

Dampak Beban Kerja Terhadap Tingkat Stres Pada Tenaga Kesehatan Selama Masa Pandemi Covid 19

Mery Solon, Yunita Gabriela Madu, Margaretha Tolidunde, Megawati

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Received : 19 November 2021

Revised : 15 Desember 2021

Accepted : 28 Desember 2021

Kata Kunci:

Beban Kerja
Tingkat Stres
Tenaga Kesehatan
Covid 19

ABSTRAK

Tenaga kesehatan memiliki peranan sebagai garda terdepan dalam penanganan kasus terkonfirmasi *Covid-19* yang menyebabkan beban kerja meningkat sehingga timbul beban kerja baik fisik maupun mental. Kondisi ini dapat menyebabkan munculnya berbagai respon dari dalam tubuh seperti meningkatnya stress kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan tingkat kerja stress pada tenaga kesehatan. Desain penelitian menggunakan *observasional analitik* dengan pendekatan *cross-sectional study* dan pengambilan sampel dengan teknik *non-probability* dengan pendekatan *consecutive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 84 orang. Alat ukur untuk stres kerja menggunakan kuesioner *Depression, Anxiety, and Stress Scale-42* (DASS-42) versi Bahasa Indonesia dan *Space Administration Task Load Indeks* (NASA-TLX) versi bahasa Indonesia untuk mengukur beban kerja perawat. Data dianalisis menggunakan *software statistic* dengan jenis uji statistik *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian didapatkan terdapat hubungan antara beban kerja dengan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan dengan nilai $p = 0.000$ maka diperoleh kesimpulan beban kerja perawat dapat mempengaruhi tingkat stress perawat selama masa pandemi *Covid 19* yang dapat digunakan sebagai referensi rumah sakit atau institusi untuk meningkatkan *reward* bagi tenaga kesehatan selama masa pandemi *Covid 19*

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Mery Solon

Program Studi Ilmu Keperawatan, STIK Stella Maris

Jl Maipa No.19, Makassar, Indonesia

Email: mersolon20@gmail.com/ Phone: 085340695553

1. PENDAHULUAN

Pada tahun 2020, dunia dilanda wabah penyakit *Covid-19*. Penyakit ini adalah penyakit tipe baru dengan gejala awal demam (suhu tubuh $> 38^{\circ}\text{C}$), sesak napas dan batuk kering yang disebabkan oleh *SARS-CoV-2*. Karena banyaknya penyebaran virus *Covid-19* yang sudah sangat meningkat, maka *World Health Organization* menetapkan status *Global Emergency* pada tanggal 11 Februari 2020 (Yuliana, 2020). Menurut data dari WHO, angka kejadian terkonfirmasi positif *Covid-19* di seluruh dunia per tanggal 22 Januari 2021 mencapai 95.612.831 kasus dengan kasus meninggal mencapai 2.066.176 kasus dari 224 negara di dunia (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2021). Data dari Satuan Tugas Penanganan Covid-19 (2021), per tanggal 22 Januari 2021 jumlah kasus positif *Covid-19* di Indonesia mencapai 965.283 kasus yang terdiri dari 781.147 kasus sembuh dan 27.453 kasus meninggal.

Dengan banyaknya kasus positif *Covid-19* di Indonesia, maka pemerintah mengambil kebijakan yaitu menetapkan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), membentuk Satgas Penanganan *Covid-19* dan menetapkan Rumah Sakit rujukan melalui Kepmenkes No. 169 Tahun 2020 tentang Penetapan Rumah Sakit Rujukan Penanggulangan Penyakit Infeksi *Emerging* (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Salah satu daerah yang juga menerapkan kebijakan yang sama yaitu Provinsi Sulawesi Barat. Informasi yang diperoleh dari data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat (2020), per tanggal 14 Januari 2021 tercatat kasus terkonfirmasi *Covid-19* di Provinsi Sulawesi Barat yaitu mencapai 2.529 kasus yang terdiri dari jumlah kasus

dirawat sebanyak 128 kasus, isolasi mandiri sebanyak 651 kasus, sembuh sebanyak 1.693 kasus dan meninggal sebanyak 57 kasus yang menjadikan Provinsi Sulawesi Barat berstatus zona merah.

Kabupaten Mamasa merupakan salah satu kabupaten dari 6 kabupaten yang ada di wilayah Provinsi Sulawesi Barat dimana didapatkan data per tanggal 10 Maret 2021 ada 153 kasus terkonfirmasi *Covid-19* yang terdiri dari 5 kasus dirawat di rumah sakit, 22 kasus isolasi mandiri, 121 kasus sembuh dan 5 kasus meninggal sehingga menjadikan kabupaten Mamasa juga berstatus zona merah. Data yang didapatkan dari RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla terdapat sebanyak 107 orang tenaga kesehatan yang mengabdikan diri di rumah sakit tersebut. Di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla dibentuk tim yang terdiri dari 8 orang perawat dan beberapa tenaga kesehatan lainnya yang berkolaborasi dan bertugas untuk menangani serta merawat pasien yang berstatus ODP, OTG dan positif *Covid-19* di Kabupaten Mamasa.

