

Hubungan Stres Kerja dan Strategi Koping Perawat Ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan

Maftuhaturun Khasanah¹, Irnawati²

¹Program Studi NersSTIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

email : Maftuhaturun.hasanah@yahoo.co.id

²Program Studi NersSTIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

email : sakinah.jogja@ymail.com

ABSTRAK

Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan. Perawat yang stres berdampak berbahaya pada pasien karena ketika stres akan memunculkan rasa marah, bingung, tegang, sensitif, sehingga akan membahayakan pasien. Terdapat beberapa tahapan stres yaitu stres ringan, sedang dan berat, stres berat dapat membahayakan seseorang sehingga seseorang menggunakan strategi koping dalam menghadapi stresnya. Strategi koping adalah cara berespons bawaan atau dapatan terhadap perubahan lingkungan atau masalah atau situasi tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres kerja dan strategi koping perawat Ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan. Penelitian ini menggunakan penelitian korelasi dengan metode *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 45 responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 29 responden mengalami stres berat, 25 (86,2%) responden menggunakan strategi koping berfokus pada emosi dan 4 (13,8%) responden menggunakan strategi koping berfokus pada masalah. Penelitian ini menemukan adanya hubungan stres kerja dan strategi koping perawat Ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan dengan nilai p value $0,000 \leq 0,05$. Saran peneliti, perawat dapat mengontrol stres dengan menggunakan strategi koping yang baik.

Kata kunci : Strategi koping, Stres kerja

ABSTRACT

Relationships of Work-Related Stress and Coping Strategies Among Emergency Nurses in Pekalongan Regency Hospitals.

Work-related stress is distress encountered by employees in their work. Some stress symptoms such as angry, confused, tension, and sensitive would be influenced nurses' work. The stress stage included mild, moderate and severe. To cope these, coping strategies were needed. Coping strategy is an innate or an acquired way to responding the environmental changes or specific situations or problems. The study was aimed to determine the relationship of work-related stress and coping strategies among emergency nurses in Pekalongan regency hospitals. The study was used correlation study with cross sectional method. Total sampling technique was used with a sample of 45 nurses. These results indicate that of the 29 (54,4%) respondents experienced severe stress, 26 (86.2%) of respondents use coping strategies focused on emotion and 4 (13.8%) of respondents use a coping strategy focuses on the problems. This study found the association between work-related stress and coping strategies among emergency nurses in Pekalongan regency hospitals with p value 0,000. Furthermore, adequate coping strategie is the best way to control nurses' stress.

Keywords : Coping strategies, work stress

PENDAHULUAN

Rumah sakit adalah bagian dari integral dari keseluruhan sistem kesehatan yang dikembangkan melalui rencana pembangunan kesehatan. Rumah sakit adalah pusat dimana pelayanan kesehatan masyarakat, pendidikan serta penelitian kedokteran diselenggarakan. Rumah sakit adalah suatu organisasi yang melalui tenaga medis profesional yang terorganisir serta sarana kedokteran yang permanen menyelenggarakan pelayanan kedokteran, asuhan keperawatan yang berkesinambungan, diagnosa serta pengobatan penyakit yang diderita oleh pasien.

Profesi keperawatan merupakan salah satu profesi luhur bidang kesehatan. Pelayanan keperawatan sesuai WHO *Expert Committee on Nursing* adalah gabungan dari ilmu kesehatan dan seni melayani atau merawat (*care*), suatu gabungan humanistik dari ilmu pengetahuan, filosofi keperawatan, kegiatan klinik, komunikasi dan ilmu sosial. Disebutkan bahwa pelayanan keperawatan bertugas membantu individu, keluarga dan kelompok untuk mencapai potensi optimalnya di bidang fisik, mental dan sosial, dalam ruang lingkup kehidupan dan pekerjaannya. Perawat harus mampu untuk melakukan upaya promosi dan pemeliharaan kesehatan serta mencegah terjadinya penyakit. Keperawatan juga meliputi

kegiatan perencanaan dan pemberian perawatan pada saat sakit, masa rehabilitasi dan menjaga tingkat kesehatan fisik, mental, dan sosial yang seluruhnya akan mempengaruhi status kesehatan, terjadinya penyakit, kecacatan, dan kematian.

Keperawatan adalah salah satu profesi di rumah sakit yang berperan penting dalam penyelenggaraan upaya menjaga mutu pelayanan kesehatan di rumah sakit. Pada standar tentang evaluasi dan pengendalian mutu dijelaskan bahwa pelayanan keperawatan menjamin adanya asuhan keperawatan yang bermutu tinggi dengan terus-menerus melibatkan diri dalam program pengendalian mutu di rumah sakit.

