

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT UMUM BETHESDA TOMOHON

Andinny V. Melo*, Paul A.T. Kawatu*, Ardiansa A.T. Tucunan*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Stres kerja dapat menjadi risiko bagi kesehatan dan keselamatan pekerja ketika pekerjaan yang dilakukan melebihi kapasitas, sumber daya dan kemampuan pekerja. Salah satu faktor yang dapat menimbulkan stres kerja yaitu beban kerja berlebih. Tanda-tanda beban berlebih yaitu mudah tersinggung, kelelahan fisik dan mental, ketidaktegasan, hilangnya obyektivitas, kecenderungan berbuat salah, kekhilafan dalam ingatan dan hubungan interpersonal yang tegang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon. Penelitian ini menggunakan rancangan *cross sectional study*. Dan dilakukan pada bulan April – Agustus 2019. Dan mengambil sampel sebanyak 90 perawat sebagai responden. Alat ukur yang digunakan yaitu kuesioner. Perawat yang mengalami sangat stres sebanyak (48,9%). Perawat yang merasakan beban kerja sedang sebanyak (48,9%). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon dengan nilai *p value* 0,004.

Kata Kunci: Beban Kerja, Stres Kerja

ABSTRACT

Work stress can be a risk to the health and safety of workers when work is done beyond capacity, resources and worker ability. One of the factors that can cause work stress is excess workload. Signs of overload are irritability, physical and mental fatigue, unyielding, loss of objectivity, wrong tendencies, error in memory and tense interpersonal relationships. The purpose of this research is to know the relationship between workloads with work stress on nurses in Bethesda Tomohon General Hospital. This research uses the *cross sectional study draft*. And done in April – August 2019. And took a sample of 90 nurses as respondents. The measuring instrument used is a questionnaire. Nurses who are experiencing much stress (48.9%). Nurses who feel the workload is being as much as (48.9%). The results of this study showed there was a relationship between workload and work stress on nurses at Bethesda Tomohon General Hospital with the *p value* of 0.004.

Keywords: Workload, Work Stress

PENDAHULUAN

Stres merupakan masalah umum yang terjadi saat ini, termasuk stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Stres kerja dapat menjadi risiko bagi kesehatan dan keselamatan pekerja ketika pekerjaan yang dilakukan melebihi kapasitas, sumber daya dan kemampuan pekerja dilakukan secara berkepanjangan (ILO, 2016).

Menurut Losyk dalam Jojang (2015) bahwa *Northwestern National Life Insurance* pernah melakukan penelitian tentang dampak stres di tempat kerja,

kesimpulannya yaitu satu juta absensi ditempat kerja berkaitan dengan masalah stres, 27% mengatakan bahwa aspek pekerjaan menimbulkan stres paling tinggi dalam hidup para pekerja, 46% menganggap tingkat stres kerja sebagai tingkat stres yang sangat tinggi, satu pertiga pekerja berniat untuk langsung mengundurkan diri karena stres dalam pekerjaan dan 70% berkata stres kerja telah merusak kesehatan fisik dan *psychiatric* pekerja.

Faktor yang dapat menimbulkan stres kerja yaitu beban kerja. beban kerja

yang berlebih dapat merangsang terjadinya stres akibat kerja. Tanda-tanda beban berlebih yaitu mudah tersinggung, kelelahan fisik dan mental, tidak tegas, hilangnya objektivitas, kecenderungan berbuat salah, kekhilafan dalam ingatan dan hubungan interpersonal yang tegang (Munandar, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Pongantung (2018) dengan judul Hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja dengan hasil 78,9% perawat yang memiliki beban kerja berat dan 90,8% perawat yang memiliki stres kerja berat.

Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon terletak di pusat kota Tomohon dan rumah sakit ini menyediakan pelayanan BPJS (Badan Penyelenggara Jaminan Sosial) yang memungkinkan banyak pasien yang datang untuk berobat dengan berbagai jenis penyakit yang berbeda-beda. Dengan banyaknya pasien yang datang perawat dituntut untuk selalu siap siaga dalam melakukan tindakan keperawatan. Pada saat observasi awal peneliti berkomunikasi langsung dengan beberapa perawat, didapatkan bahwa perawat tidak dapat berkonsentrasi dengan baik, sering merasa pusing, lelah, emosi yang tidak terkontrol antara sesama perawat maupun perawat dengan pasien, serta kurangnya istirahat akibat beban kerja terlalu tinggi.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dan desain yang digunakan adalah *cross sectional study* (studi potong lintang). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Agustus 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bekerja di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon yang berjumlah 116 perawat. Sampel yang diambil berdasarkan teknik *probability sampling; simple random sampling*, dimana peneliti memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi (perawat) untuk dipilih menjadi sampel yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu sendiri. Adapun penelitian ini menggunakan rumus Slovin Sampel yang menjadi responden dalam penelitian ini disesuaikan menjadi 90 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner stres kerja dan kuesioner beban kerja. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji korelasi *Chi-square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil distribusi karakteristik responden, di dapatkan responden dengan jenis kelamin perempuan lebih banyak dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki. Jumlah responden yang berjenis kelamin perempuan berjumlah 80 orang (88,9%) dan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 10 orang (11,1%). Berdasarkan kriteria umur, jumlah responden yang berumur 30-39 tahun lebih banyak yaitu berjumlah 34 orang (37,8%) dibandingkan dengan responden dengan umur 20-29 tahun dengan jumlah 31 orang (34,4%), responden dengan umur 40-49 tahun berjumlah 14 orang (15,6%) dan responden dengan umur >50 tahun dengan jumlah 11 orang (12,2%). Berdasarkan tingkat pendidikan, jumlah responden dengan tingkat pendidikan D3 lebih banyak yaitu berjumlah 62 orang (68,9%), profesi *nurse* sebanyak 15 orang (16,7%), S1 sebanyak 9 orang (10,0%) dan SPK sebanyak 4 orang (4,4%). Berdasarkan kriteria masa kerja, menunjukan bahwa responden dengan masa kerja 6-15 tahun lebih banyak yaitu sebanyak 37 orang (41,1%), dibandingkan dengan responden dengan masa kerja 1-5 tahun sebanyak 30 orang (33,3%), dan masa kerja >15 tahun sebanyak 23 orang (25,6%).

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Stres Kerja.

Stres Kerja	n	%
Kurang	11	12,2
Cukup	35	38,9
Sangat	44	48,9
Total	90	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa responden paling banyak merasakan sangat stres dengan jumlah 44 orang (48,9%), dibandingkan dengan responden yang merasa cukup stres sebanyak 35 orang (38,9%), dan responden yang merasa kurang stres sebanyak 11 orang (12,2%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja

Beban Kerja	n	%
ringan	9	10,0
sedang	44	48,9
berat	37	41,1
Total	90	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang merasakan beban kerja sedang sebanyak 44 orang (48,9%) dibandingkan dengan responden yang merasa beban kerja berat sebanyak 37 orang (41,1%) dan beban kerja ringan sebanyak 9 orang (10,0%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja

Beban Kerja	Stres Kerja						Total	<i>P Value</i>	
	Kurang		Cukup		Sangat				
	n	%	n	%	n	%			
Ringan	3	3,3	5	5,5	1	1,1	9	10	0,004
Sedang	6	6,6	21	23,3	17	18,8	44	48,9	
Berat	2	2,2	9	10	26	28,9	37	41,1	
Total	11	12,2	35	38,9	44	48,9	90	100	

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon. Hasil ini berdasarkan pada uji *chi-square* di dapatkan *p value* sebesar 0,004 dengan nilai $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). Nilai *p value* (0,004) lebih kecil dibandingkan dengan nilai α (0,05), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yaitu terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja. Penelitian yang dilakukan pada perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon didapatkan bahwa banyak perawat yang merasa sangat stres diakibatkan karena terlalu banyak pekerjaan yang diberikan sehingga perawat merasa letih, capek, kaku pada bagian leher dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik serta bingung dalam menghadapi pekerjaan. Perawat sering merasakan ketegangan saat menghadapi pasien yang sedang dalam keadaan yang kritis karena belum terlalu banyak pengalaman dalam melakukan pekerjaan keperawatan. Perawat juga sering merasa sakit kepala dan kesal karena mendengar keluhan dari pasien maupun dari keluarga pasien. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tisa (2017) pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Bitung, berdasarkan hasil analisis data terhadap hubungan antara beban kerja dengan stres kerja didapatkan nilai *p value* 0,000 yang berarti bahwa nilai $p < 0,05$ jadi terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja. Penelitian yang sama

juga dilakukan oleh Indah (2015), didapatkan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di Unit Rawat Inap RSUD Kraton Kabupaten Pekalongan dengan nilai *p value* (0,040) yang berarti bahwa nilai $p < 0,05$.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon, dapat disimpulkan bahwa:

1. Perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon mengalami stres kerja.
2. Perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon mengalami beban kerja.
3. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon.

