serta merasa kurang jelas terhadap apa yang harus ia capai dalam pekerjaannya.

Berdasarkan latarbelakang diatas yang mendorong penulis untuk meneliti mengenai gambaran stres kerja pada perawat yang bekerja di ruang rawat inap jiwa di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stres kerja berdasarkan beban kerja, rutinitas kerja, lingkungan kerja, hubungan interpersonal dan peran dalam organisasi perawat di ruang rawat inap jiwa RSKD Provinsi Sulawesi Selatan. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat yang berada di ruang rawat jiwa di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan sebanyak 112 orang perawat. Sampel dalam penelitian ini adalah 88 perawat. Penarikan sampel dilakukan dengan menggunakan metode *simple random sampling*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1** Karakteristik Perawat berdasarkan Umur di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Umur	Jumlah (n)	Persentase (%)
20-29 Tahun	17	19,3%
30-39 Tahun	20	22,7%
≥40 Tahun	51	58%
Total	88	100%

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat diperoleh yang berumur 20-29 Tahun sebanyak 17 perawat (19,3%), 30-39 Tahun sebanyak 20 perawat (22,7%) dan responden yang berumur diatas 40 Tahun sebanyak 51 perawat (58%).

**Tabel 2** Karakteristik Perawat berdasarkan Jenis Kelamin di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-Laki	28	31,8%
Perempuan	60	68,2%
Total	88	100%

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 perawat (31,8%), dan yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 60 perawat (68,2%).

**Tabel 3** Karakteristik Perawat berdasarkan Status Perkawinan di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Status Pernikahan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Nikah	77	87,5%
Belum Nikah	11	12,5%
Total	88	100%

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat yang berstatus nikah sebanyak 77 perawat (87,5%) responden dan yang belum nikah sebanyak 11 perawat (12,5%).

**Tabel 4** Karakteristik Perawat berdasarkan Tingkat Pendidikan di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Tingkat Pendidikan	Jumlah (n)	Persentase (%)
D III	43	48,9%
S1	43	48,9%
S2	2	2,3%
Total	88	100%

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat diperoleh yang berpendidikan diploma sebanyak 43 perawat (48,9%), sarjana sebanyak 43 perawat (48,9%) dan pasca sarjana sebanyak 2 perawat (2,5%).

**Tabel 5** Karakteristik Perawat berdasarkan Masa Kerja di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019

Masa Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
< 5 Tahun	19	21,6%
5-10 Tahun	20	22,7%
≥10 Tahun	49	55,7%
Total	88	100%

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat diperoleh masa kerja <5 tahun sebanyak 19 perawat (21,6%), masa kerja 5-10 tahun sebanyak 20 perawat (22,7%) dan masa kerja ≥10 tahun sebanyak 49 perawat (55,7%)

**Tabel 6** Distribusi Perawat berdasarkan Beban Kerja di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019

Beban Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
Ringan	62	70,5
Berat	26	29,5
Total	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat terdapat 62 perawat (70,5%) mengalami beban kerja ringan dan 26 perawat (29,5%) responden mengalami beban kerja berat.

**Tabel 7** Distribusi Perawat berdasarkan Rutinitas Kerja di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Rutinitas Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
Monoton	43	48,9
Tidak Monoton	45	51,1
Total	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 88 perawat, terdapat 43 perawat (48,9%) yang merasa pekerjaannya monoton dan 45 perawat (51,1%) merasa pekerjaannya tidak monoton. 51,1%

**Tabel 8** Distribusi Perawat berdasarkan Lingkungan Kerja di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019

Lingkungan Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
------------------	------------	----------------

Buruk	31	35,2
Baik	57	64,8
Total	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 88 perawat terdapat 31 perawat (35,2%) yang menyatakan lingkungan kerja yang buruk dan 57 perawat (64,8%) menyatakan lingkungan kerja yang baik.