Perawat juga mudah mengalami kejenuhan, tetapi mereka mempunyai alasan yang berbeda. Selain mengurus pasien yang suka menuntut, mereka juga berhadapan dengan keluarga yang dapat menimbulkan stres. Dua penyebab stres tersebut sering menjadi alasan mengapa perawat merasa kelebihan beban, kelebihan kerja, dan kurang dihargai.

Stres adalah suatu kondisi di mana keadaan tubuh terganggu karena tekanan psikologis. Biasanya stres bukan karena penyakit fisik tetapi lebih mengenai kejiwaan. Akan tetapi karena pengaruh stres tersebut maka penyakit fisik bisa muncul akibat lemah dan rendahnya daya tahan tubuh pada saat tersebut.

Stres yang terlalu berat dan berkelanjutan dapat mengancam kemampuan seseorang untuk berinteraksi dengan lingkungannya, dan bagi organisasi, lembaga, atau perusahaan dapat menghambat tercapainya tujuan, karena dapat menimbulkan gangguan fisik maupun mental. Orang yang mengalami stres dapat menjadi rendah diri dan merasakan kekhawatiran yang serius, mudah marah, agresif, tidak rileks, dan menunjukkan sikap yang tidak kooperatif. Lebih dari itu, stres dapat mengakibatkan seseorang lari kepada sikap atau kebiasaan yang kurang atau tidak baik; seperti merokok yang berlebihan, atau minum-minuman keras, bahkan tidak jarang yang menyalahgunakan narkoba. Stres dapat berdampak positif dan negatif dapat pula berdampak salah atau merusak prestasi kerja karyawan secara sederhana. Ada perbedaan ketika stres terjadi pada karyawan, seperti prestasi kerja yang biasa-biasa saja ketika belum terjadi stres dan prestasi yang menurun bahkan nol ketika stres terjadi pada karyawan.

Stres karyawan timbul akibat kepuasan kerja tidak terwujud dari pekerjaannya. Biasanya orang yang stres akan menjadi marah-marah, agresif, tidak dapat rileks, atau memperlihatkan sikap yang tidak kooperatif. Banyak penyebab yang dapat menimbulkan stres karyawan seperti beban kerja yang sulit dan berlebihan,

tekanan dan sikap pimpinan yang kurang adil dan wajar, waktu dan peralatan kerja yang kurang memadai, konflik antara pribadi dengan pimpinan atau kelompok kerja, balas jasa yang terlalu rendah, masalah-masalah keluarga seperti anak, istri, mertua, dan lain-lain. Stres dapat memiliki konsekuensi fisik, emosi, intelektual, sosial, dan spiritual. Biasanya efek tersebut terjadi bersamaan karena memengaruhi seseorang secara keseluruhan. Secara fisik, stres dapat mengancam homeostasis fisiologi seseorang. Secara emosi, stres dapat menimbulkan perasaan negatif atau nonkonstruktif terhadap diri sendiri. Secara intelektual, stres dapat memengaruhi persepsi dan kemampuan seseorang dalam memecahkan masalah. Secara sosial, stres dapat mengubah hubungan seseorang dengan orang lain. Secara spiritual, stres dapat mengancam keyakinan dan nilai seseorang. Model stres membantu perawat mengidentifikasi stresor dalam situasi tertentu dan untuk memperbaiki respons individu. Perawat dapat menggunakan pengetahuan mengenai model tersebut untuk membantu menggunakan coping stres yang baik.

Koping dapat di deskripsikan sebagai keberhasilan menanggapi atau menangani masalah dan situasi. Strategi koping adalah cara berespons bawaan atau dapatan terhadap perubahan lingkungan atau masalah atau situasi tertentu. Strategi koping bervariasi

diantara individu dan sering kali berhubungan dengan persepsi individu terhadap kejadian yang menimbulkan stres. Strategi koping individu sering kali berubah dengan penilaian kembali terhadap situasi.

Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan. Stres kerja ini tampak dari *symptom*, antara lain; emosi tidak stabil, perasaan tidak tenang, suka menyendiri, sulit tidur, merokok yang berlebihan, tidak bisa rileks, cemas, tegang, gugup, tekanan darah meningkat, dan mengalami gangguan pencernaan.