SARAN

1. Diharapkan perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon dapat memperhatikan kondisi saat bekerja, sehingga terhindar dari stres berat dan dapat memberikan pelayanan kesehatan yang baik bagi pasien.
2. Pimpinan Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon agar dapat memberikan tugas keperawatan sesuai dengan kemampuan perawat dengan perintah atau arahan yang jelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Permenkes RI, 2016, *Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit 2016*, Jakarta, Permenkes RI, dilihat 5 Mei 2019, <http://www.kesjaor.kemkes.go.id/documents/PMK_No._66_ttg_Keselamatan_dan_Kesehatan_Kerja_Rumah_Sakit.pdf>
- Waluyo, M 2015, *Manajemen Psikologi Industri*, Jakarta, PT Indeks
- ILO, 2016, *Workplace stress: a collective challenge*, dilihat 5 Mei 2019, <https://www.ilo.org/safework/info/publications/WCMS_466547/lang-en/index.htm>
- Munandar, A S 2008, *Psikologi Industri dan Organisasi*, Jakarta, Universitas Indonesia.
- Pongantung, M 2018, 'Hubungan Antara Beban Kerja Dan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang', *Jurnal Kesmas*, vol. 7, no. 5, dilihat 9 Mei 2019, <<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/22149/21850>>
- Anonim, 2008, *Exposure to Stress*, National Institute for Occupational Safety and Health.
- Pang, G A 2017, 'Hubungan Antara Beban Kerja Dan Kepuasan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon', *Jurnal Kesmas*, vol. 6, no. 4, hh. 20-23
- Tarwaka, 2015, *Ergonomi Industri*, Surakarta, Harapan Press Solo.
- Amir, J 2019, 'Hubungan Kebisingan, Kelelahan Kerja Dan Beban Kerja Mental Terhadap Stres Kerja Pada Pekerja Bagian Body Rangka PT. X. Diponegoro', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 1, dilihat 10 Mei 2019, <<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/22997>>
- UU Kesehatan No.36 tahun 2009, *Tentang Kesehatan*, dilihat 9 Mei 2019, <<http://www.depkes.go.id/resource/download/general/UU%20Nomor%2036%20Tahun2%20009%20tentang%20Kesehatan.pdf>>
- Wungow, I G 2018, 'Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. V. L. Ratumbuang', *Jurnal Kesmas*, vol. 7, no. 4, hh. 23-25.
- Donsu, 2017, *Psikologi Keperawatan*, Yogyakarta, Pustaka Baru Press.
- Notoatmodjo, S 2012, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta, Rineka Cipta.
- Mohune, P B 2018, 'Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Unit Airport Rescue And Fire Fighting Bandar Udara International Sam Ratulangi Manado', *Jurnal Kesmas*, vol. 6, no. 4, hh. 29-32
- Lombogia, T V 2018, 'Hubungan Antara Beban Kerja Dan Kepuasan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Bitung', *Jurnal Kesmas*, vol. 6, no. 4, hh. 28-31.
- Mahardhika, T S 2017, 'Hubungan Antara Masa Kerja Dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Winding Di PT. Iskandar Indah Printing Textile Surakarta', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 2, dilihat 10 Mei 2019, <<http://eprints.ums.ac.id/57288/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>>
- Mauritz, L S K 2010, *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*, Yogyakarta, Amara Books.

- Saribuh, S D 2012, 'Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat Pelaksana Di Ruang IGD dan ICU RSUD Haji Abdul Manan Simatupang Kisaran', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no.1, dilihat 10 Mei 2019, <<http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/33834>>
- Artadi, F F 2015, 'Pengaruh Kepuasan Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Merapi Agung Lestari', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 7, no. 2, dilihat 10 Mei 2019, <<http://eprints.uny.ac.id/>>
- Fahamsyah, D. 2017. Analisis Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health* 6 (1): 107-115.
- Suratmi, 2014, 'Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Pelaksana Di Ruang IGD RSUD DR. Soegiri Lamongan', *Jurnal Keperawatan*, vol. 6, no. 4, hh. 115-117.
- Sopiah, 2008, *Perilaku Organisasional*, Yogyakarta, ANDI OFFSET.
- Sugiono, 2010, *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*, Bandung, Alfabeta.