

Tingkat Stres Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X

¹*Rizki Utami*

²*Maria Susila Sumartiningsih*

^{1,2} *Prodi S1 Keperawatan, Institut Tarumanagara*

Alamat Korespondensi:

Nama Koresponden: Rizki Utami

Bagian/Area Keahlian : Keperawatan

Institusi Penulis: Prodi S1 Keperawatan, Institut Tarumanagara

E-mail: rutam354@gmail.com

ABSTRAK

Stres kerja merupakan masalah global yang mempengaruhi semua pekerjaan dan pekerja di negara maju dan berkembang. Tujuan dari penelitian ini adalah Teridentifikasi Gambaran Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X. Metode Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat ruang rawat inap di Rumah Sakit X. Teknik sampling yang digunakan adalah Total sampling dengan populasi sebanyak 67 orang. Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner Tingkat Stress Kerja Perawat. Hasil penelitian ini menunjukkan Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X, menunjukkan hasil secara statistik mayoritas perawat memiliki tingkat stres kerja ringan sebanyak 62 orang (92.5%) . Nilai rata – rata yang diperoleh pada variabel ini sebesar 2,93 dengan standar deviasi sebesar 0.265. Nilai standar deviasi lebih kecil daripada rata – rata yang artinya bahwa data variabel kejadian stres kerja pada perawat pada penelitian ini mengidentifikasi hal yang cukup baik. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X sebagian besar mengalami tingkat stres yang ringan.

Kata Kunci : Tingkat Stress Kerja Perawat, Stress Kerja, Perawat

ABSTRACT

Job stress is a global problem that affects all jobs and workers in developed and developing countries. The purpose of this study was to identify the description of the level of work stress of nurses in the inpatient room of Hospital X. This research method uses a quantitative descriptive research design. The population in this study were all inpatient nurses at Hospital X. The sampling technique used was Total sampling with a population of 67 people. The collection of research data used a questionnaire on the level of work stress of nurses. The results of this study show the level of work stress of nurses in the inpatient room of Hospital X, showing statistical results that the majority of nurses have a mild level of work stress as many as 62 people (92.5%). The average value obtained for this variable is 2.93 with a standard deviation of 0.265. The standard deviation value is smaller than the average, which means that the data on the variable of work stress events in nurses in this study identified something quite good. The conclusion of this study shows that nurses in the inpatient room of Hospital X mostly experience mild levels of stress.

Keywords: Nurses' Work Stress Level, Work Stress, Nurse

PENDAHULUAN

Stres di tempat kerja merupakan masalah global yang mempengaruhi semua pekerjaan baik di negara maju ataupun negara berkembang. Stres kerja perawat dapat mempengaruhi kualitas hidup dan kinerja dalam segala aspek, termasuk pelayanan dan keselamatan pasien. Stres kerja perawat dapat disebabkan oleh tuntutan dan pelayanan medis yang terus menerus dan sistematis (Rhamdani Wartono, 2019).

Stres yang tinggi akibat beban kerja yang berat, tuntutan emosional, dan lingkungan kerja yang menantang sering kali mempengaruhi kinerja mereka. Berbagai faktor yang berkontribusi terhadap stres terkait pekerjaan di kalangan perawat meliputi beban kerja yang berat, risiko kesehatan yang tinggi, dan dukungan sosial yang tidak memadai (Rohita *et al.*, 2023).

Stres yang tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan penurunan kinerja, kelelahan, dan bahkan burnout sehingga dapat berdampak negatif terhadap kinerja perawat, yang pada gilirannya mempengaruhi kualitas perawatan yang diterima oleh pasien (Schlak *et al.*, 2021) Beban kerja yang berat dan keterbatasan waktu, para perawat yang mengalami stres kerja sering mengalami masalah seperti pusing, kelelahan, dan ketidakmampuan untuk beristirahat (Rhamdani & Wartono,