Sejak dibentuknya tim *Covid-19* ini, maka tenaga kesehatan yang tergabung di dalam tim tersebut memiliki tambahan pekerjaan sehingga mengakibatkan mereka harus tinggal di dalam area rumah sakit dan tidak diperbolehkan untuk pulang ke rumah berkumpul bersama dengan keluarga. Di samping itu, meskipun mencegah penularan virus *Covid-19* pada tim *Covid-19* dan tenaga kesehatan pada umumnya sudah memadai namun mereka masih sering merasa khawatir akan tertular virus tersebut karena mereka merasa bahwa mereka sangat berisiko untuk tertular dibandingkan dengan masyarakat yang tidak melakukan aktivitas pekerjaan di area rumah sakit. Hal ini menyebabkan mereka merasa terbebani dengan tanggung jawab pekerjaan yang dijalankan di masa pandemi saat ini. Dari hasil wawancara singkat dengan salah satu tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla yang mengatakan bahwa akibat adanya dari beban yang dirasakan oleh tenaga kesehatan di sana maka mereka merasa stres dengan pekerjaan yang sedang dijalankan karena angka peningkatan positif *Covid-19* di Kabupaten Mamasa tergolong meningkat dengan pesat sejak bulan Desember 2020 hingga saat ini.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Setyowati dan Ulfa (2020), mengidentifikasi adanya hubungan beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja satuan Polisi Lalu Lintas Polres Bantul Yogyakarta yang menyatakan bahwa adanya *job description* yang berlebih dapat menyebabkan timbulnya beban kerja fisik maupun mental. Kondisi terjadi akibat banyaknya uraian pekerjaan yang harus diselesaikan namun waktu kerja yang terlalu lama yaitu harus 12 jam per hari dengan 11 hari kerja dan hanya diberikan waktu 1 hari libur sehingga dapat menimbulkan beban kerja yang berujung pada stres kerja.

Beban kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla dapat menyebabkan stres kerja yang berdampak pada gangguan fisik seperti rasa letih atau lelah, pusing, gangguan sikap seperti gelisah, tidak sabar dan mudah marah, panik serta gangguan psikologis seperti sulit tidur dan sulit untuk berelaksasi dan bersantai. Berdasarkan data, uraian dan fenomena di atas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tentang hubungan dari beban kerja terhadap tingkat stres pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla di masa pandemi *covid-19*. Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis hubungan beban kerja terhadap tingkat stres pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata pada masa pandemi Covid 19.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla pada bulan Januari sampai Februari 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' sebanyak 107 tenaga kesehatan. Teknik pengambilan sampel dengan cara *non probability sampling* dengan pendekatan *consecutive sampling* dengan ketentuan kriteria yaitu kriteria inklusi tenaga kesehatan yang masih aktif bekerja di RSUD dan berada di lokasi saat penelitian berlangsung serta yang bersedia menjadi responden yang sebelumnya sudah dijelaskan terlebih dahulu tentang tujuan dan proses penelitian dan jika bersedia maka responden akan diberikan *informed consent* sebagai bukti responden dengan sukarela dan tanpa paksaan mengikuti penelitian. Sedangkan kriteria eksklusi adalah tenaga kesehatan yang berstatus magang dan sedang cuti saat penelitian berlangsung. Jumlah sampel yang mengikuti penelitian sebanyak 84 responden yang ditentukan berdasarkan rumus besar sampel *Slovin*.

Kuesioner terdiri atas data demografi termasuk nama (inisial), jenis kelamin, dan usia responden. Tingkat stres kerja responden diukur dengan menggunakan kuesioner *Depression, Anxiety, and Stress Scale-42* (DASS-42) versi bahasa Indonesia dengan nilai validitas dan reliabilitasnya sebesar $r = 0.933$ dan $p = 0.001$ dengan interpretasi nilai reliabilitas sangat kuat sebanyak 14 item pertanyaan tentang stres kerja skala ordinal dan setiap jawaban diberi nilai 0 = "tidak pernah", 1 = "kadang - kadang", 2 = "lumayan sering", 3 = "sering sekali" yang diukur pada saat responden selesai bekerja setiap *shift* kemudian diberikan kuesioner *Space Administration Task Load Indeks* (NASA-TLX) versi bahasa Indonesia dengan nilai valid reliabilitas $r = 0.694$ dan nilai $p = 0.001$ dengan interpretasi nilai reliabilitas cukup kuat hal ini menunjukkan kuesioner DASS-42 sangat kuat untuk mengukur tingkat stres tenaga kesehatan dibandingkan kuesioner NASA-TLX cukup kuat untuk mengukur beban kerja tenaga kesehatan. Setelah itu responden mengisi kuesioner dengan cara menilai antara poin 0 sampai 100 dari 6 indikator yang berkaitan dengan pekerjaan yang sedang dilakukan yaitu "Kebutuhan Mental (KM)", "Kebutuhan Fisik (KF)", "Kebutuhan Waktu (KW)", "Performansi

