

HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP RSU GMIM KALOORAN AMURANG

Ditya P. J. Lendombela
Jimmy Posangi
Linnie Pondaag

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran
Universitas Sam Ratulangi
Email : dityapjlendombela6@gmail.com

Abstract : *Stress is a common phenomenon in work places now. Main source of work stress in nursing is workload, difficulty to create a interact, difficulty to involve in patient care, dealing with patient care, taking care of fail improved patient. Fatigue is a commom phenomenon which happen in every type of profesi, and every type of work have its own work fatigue characteristic. Faitgue which individuals felt is hard to describe clearly. Excecution of work can evaluate the fatigue level. Work's fatigue is sensation of tired and degradation of awareness. Aimed, To Discover Correlation of Stress Work With Nurse's Fatigue at Inpatient Care Facility Kalooran Amurang GMIM Hospital this Method is using cross sectional. Sampling technique is this research is purposive sampling which is sampling techmique with certain judgement of researcher with total sample 69 respondent. Statistical Result Chi-Square with value of meaning 95% ($\alpha \leq 0,05$) and p value $0,012 < 0,05$ the Summary, this research found the correlation between work stress and nurse's fatigue in inparient care fasility/patient ward Kalooran Amurang GMIM Hospotal. Suggestion, stress management in nurse to minimalized work fatigue by reason of work stress effect, such as work shift exchange and recreations are needed.*

Keywords: *Work Stress, Fatifue*

Abstrak : Stres adalah fenomena umum di tempat kerja saat ini. Sumber utama stres kerja dibidang keperawatan, yaitu beban kerja, kesulitan menjalin interaksi, kesulitan terlibat dalam merawat pasien, berurusan dengan merawat pasien, merawat pasien yang gagal membaik. Kelelahan adalah fenomena umum yang terjadi pada berbagai tipe profesi, dan setiap jenis pekerjaan mempunyai karakteristik kelelahan kerja tersendiri. Kelelahan yang dirasakan seseorang sulit untuk didefinisikan secara jelas. Pelaksanaan kerja dapat mengevaluasi tingkat kelelahan. Kelelahan kerja adalah perasaan lelah dan adanya penurunan kesiagaan. **Tujuan Penelitian** Mengetahui Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di RSU GMIM Kalooran Amurang. **Desain Penelitian** ini menggunakan *cross sectional*. Teknik pengambilan **Sampel** yang digunakan peneliti adalah *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai yang dikehendaki peneliti dengan Jumlah sampel 68 responden. **Hasil uji statistik** *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha \leq 0,05$) dan diperoleh p value $0,012 < 0,05$. **Kesimpulan**, penelitian ini menemukan adanya hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja perawat di ruang rawat inap RSU GMIM Kalooran Amurang. **Saran**, perlu strategi pengelolaan stres pada perawat untuk meminimalisir terjadinya kelelahan kerja akibat stres kerja, seperti pertukaran shift kerja, kegiatan rekreasi.

Kata kunci: *Stres Kerja, Kelelahan Kerja*

PENDAHULUAN

Manusia merupakan anggota lebih dari satu kelompok sosial. Dalam melakukan kegiatan di setiap kelompok, manusia dapat mengalami stres. Stres yang dialami sebagai hasil kegiatannya di setiap kelompok saling menunjang, saling menguatkan (Ashar, 2014). Stres adalah fenomena umum di tempat kerja saat ini. Banyak survei dan studi membuktikan bahwa tekanan akibat pekerjaan adalah sumber utama terjadinya stres pada orang dewasa (Borkowski, 2015). Stres di tempat kerja dapat dikaitkan dengan: tuntutan tugas individual, tuntutan peran individual, tuntutan kelompok dan tuntutan organisasi (Kinicki & Williams, 2003 dalam Borkowski, 2015). Stres kerja adalah ketidakmampuan individu dalam memenuhi tuntutan-tuntutan pekerjaannya sehingga ia merasa tidak nyaman dan tidak senang (Saam & Wahyuni, 2013). Pekerjaan seorang perawat merupakan pekerjaan yang memiliki stres yang tinggi, karena dalam bekerja, perawat berhubungan langsung dengan berbagai macam pasien dengan diagnose penyakit dalam respon yang berbeda-beda (Nurul, 2003 dalam Desima, 2013). Sumber stres bagi perawat, antara lain; beban kerja yang berlebih, kurangnya jumlah tenaga perawat, konflik dengan rekan kerja atau dengan dokter, kurangnya pengalaman perawat, dan kepala ruangan yang selalu memonitor ruangan kerja (Stordeur, 2001 dalam Jusminar, 2012).

