

KORELASI BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES KERJA PERAWAT

M. Arwani

Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, STIKES Arrahma Mandiri Indonesia

Email: arwanwani83@gmail.com

ABSTRAK

Rumah sakit di Indonesia mengalami peningkatan beban kerja. Banyaknya tugas tidak sebanding dengan kemampuan maupun keahlian dan waktu yang tersedia maka akan menjadi sumber stress sehingga menurunkan kinerja perawat. Tujuan penelitian untuk menguji korelasi beban kerja mental dengan stress kerja pada perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar. Jenis penelitian kuantitatif menggunakan desain *Cross Sectional* dengan sampel sebanyak 40 responden. Metode pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Analisis data dengan uji kenormalan data dengan *Shapiro-Wilk* dan uji *Korelasi Spearman*. Hasil menunjukkan nilai $p=0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara beban kerja mental dengan stress kerja perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar yang bermakna secara statistic dengan nilai korelasi spearman sebesar 0,803. Simpulan, variabel yang terbukti terdapat korelasi antara beban kerja mental dengan stress kerja perawat. Saran bagi peneliti lain merekomendasikan perlu dilakukan penelitian lanjutan terkait variable lain berkorelasi dengan stress kerja perawat di rumah sakit seperti hubungan interpersonal, masa kerja, tuntutan tugas, shift kerja.

Kata kunci: Beban Kerja Mental, Stres Kerja, Perawat

ABSTRACT

Hospitals in Indonesia are experiencing an increase in workload. The number of tasks is not commensurate with the abilities, skills and time available, which will become a source of stress, thereby reducing the performance of nurses. The aim of the research was to examine the correlation between mental workload and work stress among nurses at RSUD Prof. Dr. Soekandar. This type of quantitative research uses a cross sectional design with a sample of 40 respondents. The data collection method uses a questionnaire. Data analysis using the Shapiro-Wilk data normality test and the Spearman Correlation Test. The results show a value of $p = 0.000 < 0.05$, which indicates that there is a correlation between mental workload and work stress for nurses at RSUD Prof. Dr. Soekandar which is statistically significant with a Spearman correlation value of 0.803. In conclusion, variables that have been proven to have a correlation between mental workload and nurse work stress. Suggestions for other researchers recommend that further research be carried out regarding other variables that correlate with work stress of nurses in hospitals such as interpersonal relationships, work period, task demands, work shifts.

Keywords: Mental Workload, Work Stress, Nurses

PENDAHULUAN

Data survei *Self-reported Work-related Illness (SWI)* dalam *European Agency For Safety an Health at Work* menunjukkan bahwa perawat memiliki prevalensi stres tinggi yang berhubungan dengan pekerjaan. Hasil temuan juga menjelaskan bahwa dua pertiga, atau 67% dari kepala perawat dan supervisor perawat dilaporkan mengalami stres kerja yang tinggi dari pekerjaan pelayanan kesehatan. *American National Association for Occupational* menempatkan kejadian stres kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres kerja. Tingginya angka kejadian stres kerja pada perawat juga terlihat di Indonesia (Andrianti et al., 2020).

Angka baik buruknya rumah sakit sering dinilai dari penampilan atau kinerja tenaga keperawatan. Di instalasi gawat darurat setiap saat terdapat kasus dengan berbagai tingkat kegawatan yang harus segera mendapat pelayanan. Perawat sebagai tenaga kesehatan yang selalu kontak pertama kali dengan pasien harus selalu cepat, tepat, dan cermat untuk mencegah kematian dan kecacatan. Kondisi dan beban kerja di instalasi gawat darurat (IGD) perlu diketahui agar dapat ditentukan kebutuhan kuantitas dan kualitas tenaga perawat yang diperlukan dalam ruang IGD sehingga tidak terjadi beban kerja yang tidak sesuai yang akhirnya menyebabkan stres kerja. Bila banyaknya tugas tidak sebanding dengan kemampuan maupun keahlian dan waktu yang tersedia maka akan menjadi sumber stress (Sari & Rayni, 2020)