(P)”, ”Usaha(U)” dan ”Tingkat Frustrasi(TF)” dengan menilai semakin tinggi nilai yang dilingkari responden maka semakin tinggi pula beban kerja yang dirasakan (Prastika et al., 2020). Setelah didapatkan hasil dari tabel perbandingan berpasangan, maka dilanjutkan dengan pengolahan data beban kerja dan memperoleh nilai *Weighted Workload (WWL)* dengan menghitung skor beban kerja dengan rumus $Produk = (rating \times bobot)$ setelah hasil didapatkan maka dilanjutkan dengan menghitung skor beban kerja berdasarkan urutan indikator yang di atas dengan rumus nilai $WWL = \frac{KM+KF+KW+P+U+TF}{15}$.

Setelah data terkumpul maka dilakukan proses analisis data menggunakan *software statistic* dengan dua jenis analisis yaitu univariat dan bivariat. Analisis univariat pada setiap variabel untuk melihat gambar distribusi frekuensi mulai dari data demografi, variabel independen yaitu beban kerja dan variabel dependen yaitu stress kerja tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata’ Kecamatan Balla. Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hipotesis apakah terdapat hubungan antara variabel independen yaitu beban kerja dan variabel dependen yaitu stress kerja menggunakan uji non-parametrik *chi-square* dengan skala ordinal dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0.005$ jika $p < \alpha$ maka terdapat hubungan antara beban kerja terhadap tingkat stress kerja tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata’ Kecamatan Balla

3. HASIL

3.1 Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tenaga Kesehatan di RSUD Kondosapata’
n = 84

Data	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	34	40.5
Perempuan	50	59.5
Umur (Tahun)		
22 – 28	37	44.0
29 – 35	27	32.1
36 – 42	12	14.3
43 – 39	8	9.5
Beban Kerja		
Ringan	8	9.5
Sedang	53	63.1
Berat	23	27.1
Tingkat Stress Kerja		
Ringan	9	10.7
Sedang	47	56.0
Berat	28	33.3
Total	84	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata’ Kecamatan Balla berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 50 responden (40,5%) dan mayoritas berada pada umur 22 – 28 sebanyak 37 responden (44,0%). Beban kerja tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata’ pada masa pandemi Covid 19 sebagian besar pada kategori sedang sebanyak 53 responden (63,1%) sedangkan tingkat stres kerja tenaga kesehatan pada masa pandemi Covid 19 juga sebagian besar pada kategori tingkat stress sedang sebanyak 47 responden (56,0%) namun juga terdapat jumlah tenaga kesehatan yang mengalami stress berat sebanyak 28 (33,3%) selama masa pandemi Covid 19 di RSUD Kondosapata’ Kecamatan Balla.

3.2. Analisis Bivariat

Tabel 2 Analisis Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan
n = 84

Beban Kerja	Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat		Total		P
	f	%	f	%	f	%	F	%	
Ringan	6	7,1	22	26,2	0	0,0	28	33,3	0,000
Berat	3	3,6	25	29,8	28	33,3	56	66,7	
Total	9	10,7	47	56,0	28	33,3	84	100	

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* pada tabel 2 didapatkan *p value* = 0,000 yang diperoleh dari nilai *pearson chi-square* dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$ sehingga $p < \alpha$ artinya ada hubungan beban kerja terhadap tingkat stres pada tenaga kesehatan. Hal ini dibuktikan dari tabel 2 di atas yang menjelaskan bahwa responden dengan beban kerja ringan mengalami stres kerja ringan sebanyak 6 (7,1%) responden dan beban kerja berat mengalami stres kerja berat sebanyak 28 (33,3%) responden. Namun hasil lain di dalam penelitian ini adalah sel yang mendeskripsikan bahwa beban kerja ringan mengalami stres sedang sebanyak 22 (26,2%) responden dan beban kerja berat tetapi mengalami stres ringan sebanyak 3 (3,6%) responden.