2019). Sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 48 Tahun 2016, tentang standar keselamatan dan kesehatan kerja perkantoran, maka dihimbau kepada seluruh perusahaan untuk melakukan pencegahan bahaya psikososial atau stress kerja sebagai upaya dalam melindungi kesehatan dan kesejahteraan karyawan (Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 48 Tahun 2016). Profesi keperawatan merupakan salah satu yang menjadi kunci utama selain dokter dalam pemberian pelayanan kesehatan di berbagai fasilitas kesehatan salah satunya rumah sakit. Peranan perawat dapat berdampak secara langsung pada pelayanan yang diterima oleh pasien sebagai klien utama rumah sakit (Jeremia *et al.*, 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rosina (2020) diketahui bahwa stres pada perawat yang bekerja di rumah sakit dapat disebabkan oleh faktor yang berasal dari dalam diri individu dan faktor dari luar individu antara lain seperti beban kerja, kondisi kerja, hubungan interpersonal, rutinitas kerja, pengembangan karir, peran dalam organisasi, pengawasan atasan berhubungan, masalah ekonomi, tipe kepribadian, lama kerja dan lingkungan kerja.

Perawat yang mengalami stress mental akibat tingginya beban kerja karena melakukan perawatan yang berlebihan pada banyak pasien mampu menyebabkan

tingginya emosi seperti mudah bersinggungan disertai rekan sejawat, menyebabkan keputusan dalam perawatan pasien sehingga level frustrasi pun akan semakin meningkat seiringan disertai jumlah pasien yang terus datang ke rumah sakit (Ebrahimi, *et al.*, 2021) Lingkungan kerja bertekanan yang mencirikan kondisi kerja perawat mampu berkontribusi pada stres kerja mereka. Disertai beban kerja yang menjadi faktor krusial dan penting bagi karyawan karena pengaruhnya terhadap kesehatan baik secara fisik ataupun psikis, oleh karena itu, diperlukan tambahan staf medis yang memadai guna menanggapi keadaan darurat ini serta bantuan guna menangani tugas-tugas perawat sehingga tidak mampu menambah beban kerja mereka yang mengakibatkan stres kerja (Kokoroko, & Sanda 2019).

Berdasarkan hasil Studi Pendahuluan yang telah saya lakukan di Rumah Sakit X pada tanggal 10 Juni 2024, didapatkan hasil bahwa dari sampel sebanyak 15 orang yang dilakukan wawancara ditemukan data perawat mengalami stress kerja dikarekan jumlah pasien yang banyak dibandingkan jumlah perawat jaga di rumah sakit. Untuk hal lainnya ada keberagaman diantaranya 5 orang merasa mendapatkan tekanan dari senior karena merasa paling muda sehingga tugas diserahkan kepada yang lebih muda. Sedangkan 5 perawat mengalami kejenuhan

karena melakukan hal yang sama setiap hari dengan pekerjaan yang diulang-ulang setiap hari serta 5 perawat merasa kelelahan dan kurang tidur serta tidak diimbangi dengan gaji yang sesuai.

Tujuan dari penelitian ini adalah Teridentifikasi Gambaran Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode kuantitatif dengan rancangan deskriptif. Dengan menggunakan kuesioner Tingkat Stres Kerja Perawat. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 18 juli 2024 sampai 1 Agustus 2024. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan Total Sampel sebanyak 67 orang. Hasil penelitian ini disajikan dalam bentuk analisa univariat dengan data primer.

HASIL

Berdasarkan data pada tabel 1 menunjukkan Distribusi Karakteristik Responden di Rumah Sakit X secara statistik responden menunjukkan mayoritas berusia 26-35 Tahun sebanyak 26 orang (38.8%) sebanyak 22 orang berusia 17-25 Tahun (32.8%) sebanyak 15 orang berusia 36-45Tahun (22.4%) sebanyak 4 orang berusia 46- 55 Tahun(6.0%), dengan jenis kelamin Perempuan sebanyak 66 orang (98.5%) jenis

kelamin laki-laki 1 orang (1.5%), dengan status perkawinan Belum Menikah sebanyak 34 orang (50.7%), menikah sebanyak 32 orang (47.8%) Janda/duda sebanyak 1 orang (1.5%) dengan tingkat pendidikan D3 Keperawatan sebanyak 33 orang (49.3%) Profesi ners sebanyak 29 orang (43.3%) S1 Keperawatan sebanyak 3 orang (4.5%) D1 sebanyak 1 orang (1.5%) SMA sebanyak 1 orang (1.5%), dengan lama bekerja 1-3 Tahun sebanyak 27 orang (40.3%) lama bekerja > 10 Tahun sebanyak 18 orang (26.9%) lama bekerja 5-10 Tahun sebanyak 10 orang (14.9%) lama bekerja <1 Tahun sebanyak 8 orang (11.9%) lama bekerja 3-5 Tahun sebanyak 4 orang (6.0%).