**Tabel 9** Distribusi Perawat berdasarkan Hubungan Interpersonal di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Hubungan Interpersonal	Jumlah (n)	Persentase (%)
Buruk	54	61,4
Baik	34	38,6
Total	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel di atas distribusi responden menunjukkan bahwa dari 88 perawat terdapat 54 perawat (61,4%) yang menyatakan lingkungan kerja yang buruk dan 34 perawat (38,6%) menyatakan lingkungan kerja yang baik.

**Tabel 10** Distribusi Perawat berdasarkan Peran dalam Organisasi di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019

Peran dalam Organisasi	Jumlah (n)	Persentase (%)
Sesuai	34	38,6
Tidak Sesuai	54	61,4
Total	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa dari 88 perawat, terdapat 54 perawat (61,4%) responden yang menyatakan peran dalam organisasi buruk dan 34 perawat (38,6%) menyatakan peran dalam organisasi baik.

**Tabel 11** Distribusi Responden berdasarkan Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019

Stres Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak Stres	13	14,7
Stres Ringan	31	35,2
Stres Sedang	35	39,8
Stres Berat	9	10,2
Stres Berbahaya	0	0

Total	88	100
-------	----	-----

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.11 distribusi responden menunjukkan bahwa dari 88 perawat, terdapat 13 perawat (14,8%) yang tidak mengalami stres, 31 perawat (35,2%) yang mengalami stress ringan, 35 perawat (39,8%) yang mengalami stress sedang, 9 perawat (10,2%) yang mengalami stress berat dan tidak ada perawat yang mengalami stress berbahaya.

**Tabel 12** Distribusi Perawat berdasarkan Stres Kerja dengan Beban Kerja Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Beban Kerja	Stres Kerja								Total	
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		N	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Ringan	12	13,6	27	30,7	19	21,6	4	4,5	62	70,5
Berat	1	1,1	4	4,5	16	18,3	5	5,7	28	29,5
Jumlah	13	14,7	31	35,2	35	39,9	9	10,2	88	100

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa 88 perawat , 62 perawat (70,5%) yang merasakan beban kerja ringan dimana, 12 perawat (13,6%) tidak mengalami stress, 27 perawat (30,7%) yang mengalami stress ringan, 19 perawat (21,6%) yang stress sedang, dan 4 perawat (4,5%) yang mengalami stress berat. Sedangkan yang merasakan beban kerja berat yaitu sebanyak 28 perawat (29,5%) yang mana, 1 perawat (1,1%) yang tidak stress, 4 perawat (4,5%) yang stress ringan, 16 perawat (18,3%) yang stress sedang dan 5 perawat (5,7%) stress berat.

**Tabel 13** Distribusi Perawat berdasarkan Stres Kerja dengan Rutinitas Kerja Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2019

Rutinitas Kerja	Stres Kerja								Total	
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		N	%
	N	%	n	%	n	%	n	%		
Mono ton	4	4,5	13	14,7	19	21,6	7	8	43	48,9
Tidak Mono ton	9	10,2	18	20,5	16	18,2	2	2,3	45	51,5
Jumlah	13	14,7	31	35,2	35	39,9	9	10,2	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa 88 perawat, 43 perawat (48,9%) yang merasakan rutinitas kerja yang monoton dimana, 4 perawat (4,5%) tidak mengalami stress, 13 perawat (14,7%) yang mengalami stress ringan, 19 perawat (21,6%) yang mengalami stress sedang, dan 7 perawat (8%) yang mengalami stress berat. Sedangkan yang merasakan rutinitas kerja yang tidak monoton yaitu sebanyak 45 perawat (51,1%) yang mana, 9 perawat (10,2%) yang tidak stress, 18 perawat (20,3%) yang stress ringan, 16 perawat (18,3%) yang stress sedang dan 2 perawat (2,3%) stress berat.