4. DISKUSI

4.1 Beban Kerja Tenaga Kesehatan

Dari penelitian yang dilakukan pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla didapatkan data bahwa mayoritas tenaga kesehatan yang merasakan beban kerja berada pada kategori sedang sebanyak 53 orang (63,1%), tenaga kesehatan yang merasakan beban kerja berat sebanyak 23 orang (27,4%) dan tenaga kesehatan yang merasakan beban kerja ringan sebanyak 8 orang (9,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumaningsih *et al.*, (2020), tentang Hubungan Beban Kerja Fisik dan Mental Perawat dengan Penerapan *Pasien Safety* pada Masa Pandemi *Covid-19* di UPT Puskesmas Rawat Inap Kabupaten Pesawaran yang menjelaskan bahwa beban kerja pada tenaga kesehatan yang berlebih dapat timbul karena adanya ketidakseimbangan antara waktu kerja dan banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan. Seperti di masa pandemi *covid-19* ini, banyak pekerjaan yang harus diselesaikan yang menuntut tenaga kesehatan untuk menyelesaikan di rumah sakit, sehingga tenaga kesehatan merasa cemas dan khawatir dengan penyebaran virus *Covid-19* yang semakin meluas.

Pendapat lain yang mendukung pernyataan tersebut dikemukakan oleh Cai *et al.*, (2020), yang menyatakan bahwa adanya pandemi *covid-19* menyebabkan peningkatan beban kerja baik beban kerja fisik maupun beban kerja mental pada tenaga kesehatan. Hal ini terjadi karena tenaga kesehatan khawatir akan menularkan keluarga mereka dengan virus *covid-19*, terkhusus bagi tenaga kesehatan yang hidup bersama dengan anak kecil dan lansia. Menurut Riningrum (2016), bahwa beban kerja adalah suatu pekerjaan yang memiliki beban, baik beban fisik maupun mental yang harus ditanggung oleh tenaga kerjanya sesuai dengan jenis jangka waktu tertentu yang bisa terjadi akibat banyaknya faktor, seperti banyaknya tugas yang bersifat fisik dan mental (mengangkat beban berat, kondisi tempat kerja, tanggung jawab yang berat yang harus diselesaikan dan dikerjakan), kecemasan, risiko pekerjaan kurangnya waktu istirahat, jenis kelamin bahkan usia. Beban kerja ini bisa muncul dengan berbagai jenis keparahan yang dirasakan oleh seorang individu, misalnya beban kerja ringan, beban kerja sedang bahkan beban kerja yang berat.

Berdasarkan data hasil penelitian, didapatkan responden memiliki tingkat beban kerja yang bervariasi. Namun tingkatan beban kerja tersebut lebih dominan berada pada tahap sedang sampai berat. Hal ini terjadi karena mereka bekerja di rumah sakit di masa pandemi seperti sekarang ini sangat rentan dan berisiko untuk tertular virus *covid-19* karena beban tenaga kesehatan sudah bertambah dari yang biasanya selama masa pandemi dibandingkan dengan orang yang bisa bekerja dari rumah seperti kerabat atau teman-teman mereka sehingga membuat mereka merasakan beban saat bekerja karena merasa takut untuk bekerja di rumah sakit karena peningkatan kasus terkonfirmasi *covid-19* di Kabupaten Mamasa sangat pesat. Oleh karena itu peneliti berasumsi bahwa tenaga kesehatan dapat dengan mudah mengalami beban kerja di masa pandemi *covid-19* yang diakibatkan oleh adanya rasa khawatir dan cemas dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab di rumah sakit karena sangat rentan dan berisiko untuk tertular dan menularkan virus *covid-19* dibandingkan dengan orang yang bisa bekerja dari rumah.

4.2 Tingkat Stres Kerja Tenaga Kesehatan

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla didapatkan data bahwa mayoritas tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja berada pada kategori stres kerja sedang sebanyak 47 orang (56,0%), tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja berat sebanyak 28 orang (33,3%) dan tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja ringan sebanyak 9 orang (10,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erina *et al.*, (2020), tentang Efektivitas Terapi Musik Terhadap Penurunan Stres Kerja Perawat di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Harapan Ibu Purbalingga pada Masa Pandemi *Covid-19* yang menyatakan bahwa stres kerja memiliki banyak faktor seperti faktor jenis kelamin, faktor usia, faktor lingkungan (kebisingan tempat kerja), faktor beban kerja, faktor psikologis (kecemasan), pengaruh gaya kepemimpinan yang berlebih serta waktu kerja/jam kerja yang tidak sesuai, namun yang paling dominan berasal dari faktor psikologi seperti kecemasan dan beban kerja di masa pandemi *covid-19*.

Akibat adanya pandemi ini, tenaga kesehatan dapat dengan mudah merasakan stres kerja dikarenakan semakin meningkatnya kasus baru positif *covid-19*, meningkatnya kasus Orang Dalam Pemantauan (ODP) dan Orang Tanpa Gejala (OTG) serta rasa takut akan tertular dan menularkan kepada keluarga menjadi stres tersendiri bagi tenaga kesehatan yang memicu peningkatan stres kerja pada tenaga kesehatan. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Cai *et al.*, (2020), yang menyatakan bahwa penyebab stres lain pada tenaga kesehatan adalah adanya kesadaran dari tenaga kesehatan akan angka kematian akibat infeksi *covid-19* yang berasal dari berbagai usia.

