

Review

Faktor Penyebab Terjadinya Stres Kerja pada Perawat Berdasarkan Studi Literatur

Rahmawati Ririn Ardilla^{1*}, I Made Rio Dwijayanto¹, & Dwi Prima Hanis Kusumaningtyas¹

¹*Universitas Triatma Mulya*

*Corresponding Author:

E-mail: rahmawati_ririn16@yahoo.com

ABSTRACT

Introduction. Work stress is currently a global issue that affects all professions and workers in both developed and developing countries. The occurrence of work stress due to various factors from pressure and demands in work such as work schedules, work speed, work distance, number and nature of customers to be served can make workers experience anxiety, anger, depression and physical suffering complaints of headaches. Stress in the world of work or commonly known as work stress is basically a condition that can occur in every individual who has worked professionally in a hospital as a whole has a risk of stress, and nurses have a higher stress level. **Method.** The method used in the literature review. Database searches used include Scopus, ScienceDirect and Pubmed. The keyword used in the article search is job stress. **Results.** Based on the literature study, it was found that several factors can cause work stress on nurses, namely individual factors, including (age, gender, education level, marital status and years of service), organization and work environment.

KEYWORDS

work stress, nurse

ABSTRAK

Pendahuluan. Stres kerja saat ini merupakan isu global yang berpengaruh pada seluruh profesi dan pekerja di negara maju maupun berkembang. Terjadinya stres kerja akibat berbagai faktor dari tekanan dan tuntutan dalam pekerjaan seperti jadwal kerja, kecepatan kerja, jarak tempuh menuju tempat kerja, jumlah dan sifat pelanggan yang harus dilayani dapat menjadikan pekerja mengalami kecemasan, kemarahan, depresi serta menderita keluhan fisik berupa sakit kepala. Stres dalam dunia pekerjaan atau yang biasa dikenal dengan istilah stres kerja pada dasarnya menjadi suatu kondisi yang dapat terjadi pada setiap individu yang telah bekerja tenaga profesional di rumah sakit secara keseluruhan memiliki risiko terhadap stres, dan perawat memiliki tingkat stres yang lebih tinggi. **Metode.** Metode yang digunakan dalam *literature review*. Pencarian database yang digunakan meliputi Scopus, ScienceDirect dan Pubmed. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel yaitu stress kerja **Hasil.** Berdasarkan studi literatur ditemukan beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stres kerja pada perawat yaitu faktor individu meliputi (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan dan masa kerja) organisasi dan lingkungan kerja.

KATA KUNCI

stres kerja, perawat

PENDAHULUAN

Stres kerja saat ini merupakan isu global yang berpengaruh pada seluruh profesi dan pekerja di negara maju maupun berkembang (ILO, 2016). Terjadinya stres kerja akibat berbagai faktor dari tekanan dan tuntutan dalam pekerjaan seperti jadwal kerja, kecepatan kerja, jarak tempuh menuju tempat kerja, jumlah dan siat pelanggan yang harus dilayani dapat menjadikan pekerja mengalami kecemasan, kemarahan, depresi serta menderita keluhan fisik berupa sakit kepala (Riyanti & Rahmandani, 2019). Stres dalam dunia pekerjaan atau yang biasa dikenal dengan istilah stres kerja pada dasarnya menjadi suatu kondisi yang dapat terjadi pada setiap individu yang telah bekerja (Asih, Widhiastuti & Dewi, 2018).