**Tabel 14** Perawat berdasarkan Stres Kerja dengan Lingkungan Kerja Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Peran dalam Organisasi	Stres Kerja								Total	
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		N	%
	n	%	N	%	n	%	n	%		
Sesuai	3	3,4	12	13,6	15	17	4	4,5	34	38,6

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa 88 perawat, 31 perawat (35,2%) yang merasakan lingkungan kerja yang buruk dimana, 1 perawat (1,1%) tidak mengalami stress, 8 perawat (9,1%) yang mengalami stress ringan, 17 perawat (19,3%) yang stress sedang, dan 5 perawat (5,7%) yang mengalami stress berat. Sedangkan yang merasakan lingkungan kerja yang baik yaitu sebanyak 57 perawat (64,8%) yang mana, 12 perawat (13,6%) yang tidak stress, 23 perawat (26,1%) yang stress ringan, 18 perawat (20,1%) yang stress sedang dan 4 perawat (4,5%) stress berat.

**Tabel 15** Distribusi Perawat berdasarkan Stres Kerja dengan Hubungan Interpersonal Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2019

Lingkungan Kerja	Stres Kerja								Total	
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		N	%
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Buruk	1	1,1	8	9,1	17	19,3	5	5,7	31	35,2
Baik	12	13,6	23	26,1	18	20,5	4	4,5	57	64,8
Jumlah	13	14,7	31	35,2	35	39,8	9	10,2	88	100
Tidak Sesuai	10	11,4	19	21,6	20	22,7	5	5,7	54	61,4
Jumlah	13	14,7	31	35,2	35	39,8	9	10,2	88	100

Berdasarkan tabel 5.16 distribusi responden menunjukkan bahwa 88 perawat, 54 perawat (61,4%) yang merasakan peran dalam organisasi yang tidak sesuai dimana, 10 perawat (11,4%) tidak mengalami stress, 19 perawat (21,6%) yang mengalami stress ringan, 20 perawat (22,7%) yang stress sedang, dan 5 perawat (5,7%) yang mengalami stress berat. Sedangkan yang merasakan peran dalam organisasi yang sesuai yaitu sebanyak 34 perawat (38,6%) yang mana, 3 perawat (3,4%) yang tidak stress, 12 perawat (13,6%) yang stress ringan, 15 perawat (17%) yang stress sedang dan 4 perawat (4,5%) stress berat.

## 5. PEMBAHASAN

### 5.1. Stres Kerja Berdasarkan Beban Kerja Perawat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada perawat di ruang rawat inap jiwa yang merasakan beban kerja ringan sebanyak 62 perawat (70,5%) dimana, 27 perawat (30,7%) yang mengalami stress ringan pada beban kerja yang ringan pula. Sedangkan yang merasakan beban kerja

Hubungan Interpersonal	Stres Kerja								Total	
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat			
	n	%	N	%	n	%	n	%		
Buruk	4	4,5	21	23,8	23	26,1	6	6,8	54	61,4
Baik	9	10,2	10	11,4	12	13,6	3	3,4	34	38,6
Jumlah	13	14,7	31	35,2	35	39,8	9	10,2	88	100

Sumber: Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 5.15 distribusi responden menunjukkan bahwa 88 perawat, 54 perawat (61,4%) yang merasakan hubungan interpersonal yang buruk dimana, 4 perawat (4,5%) tidak mengalami stress, 21 perawat (23,8%) yang

berat yaitu sebanyak 28 perawat (29,5%), yang mana 16 perawat (18,3%) yang stress sedang. Hal ini menunjukkan bahwa perawat dengan tingkat beban kerja ringan mengalami stress kerja yang ringan pula karena mampu memajemen tugas yang diberikan dan tetap merasakan banyak ketenangan diantara banyaknya pekerjaan yang ia kerjakan, namun pada beban kerja yang berat perawat mengalami stress kerja sedang. Ini dikarenakan adanya tugas tambahan yang harus dikerjakan oleh seorang tenaga perawat maka akan menambah tingginya beban kerja. Akan tetapi apabila waktu kerja yang diberikan perawat cukup maka tingkat stress akan menurun dan juga banyak waktu yang diberikan dalam menyelesaikan tugas tambahan.