Kelelahan adalah fenomena umum yang terjadi pada berbagai tipe pekerjaan, dan setiap jenis pekerjaan mempunyai karakteristik kelelahan kerja tersendiri (Hanneke 2006 dalam Yogisutanti, dkk 2013). Kelelahan kerja merupakan kriteria yang lengkap tidak hanya menyangkut kelelahan yang bersifat fisik dan psikis saja tetapi lebih banyak kaitannya dengan adanya penurunan kinerja fisik, adanya perasaan lelah, penurunan motivasi, dan penurunan produktivitas kerja (Maurits, 2012). Faktor-faktor yang dapat berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja, bermacam-macam, mulai dari faktor lingkungan kerja yang tidak memadai untuk bekerja sampai kepada masalah psikososial

dapat berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja (Maurits, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian Hariyono, dkk (2009) tentang hubungan antara beban kerja, stres kerja dan tingkat konflik dengan kelelahan kerja perawat di Rumah sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta tahun 2009, bahwa sebagian besar perawat merasa lelah dengan frekuensi 55,77% perawat, 61,54% perawat mempunyai beban kerja yang sedang, 82,70% perawat mempunyai stres kerja yang sedang, 82,70% perawat mempunyai tingkat konflik yang sedang. Ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI dengan nilai tarafsignifikansi $0,000 < 0,005$. Ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI dengan nilai taraf signifikansi $0,026 < 0,05$. Ada hubungan yang signifikan tingkat konflik dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI dengan nilai taraf signifikansi $0,000 < 0,05$.

Berdasarkan survei data awal pada tanggal 13 Desember 2016 didapati jumlah perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang sebanyak 82 orang. Sebagian besar perawat berpendidikan diploma III sebanyak 73 perawat, Sarjana Keperawatan sebanyak 4 orang perawat, Ners sebanyak 5 orang perawat. Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang perawat di RSUD GMIM Kalooran Amurang menunjukkan bahwa 3 orang perawat mengalami kelelahan kerja yang disebabkan oleh stres, komunikasi yang kurang baik antara sesama perawat, kebosanan dan beban kerja. 2 orang perawat mengatakan dapat mengatasi stres kerja dengan cara menerima apa yang menjadi tanggung jawab mereka dan saling menghargai sesama perawat dan dapat mengatasi kelelahan kerja dengan cara beristirahat dengan cukup dirumah setelah selesai jam bekerja. Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja perawat di

ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang.

HASIL dan PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan umur

Umur	n	%
23-30 Tahun	61	89,7
31-43 Tahun	7	10,3
Total	68	100,0

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Hasil analisis pada tabel 1 menunjukkan sebagian besar responden berumur 23-30 tahun dengan jumlah 61 responden (89,7%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin	n	%
Laki-laki	6	8,8
Perempuan	62	91,2
Total	68	100,0

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 62 responden (91,2%).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan tingkat pendidikan

Tingkat Pendidikan	n	%
DIII Keperawatan	57	83,8
S1 Keperawatan	5	7,4
Ners	6	8,8
Total	68	100,0

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan sebagian besar responden berpendidikan DIII Keperawatan yaitu sebanyak 57 responden (83,8%).

