

## HUBUNGAN BEBAN KERJA FISIK DENGAN STRES KERJA PERAWAT DIRUANG INSTALASI RAWAT INAP RUMAH SAKIT UMUM GMIM PANCARAN KASIH MANADO

Virginia V. Runtu  
Linni Pondaag  
Rivelino Hamel

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Sam Ratulangi  
Email : [Virginia.runtu@gmail.com](mailto:Virginia.runtu@gmail.com)

**Abstract :** *The Nurses's workload is the entire activity/activities conducted by nurses during the service in a nursing unit. Work stress is a condition of retention which led to the existence of a physical and psychological condition of imbalance on the employs who come from individuals an organisations that affect the physical, psychological and behavior of employes. Research objectives of the physical workload relationship with work stress in pasien hospital GMIM Pancaran Kasih Manado. The design research use of analytical nature quantity with the approach of sectional. Sampling technique using total sampling namely 41 respondents. The result of the research is weighted work load with 23 respondents (56,1%) and medium work stress 29 respondents (70,7%) P value = 0,000. Conclusion his study there is a connection of physical workload of nurses working eith stress of nurses of nurses in pasien hospitals GMIM Pancaran Kasih Manado..*

**Key Word :** *Physical workload, work stres*

**Abstrak :** Beban kerja perawat adalah seluruh kegiatan/aktifitas yang dilakukan oleh perawat selama bertugas disuatu unit pelayanan keperawatan. Stress kerja adalah kondisi ketegangan yang menyebabkan adanya ketidaakseimbangan kondisi fisik dan psikis pada karyawan yang bersumber dari individu maupun organisasi yang berpengaruh pada fisik, psikologis, perilaku karyawan. **Tujuan penelitian** mengetahui hubungan beban kerja fisik dengan stress kerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado. **Desain penelitian** yang digunakan kuantitas bersifat analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. **Teknik Pengambilan Sampel** menggunakan total sampling dengan 41 responden. Teknik analisa data dilakukan dengan analisa univariat dan bivariate menggunakan chi square. **Hasil penelitian** didapatkan beban kerja berat 23 responden (56,1%) dan stress kerja sedang 29 responden (70,7%). Nilai P = 0,000. **Kesimpulan** dari penelitian ini ada hubungan beban kerja fisik dengan stress kerja perawat diruang rawat inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado.

**Kata Kunci :** Beban kerja, stress kerja

## PENDAHULUAN

Kualitas pelayanan keperawatan tidak terlepas dari peran klasifikasi pasien diruang rawat inap, karena dengan klasifikasi tersebut pasien merasa lebih dihargai sesuai dengan haknya dan dapat diketahui bagaimana kondisi dan beban kerja perawat dimasing-masing ruang perawatan. Kondisi dan beban kerja diruang rawat inap perlu diketahui agar dapat ditentukan kebutuhan kuantitas dan kualitas tenaga perawat yang diperlukan dalam ruang rawat inap sehingga tidak terjadi beban kerja yang tidak sesuai yang akhirnya menyebabkan stress kerja (Ilyas, 2002)

*The National Institute Occupational Safety and Health* (NIOSH) menunjukkan bahwa pekerjaan-pekerjaan yang berhubungan dengan rumah sakit atau kesehatan memiliki kecenderungan tinggi untuk terkena stress kerja atau depresi, sedangkan *America National Association for Occupational Health* (ANAHO) menempatkan kejadian stress kerja pada perawat berada pada urutan paling atas dari empat puluh kasus pertama pada stress kerja.

Berdasarkan penelitian departemen Kesehatan Republik Indonesia tahun 2005 bahwa terdapat 78,8% perawat yang melakukan tugas kebersihan, 63,3% melakukan tugas administrasi dan lebih dari 90% melakukan tugas non keperawatan misalnya membuat resep, menetapkan diagnose penyakit dan melakukan tindakan pengobatan dan hanya 50% yang melakukan asuhan keperawatan sesuai dengan fungsinya. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh PPNI pada tahun 2006, sekitar 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia yaitu KI Jakarta, Sulawesi Selatan, Kalimantan Timur dan Sumatera Utara menyatakan keluhan sering pusing, lelah tidak ada istirahat.