Berdasarkan hasil wawancara dengan tenaga kesehatan mereka mengungkapkan bahwa mereka merasa stres apabila mereka membayangkan keluarga atau orang terdekatnya terpapar *covid-19* setelah mendengar angka kematian akibat *covid-19*. Hal lain yang juga menyebabkan timbulnya stres pada tenaga kesehatan apabila mereka melihat rekan kerja mereka sedang stres. Berdasarkan data hasil penelitian didapatkan bahwa responden memiliki tingkat keparahan stres kerja yang berbeda-beda. Namun dari data kuesioner yang didapatkan, banyak tenaga kesehatan yang mengalami stres pada kategori sedang sampai berat. Hal ini terjadi karena tenaga kesehatan merasakan kecemasan yang berlebih akibat dari peningkatan kasus terkonfirmasi *covid-19* yang sangat cepat di daerah tersebut. Hal ini menyebabkan responden menjadi terbebani dengan harus bekerja di rumah sakit serta merasa khawatir dan takut akan penularan virus *covid-19* tersebut. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Titasari & Fani, (2021) yang menjelaskan bahwa selain beban kerja bahwa kerugian yang dialami tenaga kesehatan adalah gangguan psikologis atau gangguan mental akibat timbulnya kecemasan yang berlebihan yang dapat menyebabkan penyakit fisik pada tenaga kesehatan.

Menurut asumsi peneliti, stres yang dirasakan oleh responden terjadi karena responden merasakan kecemasan yang berlebih dan banyaknya pekerjaan yang harus di selesaikan di rumah sakit, sehingga timbul beban yang dirasakan dalam bekerja akibat dari peningkatan kasus terkonfirmasi *covid-19* yang sangat cepat dan meluas, terlebih lagi ketika responden memiliki anggota keluarga yang berusia balita bahkan lansia. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Pujiastuti *et al.*, (2021) bahwa perawat dan tenaga kesehatan memiliki aktivitas kerja yang banyak serta beragam yang dituntut untuk harus bekerja secara cermat, cepat dan tepat dan kurangnya kerja sama antar tim yang dapat meningkatkan beban kerja perawat diruang perawatan covid 19.

4.3 Hubungan Beban Kerja Terhadap Tingkat Stress Kerja Tenaga Kesehatan di RSUD Kondosapata'

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla melalui uji *chi-square* diperoleh hasil nilai $p=0,000$ yang menunjukkan bahwa $p<\alpha$ di mana nilai $\alpha= 0,05$ walaupun masih ada 1 sel (16,7%) yang memiliki nilai frekuensi harapan < 5 namun memenuhi syarat uji *chi-square*, sehingga H_a diterima H_0 ditolak artinya ada hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla di masa pandemic *Covid-19*. Berdasarkan hasil uji statistik tersebut dapat disimpulkan bahwa tenaga kesehatan yang merasakan beban kerja berlebih dapat berpengaruh terhadap timbulnya stres kerja baik dalam kategori stres kerja ringan maupun stres kerja berat.

Menurut Handayani *et al.*, (2020), dalam penelitiannya yang berjudul "*Factors Causing Stress in Health and Community When the Covid-19 Pandemic*" dengan metode tinjauan sistematis yang menggunakan 10 artikel dan melibatkan 5.925 tenaga kesehatan dan 8.770 masyarakat dari berbagai negara dengan hasil bahwa tenaga kesehatan berisiko tinggi mengalami masalah kejiwaan seperti stres karena adanya berbagai tekanan seperti mengerjakan banyak pekerjaan dalam waktu yang ditentukan, harus tetap bekerja di rumah sakit walaupun dalam kondisi pandemi seperti sekarang dan tidak bisa melakukan *work from home* seperti layaknya pekerja lainnya serta ketakutan khususnya di masa pandemi *covid-19* seperti risiko terinfeksi dan menginfeksi keluarga dan orang yang dicintai sehingga banyak tenaga kesehatan yang mengisolasi diri dari keluarga dan orang terdekat meski tidak mengalami *Covid-19*. Hal ini merupakan keputusan yang sulit namun harus dijalani untuk menghindarkan keluarga dan orang terdekat dari hal-hal yang tidak diinginkan. Hal ini menyebabkan timbul beban kerja psikologis atau beban kerja mental yang merupakan salah satu faktor timbulnya stres kerja.