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan masa kerja

Masa Kerja	n	%
2 Tahun	31	45,6
>2 Tahun	37	54,4
Total	68	100,0

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Hasil analisis pada tabel 4 menunjukkan sebagian besar responden sudah bekerja >2 tahun sebanyak 37 responden (54,4%).

Analisa Univariat

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan stres kerja

Stres Kerja	n	%
Stres	20	29,4
Tidak Stres	48	70,6
Total	68	100,0

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Hasil analisis tabel 5 didapati bahwa sebagian besar responden tidak mengalami stres kerja yaitu sebanyak 48 responden (70,6%).

Tabel 6. Distribusi responden berdasarkan kelelahan kerja

Kelelahan Kerja	n	%
Lelah	16	23,5
Tidak Lelah	52	76,5
Total	68	100,0

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Hasil analisis tabel 6 didapati bahwa sebagian besar responden tidak mengalami kelelahan yaitu sebanyak 52 responden (76,5%).

Analisis Bivariat

Tabel 7. Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat

Stres Kerja	Kelelahan Kerja				Total	P
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	N	%	n	%
Stres	9	13,2	11	16,2	20	29,4
Tidak Stres	7	10,3	41	60,3	48	70,6
Total	16	23,5	52	76,5	68	100

Sumber: data primer (diolah tahun 2017)

Dari hasil tabel 7 menggunakan uji *Chi-Square* menyatakan bahwa nilai signifikan yaitu 0,012. Hasil ini berarti nilai p lebih kecil dari α (0,05) maka dengan demikian dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang.

Pembahasan

Stres Kerja

Gambaran stres kerja di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang didapati bahwa 48 responden (70,6%) dan sisanya sebanyak 20 responden (29,4%) mengalami stres kerja. Setiap orang memiliki tingkat penyesuaian diri terhadap stres yang berbeda-beda (Hakim, 2010 dalam Desima, 2013). Pekerjaan seorang perawat merupakan pekerjaan yang memiliki stres yang tinggi, karena dalam bekerja, perawat berhubungan langsung dengan berbagai macam pasien (Nurul, 2003 dalam Desima, 2013).

Stres tidak selalu buruk dan merupakan bagian normal dari kehidupan sehari-hari. Namun, stres dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman jika seseorang tidak mampu menanganinya (Wulandari, 2010 dalam Gulo, 2013). Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang (Handoko, 2011 dalam Astianto 2014).

Penelitian yang terkait dengan penelitian ini yaitu penelitian Wibowo (2012) tentang Dampak Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Perawat menunjukkan bahwa dari 90 responden, 86 responden (95,6%) tidak mengalami stres kerja. Sisanya 4 responden (4,4%) mengalami stres kerja.

Menurut peneliti terjadinya stres kerja di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang merupakan bagian dari stres dalam melaksanakan pekerjaan, stres dapat disebabkan oleh banyaknya pertanyaan yang muncul dari pasien/keluarga pasien mengenai sakit yang dialami, ketegangan dalam berinteraksi dengan atasan dan sesama pekerja, pekerjaan yang menuntut konsentrasi yang tinggi, dan lain-lainnya.

Kelelahan Kerja

Gambaran kelelahan kerja di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang didapati sebagian besar responden tidak mengalami kelelahan yaitu sebanyak 52 responden (76,5%) dan sisanya sebanyak 16 responden (23,5%) mengalami kelelahan. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lombol, dkk (2015) didapati hasil perasaan

kelelahan ringan sebanyak 25 responden (51,0%), kelelahan sedang 9 responden (18,4%) dan kelelahan berat 15 responden (30,6%).

Kelelahan kerja merupakan menurunnya proses efisiensi, performa kerja dan berkurangnya kekuatan/ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan kegiatan yang harus dilakukan (Wignjosoebroto, 2000 dalam Hariyati, 2011). Kelelahan kerja pada umumnya dikeluhkan sebagai kelelahan dalam sikap, orientasi dan penyesuaian di tempat kerja (Setyawati, 2010 dalam Hariyati, 2011).