Sektor kesehatan menyatakan salah satu sektor dengan prevalensi stres kerja paling tinggi (ILO, 2016). Menurut Perwitasari (2016) tenaga profesional di rumah sakit secara keseluruhan memiliki risiko terhadap stres, dan perawat memiliki tingkat stres yang lebih tinggi (Safitri, 2020). Sumber stres dalam profesi keperawatan berhubungan dengan interaksi terhadap pasien dan profesi kesehatan lain. Perawat memiliki banyak tugas yang harus dilakukan dibandingkan profesi lain. Perawat merupakan salah satu profesi terbanyak di rumah sakit dan paling lama kontak dengan klien, sehingga keperawatan adalah ujung tombak pelayanan kesehatan dan digunakan sebagai indikator pelayanan kesehatan yang bermutu, serta berperan dalam menentukan tingkat kepuasan klien (Maweikere, Manampiring & Toar, 2021). PPNI (2016) mengungkapkan sebanyak 50,1% perawat Indonesia yang bekerja mengalami stres kerja, sering merasa pusing, lelah, kurang ramah, kurang istirahat akibat beban kerja terlalu tinggi serta penghasilan yang tidak memadai. Pekerjaan perawat yang lebih kompleks dalam pelayanannya membuat tuntutan pekerjaan perawat harus bekerja dengan lebih ekstra dalam memberikan pelayanan kepada pasien, sehingga, apabila tidak mampu memenuhi tuntutan-tuntutan sebagai seorang perawat akan sulit melepaskan diri dari tekanan yang dihadapi (Amelia, 2019).

Perawat merupakan suatu pekerjaan yang mempunyai pengaruh yang sangat penting untuk menentukan berhasilnya rumah sakit dalam memberikan perawatan kesehatan terhadap masyarakat, hal demikian dalam waktu 24 jam perawat melakukan perawatan serta menghadapi masalah kesehatan pasien secara terus-menerus. Perawat diharuskan selalu siap serta siaga dalam melaksanakan tugas pelayanan dan juga harus selalu memantau perkembangan kondisi pasien selama jam operasional, hal demikian yang membuat perawat biasa mengalami stres (Ramlawati & Safar, 2022).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan di Perancis, ditemukan proporsi stres yang dialami perawat sebesar 74%. Sementara itu, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh perawat di Swedia, hasil penelitian menunjukkan lebih dari 80% perawat mengalami stres berat akibat pekerjaan (Susanti et al., 2017). Oleh karena itu, penelitian ini mengulas apa saja faktor yang meningkatkan terjadinya stres kerja pada perawat berdasarkan studi literatur.

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis ingin melakukan penelitian tentang “Faktor Penyebab Terjadinya Stres Kerja pada Perawat Berdasarkan Studi Literatur”. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi stres kerja yang dialami perawat dan mengidentifikasi faktor penyebab terjadinya stres kerja.

METODE

Metode yang digunakan dalam *literature review* ini menggunakan strategi secara komprehensif, seperti pencarian artikel dalam database jurnal penelitian, pencarian melalui internet, tinjauan ulang artikel. Pencarian database yang digunakan meliputi Scopus, ScienceDirect dan Pubmed. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel yaitu stress kerja. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah artikel diterbitkan sepuluh tahun terakhir (2017-2022), jenis penelitian *original research*, *full text* dapat diakses, dan berbahasa Inggris. Artikel yang diperoleh sebanyak 30 artikel, tetapi yang sesuai dengan kriteria inklusi hanya 8 artikel. Artikel

yang digunakan sebagai sampel selanjutnya diidentifikasi dan dirangkum berdasarkan tema-tema yang muncul.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan studi literatur ditemukan beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stres kerja pada perawat yaitu faktor individu meliputi (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan dan masa kerja) organisasi dan lingkungan kerja (Ibrahim et al., 2016).

Faktor karakteristik individu

Faktor karakteristik individu yang berkontribusi menyebabkan stres adalah umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan, dan masa kerja (Awalia et al., 2021).

Umur

Umur berhubungan dengan maturitas atau tingkat kedewasaan, secara teknis maupun psikologis semakin bertambahnya umur seseorang maka akan meningkat kedewasaannya, kematangan jiwanya, dan kemampuan dalam melaksanakan tugasnya. Bertambahnya umur maka akan meningkat pula kemampuan membuat keputusan, berpikir rasional, semakin bijaksana, mampu mengendalikan emosi, lebih toleran, dan terbuka dengan pandangan atau pendapat orang lain. Hal tersebut akan terlihat saat individu sedang dalam tekanan atau ketika beban kerja meningkat, yang bisa memicu terjadinya stres kerja. Stres kerja berhubungan dan berbanding terbalik dengan umur, lama kerja sebagai perawat. Perawat yang lebih tua dan yang lebih berpengalaman memiliki stres kerja yang ringan (Hasanah et al., 2020). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Singal et al. (2021) bahwa tidak ada hubungan umur dengan stress kerja pada perawat dengan P-value 0,031. Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurazizah (2017) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara umur dengan stres kerja dengan nilai P-value 0,547.

