

Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Di Indonesia

Arja Adi Jaya Pohan¹, Susilawati²

^{1,2}Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia

E-mail: arjapohan82@gmail.com¹, susilawati@uinsu.ac.id²

Abstract. *Introduction: Work stress in nurses is one of the problems in human resource management in hospitals. Nurses in hospitals are one of the potential resources that have a dangerous risk of burnout in workers. One of the triggering factors for work burnout in workers is work stress experienced by hospital workers. Research objectives: The purpose of this study was to analyze the relationship between work stress and job burnout in hospital nurses in various regions in Indonesia. Research Method: The research method used is the literature review study method by reviewing previous research that is relevant to the topic discussed as a study accessed on the Google Scholar database. Research Results: The results of the research conducted were that there was a significant relationship between work stress and job burnout in hospital nurses in various regions of Indonesia. The conclusion of this study is that work fatigue is influenced by work stress.*

Keywords: Job Stress, Work Fatigue, risk, Nurse, Hospital

Abstrak. *Pendahuluan: Stres kerja pada perawat ialah salah satu permasalahan yang ada di dalam manajemen sumber daya manusia di Rumah Sakit. Perawat di rumah sakit adalah salah satu sumber daya potensial yang memiliki risiko bahaya terjadinya kelelahan kerja pada pekerja. Salah satu faktor pemicu terjadinya kelelahan kerja pada pekerja adalah stres kerja yang dialami oleh para pekerja rumah sakit. Tujuan penelitian: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rumah sakit di berbagai daerah yang ada di Indonesia. Metode Penelitian: Metode penelitian yang digunakan ialah metode studi literature review dengan mengkaji penelitian terdahulu yang relevan dengan topic yang dibahas sebagai kajian yang diakses pada database google scholar. Hasil Penelitian: Hasil dari penelitian yang dirivew adalah bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rumah sakit yang ada di berbagai daerah Indonesia. Kesimpulan penelitian ini bahwa kelelahan kerja dipengaruhi oleh stres kerja.*

Kata Kunci: Stres Kerja, Kelelahan Kerja, risiko, Perawat, Rumah Sakit

PENDAHULUAN

Rumah sakit adalah suatu instansi yang bergerak di bidang pelayanan kesehatan. Pelayanan kesehatan yang akan diberikan pihak rumah sakit ialah pelayanan kuratif, preventif, promotif, serta rehabilitatif, yang juga menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, serta gawat darurat (Basalamah, 2021).

Perawat merupakan tenaga profesional yang memiliki tanggung jawab dan wewenang memberikan pelayanan secara mandiri atau kolaborasi dengan tenaga kesehatan lainnya untuk perawatan pasien. Perawat juga harus sering berkomunikasi pada pasien agar kesembuhan para pasien sangat berpengaruh dari peran seorang perawat (Haryono W, 2009).

Seorang perawat bekerja selama 24 jam dalam melayani pasiennya. Perawat memiliki tugas sesuai dengan fungsinya dalam memberikan asuhan keperawatan yaitu : mengkaji kebutuhan pasien, melaksanakan rencana perawatan, mengevaluasi hasil asuhan keperawatan, mendokumentasikan proses keperawatan (Hidayat, 2019).

Ruang lingkup kerja perawat dalam melaksanakan tugasnya tidak bisa terlepas dari stress, sebab masalah stress tidak bisa terlepas dari dunia pekerjaan. Bertambahnya tuntutan dalam pekerjaan maka semakin besar kemungkinan seorang perawat mengalami stres kerja, setiap jenis pekerjaan tidak bisa terlepas dari tekanan-tekanan baik dari luar ataupun dari dalam yang bisa memicu timbulnya stres bagi para tenaga kerja. (Basalamah, 2021).

Stres kerja pada perawat adalah salah satu masalah dari manajemen sumber daya manusia di Rumah Sakit. Stress kerja merupakan suatu tekanan yang tidak bisa ditarik ulur oleh individu baik yang bersumber dari dalam dirinya sendiri ataupun dari luar dirinya sendiri. Salah satu penyebab terjadinya stres ialah bersumber dari spritual, biologis, sosial, psikologis dan sebagainya. Stres kerja merupakan perasaan tertekan yang akan dialami oleh pekerja dalam melaksanakan pekerjaannya, hal ini disebabkan oleh stresor yang muncul dari lingkungan kerja seperti faktor individu, organisasi atau lingkungan. Tinggi rendahnya suatu tingkat stres kerja pada pekerja tergantung pada manajemen stres yang dilaksanakan oleh individu ketika menghadapi stres kerja tersebut (Basalamah, 2021)

Perawat di rumah sakit adalah salah satu sumber daya potensial yang memiliki risiko bahaya kelelahan kerja antara lain berkurangnya konsentrasi dalam berfikir, mata berkunang-kunang, nyeri pada dada yang diakibatkan oleh beban kerja yang berlebih atau jam kerja malam (Arifah, 2019).

Kelelahan kerja bisa memicu timbulnya kejadian kecelakaan kerja pada pekerja sehingga bisa menimbulkan kerugian pada diri pekerja sendiri ataupun orang lain bahkan bisa juga pada perusahaan tempat pekerja tersebut bekerja karena bisa membuat produktivitas karyawan menurun bahkan bisa sampai terhenti sehingga perusahaan akan mengalami kerugian (Andarini, 2017).

Stres kerja salah satu faktor yang bisa mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja serta menjadi salah satu yang dapat berpengaruh pada tekanan psikologis sehingga mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan baik fisik, psikologis dan gangguan mental (Budiono, 2003).