Adapun perawat yang tidak stress (1,1%) pada beban kerja berat dan tidak stress pada beban kerja ringan (13,6%) itu karena ia mampu mengendalikan beban kerja dan merasa tidak tertekan dengan adanya pekerjaan yang banyak dan mampu memajemen pekerjaannya dengan mulai mengerjakan pekerjaan ringan terlebih dahulu lalu naik ke level yang agak tinggi. Dengan begitu beban kerja akan dirasa menjadi sedikit dan tidak pula terjadi stress kerja. Beban kerja juga bisa bertambah karena perawat tersebut tidak kompeten didalam bidangnya jadi dia merasa tertekan di area kerjanya, beda halnya dengan perawat yang yang memang sudah kompeten di bidangnya maka ia akan merasa jika pekerjaannya memiliki beban kerja yang ringan dan terkadang tidak memiliki stress kerja ataupun stress kerja yang dimilikinya ringan. Jadi dapat disimpulkan jika beban kerja yang ada di ruang rawat inap jiwa dianggap ringan dengan tingkat stres ringan pula.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Kurnia, dkk (2014) di Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondhohutomo, yang menyatakan bahwa responden yang mengalami beban kerja ringan dengan tingkat stress rendah sebanyak 35 (85,4%) dan yang merasakan beban kerja berat dengan tingkat stress kerja rendah sebanyak 9 (60%) responden

#### **b. Stres Kerja Berdasarkan Rutinitas Kerja Perawat**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan hasil yang di peroleh adalah pekerjaan tidak monoton sebanyak 45 (51,1%) perawat dengan tingkat stress ringan sebanyak 18 perawat (20,5%) dan yang monoton 43 (48,9%) dengan tingkat stress kerja sedang sebanyak 19 perawat (21,6%). Perawat sudah terbiasa dan mampu beradaptasi dengan rutinitas yang ada. Walaupun dihadapkan dengan pekerjaan yang sebenarnya bersifat monoton, beberapa perawat menyiasati dengan saling bercanda, mendengarkan

musik mengobrol sebagai upaya untuk menghilangkan kejenuhan yang nantinya dapat berakibat pada timbulnya stress. Ada pula yang menyiasati dengan membuat kegiatan-kegiatan yang menyenangkan seperti lomba antar pasien jiwa, agar pekerjaannya tidak selalu sama ditiap harinya, ada pula yang beranggapan bahwa pekerjaan mereka tidak monoton karena memiliki kesibukan diluar dari pekerjaannya yang lain serta menganggap bahwa waktu kerja yang dimiliki cukup fleksibel dan menantang.

Adapun perawat yang tidak mengalami stres pada rutinitas kerja yang monoton sebanyak 4 perawat (4,5%) hal ini dikarenakan ia mampu beradaptasi dengan baik dan terbiasa dengan pekerjaannya, apalagi jika perawat tersebut memiliki masa kerja  $\geq 10$  tahun. Begitupun yang mengalami rutinitas kerja yang tidak monoton dengan tingkat stres kerja ringan sebanyak 9 perawat (14,7%) hal ini dikarenakan ia menyiasati dengan selalu memiliki dengan hal-hal yang positif.

Meskipun ada beberapa perawat yang beranggapan bahwa rutinitas kerja yang tidak monoton itu ringan, tetapi ada pula yang beranggapan bahwa rutinitas yang tidak monoton itu juga memiliki stres berat sebanyak 2 perawat (2,3%), hal ini dikarenakan beberapa perawat membutuhkan tempat kerja dengan suasana yang baru, agar dia tidak merasa jenuh. Perasaan jenuh itu timbul apabila harus melakukan pekerjaan yang berulang dan kurang menarik sehingga pada akhirnya dapat menyebabkan kelelahan, perasaan tidak gembira dan berkurangnya minat dan energi. Jadi dapat disimpulkan jika rutinitas kerja yang ada di ruang rawat inap jiwa dianggap tidak monoton dengan tingkat stres ringan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muthmainnah (2012) hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (57,1%) mempersepsikan rutinitas kerja yang tidak monoton dan tidak membosankan dengan tingkat stress kerja ringan (62,5%). Begitupun 42,9% mempersepsikan rutinitas kerja yang monoton dan membosankan.