Sedangkan menurut Kusumaningsih *et al.*, (2020), pada penelitiannya yang berjudul "Hubungan Beban Kerja Fisik dan Mental Perawat dengan Penerapan *Pasien Safety* pada Masa Pandemi *Covid-19* di UPT Puskesmas Rawat Inap Kabupaten Pesawaran" menggunakan metode *survei analitik* dengan pendekatan *cross sectional* yang melibatkan 40 perawat sebagai responden dengan hasil penelitian $p\ value = 0,019$ sehingga H_a diterima H_0 ditolak yang menyatakan bahwa beban kerja pada tenaga kesehatan yang berlebih dapat timbul karena adanya ketidakseimbangan antara waktu kerja dan banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan. Apalagi di masa pandemi *covid-19* seperti sekarang ini, banyak pekerjaan yang harus diselesaikan dengan waktu yang ditentukan, sedangkan tenaga kesehatan merasa cemas dan khawatir dengan penyebaran virus *Covid-19* yang semakin meluas. Beban kerja yang dialami oleh tenaga kesehatan mempengaruhi stres kerjanya, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Suparlan dan Winarta (2020), mendapatkan hasil uji

statistik nilai $p=0,000 < \alpha = 0,05$ bahwa adanya hubungan antara beban kerja dengan tingkat stres pada perawat. Dari penelitian ini didapatkan bahwa perawat merasakan adanya beban kerja diakibatkan karena lingkungan pekerjaan serta pekerjaan yang harus dikerjakan tidak seperti biasanya karena kondisi pandemi *covid-19* yang harus menuntut perawat untuk menjaga jarak sehingga komunikasi antar rekan kerja sedikit terhambat serta pekerjaan yang biasanya dilakukan bersama harus dilakukan sendiri untuk menjaga jarak.

Hal ini terbukti dari hasil penelitian didapatkan data responden memiliki tingkat beban kerja ringan dengan stres kerja ringan sebanyak 6 orang (7,1%) dan beban kerja berat stres berat sebanyak 28 orang (33,3%). Oleh sebab itu beban kerja adalah salah satu faktor yang sangat mempengaruhi stres kerja pada tenaga kesehatan. Kondisi yang terjadi akibat berlebuhnya pekerjaan yang harus diselesaikan, tidak mendukungnya lingkungan kerja, adanya beban pikiran dan mental serta ketakutan dan kecemasan yang berlebih merupakan faktor yang dapat menimbulkan stres dalam pekerjaan. Adapun, adanya beban dalam pekerjaan ini dapat memberikan rasa tidak nyaman dalam melakukan tugas dan tanggung jawab dalam bekerja sehingga dapat timbul respon dari dalam diri untuk melawan rasa tidak nyaman tersebut namun dipersepsikan menjadi stres.

Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijaya (2017), yang menyatakan bahwa beban kerja yang terlalu berat yang diakibatkan oleh waktu kerja yang mendesak, lingkungan kerja yang tidak sehat, konflik kerja, pengaruh pimpinan bahkan ada faktor lain seperti kecemasan dan banyaknya pikiran akibat dari tuntutan peran di luar tempat kerja menyebabkan adanya beban pikiran yang bertambah dan tekanan pada psikologis atau mental seseorang sehingga dapat memicu timbulnya stres yang lebih berat pula. Sesuai dengan fakta yang didapatkan peneliti di lokasi penelitian bahwa tenaga kesehatan yang merasakan beban kerja berat dengan stres kerja berat diakibatkan karena banyaknya tuntutan pekerjaan di tempat kerja yaitu harus tetap masuk bekerja walaupun menghadapi kondisi pandemi dan harus bekerja menggunakan APD serta adanya rasa kecemasan akibat dari peningkatan *Covid-19* di kabupaten Mamasa pada akhir tahun 2020 sampai dengan bulan Februari 2021 dan belum dilakukannya vaksinasi kepada tenaga kesehatan secara menyeluruh di kabupaten Mamasa sehingga tenaga kesehatan merasa khawatir tertular dan menularkan virus kepada keluarga dan kerabatnya di rumah. Selain itu, adanya peran ganda yang harus dijalankan baik sebagai tenaga kesehatan, ibu bahkan istri dan anak bagi keluarga sehingga menimbulkan tekanan dalam menjalankan tanggung jawabnya.

Berat ringannya beban kerja responden tergantung pada persepsi dan kekhawatiran serta kecemasan yang dirasakan dalam menjalankan tugas di rumah sakit. Beban kerja ringan apabila responden memiliki mekanisme koping yang baik untuk menghadapi kekhawatiran yang terjadi akibat dari adanya pandemi *covid-19*. Sebaliknya beban kerja berat dirasakan apabila responden tidak mampu mengolah mekanisme koping yang baik sehingga rasa tertekan untuk menjalankan pekerjaan di masa pandemi *Covid-19* tetap ada. Akibat dari tingkat keparahan beban kerja yang dialami, maka akan mempengaruhi tingkat stres kerja yang dialami oleh tenaga kesehatan