Jenis Kelamin

Jenis kelamin berhubungan dengan karakteristik fisik, psikologis, dan sosial antara laki-laki dan perempuan. Penelitian yang dilakukan oleh Habibi & Jefri (2018) dari hasil analisis menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami stres kerja sedang dibandingkan dengan responden berjenis kelamin laki-laki (Awalia et al., 2021).

Tingkat Pendidikan

Pendidikan merupakan pengalaman seseorang dalam mengembangkan kemampuan dan meningkatkan intelektualitas, yang artinya semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin tinggi tingkat pengetahuan dan keahliannya. Tingkat pendidikan berpengaruh terhadap daya kritik dan daya nalar, sehingga individu semakin mampu untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, mengatasi tekanan atau beban kerja yang dihadapinya, mampu menyesuaikan diri terhadap pekerjaannya, dan pada akhirnya mampu mengontrol stres yang dialaminya.

Status Perkawinan

Penelitian yang dilakukan oleh Vivian (2017) tentang *Stress of Singlehood: Marital Status, Domain-Specific Stress, and Anxiety in a National U.S. Sample* dan penelitian yang dilakukan oleh Nagaraju & Nandini (2012) tentang "A Factor of Marital Status Highly Influencing on Stress of Women Employee's." A Case Study at Insurance Sector menunjukkan bahwa status pernikahan dapat berpengaruh terhadap stres yang dialami seseorang. Terdapat hal yang berbeda di mana responden pada penelitian ini tidak menjadikan masalah keluarga atau kehidupan pernikahan sebagai sesuatu hal yang menyebabkan stres terhadap pekerjaan mereka. Kehidupan pernikahan bisa saja menyebabkan stress terhadap kehidupan sosial responden tetapi hal tersebut tidak ikut mengganggu pekerjaan yang dilakukan oleh responden (Singal et al., 2021). Penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan terkait umur dan stres kerja

Masa Kerja

Masa kerja berkaitan dengan pengalaman kerja, yaitu berbagai peristiwa yang dialami seseorang selama bekerja, dan hal tersebut bisa dijadikan pelajaran untuk meningkatkan kualitas pekerjaan (Ibrahim et al., 2016). Pengalaman kerja yang lebih lama, akan meningkatkan keterampilan seseorang dalam bekerja, semakin mudah menyesuaikan dengan pekerjaannya, sehingga semakin mampu menghadapi tekanan dalam bekerja. Perawat yang lebih senior dan lebih berpengalaman memiliki stres kerja yang ringan (Singal et al., 2021).

Faktor Organisasi

Banyak sekali faktor di dalam organisasi yang dapat menimbulkan stres. Tekanan untuk menyelesaikan tugas dalam waktu terbatas, beban kerja berlebihan, konflik dengan atasan, dan rekan kerja yang tidak menyenangkan merupakan penyebab stres kerja bagi karyawan. Faktor pekerjaan yang dapat menimbulkan stres bagi perawat adalah beban kerja yang berlebihan, otonomi/kewenangan perawat, konflik dengan rekan kerja/dokter/kepala ruangan, adanya tuntutan dari klien dan keluarganya, kondisi klien yang kritis dan kematian klien (*death and dying of patients*) (Ibrahim et al., 2016).