Hampir setiap kondisi pekerjaan bisa menyebabkan stres, termasuk profesi perawat yang setiap hari bertemu dan berhadapan dengan berbagai masalah kesehatan yang dihadapi oleh klien yang dirawat berpotensi menimbulkan stres kerja jika tidak diantisipasi. Dalam menjalankan peran fungsi dan tugasnya perawat tidak saja menghadapi orang yang sedang sakit yang menjadi tanggung jawabnya, tetapi juga berhadapan dengan berbagai masalah diantaranya dengan keluarganya, peraturan, prosedur, birokrasi dan tim kesehatan lainnya yang semua itu memerlukan ketahanan fisik dan mental sehingga perawat dapat mengurangi atau menghindari efek stres yang ditimbulkan.

Instalasi Gawat Darurat adalah bagian dari rumah sakit dimana sebagai awal

masuknya pasien rawat inap. Perawat yang bekerja di IGD harus dibekali dengan keterampilan yang lebih karena akan dihadapi dengan pasien yang berpotensi untuk dilakukan tindakan yang cepat. Didaerah Kabupaten Pekalongan sudah banyak dibangun rumah sakit dimana di dalam rumah sakit terdapat dokter, perawat dan tenaga kesehatan lainnya. Tenaga medis bekerja sama dalam membantu kesehatan pasien.

Tugas perawat IGD sendiri adalah pemberian asuhan keperawatan secara lengkap. Perawat IGD sangat rentan terhadap stres karena beban kerja yang dituntut cekatan, kehabisan ruang rawat inap yang mana harus mencarikan tempat rawat inap, ketika tempat tidur ruang IGD penuh namun pasien menumpuk sehingga menyebabkan stres tinggi, ada juga karena pasien dan keluarga, misalnya seperti pasien yang datang dengan keadaan yang tidak begitu gawat namun keluarga menganggap pasien dalam keadaan gawat, sehingga keluarga stres dalam menghadapinya. Pasien dan keluarga yang stres akan membuat perawat merasa stres juga. Biasanya perawat menjelaskan pada keluarga pasien tentang keadaan pasien namun tidak memungkinkan keluarga pasien merasakan ketenangan, sehingga perawat harus menjelaskan berkali-kali. Ruang yang rawan terhadap stres tinggi adalah ruang IGD dan ICU karena

menangani pasien-pasien dengan keadaan yang tidak baik.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres kerja dan strategi koping perawat Ruang Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini menggunakan penelitian korelasi bertujuan mengungkapkan hubungan korektif antar variabel. Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan stres kerja dan strategi koping perawat ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekaongan. Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* yaitu pengambilan data dari beberapa variabel penelitian yang dilakukan pada suatu waktu secara bersamaan. Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan pada waktu penelitian.

Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Variabel independen yaitu stres kerja menggunakan *Kessler Psychological Distress Scale* yang berjumlah 13 pertanyaan, sedangkan variabel dependen yaitu kuesioner strategi koping menggunakan skala likert yaitu berjumlah 16 pertanyaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

- a. Gambaran stres kerja dan strategi koping perawat ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Stres Kerja Perawat Ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan.

No	Stres kerja perawat ruang IGD	Jumlah	Presentase (%)
1	Tidak stres	0	0%
2	Stres ringan	0	0%
3	Berat	29	64,4
4	Sedang	16	35,6
	Total	45	100

Dari tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar perawat ruang IGD mengalami stres berat 29 (35,6%) dan stres sedang 16 (35,6%) responden.

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Strategi Koping Perawat Ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan.

No	Strategi koping	Jumlah	Presentase (%)
1	Berfokus pada emosi	26	57,8
2	Berfokus pada masalah	19	42,2
	Total	45	100

Dari tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar perawat ruang IGD menggunakan strategi koping berfokus pada emosi 26 (57,8%) responden dan strategi koping berfokus pada masalah 19 (42,2%) responden.

Hasil uji *chi-square* pada tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 45 responden yang peneliti lakukan dengan menggunakan tabel 2x2 didapatkan hasil tidak ada nilai E (ekspektasi) < 5 . Tabel tersebut menunjukkan hasil dari 29 responden yang mengalami stres berat, 25 (86,2%) responden menggunakan strategi koping berfokus pada emosi dan 4 (13,8%) responden menggunakan strategi koping berfokus pada masalah. Tabel tersebut juga menunjukkan hasil dari 16 responden yang mengalami stres sedang, 1 (6,2%) responden menggunakan strategi koping berfokus pada emosi dan 15 (93,8%) responden menggunakan strategi koping berfokus pada masalah.