Fakta bahwa perawat yang bekerja di rumah sakit di Indonesia mengalami peningkatan beban kerja dan masih mengalami kekurangan jumlah perawat. Hal ini disebabkan karena peran perawat belum didefinisikan dengan baik, keterampilan perawat masih kurang dan kebanyakan perawat diberikan tugas-tugas non keperawatan. Beberapa penelitian di temukan bahwa stres kerja merupakan hal lazim bagi perawat, salah satunya disebabkan beban kerja mental perawat yang tinggi, apabila perawat memiliki tingkat stress yang tinggi akan menurunkan kinerja perawat (Maulana et al., 2020). Beban kerja yang dialami perawat dirasakan di semua shift kerja, baik shift pagi, sore maupun malam, karena semua pekerjaan yang dilakukan perawat di setiap shift sama mulai dari mengganti infus pasien

hingga operan ke perawat di shift berikutnya. Beban kerja mental yang dialami membuat perawat panik dan tertekan sehingga dapat menimbulkan stress kerja. Stress yang dialami oleh perawat jika tidak ditangani akan dapat menimbulkan gangguan kesehatan psikologis (Azteria & Hendarti, 2020)

Fakta didukung oleh penelitian penelitian Wulandari, Lusiana & Anwar (2017) di RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda menjelaskan bahwa terdapat korelasi antara beban kerja mental dan stres kerja perawat. Penelitian Budiyanto, Rattu & Umboh (2019) di Rumah Sakit Umum Bethesda Gmim Tomohon menjelaskan Beban kerja menjadi variabel yang paling dominan berhubungan dengan stres kerja. Penelitian Rewo, Puspitasari & Winarni (2020) RS Mayapada Tangerang dari hasil uji chi-square menunjukkan ada hubungan antara beban kerja dengan stress kerja perawat.

Fakta yang terjadi di Rumah Sakit Umum Daerah Prof. Dr. Soekandar dari hasil wawancara 7 dari 10 informan di ruangan ICU dan IGD mengalami kelelahan dikarenakan tuntutan pekerjaan perawat yang berlebih, ketika terjadi kenaikan jumlah pasien atau lonjakan pasien di rumah sakit yang menyebabkan stres kerja pada perawat. Stres kerja yang muncul kondisi pekerjaan yang berlebihan sehingga dapat meningkatkan ketegangan dan kelelahan mental. Hal ini terlihat dari adanya keluhan pusing, sakit kepala, mudah marah, perasaan lelah yang di akui oleh beberapa perawat dari wawancara dan juga terdapat situasi yang dikeluhkan oleh perawat yaitu pasien yang datang pada saat tertentu jumlahnya banyak atau terjadi lonjakan jumlah pasien. Hal ini tidak sebanding dengan jumlah tenaga perawat, keterbatasan kemampuan perawat dalam melakukan tindakan-tindakan khusus yang memiliki resiko yang berat terutama di ruang IGD dan ICU, sehingga muncul perasaan stres kerja akibat beban kerja berlebihan.

Berdasarkan kenyataan di atas, perawat dikhawatirkan akan mengalami pembebanan berlebih dan timbulnya stres kerja, sehingga peneliti ingin mengadakan penelitian mengenai korelasi beban kerja mental dengan stres kerja pada perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar.

METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif menggunakan desain *Cross Sectional* yang dilakukan pada tanggal 7-14 Juli 2023 di ruang IGD dan ICU RSUD Prof. Dr. Soekandar. Jumlah sampel sebanyak 40 responden dengan kriteria inklusi: a. perawat pelaksana yang ada di ruang instalasi rawat inap; b. perawat yang sudah bekerja ≥ 1 tahun sedangkan untuk kriteria eksklusi: a. perawat yang tidak masuk karena beberapa alasan (sakit, cuti, pelatihan); b. perawat tidak bersedia menjadi responden. Instrumen dalam penelitian ini dilakukan Uji Validitas dan Reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian dan pengukuran instrumen menggunakan skala *likert*. Metode pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner (Sugiyono & Puspanthani, 2020) Analisis data dengan SPSS 24 dengan dilakukan uji yang pertama yaitu normalitas data untuk mengecek kenormalan data dengan *Shapiro-Wilk* dan uji yang kedua dilakukan Uji *Korelasi Spearman* untuk menguji korelasi antar variabel beban kerja mental dengan stress kerja.