Tabel 2 menunjukkan Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X, menunjukkan hasil secara statistik mayoritas perawat memiliki tingkat stres kerja ringan sebanyak 62 orang (92.5%). Nilai rata-rata yang diperoleh pada variabel ini sebesar 2,93 dengan standar deviasi sebesar 0.265. Nilai standar deviasi lebih kecil daripada rata-rata yang artinya bahwa data variabel kejadian stres kerja pada perawat pada penelitian ini mengidentifikasi hal yang cukup baik.

PEMBAHASAN

Usia Hasil penelitian ini memperlihatkan data bahwa responden dengan usia diketahui mayoritas responden berusia 25-35 Tahun (38.8%). Perawat berusia 25-35 Tahun cenderung memiliki tingkat stres kerja yang ringan. Hal ini dikarenakan usia ini merupakan usia produktif sehingga mereka cenderung mendapatkan tanggung jawab atau tugas yang tinggi. Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tjokro et al., (2023) menunjukkan bahwa usia 25-35 tahun memiliki stres kerja ringan dengan persentase 66,7%. Penelitian yang dilakukan oleh Rahmayana *et al.*, (2022) usia Dewasa Awal (26 –35 tahun) memiliki stres kerja ringan dengan presentase 49,6%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktari *et al.*, (2021) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa Berdasarkan data karakteristik responden jenis kelamin, sebagian besar perempuan berada pada tingkatan stres kerja tingkat sedang dengan 44 responden (54,3%) dan laki-laki berada pada tingkatan stres ringan yaitu 13 responden (40,6%). Penelitian yang dilakukan oleh Rahmayana *et al.*, (2022) ditemukan hasil bahwa jenis kelamin perawat didominasi oleh perempuan yaitu sebanyak 58 (78,4%). Hasil penelitian ini memperlihatkan data bahwa responden dengan tingkat pendidikan diketahui

mayoritas dengan pendidikan D3 Keperawatan dengan jumlah 33 orang (49,3%). Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin banyak pengetahuan yang didapatkan sehingga mereka akan lebih mampu mengatasi tekanan atau tingkat stres kerja. Penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Keperawatan *et al.*, (2022) Tingkat pendidikan responden yang paling banyak adalah D3 Keperawatan dengan jumlah 21 (42,9%) responden. Adapun penelitian yang dilakukan oleh (Sembiring *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa responden mayoritas memiliki tingkat pendidikan D3 Keperawatan yaitu berjumlah 41 orang (68,30%). Hasil penelitian ini memperlihatkan data bahwa responden dengan status perkawinan diketahui mayoritas dengan belum menikah dengan responden berjumlah 34 orang (50,7%) Tenaga kerja dengan status belum menikah akan mengalami tingkat stres yang lebih ringan dibandingkan dengan tenaga kerja yang berstatus menikah. Penelitian ini sejalan dengan Rhamdani *et al.*, (2019) Pada penelitian ini, responden dengan status menikah cenderung memiliki stres kerja lebih berat dibandingkan dengan pekerja yang belum menikah.