Faktor lingkungan

Faktor lingkungan terdiri dari ketidakpastian politik, adanya resesi ekonomi, lingkungan kerja yang tidak aman, misalnya adanya terorisme. Sedangkan faktor lingkungan yang bisa menyebabkan stres pada perawat, yaitu lingkungan yang bising, ventilasi yang kurang bagus, pencahayaan yang kurang, dan fasilitas yang kurang memadai (Ibrahim et al., 2016)

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat delapan faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stres kerja pada perawat diantaranya adalah faktor karakteristik individu yang meliputi (umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan masa

kerja), faktor organisasi dan faktor lingkungan kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R. (2019). *Gambaran Stres Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Jiwa Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan*. 2, 26–27.
- Awalia, M. J., Medyati, N., & Giay, Z. (2021). *Hubungan Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Stress Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rsud Kwaingga Kabupaten Keerom*. 5(2).
- Habibi, J., & Jefri. (2018). Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Pekerja Di Unit Produksi Pt. Borneo Melintang Buana Export. *Journal of Nursing and Public Health*, 6(2), 50–59. <https://doi.org/10.37676/jnph.v6i2.658>
- Hasanah, L., Rahayuwati, L., & Yudianto, K. (2020). Sumber Stres Kerja Perawat Di Rumah Sakit. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 3(3), 111. <https://doi.org/10.32419/jppni.v3i3.162>
- Ibrahim, H., Amansyah, M., & Yahya, G. N. (2016). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja Factory 2 PT . Maruki Internasional Indonesia Makassar. *Public Health Science Journal*, 8(1), 60–68.
- International Labour Organization. (2016). *Workplace Stress: a collective challenge*. In *Workplace Stress: A collective challenge World* (Issue April 2016). https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_466547/lang--en/index.htm%0Ahttp://www.ilo.org/africa/media-centre/news/WCMS_477712/lang--en/index.htm
- Maweikere, Y., Manampiring, A. E., & Toar, J. M. (2021). *Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Tingkat Kepuasan Pasien dalam Pemberian Asuhan Keperawatan di Ruang Rawat Inap RSUD GMIM Pancaran Kasih Manado*. 9(1), 71–77.
- Nagaraju, B., & Nandini, H. P. (2012). *A Factor of Marital Status Highly Influencing on Stress of Women Employee 's . A Case Study at Insurance Sector* . 2(10), 39–46.
- Nurazizah. (2017). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada*

- Perawat di Ruang Rawat Inap Kelas III RS X Jakarta Tahun 2017.*
- Perwitasari, D. T., Nurbeti, N., & Armyanti, I. (2016). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkatan Stres pada Tenaga Kesehatan di RS Universitas Tanjungpura Pontianak Tahun 2015 PENDAHULUAN Stres tubuh merupakan respon 1-3 % dan stres berat mencapai 7- Di Jawa Tengah tercatat yang sifatnya setiap nonspesifik be. 2, 553–561.*
- Ramlawati, R., & Safar, I. (2022). Pengelolaan Stres Kerja dan Pengaruhnya terhadap Kinerja Perawat Rumah Sakit Ibnu Sina Makassar di Masa Pandemi Covid 19. *Economics and Digital Business Review*, 3(1), 32–41. <https://doi.org/10.37531/ecotal.v3i1.114>
- Riyanti, F. E. &, & Rahmandani, A. (2020). *Hubungan Antara Hardiness dengan Stres Kerja di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas. 8(Nomor 3), 15–24.*
- Safitri, I. A. (2020). Stres Kerja Perawat di Unit Rehabilitasi Kusta Rumah Sakit Umum Daerah. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84–94. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia/article/view/40449>
- Singal, E. M., Manampiring, A. E., & Nelwan, J. E. (2021). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Rumah Sakit Mata Provinsi Sulawesi Utara. *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 1(2), 040. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v1i2.31988>
- Susanti, E., Kusuma, F. H. D., & Rosdiana, Y. (2017). Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Kualitas Tidur pada Perawat di Puskesmas Dau Malang. *Nursing News*, 2(3), 164–173. Kualitas tidur, perawat, stres kerja.
- Vivian. (2017). *Stress of Singlehood: Marital Status, Domain-Specific Stress, and Anxiety in a National U. S. Sample. 36(6), 461–485.*
- Yuli, G., & Asih, et all. (2018). *Stress Kerja (Cetakan I). Semarang University Press.* <https://repository.usm.ac.id/files/bookusm/F013/20190627091334-STRESS-KERJA.pdf>