HASIL

1. Uji Normalitas Data

Uji Normalitas untuk mengetahui data pada variabel beban kerja mental dan stress kerja yang diteliti apakah berdistribusi normal atau tidak normal. Uji Normalitas menggunakan Uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel < 50 yaitu jumlah keseluruhan sebanyak 40 responden.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Data Variabel Beban Kerja Mental dan Stres Kerja

| Variabel | Mean | Median | SD | Min-Max | 95% CI | Kolmogorov-Smirnov |
|-------------------------|-------|--------|--------|---------|-------------|----------------------|
| Skor beban kerja mental | 13,00 | 12,00 | 5,914 | 5-20 | 11,11-14,89 | 0,000 (Tidak Normal) |
| Skor stress kerja | 35,08 | 32,00 | 11,645 | 20-53 | 31,35-38,80 | 0,000 (Tidak Normal) |

Berdasarkan hasil tabel 1, menunjukkan hasil bahwa skor beban kerja mental dan skor stress kerja mempunyai nilai $p < 0,05$, kedua kelompok data pada variabel tersebut mempunyai distribusi data tidak normal sehingga analisis uji *korelasi pearson* tidak dapat digunakan. Alternatif uji yaitu statistik non parametrik dengan *korelasi spearman*.

2. Analisis *Korelasi Spearman* Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja Perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar

Uji bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *korelasi spearman* untuk menguji korelasi antara variabel beban kerja mental dan variabel stress kerja. Berikut hasil uji statistik non parametrik korelasi spearman pada variabel independent dan dependent :

Tabel 2. Hasil Analisis Korelasi Spearman Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja Perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar

| | Stres Kerja |
|---------------------------|----------------------------|
| Beban Kerja Mental | r=0,803 p=0,000 n=40 |

Uji Korelasi Spearman

Berdasarkan hasil tabel 2, diperoleh nilai $p=0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara beban kerja mental dengan stress kerja perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar yang bermakna secara statistic dengan nilai *korelasi spearman* sebesar 0,803 menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi sangat kuat.

PEMBAHASAN

Beban kerja merupakan jumlah rata-rata kegiatan kerja pada waktu tertentu, yang terdiri dari beban kerja fisik, beban kerja psikologis serta waktu kerja (Maulana et al., 2020). Beban kerja perawat dituntut harus tetap ada di sisi pasien untuk melakukan berbagai hal yang berkaitan dengan perawatan pasien, seperti pelayanan yang diberikan dalam keadaan sakit ringan ataupun berat yang memerlukan pemantauan serta tindakan yang terus menerus (Hikmawati et al.,

2020). Beban kerja berlebih atau terlalu sedikit, yang timbul sebagai akibat dari tugas-tugas yang terlalu banyak atau sedikit diberikan kepada tenaga kerja perawat untuk diselesaikan dalam waktu tertentu, dan jika perawat tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, atau tugas tidak menggunakan keterampilan atau potensi. Disamping itu beban kerja berlebih dapat menimbulkan kebutuhan untuk bekerja selama jumlah jam yang sangat banyak, yang merupakan sumber stres kerja (Maulana et al., 2020).

Stres merupakan respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Stres dapat muncul apabila seseorang mengalami beban atau tugas berat dan orang tersebut tidak dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, maka tubuh akan berespon dengan tidak mampu terhadap tugas tersebut, sehingga orang tersebut dapat mengalami stress (Hikmawati et al., 2020). Salah satu faktor yang dapat menyebabkan atau mempengaruhi stres kerja perawat yaitu beban kerja. beban kerja yang berlebih dapat mempengaruhi kelelahan pada perawat diakibatkan karena kapasitas kerja yang berlebih dan tidak sesuai dengan pekerjaannya. Situasi tersebut dapat mengakibatkan stress kerja (Aurellia & Prihastuty, 2022) dan menurut Pertiwi et al., (2017) juga mengatakan beban kerja mental berpotensi menjadi sumber stres ditempat kerja. Bekerja dibawah tekanan waktu untuk mencapai target merupakan sumber stres yang sering ada di tempat kerja. Turunnya produktivitas kerja atau bahkan mengakibatkan Penyakit Akibat Kerja dikarenakan beban pekerjaan yang melampaui kapasita kerja.

Penjelasan teori diatas menjelaskan bahwa beban kerja berlebihan dapat menimbulkan stress kerja. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan korelasi antara beban kerja mental dengan stress kerja perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar dengan kekuatan korelasi antar variabel sangat kuat. Hasil penelitian ini didukung oleh beberapa penelitian di antaranya : penelitian Prabawati (2012) menunjukkan hasil uji statistik diperoleh p 0,027 berarti terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja mental dengan stres kerja pada perawat bagian rawat inap RSDJ Dr. R. M. Soedjarwadi. Kekuatan korelasi 0,556, menunjukkan korelasi yang sedang antar variabel.