METODE

Metode penelitian yang digunakan ialah metode studi literatur review dengan mengkaji penelitian terdahulu yang relevan sebagai bahan kajian yang diakses pada database google scholar. Penelitian ini menggunakan bentuk penelitian Literatur Review yang dilakukan dengan cara mengidentifikasi dan menganalisis penelitian sebelumnya dengan topik yang sesuai dengan judul. Literatur Review merupakan metode penelitian yang merangkum hasil-hasil penelitian primer untuk menyajikan fakta yang lebih komprehensif.

HASIL

Literatur Review ini berfokus tentang hubungan stres kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di beberapa daerah yang ada di Indonesia. Data dimuat dalam bentuk table yang meliputi nomor, nama penulis, judul penelitian, sampel, metode penelitian, serta hasil.

No	Penulis	Judul	Sampel	Metode Penelitian	Hasil
1	Edwina Rudyarti	Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit X	Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 55 responden.	Desain penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional	Ada hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Dengan demikian stress kerja menjadi salah satu faktor yang dapat menimbulkan kelelahan kerja pada perawat.
2	Merry Pogantung, dkk	Hubungan Antara Beban Kerja Dan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Gmim Kalooran Amurang	Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 76 orang.	Metode pendekatan cross sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rumah sakit dengan nilai $P = 0,000$ ($p < 0,05$).
3	Dewi Mulfiyanti, dkk	Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018	Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 65 responden.	teknik purposive sampling	Ada hubungan yang signifikan antara stress stress dengan kelelahan kerja dengan nilai $p = 0.001$.

PEMBAHASAN

Stres kerja yang dialami seorang perawat bisa didefinisikan sebagai suatu umpan balik dari individu itu sendiri baik dari reaksi fisiologis, psikologis bahkan perilaku terhadap pemicu dari stresor internal ataupun eksternal yang bisa berkaitan terhadap apapun jenis pekerjaannya.

Stres kerja muncul karena meningkatnya tuntutan pekerjaan, permasalahan (konflik), ketidakjelasan pada tugas yang diberikan pada pekerja, serta beban tanggungjawab yang dipikul sendiri. Dampak yang muncul dari akibat stres kerja seperti

mudah marah, gejala kecemasan, bosan, perasaan sensitif, perasaan tegang, serta mengalami ketidakpuasan dari apa yang diterima oleh pelerja (Munandar, 2004).

Hasil analisis antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat berpengaruh secara signifikan, hal ini sesuai dengan hasil penelitian Edwina, 2021 bahwa hasil dari analisis multivariat regresi linier menunjukkan bahwa stres kerja berperan sebagai determinan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit dengan nilai $R^2 = 0,275$, $p = 0,000$. Artinya kelelahan kerja dipengaruhi oleh stres kerja sebesar 27,5% dan 72,5% dipengaruhi oleh variabel lain. Ada korelasi antara stres kerja dengan kelelahan yang dialami oleh perawat, sehingga stres kerja merupakan sebagai salah satu faktor penentu dari kelelahan kerja pada perawat.

Dalam penelitian yang dilakukan Dewi Mulfiyanti, 2019 bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Merry Pongantung, 2018 bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) berdasarkan uji chi-square termasuk hubungan berat

KESIMPULAN DAN SARAN

Stres kerja menjadi salah satu faktor yang bisa mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja. Kelelahan kerja bisa menimbulkan terjadinya kecelakaan kerja sehingga bisa merugikan diri pekerja sendiri ataupun orang lain bahkan perusahaan tempat pekerja itu bekerja sebab memicu terjadinya penurunan produktivitas pekerja. Hasil review yang telah dilakukan peneliti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rumah sakit di berbagai daerah Indonesia.

Diharapkan kepada para perawat supaya memperhatikan jam kerjanya serta jam untuk beristirahat. Diharapkan kepada para perawat agar beristirahat apabila mengalami stres kerja agar tidak terjadi kelelahan kerja pada perawat. Penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun, agar penulis dapat membuat jurnal yang lebih baik kedepannya. Semoga jurnal ini bermanfaat tidak hanya untuk penulis tetapi juga bagi para pembaca mengenai pengaruh intensitas cahaya terhadap kelelahan mata pekerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarini, Y. D. (2017). Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Subjektif Pada Tenaga Kerja Wanita Di Unit Weaving Loom Pt. X. *Jurnal of Vocation Health Studies*, hal : 18-22 Vol. 01, No. 01.
- Arifah, D. A. (2019). Occupational Fatigue Based on Work Shift Among Medical Workers at Harjono S Hospital. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, pp. 199-206 10(3).
- Basalamah, F. F. (2021). Pengaruh Kelelahan Kerja, Stress Kerja, Motivasi Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Perawat Di RSUD Kota Makassar . *An Idea Health Journal* , hal. 67-80, vol. 1, No. 2.
- Budiono, A. S. (2003). *Kelelahan (Fatigue) Pada Tenaga Kerja*. Semarang. Semarang: badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Dewi Mulfiyanti, M. M. (2019). Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018. *JKMM*, Hal. 1-12 Vol. 2, No. 2.
- Haryono W, S. &. (2009). Hubungan Beban Kerja, Stress Kerja,dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di RS Islam Yogyakarta PDHI kota Yogyakarta. *Jurnal Kesmas*, Vol. 03, No. 03.
- Hidayat, A. (2019). *Metode penelitian keperawatan dan tekhnik analisis data*. Jakarta: Jakarta Salemba Medika.
- Munandar, A. (2004). *Psikologi Industri Dan Organisasi* . Jakarta Pusat: UI Press.
- 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.