Dari hasil perhitungan *continuity correction* didapatkan nilai ρ value = 0.000 pada tingkat kepercayaan sebesar 95% $\alpha = 5\%$ didapatkan ρ value (0.000) $< \alpha$ (0.05) sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan hipotesis yang dibuat peneliti berarti ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dan strategi koping perawat ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan.

Menurut penjelasan diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa stres kerja perawat harus diimbangi dengan strategi koping yang baik seperti pada penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa ada hubungan stres kerja dan strategi koping perawat ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ismafiaty (2007) di Rumah Sakit Dustira Cimahi yaitu ada hubungan antara strategi koping dan karakteristik perawat dengan stres kerja.

Dari hasil penelitian yang dilakukan Ismafiaty (2007) didapatkan banyak stres kerja perawat berat yang menggunakan strategi koping berfokus pada emosi. Hal ini terjadi karena kembali pada pribadi masing-masing yang memilih untuk menggunakan strategi apa dalam menghadapi atau menangani stres. Seperti yang sudah dijelaskan pada teori menurut Kozier 2010, koping dapat dideskripsikan sebagai keberhasilan menghadapi atau menangani masalah dan situasi. Strategi koping adalah cara berespons bawaan atau dapatan terhadap perubahan lingkungan atau masalah atau situasi tertentu.

Teori tersebut menjelaskan bahwa strategi koping merupakan respon bawaan dari pribadi masing-masing yang biasa digunakan dalam menghadapi setiap masalah atau stres. Sehingga strategi koping yang menurut responden baik adalah yang biasa digunakan untuk menyelesaikan masalahnya.

Strategi koping pada penelitian ini yang lebih banyak di pilih responden adalah berfokus pada emosi. Emosi adalah keadaan atau peristiwa kejiwaan yang dirasakan atau dinilai dengan senang atau tidak senang, suka atau tidak suka, baik atau tidak baik, setuju atau tidak setuju, dan sebagainya. Faktor emosi salah satunya adalah dari pembawaan, biasanya ada yang perasaannya mudah terbawa oleh kondisi atau lingkungannya. Sehingga responden mudah merasakan sesuatu yang menyenangkan atau menyedihkan. Situasi dan kondisi lingkungan, baik lingkungan fisik maupun lingkungan sosial berpengaruh terhadap perasaan atau emosi seseorang (Notoatmodjo, hh. 44-48. 2010).

Teori tersebut menjelaskan bahwa emosi dipengaruhi oleh perasaan individu yang didukung oleh situasi lingkungan fisik maupun sosial. Secara teknis psikologik, stres didefinisikan sebagai suatu respons penyesuaian seseorang terhadap situasi yang dipersepsinya, ketika seseorang dalam keadaan stres maka perasaannya terpengaruh oleh situasi dan kondisi. Istilah stres yang digunakan masyarakat pada umumnya mengacu pada perasaan atau reaksi negatif terhadap suatu peristiwa (Priyoto, hh. 2-14. 2014). Sehingga ketika seseorang dalam keadaan stres yang berat akan memunculkan perasaan yang kurang baik yaitu salah satunya perasaan emosi. Sebagian orang akan merasa ketika menggunakan strategi

koping berfokus pada emosi merasa lebih bisa mencegah emosi negatif dengan menguasai dirinya sendiri walau pada akhirnya situasi itu sendiri tidak dapat diubah.

KESIMPULAN

Hasil uji *Chi-square* pada penelitian ini diperoleh nilai *continuity correction* didapatkan nilai $p \text{ value} = 0.000 < \alpha (0.05)$. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui ada hubungan antara stres kerja dan strategi koping perawat ruang IGD Rumah Sakit di Kabupaten Pekalongan.

Acknowledgement and References

1. Kepala BAPPEDA Kabupaten Pekalongan yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian.
2. Direktur dan seluruh staf RSUD Kraton, RSI PKU Muhammadiyah Pekajangan, dan RSUD BLUD Kajen yang telah membantu dalam pengumpulan data guna penyusunan skripsi ini.
3. Direktur dan seluruh staf RSUD Bendan Kota Pekalongan yang telah memberi izin untuk melakukan uji validitas.
4. Moh. Arifin, M.Kep., selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.