#### **c. Stres Kerja Berdasarkan Lingkungan Kerja Perawat**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di peroleh hasil yaitu lingkungan kerja memiliki penilaian yang baik sebanyak 57 perawat (64,8%). Adapun lingkungan kerja yang buruk memiliki tingkat stress kerja sedang 17 (19,3%) sedangkan pada lingkungan kerja yang baik perawat secara keseluruhan perawat mengalami stress kerja ringan 23 (26,1%). Kondisi lingkungan berpengaruh

terhadap kenyamanan seseorang dalam menjalankan pekerjaannya, hal ini membuat perawat merasa bahwa lingkungan kerja yang ada di ruang rawat inap jiwa sudah cukup memadai dengan kelengkapan fasilitas yang baik, kondisi ruangan tidak berisik di beberapa ruangan.

Meskipun didalam kondisi lingkungan kerja terdapat perawat yang mengalami stres sedang tetapi persentase yang dimiliki lebih sedikit dibandingkan dengan stres ringan yang mana stres ringan termasuk kedalam kondisi lingkungan yang baik. Serta persentase untuk kondisi lingkungan yang tidak mengalami stres lebih besar dibandingkan dengan kondisi lingkungan yang buruk, karena mereka merasa secara keseluruhan keadaan atau kualitas fisik yang ada di ruang rawat inap tersebut sudah tidaklah buruk. Sedangkan yang mengalami stres berat lebih banyak pada pilihan kondisi lingkungan yang buruk, beberapa responden atau perawat merasa terlalu panas pada saat bekerja dan juga ada ruangan yang dengan jumlah pasien jiwa yang banyak menyebabkan ruangan tersebut menjadi berisik dan terkadang membuat perawat kurang nyaman, apalagi jika pasien tersebut berkelahi didalam ruangan. Jadi dapat disimpulkan jika suasana lingkungan kerja yang ada di ruang rawat inap jiwa dianggap baik dengan tingkat stres ringan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sai'dah, dkk (2018) yang menyatakan bahwa lingkungan kerja buruk, dimana perawat mengalami stress kerja sedang (42,9%), sedangkan lingkungan kerja yang baik, perawat mengalami stress kerja ringan (45%). Ini dikarenakan sebagian dari mereka sudah terbiasa dengan kondisi dan keadaan ruang kerja.

#### **d. Stres Kerja Berdasarkan Hubungan Interpersonal Perawat**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan terdapat hubungan interpersonal yang buruk yang mana membuat perawat mengalami stress kerja sedang 23 perawat (26,1%). Yang mana menurut beberapa perawat menyatakan bahwa ia mengalami masalah dalam berkomunikasi dengan pasien dan keluarganya dan terkadang perawat memiliki masalah dalam berkomunikasi dengan teman sejawat terkait pekerjaan mereka serta kesulitan dalam berkordinasi dengan atasan mereka. Sedangkan hubungan interpersonal yang baik mengalami stres kerja yang sedang pula 12 perawat (13,6%), meskipun sama berada pada tingkat stres sedang tapi persentasenya jauh berbeda hal ini bisa terjadi karena menurut perawat cenderung untuk memiliki keinginan menghadapi konflik baik itu dengan keluarga pasien

atau rekan kerja namun kadang terjadi kurangnya dukungan oleh rekan kerja ataupun atasan.

Adapun perawat yang merasa hubungan interpersonal buruk tapi tidak mengalami stres (4,5%) yang mana itu disebabkan karena ia mampu untuk membuka diri dan berkomunikasi dengan cukup baik dengan dokter dan berhubungan baik dengan beberapa teman sejawatnya. Begitupun dengan hubungan interpersonal baik adapula yang tidak mengalami stres kerja sebanyak 9 perawat (10,2%) hal ini dikarenakan ia mampu mendapat dukungan dari rekan kerja dan selalu berkoordinasi dengan baik.