Hal ini sejalan dengan penelitian Sembiring *et al.*, (2023) dengan hasil mayoritas status pernikahan responden yang

sudah menikah yaitu berjumlah 48 orang (80%) sedangkan mayoritas yang belum menikah yaitu 8 orang (20%). Lama Bekerja Hasil penelitian ini memperlihatkan data bahwa responden dengan lama bekerja diketahui mayoritas dengan lama bekerja 1-3 tahun dengan jumlah 27 orang (40,3%). Penelitian ini menekankan perlunya implementasi program dukungan yang lebih baik dan strategi manajemen stres di lingkungan kerja untuk mengatasi stres yang tinggi di kalangan perawat (Rohita *et al.*, 2023). Penelitian ini didukung penelitian yang telah dilakukan oleh (Nila *et al.*, 2023) terdapat 19,7% perawat mengalami stress kerja sedang, 42,6% memiliki beban kerja berat, dengan hasil uji statistik diperoleh p value = 0,037 ($0,037 < 0,05$) sehingga terdapatnya hubungan antara beban kerja dan stress kerja pada perawat. Hasil penelitian (Hartati *et al.*, 2022) menunjukkan nilai p signifikan yaitu $0,000 < 0,05$ terdapat pengaruh beban kerja terhadap stress kerja perawat. Hasil penelitian (Giri *et al.*, 2021) bahwa perawat rawat jalan yang mengalami beban kerja berat sebanyak 10 perawat (50%) dan tingkat stress berat 5%. Sedangkan hasil penelitian (Nur *et al.*, 2019) tingkat stress ringan dengan 54 responden (56,8%) dan tingkat stress kerja sedang dengan 41 responden (43,2%).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa

hampir setengahnya yaitu 17 Perawat (37,8%) dengan masa kerja 3 – 5 tahun (Nety *et al.*, 2023).

Hasil penelitian ini memperlihatkan data bahwa responden dengan tingkat stres kerja diketahui mayoritas tingkat stres kerja ringan dengan hasil 62 orang (92.5%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Sri Febriani, 2017) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami stress ringan terdapat 17 responden, stress sedang terdapat 16 responden dan stress berat terdapat 8 responden. Adapun penelitian yang sama menunjukkan sebagian besar perawat

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit X sebagian besar mengalami tingkat stres yang ringan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ebrahimi, H., Jafarjalal, E., Lotfolahzadeh, A., & Kharghani Moghadam, S. M. (2021). The Effect Of Workload On Nurses' Quality Of Life With Moderating Perceived Social Support During The Covid-19 Pandemic. *Work*, 70(2), 347-354. Doi: 10.3233/Wor-210559.
- Giri, A. K., Dwi, N., Rini, H., & Gisely, V. (2021). Gambaran Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Umum Holistic Purwakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Health Publica*, 2(1), 1-10. Doi: [10.35329/Jkesmas.V9i2.4733](https://doi.org/10.35329/Jkesmas.V9i2.4733)
- Hartati, Z. R., Juliandi, H., & Asyiah, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Stres Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Priority*, 5(2), 46-54. Doi: [10.34012/Jukep.V5i2.2659](https://doi.org/10.34012/Jukep.V5i2.2659)
- Jeremia, M., Yunni, S., Sumijatun. (2019). Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran Egk https://www.researchgate.net/publication/350432098_Konsep-Dasar-Keperawatan
- Keperawatan, J. C., Pamela, C. A., Ardiana, A., & Kurniawan, D. E. (2022). *Hubungan Stres Kerja Dengan Kualitas Hidup Perawat Pada Masa Covid-19 Di Rs Tingkat Iii* (Vol. 10, Issue Doi: [10.20473/Fmnj.V3i1.12509](https://doi.org/10.20473/Fmnj.V3i1.12509)
- Kokoroko, E., & Sanda, M. A. (2019). Effect Of Workload On Job Stress Of Ghanaian Opd Nurses: The Role Of Coworker Support. *Safety And Health At Work*, 10(3), 341-346. Doi: [10.1016/J.Shaw.2019.04.002](https://doi.org/10.1016/J.Shaw.2019.04.002)
- Nilai, K. I., Melda, Y., & Suroso. (2023). Hubungan Beban Kerja Dan Shift Kerja Dengan Gejala Stres Kerja Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Daerah