5. Dafid Arifianto, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.M.B. selaku Ketua Program Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.
6. Neti Mustikawati, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.An selaku penguji I yang telah menjadi Dewan Penguji skripsi ini.
7. Irnawati S.kep.,Ns.,M.M.R. selaku penguji II dan pembimbing yang telah memberikan saran dan perbaikan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Hana Nafiah, MNS selaku penguji III yang telah bersedia hadir dan menjadi dewan penguji.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, Tjandra Yoga. (2010). *Manajemen administrasi rumah sakit*. Jakarta :Universitas Indonesia.
- Alamsyah, Dedi. (2012). *Manajemen pelayanan kesehatan*. Yogyakarta : Nuha medika
- Ambarwati, Diah 2014, *pengaruh beban kerja terhadap stres perawat IGD dengan dukungan sosial berbagai variabel moderating*, Fakultas Ekonomika dan Bisnis, Universitas Diponegoro

- http://eprints.undip.ac.id/43376/1/01_AMBARWATI.pdf
dilihat 6 maret 2016.
- Arikunto, Suharsini. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Dharma, K.K. (2011). *Metodologi penelitian keperawatan*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Dewan Perwakilan Rakyat Indonesia (2009), *Undang-Undang Tentang Rumah Sakit Nomor 44 Tahun 2009*.
<http://www.hukumonline.com/pusatdata/detail/lt4b726af04ac2a/node/1060/undangundang-nomor-44-tahun-2009>
Dilihat pada tanggal 10 Januari 2016
- herkutanto, (2007). *Aspek Medikolegal Pelayanan Gawat Darurat*. IDI
http://mki.idionline.org/index.php?uPage=mki.mki_dl&smod=mki&sp=public&key=OTktMTM
- Imron, Moch & Munif, Amrul. (2010). *Metodologi penelitian bidang keperawatan*. Sagung seto :Jakarta.
- Kozier, B, Erb, G, Berman, A & Snyder, S. (2011). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan konsep, proses, & praktik edisi 7 volume 2*. EGC : Jakarta.
- Malayu. (2008). *Manajemen sumber daya manusia*. Bumi aksara : Jakarta.
- Mangkunegara, Anwar P. (2008). *Manajemen sumber daya manusia perusahaan*. Bandung : Remaja rosdakarya.
- Mulyasa, H.E. (2013). *Manajemen dan kepemimpinan kepala sekolah*. Jakarta : Bumi aksara.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta.
- Nursalam. (2008). *Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta : Salemba medika.
- Priyoto. (2014). *Konsepmanajemen stres*. Yogyakarta : Nuha medika.
- Rasmun. (2009). *Stres, koping dan adaptasi*. Jakarta : Sagung seto.
- Riyanto, A. (2009). *Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rosmawar 2009, *identifikasi stres kerja dan strategi koping pada perawat di ruang IGD rumah sakit kota langsa*, Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatra Utara,
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/17854/7/Cover.pdf>
dilihat 2 februari 2016.

Sabarguna, Boy S. (2008). *Manajemen pelayanan rumah sakit berbasis sistem informasi*. DIY : Konsorsium.

Sabri L&Hastono, SP,2007, *StatistikKesehatan*, Jakarta: PT. Raja GrafindoPersada,

Saribu, S D 2012, *hubungan beban kerja dengan stres kerja perawat pelaksana di ruang IGD dan ICU RSUD Haji Abdul Manan Simatupang Kisaran*, Sarjana Keperawatan, Universitas Sumatra Utara,

<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/33834/6/Abstract.pdf>

dilihat 6 maret 2016

Setiadi. (2013). *Konsep dan praktik penulisan riset keperawatan*. Yogyakarta : Graha ilmu.

Stuart GW. (2007), *Buku Saku Keperawatan Jiwa edisi 5*. Jakarta : EGC

Sugiyono. (2011). *Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif, dan RD*. Bandung : Alfabeta.

Sujarweni, V W. (2014). *Metodologi penelitian keperawatan*. Yogyakarta : Gava media.

Supardi, Sudibyo & Rustika. (2013). *Buku ajar metodologi riset keperawatan*. Trans info media : Jakarta.

Wangsa, Teguh. (2010). *Menghadapi stres dan depresi*. Jakarta Selatan : Suka buku.

Wasis. (2008). *Pedoman riset praktis untuk profesi perawat*. Jakarta : EGC.

Yana, Dewi 2014, *stres kerja pada perawat instalasi gawat darurat di RSUD pasar Rebo*, Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, <http://journal.ui.ac.id/index.php/arsi/article/viewFile/5218/3503>

dilihat 6 maret 2016