Hal ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumaningsih *et al.*, (2020).meneliti tentang beban kerja fisik terhadap mental perawat menyebutkan bahwa beban kerja yang meningkat saat masa pandemi pada tenaga kesehatan adalah beban kerja fisik kemudian dilanjutkan dengan penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) yang mempengaruhi kinerja tenaga kesehatan sehingga harus menjalankan pekerjaan yang melampaui kapasitas dan meningkatkan beban mental yang dirasakan tenaga kesehatan yang dapat menimbulkan stress atau *burnout* yang berpengaruh pada penurunan performa, efisiensi, dan efektifitas dalam bekerja. Faktor lain yang juga menyebabkan peningkatan stres kerja pada tenaga kesehatan yaitu mayoritas yang menjadi tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' berjenis kelamin perempuan dikarenakan peningkatan dan persebaran kasus terkonfirmasi *Covid-19* di Sulawesi Barat khususnya di Kabupaten Mamasa sangat cepat mulai dari bulan Desember 2020 hingga saat ini. Menurut peneliti usia juga merupakan faktor yang menyebabkan timbulnya stres kerja. Dari data hasil penelitian didapatkan bahwa tenaga kesehatan yang memiliki usia lebih muda dapat dengan mudah merasakan stres.

Hal ini dikarenakan responden yang berusia lebih muda bisa saja baru dalam tahap penyesuaian dengan pekerjaan yang baru atau bahkan individu tersebut baru terjun ke dalam dunia pekerjaan kemudian harus dihadapkan dengan pekerjaan yang harus dilakukan di rumah sakit tempat di mana merawat pasien dengan kasus *Covid-19*. Menurut Vanchapo, (2020) beban kerja yang dirasakan tenaga kesehatan dapat berupa beban kerja kualitatif yaitu terjadi akibat adanya tuntutan pekerjaan lebih tinggi dari batas kemampuan individu itu sendiri dan pada kondisi tertentu beban kerja ini menyebabkan tugas dan tanggung jawab menjadi kurang dan apabila berkelanjutan dapat menyebabkan kelelahan mental dan membentuk reaksi emosional dan psikomotor secara psikologis

Dari data tersebut peneliti berpendapat bahwa semakin tinggi tingkat beban kerja yang dirasakan responden, maka semakin tinggi pula stres yang timbul. Hal ini yang didapatkan dari penelitian pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla dengan 84 bahwa ada responden yang mengalami beban kerja berat stres kerja sedang sebanyak 25 orang (29,8%). Hal ini sesuai dengan artikel yang ditulis Tashandra (2019), yang mengatakan bahwa ada individu yang memiliki beban pikiran tetapi harus pandai dalam

memanajemen stres yang dirasakan. Seperti halnya kebanyakan orang menjalankan tugas atau pekerjaan namun tidak terlalu mengambil pusing, mau meminta pendapat atau saran kepada orang lain dan selalu mau berpikir positif. Akan tetapi manajemen stres yang dijalankan tidak efektif karena tidak semua orang tak acuh dan cuek dengan tekanan atau tuntutan mental yang dihadapi. Adapun hasil yang didapatkan dari penelitian ini yaitu ada responden yang merasakan beban kerja ringan stres kerja sedang sebanyak 22 orang (26,2%). Hal ini terjadi karena stres kerja yang dirasakan bukan hanya dari beban kerja tetapi ada faktor lain, misalnya peran ganda, *adanya stressor* psikososial dan adanya beban pikiran atau bahkan masalah di tempat lain yang menyebabkan tenaga kesehatan bisa merasa stres saat menjalankan tugas apalagi di masa pandemi *Covid-19*.

Namun dari hasil penelitian ini, peneliti juga mendapatkan bahwa masih ada responden yang merasakan beban kerja berat namun mengalami stres ringan sebanyak 3 orang (3,6%). Hal ini bisa terjadi karena responden tersebut memiliki manajemen stres yang baik dan mekanisme koping yang baik pula misalnya selalu berpikir positif, selalu istirahat yang cukup dan selalu menceritakan apa yang dirasakan kepada orang lain untuk meminta pendapat, sehingga apabila ada stresor yang dirasakan, responden tersebut mampu mengelola emosi yang dirasakan dan meminimalisir untuk mengalami stres yang lebih parah. Hal ini didukung dari pendapat salah satu responden yang mengatakan bahwa apabila dirinya merasakan beban kerja atau sesuatu yang dapat membuatnya stres, maka dia akan lebih memilih untuk beristirahat, berdoa atau melakukan saat teduh untuk menenangkan dirinya, tidak mau berpikir negatif, bermain bersama dengan anaknya serta memilih bercerita dengan keluarganya di rumah sambil menghabiskan waktu di sore hari. Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka peneliti berasumsi bahwa responden akan mengalami tingkat stres kerja, baik stres kerja ringan, sedang dan berat tergantung pada beban kerja yang dialami. Namun tidak menutup kemungkinan, bahwa ada responden yang merasakan beban kerja berat namun mengalami stres ringan dan sedang dan responden yang merasakan beban kerja ringan merasakan stres kerja sedang. Hal ini dikarenakan responden tersebut memiliki manajemen stres yang baik. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa ada hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada responden. Namun dalam penelitian ini peneliti mengungkapkan berbagai keterbatasan dalam penelitian yang dilakukan yaitu terdapat rasa kecemasan yang dirasakan oleh responden saat ingin bertemu dengan peneliti dikarenakan pandemi *Covid-19* begitupun sebaliknya dikarenakan pada saat penelitian bersamaan dengan wabah penyakit *Covid-19*.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja terhadap tingkat stress kerja pada tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla selama masa pandemi *Covid 19* hal ini berarti ketika beban kerja ringan maka tingkat stress ringan dan ketika beban kerja berat maka tingkat stress juga berat. Saran bagi tenaga kesehatan untuk lebih mampu mengatur waktu agar dapat menyelesaikan semua tugas dan peran yang dijalankan dan memiliki mekanisme koping yang efektif dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan memperhatikan metode penelitian yang tepat dan menggunakan banyak populasi dan sampel serta dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya sesuai dengan hasil penelitian ini.