Penelitian yang terkait dengan penelitian ini yaitu penelitian Muizzudin (2013) tentang Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Produktivitas Kerja. 14 responden (50,0%) mengalami kelelahan kerja ringan, 10 responden (35,7%) kelelahan kerja sedang dan 4 responden (14,3%) kelelahan kerja berat. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Maharja (2015) tentang Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. Sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja sedang dan hanya 3 responden yang mengalami kelelahan kerja berat.

Menurut peneliti sebagian besar perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang tidak mengalami kelelahan kerja, mengingat bahwa sebagian perawat yang bertugas di ruang rawat inap berada dalam usia yang produktif. Secara fisiologis umur sangat mempengaruhi kerja otot fisik, semakin tua usia seseorang lebih cepat mengalami kelelahan.

Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa Terdapat Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD GMIM Kalooran Amurang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hariyono, dkk (2009) yang berjudul "hubungan antara beban

kerja, stres kerja dan tingkat konflik dengan kelelahan kerja perawat di rumah sakit Islam Yogyakarta PDHI kota Yogyakarta”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja dengan nilai $p=0,026$.

Menurut peneliti stres yang terjadi pada setiap individu berbeda-beda tergantung pada masalah yang dihadapi dan kemampuan untuk menyelesaikan masalah tersebut. Jika seseorang mengalami stres terlalu besar, maka akan mengganggu kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan dan pekerjaannya.

Perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang ada yang mengalami stres kerja namun tidak mengalami kelelahan kerja. Ditemui peneliti di tempat saat penelitian, meskipun begitu banyak tuntutan kerja namun perawat sudah merencanakan dengan baik aktivitas apa saja yang harus dilakukan dan mendelegasikan sebagian tanggung jawab kepada rekan kerja sehingga tidak mengalami kelelahan kerja. Ada juga peneliti menemui perawat yang kelelahan dalam bekerja namun tidak mengalami stres. Perawat tersebut mengerti terhadap apa yang menjadi tugas dan tanggung jawabnya dan dapat memelihara hubungan baik dengan sesama rekan bekerja, sehingga stres kerja dapat di hindari.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Sebagian besar perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang tidak mengalami stres kerja. Sebagian besar perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang tidak mengalami kelelahan kerja.

Terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja perawat di ruang rawat inap RSUD GMIM Kalooran Amurang.

DAFTAR PUSTAKA

Ashar, S. M. (2014). Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta: UI-Press

Astianto. (2014). *Pengaruh Stres Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surabaya*. Diakses 10 Maret 2017.

Borkowski, N. (2015). *Manajemen Pelayanan Kesehatan: Perilaku Organisasi*. Jakarta: ECG

Desima. (2013). *Tingkat Stres Kerja Perawat Dengan Perilaku Caring Perawat*. Diakses 1 November 2016

Gulo. (2013). *Hubungan Pengetahuan Tentang Perilaku Asertif Dengan Tingkat Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Sumatera Utara*. Diakses 27 November 2016

Hariyati. (2011). *Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja Linting Manual Di PT. Djitoe Indonesia Tobacco Surakarta*. Diakses 10 Maret 2017.

Hariyono, dkk. (2009). *Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja Dan Tingkat Konflik Dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta*. Diakses 1 November 2016

Jusminar. (2012). *Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Intensive Care Unit (ICU) di Rumah Sakit Kanker Dharmas*. Diakses 1 November 2016

Maharja. (2015). *Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya*. Diakses 10 Maret 2017.

Maurits, L. S. K. (2012). *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books

Muizzudin. (2013). *Hubungan Kelelahan Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Tenun Di PT. Alkatex Tegas*. Diakses 10 Maret 2017

Saam, Z. & Wahyuni, S. (2013). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Rajawali Pers

Wibowo. (2012). *Dampak Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Perawat RSUD Prof. Dr. Soekandar Mojokerto*. Diakses 10 Maret 2017

Yogisutanti. (2013). *Kebiasaan Makan Pagi, Lama Tidur Dan Kelelahan Kerja*. Diakses 17 November 2016