- Provinsi Jambi. *Environmental Occupational Health And Safety Journal*, 3(02), 141 – 152. Doi: <https://doi.org/10.24853/Eohjs.3.2.141-152>
- Nur, A. H., Fatmawati., & Nadia, A. (2019). Stres Kerja Perawat Diruang Rawat Inap RSUD H. A. Sulthan Daeng Radja Kabupaten Bulukumba. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 4(2), 109-118. Doi:[10.35329/Jkesmas.V9i2.4733](https://doi.org/10.35329/Jkesmas.V9i2.4733)
- Oktari, T., Nauli, F. A., & Deli, H. (2021). Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Rumah Sakit Pada Era New Normal. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(1), 115–124. <https://doi.org/10.36763/Healthcare.V10i1.98>
- Rhamdani, I., & Wartono, M. (2019a). Hubungan Antara Shift Kerja, Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 2(3), 104–110. Doi: [10.18051/Jbiomedkes.2019.V2.104-110](https://doi.org/10.18051/Jbiomedkes.2019.V2.104-110)
- Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 48 Tahun (2016) Tentang Standar Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Perkantoran. 2016. Jakarta.
- Rahmayana, M., Yusuf, M., Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, M., & Keilmuan Keperawatan Manajemen Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala Banda Aceh, B. (2022). Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat The Overview Of Occupational Stress Level Among Nurses. In *Jim Fkep: Vol. Vi* Doi:[10.47539/Jktp.V6i1.344](https://doi.org/10.47539/Jktp.V6i1.344)
- Rohita, T., Nursalam, N., Hadi, M., Pramukti, I., Nurkholik, D., Septiane, A., ... Susanti, I. A. (2023). Work-Related Stress Among Nurses In The Covid-19 Pandemic: What Are The Contributing Factors? *Revista Brasileira De Enfermagem*, 76. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2022-0586>
- Rewo, K. N., Puspitasari, R., & Winarni, L. M. (N.D.). (2020) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rs Mayapada Tangerang Tahun 2020* <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/Jkli/Article/View/51849>
- Rosina. (2020). Literature Review: “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Perawat Di Rumah Sakit”. Stikes Panakukang Makassar. Skripsi. [Ejournal.Unsrat.Ac.Id › Index › Ebiomedik](https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik)
- Schlak, A. E., Aiken, L. H., Chittams, J., Poghosyan, L., & Mchugh, M. (2021).

Leveraging The Work Environment
To Minimize The Negative Impact Of
Nurse Burnout On Patient Outcomes.
International Journal Of
Environmental Research And Public
Health, 18(2).
<https://doi.org/10.3390/Ijerph18020610>

Sembiring, F., Rupang, E. R., Studi, P.,
Keperawatan, S., Santa, S., Medan,
E., & Friskasembiring09@G, K. :
(2023). *Healthcaring: Jurnal Ilmiah
Kesehatan Gambaran Tingkat Stress
Kerja Perawat Intensive Di Rumah
Sakit Santa Elisabeth Medan.*
Doi:[10.47709/Healthcaring.V2i2.2522](https://doi.org/10.47709/Healthcaring.V2i2.2522)

Tjokro, S., Saputera, A., & Marga, I.
(2023). *Gambaran Beban Kerja
Dengan Tingkat Stress.* 2(1), 22–28.
[https://adikusada.ac.id/jurnal/index.
php/jhmr/issue/view/20](https://adikusada.ac.id/jurnal/index.php/jhmr/issue/view/20)

Tabel 1
Karakteristik Responden (n=67)

Variabel	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Usia		
17-25 Tahun	22	32.8
25-35 Tahun	26	38.8
36-45 Tahun	15	22.4
46-55 Tahun	4	6.0
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	1	1.5
Perempuan	66	98.5
Status Perkawinan		
Menikah	32	47.8
Belum menikah	34	50.7
Pendidikan		
D3 Keperawatan	32	47.8
S1 & Ners	34	50.7
Lama Bekerja		
<1 Tahun	8	11.9
1-3 Tahun	27	40.3
3-5 Tahun	4	6.0
5-10 Tahun	10	14.9
>10 Tahun	18	26.9
Total	67	100%

Sumber Data Primer : 2024

Tabel 2
Stres Kerja Perawat

Variabel	Frekuensi (f)	Presentase (%)	Mean	SD
Tingkat Stres Kerja Sedang	5	7.5		
Tingkat Stres Kerja Ringan	62	92.5	2.93	0.265
Total	67	100%		