Beban kerja perawat yang bekerja di rumah sakit berkaitan dengan asuhan keperawatan yang harus diberikan kepada pasien. Hal-hal yang menjadi pertimbangan dalam beban kerja perawat adalah jumlah pasien yang tidak sebanding dengan jumlah

pasien yang dirawat, aktivitas keperawatan langsung, tidak langsung dan pendidikan kesehatan serta rata-rata waktunya, dan frekuensi tindakan yang dibutuhkan pasien. Bila banyaknya tugas yang tidak sebanding dengan kemampuan fisik maupun keahlian dan waktu yang tersedia maka akan menjadi sumber stress.

Timbulnya stress perawat dapat diakibatkan oleh beberapa factor pemicu. Berdasarkan faktor pemicunya stress secara umum dapat dibagi menjadi empat jenis yaitu, stress kepribadian (*personality stress*), stress psikososial (*psychosocial stress*), stress bioekologi (*bio-ecological stress*), dan stress kerja (*job stress*). Antara keempat jenis stress diatas stress kerja merupakan salah satu jenis stress yang banyak ditemui, terutama di Negara-negara maju.

Hasil pendataan yang dilakukan dibagian personalia Rumah Sakit Umum GMIM Manado didapatkan jumlah keseluruhan perawat berjumlah 193 perawat. Diantaranya yang berpendidikan D3 berjumlah 18 orang, S1 berjumlah 44 orang dan S2 1 orang. Perawat terbagi dalam 13 ruangan rawat inap. Ada 3 ruangan rawat inap yang menjadi tempat penelitian yaitu: Yehezkiel dengan 16 perawat, Hanna 14 perawat dan Lucas 11 perawat. Hasil pendataan yang dilakukan dibagian rekam medic didapatkan jumlah pasien masuk 2527 pasien. Hasil tersebut didapat dari bulan Juli 804 pasien, bulan Agustus 883 pasien, September 804 pasien. Dengan kapasitas tempat tidur 180 *bed*. Jumlah BOR (*Bed Occupancy Rate*) pada masing-masing bulan di 3 ruangan yang akan diteliti yaitu pada ruangan Yehezkiel bulan Juli 56,7%, bulan Agustus 63,8% pada bulan September 56%. Ruangan Lucas pada bulan Juli 66,3%, bulan Agustus 55,6% dan pada bulan September 67,3%. Pada ruang Hanna bulan Juli 71,8%, bulan Agustus 65,4% pada bulan September 69,8%. Dengan tingginya jumlah pasien yang tidak sebanding dengan jumlah tempat tidur pasien akan semakin menjadi pemicu

terhadap munculnya stress kerja dimana akan menurunkan kinerja perawat.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan penulis pada 6 perawat didapati banyak yang melakukan tugas diluar tugas sebagai seorang perawat yaitu melakukan tugas kebersihan contohnya membersihkan ruangan, mengganti pasien. Perawat juga mengeluhkan adanya rasa lelah, badan terasa tidak bugar, sulit berkonsentrasi. Perawat juga mengatakan kondisi emosional meningkat, merasa bosan, mudah marah dan merasa cemas. Semua kondisi diatas apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan menurunnya kerja perawat dalam memberikan asuhan keperawatan, dan tekanan yang terus menerus pada diri perawat akan mengakibatkan munculnya stress kerja.

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif karena tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dua variabel bebas (beban kerja) dan variabel terikat (stress kerja). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cros-sectional* yaitu menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel independent dan dependent hanya satu kali pada suatu saat (Nursalam, 2008). Tempat dan waktu penelitian pada bulan Desember 2017- Januari 2018 di Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado di Ruang rawat Inap Yehezkiel , Lucas dan Hanna. Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat yang ada di ruang rawat inap Yehezkiel, Lucas dan Hanna. Sampel pada penelitian ini menggunakan *total sampling*, dengan jumlah sampel 41 responden.