Penelitian lainnya, Penelitian Wulandari, Lusiana & Anwar (2017) di RSJD Atma Husada Mahakam Samarinda menunjukkan hasil uji korelasi pearson diperoleh hasil p value $0,004 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara beban kerja mental dan stres kerja perawat. Penelitian Melo, Kawatu & Tucuan (2019) di dapatkan p value sebesar 0,004 dengan nilai $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$) bermakna 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.

Penelitian Alam et al., (2021) di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara menunjukkan hasil uji korelasi dengan nilai signifikansi 0,004. Nilai ini lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja. Adapun nilai koefisien korelasi sebesar 0,450 yang bertanda positif menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif antara kedua variabel yang berada pada kategori sedang. Penelitian Aurellia & Prihastuty (2022) diperoleh nilai korelasi rho spearman sebesar 0,709 dengan signifikansi 0,000. Oleh karena signifikansi $0,000 < \alpha 0,05$, maka hipotesis yang berbunyi ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada wanita peran ganda yang berprofesi sebagai perawat di terima. Hubungan tersebut bersifat positif, artinya semakin tinggi beban kerja yang dialami oleh perawat maka semakin tinggi pula stres kerja yang dialami perawat. Begitupun sebaliknya, semakin rendah beban kerja yang dialami perawat maka semakin rendah pula stres kerja yang dialami oleh perawat.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa variabel yang terbukti terdapat korelasi antara beban kerja mental dengan stress kerja perawat di RSUD Prof. Dr. Soekandar. Saran bagi peneliti lain merekomendasikan perlu dilakukan penelitian lanjutan terkait variable lain

berkorelasi dengan stress kerja perawat di rumah sakit seperti hubungan interpersonal, masa kerja, tuntutan tugas, shift kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alam, P. F., Suarni, W., & Sunarjo, I. S. (2021). Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat. *Jurnal Sublimapsi*, 2(1), 10. <https://doi.org/10.36709/sublimapsi.v2i1.14937>
- Andrianti, S., Ikhsan, I., Nurlaili, N., & Sardaniah, S. (2020). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Raflesia Kota Bengkulu. *Jurnal Vokasi Keperawatan (JVK)*, 2(2), 87–101. <https://doi.org/10.33369/jvk.v2i2.10687>
- Aurellia, V. S., & Prihastuty, R. (2022). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Wanita Peran Ganda yang Berprofesi Sebagai Perawat. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 11(2), 79–85. <https://doi.org/10.15294/sip.v11i2.64797>
- Azteria, V., & Hendarti, R. D. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stress Kerja Pada Perawat Rawat Inap Di RS X Depok Pada Tahun 2020. *Jurnal IAKMI*, 1(1), 25–26. <http://jurnal.iakmi.id/index.php/FITIAKMI> E-ISSN
- Budiyanto, Rattu, A., Umboh, J. . (2019). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Stres Kerja Perawat Pelaksana di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Bethesda GMIM Tomohon. *Jurnal Kesmas*, 8(3), 1–18.
- Hikmawati, A. N., Maulana, N., & Amalia, D. (2020). Beban kerja berhubungan dengan stres kerja perawat. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 2(3), 95–102.
- Maulana, I., Surya Mediawati, A., & Permana, E. (2020). Beban Kerja Mental, Fisik dan Waktu Perawat di Poli RSUD dr. Slamet Garut. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 161–168. <https://doi.org/10.34035/jk.v11i2.441>
- Melo, A.V., Kawatu, P., Tucuan, A. (2019). Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon. *Jurnal KESMAS*, 8(7), 359–365.
- Pertiwi, E. M., Denny, H. M., & Widjasena, B. (2017). Hubungan Antara Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja Dosen Di Suatu Fakultas. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 2356–3346. <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Prabawati, R. (2012). Hubungan beban kerja mental dengan stres kerja pada perawat bagian rawat inap RSJD Dr. RM Soedjarwadi Klaten. In *Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas*
- Rewo, K.N., Puspitasari, R., & Winarni, L. M. (2020). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rs Mayapada Tangerang Tahun 2020. *Jurnal*

Health Sains, 1(3), 112–120. <https://doi.org/10.46799/jhs.v1i3.34>

Sari, I.P., & R. (2020). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di RSI Nashrul Ummah Lamongan. *Hospital Majapahit*, 20(2), 88–95.

Sugiyono, Puspanhani, M. . (2020). *Metode Penelitian Kesehatan*. Alfabeta.

Wulandari, R., Lusiana, D., Anwar, A. (2017). Hubungan Job Insecurity dan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja Perawat Honorer di RSJD ATMA Husada Makaham Samarinda. *Kesma Wigama Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 60–66.