REFERENSI

- Cai, H., Tu, B., Ma, J., Chen, L., Fu, L., Youngfang, J., & Zhuang, Q. (2020). Psychological Impact and Coping Strategies of Frontline Medical Staff in Hunan Between January and March 2020 During the Outbreak of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in Hubei, China. *Medical Science Monitor : International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*, 1.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat. (2020). *Data Sebaran Covid-19*.
- Erina, Novitasari, D., & Wirakhmi, I. N. (2020). *Efektivitas Terapi Musik Terhadap Penurunan Stres Kerja Perawat Di Instalasi Rawat Jalan Rumah Sakit Umum Harapan Ibu Purbalingga Pada Masa Pandemi Covid-19*. 14. *Jurnal Viva Medika*/<https://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/article/view/561/>
- Handayani, R. T., Kuntari, S., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). Factors Causing Stress in Health and Community When the Covid-19 Pandemic. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 353. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.353-360>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Menteri Kesehatan Tetapkan 132 Rumah Sakit Rujukan COVID-19*. 07 Juli 2020.
- Kusumaningsih, D., Gumawan. M. Ricko, Zainaro, M. A., & Widiyanti, T. (2020). *Hubungan Beban Kerja Fisik Dan Mental Perawat Dengan Penerapan Pasien Safety Pada Masa Pandemi Covid 19 Di Upt Puskesmas Rawat Inap Kabupaten Pesawaran*. 2(2), 108–118.
- Prastika, S., Gustopo, D., & Vitasari, P. (2020). *Analisis Beban Kerja Dengan Metode Nasa-Tlx di PT . Pos Indonesia Cabang Malang Raya*. 6(2), 24–29. <https://ejournal.itn.ac.id/index.php/jtmi/article/view/3014>
- Pujiastuti, A. T., Lestanyo, D., & Wahyuni, I. (2021). Analisis Tingkat Kelelahan Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat Di Ruang Isolasi Rumah Sakit X Saat Pandemi Corona Virus (Covid – 19). *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–7. <https://ejournal2.undip.ac.id/index.php/jrkm/article/view/11570>
- Riningrum, H. (2016). Pengaruh Sikap Kerja, Usia, dan Masa Kerja Terhadap Keluhan Subyektif Low Back Pain pada

- Pekerja Bagian Sewing Garmen PT. APAC Inti Corpora Kabupaten Semarang. *Jurnal Keperawatan Jiwa*. Satuan Tugas Penanganan Covid-19. (2020). *Data Sebaran Covid-19*.
- Setyowati, R., & Ulfa, S. M. (2020). *Hubungan Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Polisi Saitantas Polres Bantul The Correlation Between Workload and Work Environment towards the Work STIKes Surya Global Yogyakarta*. 169–178.
- Suparlan, & Winarta, R. (2020). *The relationship of workload with stress levels in nurses*. 12(4), 993–1000.
- Tashandra. (2019). Stres Karena Terlalu Banyak Pikiran, Bagaimana Mengatasinya? *Kompas*. <https://lifestyle.kompas.com/read/2019/06/03/142351120/stres-karena-terlalu-banyak-pikiran-bagaimana-mengatasinya?page=all>(Dikutip tanggal 10 Oktober 2021)
- Titasari, N. A., & Fani, T. (2021). Dampak Psikologis Pandemi Covid-19 Pada Petugas Rekam Medis. *Prosiding Diskusi Ilmiah*, 1(1), 74–81.
- Vanchapo. (2020). *Beban Kerja dan Stres Kerja* (ke-1). CV. Penerbit Qiara Media.
- Wijaya, A. (2017). Pengaruh Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja Dengan Stress Kerja Sebagai Variabel Mediasi pada Pekerja di Hotel Maxone di Kota Malang. *Parsimonia ISSN 2355-5483*, 4(3), 278–288.
- Yuliana. (2020). Corona Virus Disease 19 (Covid-19); Sebuah Tinjauan Literatur. *Wellnes and Healthy Magazine*.