## HASIL dan PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

**Tabel 1. Distribusi Menurut Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan dan Masa Kerja**

Kriteria Responden	Banyak Responden	
	n	%
<b>Jenis kelamin</b>		
Perempuan	33	80,5
Laki-laki	8	19,5
Jumlah	41	100
<b>Umur</b>		
20-25 tahun	15	36,6
26-30 tahun	19	46,3
31-35 tahun	5	12,3
35-40 tahun	1	2,4
>40 tahun	1	2,4
Jumlah	41	100
<b>Pendidikan</b>		
D3	28	68,3
S1	13	31,7
Jumlah	41	100
<b>Masa kerja</b>		
1-5 tahun	36	87,7
6-10 tahun	4	9,8
>10 tahun	1	2,4
Jumlah	41	100

(Sumber : Data Primer 2018)

**Tabel 2. Distribusi Menurut Beban Kerja**

Beban Kerja	n	%
Berat	23	56,1
Ringan	18	43,9
Total	41	100

(Sumber : Data Primer 2018)

**Tabel 3. Distribusi Menurut Stres Kerja**

Stres Kerja	n	%
Sedang	29	70,7
Ringan	12	29,3
Total	41	100

(Sumber : Data Primer 2018)

**Tabel 4. Distribusi Silang Beban Kerja Fisik dan Stres Kerja**

Beban Kerja	Stres Kerja						P Value
	Sedang		Ringan		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Berat	18	43,9	0	0	18	100	0,000
Ringan	11	26,8	12	29,3	23	100	
Total	29	70,7	12	29,3	41	100	

(Sumber : Data Primer (diolah tahun 2018))

Hasil uji hipotesis menggunakan uji *Chi Square* pada tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05\%$ ), menunjukkan ada hubungan antara beban kerja fisik dengan stress kerja perawat, dimana nilai  $p=0,000$  lebih kecil dari 0,05%

## Pembahasan

### 1. Gambaran Beban Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado

Berdasarkan hasil uji univariat menunjukkan bahwa presentasi beban kerja di ruang rawat inap sebagian besar berat yaitu (23 orang (56,15) dan paling sedikit beban kerja ringan dengan 18 orang (43,9%). Beban kerja berat terjadi dikarenakan banyak perawat harus mengerjakan pekerjaan diluar pekerjaan perawat yaitu membersihkan ruangan dan mengganti laken pasien sehingga menambah beban kerja perawat. Beban kerja yang terlalu berlebihan akan menimbulkan stress mental atau reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala, gangguan pencernaan dan mudah marah.

Beban kerja terbagi menjadi 2 macam, yaitu beban kerja kualitatif dan beban kerja kuantitatif. Dimana beban kerja kualitatif adalah tingkat kesulitan atau kerumitan yang harus dilakukan oleh seorang perawat dan beban kerja kuantitatif merupakan banyaknya pekerjaan dan dilakukan oleh seorang perawat (Irwandy,2007). Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi beban

kerja yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi umur, jenis kelamin, berat badan, tinggi badan, gizi, kesehatan tubuh, motivasi, kepercayaan, kepuasan kerja dan keinginan. Sedangkan faktor eksternal meliputi, kegiatan organisasi kerja, kondisi lingkungan, tempat kerja dan tugas-tugas yang harus dikerjakan.

Beban kerja yang terjadi di Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado adalah meningkatnya beban kerja non keperawatan yang dilakukan seperti melakukan tugas kebersihan (mengganti laken pasien). Semua itu bukan merupakan tugas utama dari seorang perawat, yang mau tidak mau masih menjadi tugas yang dibebankan kepada seorang perawat. Hal ini berdampak terbaikannya tugas utama seorang perawat dirumah sakit. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haryanti (2013) yang menunjukkan bahwa beban kerja perawat sebagian besar berat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Supardi (2007) juga sejalan dengan penelitian ini didapatkan bahwa kondisi kerja memperlihatkan kontribusi paling besar terhadap terjadinya stress kemudian tipe kepribadian dan beban kerja.