Pada penelitian ini pula stres sedang dialami oleh beberapa perawat yang (26,1%) dapat mengakibatkan motivasi kerja menurun karena setiap ruangan ditugaskan untuk dua orang perawat dalam menjalankan tugas namun terkadang terjadi masalah alam satu ruangan kerja diakibatkan tidak adakesesuaian antara rekan kerja karena tidak ada kecocokan seperti masalah daftar dinas, rekan kerja sering tidak masuk bekerja tetapi untuk permasalahan ini tidak sampai mengakibatkan perawat.

Namun pada hubungan interpersonal baik juga mengalami stres kerja sedang (13,6%), dapat dilihat meskipun keduanya memiliki stres kerja yang sedang tetapi hubungan interpersonal yang baik memiliki persentase yang lebih sedikit dibandingkan dengan hubungan interpersonal yang buruk hal ini di karenakan cenderung orang tidak mengeluh dan ada kemampuan untuk menghadapinya pada saat terjadi konflik dengan rekan kerja ataupun dengan keluarga pasien jiwa. Dapat disimpulkan jika hubungan interpersonal yang terjadi pada perawat di ruang rawat inap jiwa termasuk dalam hubungan yang buruk dengan tingkat stres kerja sedang.

Hal ini sejalan dengan survei yang dilakukan oleh Kementerian Jepang menyatakan bahwa 52% pekerja yang diwawancarai mempunyai pengalaman stress akibat ketidakpuasan hubungan interpersonal ditempat kerja

#### **e. Stres Kerja Berdasarkan Peran dalam Organisasi Perawat**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan diperoleh bahwa perawat yang merasakan peran dalam organisasi yang tidak sesuai 20 (22,7%) yang stress sedang. Sedangkan yang merasakan peran dalam organisasi yang sesuai yaitu 15 (17%) responden yang stress sedang. Persentase tingkat stress kerja sedang pada peran organisasi tidak sesuai tersebut lebih besar daripada responden yang mempersepsikan peran organisasi yang baik sesuai. Peran organisasi yang dipersepsikan tidak sesuai oleh

responden dengan tingkat stres sedang disebabkan karena kurang jelasnya tugas dan tanggungjawab, serta kurang dilibatkan dalam pengambilan keputusan. Sedangkan peran organisasi yang sesuai tetapi berada pada persentase rendah dipersepsikan karena perawat ada beberapa perawat yang melakukan pekerjaannya tidak pada kompetennya.

Adapun perawat yang merasa peran dalam organisasi sesuai tapi tidak mengalami stres sebanyak 3 perawat (3,4%) yang mana disebabkan karena ia mampu mengetahui dengan jelas apa yang harus ia capai dalam pekerjaannya biasanya ini banyak pada perawat yang masa kerjanya  $\geq 10$  tahun. Begitupun dengan peran dalam organisasi yang tidak sesuai ada pula yang tidak stres sebanyak 10 perawat (11,4%).

Begitu pula untuk stres ringan, sedang dan berat pada peran organisasi yang tidak sesuai semuanya berada pada angka yang lebih tinggi dibandingkan dengan peran organisasi yang sesuai hal ini dikarenakan mereka jarang dilibatkan dalam pengambilan keputusan dan ada yang melakukan pekerjaannya tidak sesuai dengan jabatan ataupun kompetennya masing-masing. Dapat disimpulkan jika peran dalam organisasi tergolong tidak sesuai dengan tingkat stres kerja sedang.