### 2. Gambaran Stress Kerja Perawat Diruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado

Hasil distribusi uji univariat stress kerja yang paling banyak responden yang mengalami stress kerja sedang 29 (70,7%), ringan yaitu 12 orang (29,3%). Stress merupakan respon psikologis individu terhadap tuntutan ditempat kerja yang menuntut seseorang untuk beradaptasi dalam mengatasinya. Terdapat sejumlah penyakit yang menyebabkan seseorang mengalami stress yang cukup tinggi yaitu

diantaranya, penyakit jantung, darah tinggi, sakit kepala dan gangguan tidur. Jika stress akibat pekerjaan tidak dikendalikan dengan baik dapat mengganggu performa kerja dan meningkatkan resiko terjadinya kecelakaan kerja, menurunkan produktivitas kerja, serta menyebabkan biaya kompensasi kerja meningkat ( Tarwaka, 2010).

Stress kerja diartikan sebagai suatu interaksi antara kondisi kerja dengan sifat-sifat pekerja yang mengubah fungsi fisik maupun fungsi psikis yang normal. Stress kerja meruakan tuntutan pekerjaan yang tidak merujuk pada kondisi dari pekerjaan yang mengancam individu, stress kerja timbul sebagai bentuk ketidakharmonisan individu dengan lingkungan kerja. Stress kerja merupakan bentuk respon tubuh terhadap tekanan-tekanan, tuntutan-tuntutan fisik atau lingkungan dan situasi social yang mengganggu pelaksanaan tugas perawat.

Stress yang terjadi di rumah sakit umum GMIM Pancaran Kasih Manado adalah meningkatnya tuntutan pekerjaan yang harus dilakukan oleh seorang perawat. Perawat dituntut untuk capat, tepat dan cekatan dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien. Sedangkan perawat diperhadapkan dengan banyaknya tugas yang bukan merupakan tugas seorang perawat sehingga membuat beban kerja menjadi lebih berat. Hal ini membuat tingkat stress perawat menjadi lebih tinggi, ini harus segera diatasi agar kinerja perawat dapat berjalan dengan baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haryanti (2013) yaitu mayoritas perawat mengalami stress kerja sedang. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugiri (2015) yang menyatakan bahwa kebanyakan perawat mengaami stress kerja

sedang dan tidak ada satupun yang mengalami stress kerja berat.

### 3. Hubungan Beban Kerja Fisik denan Stres Kerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado.

Hasil uji hipotesis menggunakan uji *Chi square* test pada tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha=0,05\%$ ), menunjukkan ada hubungan beban kerja fisik dengan stress kerja perawat, dimana nilai  $p=0,000$  lebih kecil dari pada 0,05%. Maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti bahwa ada hubungan beban kerja fisik dengan stress kerja perawat diruang rawat inapa Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran kasih Manado. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prihatini 92008) yang menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stress kerja pada Rang Rawat Inap RSUD Sidangkalang.

Bekerja di ruang rawat inap pasti dalam setiap kesempatan akan menemua=I pasien yang memiliki karakteristik yang berbeda yang akan berdampak pada kondisi dan beban kerja perawat. Untuk itu perawat dituntut agar mepunyai tenaga yang serba bias, memiliki inisiatif, berperilaku kreatif serta memiliki wawasan yang luas dengan moivasi kerja keras, cerdas, ikhlas dan kerja berkualitas. Jenis pasien yang dirawat diruang rawat inap dapat dianggap beban jika pelayanan kesehatan tidak dikelola dengan baik maka akan berakibat stress kerja. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Mahwidhi (2007) yang menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh positif terhdap stress kerja perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. Soeroto Ngawi. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chindy Wagiu (2017) juga menunjukkan hubungan yan signifikan

antara beban kerja dengan stress kerja perawat.

Banyak pekerjaan yang melebihi kapasitas menyebabkan kondisi fisik perawat akan mudah lelah dan mudah tegang. Pelayanan diruang rawat inap rumah saki membutuhkan kemampuan secara teknis dan pengetahuanyang lebih. Beban kerja yang begitu banya pemenuhan kebutuhan, penanganan masalah juga akan menguras energi baik secara fisik ataupun kemampuakognitif perawat.