## KESIMPULAN

1. Stres kerja berdasarkan beban kerja perawat di ruang rawat inap jiwa RSKD Provinsi Sulawesi Selatan berada pada tingkat stres kerja yang tergolong ringan sebanyak 27 perawat (30,7%) dengan beban kerja ringan
2. Stres kerja berdasarkan rutinitas kerja perawat di ruang rawat inap jiwa RSKD Provinsi Sulawesi Selatan berada pada tingkat stres kerja yang tergolong ringan sebanyak 18 perawat (20,5%) dengan rutinitas kerja yang tidak monoton
3. Stres kerja berdasarkan lingkungan kerja perawat di ruang rawat inap jiwa RSKD Provinsi Sulawesi Selatan berada pada tingkat stres kerja yang tergolong ringan sebanyak 23 perawat (26,1%) dengan lingkungan kerja yang baik
4. Stres kerja berdasarkan hubungan interpersonal perawat di ruang rawat inap jiwa RSKD Provinsi Sulawesi Selatan berada pada tingkat stres kerja yang tergolong sedang sebanyak 23 perawat (26,1%) dengan hubungan interpersonal yang buruk
5. Stres kerja berdasarkan peran dalam organisasi perawat di ruang rawat inap jiwa

RSKD Provinsi Sulawesi Selatan berada pada tingkat stres kerja yang tergolong sebanyak 20 perawat (22,7%) dengan peran dalam organisasi yang tidak sesuai

## SARAN

1. Diharapkan bagi perawat mampu menyesuaikan diri dengan beban kerja yang harus dikerjakan dengan kemampuan dan kapasitas kerja pada perawat yang bersangkutan agar menghindari adanya beban kerja berlebih maupun beban kerja yang terlalu ringan dengan mengisi waktu dengan hal yang positif.
2. Diharapkan oleh para perawat agar dapat meningkatkan lagi upaya untuk mencegah stress kerja dimana dapat dilakukan melalui refrening pribadi, agar pekerjaan yang dilakukan tidak monoton dan membuat lelah.
3. Menciptakan dan mempertahankan suasana lingkungan kerja yang kondusif, optimalisasi sarana dan prasarana sesuai kebutuhan.
4. Meningkatkan kualitas komunikasi dengan atasan dengan memanfaatkan pertemuan-pertemuan rutin sebagai sarana berkomunikasi yang efektif antar perawat dan atasan terutama dokter dan kepala ruangan.
5. Diharapkan agar perawat yang bekerja di tempatkan sesuai dengan pendidikan, peminatan dan pribadinya maupun sesuai dengan kompetennya agar meminimalisir terjadinya stres kerja serta ikut melibatkan perawat pada pengambilan keputusan.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Aiska, S. 2014. Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Pada Tingkat Stres Kerja perawat di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. Skripsi. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
2. Cilik, Ratnaningrum. 2012. Tingkat Stres Kerja di Ruang Psikiatri Intensif Rumah Sakit dr. H. Marzoeqi Mahdi Bogor. Skripsi. Fakultas ilmu keperawatan. Universitas Indonesia Depok.
3. Health and Safety Executive. 2013. *HSE. Annual Statistics Report for Great Britain*. <https://www.hse.gov.uk/statistics>
4. Iin, Muthmainnah. 2012. *Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja di Ruang ICU*



- Pelayanan Jantung Terpadu Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia.
5. ILO. 2016. *Psychosocial Risk and Work-related Stres*. [https://www.ilo.org/safework/areasofwork/workplace-health-promotion-and-well-being/WCMS\\_108557/lang-en/index.html](https://www.ilo.org/safework/areasofwork/workplace-health-promotion-and-well-being/WCMS_108557/lang-en/index.html)
  6. KBBI. 2017. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), (Online) (<https://kbbi.web.id/stres>, diakses Desember 2018)
  7. Nursai'dah, dkk. 2018. Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Stres Kerja di RSUD K.R.M.T Wongonegoro Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Universitas Diponegoro. Vol. 6(2). Hal: 94-101.
  8. NIOSH. 2008. *Exposure to Stress Occupational Hazards in Hospital*. NIOSH
  9. Pradita, W. 2008. *Problem Focused Coping pada Perawat di RSJ Ditinjau dari Kecerdasan Emosional*. Skripsi. Universitas Katolik Soegijipranata Semarang.
  10. Rahmatia, Sari., dkk. *Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2016*. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas HaluOleo. Vol. 2 (6). Hal. 1-2.
  11. Siringoringo, E. 2014. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja Perawat di Ruang ICU RS Stella Maris Makassar*. *Jurnal Kesehatan*. Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin. Hal: 1-32.