Melihat kondisi yang terjadi, perlu adanya perbaikan atau perubahan kebijakan untuk mengatur beban kerja perawat sehingga tidak terjadi stress kerja. Perlu dirancangnya kebijakan baru mengenai beban kerja perawat. Pentingnya analisis dan perhitungan beban kerja perlu diperhatikan. Hal tersebut sangat mempengaruhi kinerja perawat dan meningkakan kualitas pelayanan kesehatan khususnya pada proses keperawatan. Para pemegang kebijakan juga perlu memahami beban kerja perawat. Suatu keharusan bahwa dalam perhitungan kebutuhan tenaga perawat dirumah sakit perlu pemahaman mengenai beban kerja dan tenaga kerja itu sendiri baik dibidang pendidikan, kompetensi serta kewenangan sesuai dengan janjang karir yang harus diterapkan pada setiap organisasi sebagai penyedia jasa keperawatan sehingga tidak terjadi peningkatan kesehatan dirumah sakit khususnya dalam proses keperawatan.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas maka penulis menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik dengan stress kerja perawat. Dari hasil penelitian yang didapatkan sebagian besar perawat mengalami beban kerja berat. Hal ini harus segera diatasi agar tidak mempengaruhi kinerja perawat dalam memberikan asuhan keperawatan. Timbulnya stress kerja ditandai dengan sakit kepala, jantung berdebar dan keadaan emosional meningkat. Beban kerja ringan

juga akan mempengaruhi stress kerja karena perawat selalu melakukan pekerjaan yang monoton atau pengulangan gerak, atau duduk terlalu lama menyebabkan otot kaku (kaku pada leher) dan letih sehingga membuat perawat merasa bosan dengan pekerjaan yang dilakukan setiap hari dal ini dapat menyebabkan stress kerja pada perawat. Jadi, beban kerja merupakan salah satu faktor yang menyebabkan stress kerja pada perawat.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang beban kerja fisik dengan stress kerja perawat di Ruang Rawat Inap Rumah sakit umum GMIM Pancaran Kasih Manado didapatkan sebagian besar perawat mengalami beban kerja berat dan stress kerja sedang sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik dan stress kerja perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alimul Hidayat, Aziz. (2011). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Arikunto,S.(2010).*Prosedur Penelitian : Suatu pendekatan Praktik*. (Edisi Revisi): Jakart. Rineka Cipta
- Fardiansyah, A.(2014). *Analisis Hubungan Beban Kerja dan Lama Masa Kerja dengan Stres Kerja Pada Perawat di Puskesmas Blooto Kota Mojokerto*. *Jurnal Medika Majapahit*. Vol 6. No.2. Oktober. 2014.  
<http://ejournalp2m.stikesmajapahitmojokerto.ac.id/index.php/MM/article/19> diakses tanggal 2 Februari 2018

- Haryanti, dkk.(2013). *Hubungan Antara Beban kerja dan Stres Kerja Perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Semarang: e-Jurnal Manajemen Keperawatan*
- Ilyas, Yaslis.(2002). *Perencanaan Sumber Daya Manusia Rumah Sakit. UGM*
- Manuaba, (2002). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB Untuk Pendidikan Bidan. Jakarta : EGC*
- Notoadmodjo, S (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.*
- Nursalam, (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian Keperawatan. Edisi 2: Jakarta: Selemba Medika.*
- Prihatini, D.L.(2007) *Analisis Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Tiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidi Kalang. <http://respiratory.usu.ac.id/bistream/6899/1/08E00192.pdf> diakses tanggal 5 Februari 2018*
- Tarwaka. (2005). *Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi Dan Aplikasi Di Tempat Kerja. Edisi Kedua. Surakarta: Harapan Press*
- Wagiu, S dkk.(2017). *Hubungan beban kerja dengan stress kerja perawat di ruang rawat inap rumah sakit Hermans Lembean. Universitas Sam Ratulangi Manado. [ejurnal.unsrat.ac.id/index.php/emb/article/view/281](http://ejurnal.unsrat.ac.id/index.php/emb/article/view/281) .diakses tanggal 2 februari 2018*