

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN MEDIK	VOL. 1 NO. 2	EDITION: NOVEMBER 2018 – APRIL 2019
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM	
RECEIVED: 6 JANUARI 2019	REVISED: 28 JANUARI 2019	ACCEPTED: 12 MARET 2019

HUBUNGAN ANTARA STRES KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH (RSUD) DELI SERDANG LUBUK PAKAM

Hengky Ardian
Universitas Islam Sumatera Utara, Jl. STM No. 77, Medan
Email : hengkyardian99@yahoo.co.id

ABSTRACT

Stress is an adaptive response to a situation that is perceived to challenge or threaten a person's health. Work stress in nurses is one of the problems in the management of human resources at the hospital. This study aims to determine the relationship between job stress with job burnout in nurses Regional General Hospital (Hospital) Deli Serdang Lubukpakam. The method used in this study using a type of analytical research with cross sectional design. Gamma test results between job stress with job burnout in nurses obtained significant values (p) obtained was 0,016. To view the results of significant statistical calculations used the limit of significance $\alpha = 0.05$. Based on the above values indicate significant p value < 0.05 which means that the hypothesis there is a relationship between job stress and fatigue in nurses working at the General Hospital (Hospital) Deli Serdang Lubukpakam accepted. There was a significant relationship between work stress fatigue. The need for provision of extension or improvement of knowledge about the factors that can lead to work stress, work fatigue and how to treat the condition.

Keywords: *work stress, work fatigue, nurses*

1. PENDAHULUAN

Rumah sakit merupakan institusi pelayanan kesehatan yang menjadi penyelenggara pelayanan kesehatan perorangan yang terintegrasi dengan berbagai profesi kesehatan, fasilitas diagnostik dan terapi dalam sistem yang terkoordinasi untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan masyarakat (Siregar & Amalia, 2003; Kurnia, 2015).

Hal ini sesuai dengan tujuan rumah sakit yaitu untuk memberikan pelayanan kesehatan yang prima yang akan dicapai jika didukung oleh tersedianya fasilitas kesehatan yang lengkap dan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas. Salah satu SDM yang sangat penting dalam penyelenggaraan rumah sakit adalah tersedianya perawat yang berkualitas dan

profesional. Keberadaan perawat pada rumah sakit adalah untuk membantu merawat pasien dan merupakan profesi yang memberikan pelayanan dengan tujuan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan (Potter & Perry, 2005; Jusnimar, 2012).

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia (Revalicha, 2012) mengatur tentang perizinan dan Penyelenggaraan Praktik Perawat yang merupakan seseorang yang telah lulus menempuh pendidikan formal bidang keperawatan sesuai dengan peraturan perundang-undangan. Seorang perawat dituntut untuk mengembangkan kompetensinya sehingga akan mampu memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat secara maksimal dan berkualitas. Oleh karena itu perawat dituntut untuk lebih profesional sehingga

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN MEDIK	VOL. 1 NO. 2	EDITION: NOVEMBER 2018 – APRIL 2019
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM	
RECEIVED: 6 JANUARI 2019	REVISED: 28 JANUARI 2019	ACCEPTED: 12 MARET 2019

kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan akan semakin meningkat. Semakin meningkatnya tuntutan tugas yang dimiliki seorang perawat maka dapat menyebabkan timbulnya stress yang diakibatkan oleh kelelahan kerja dan kelebihan beban kerja.

Stres kerja pada perawat menjadi momok dalam manajemen sumber daya manusia di rumah sakit. Faktor yang menyebabkan stres adalah faktor internal yaitu karakteristik individu dan faktor eksternal yaitu faktor organisasi dan faktor lingkungan. Stres yang terlalu tinggi atau terlalu rendah, dalam jangka waktu panjang dapat menurunkan kinerja dan pelayanan (Sunyoto, 2013; Rembang, 2013). Tinggi rendahnya stres kerja yang dialami tergantung dari kemampuan manajemen stress individu dalam menghadapi *stressor* (aktivitas yang menimbulkan stress) pekerjaan (Widyasari, 2010).

Menurut hasil survei Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) pada tahun 2006, ada sekitar 50,9% perawat di Indonesia berpotensi mengalami stres kerja yang ditandai oleh munculnya gejala sering pusing, rasa lelah berlebih, munculnya gangguan istirahat yang diakibatkan beban kerja terlalu tinggi dan banyak menyita waktu.

Penelitian dari *National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH)*, mendefinisikan lelah (*fatigue*) sebagai keadaan tubuh fisik dan mental yang berbeda dari biasanya, yang berakibat kepada penurunan daya kerja dan berkurangnya ketahanan tubuh untuk bekerja (Suma'mur, 2009). Kelelahan kerja dapat berakibat pada menurunnya kinerja dan meningkatnya kesalahan kerja yang akan memberikan peluang terjadinya kecelakaan kerja terutama di rumah sakit yang memberikan pelayanan kesehatan (Nurmianto, 2015).

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan

antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Deli Serdang Lubuk Pakam.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah peneliti analitik dengan pendekatan *cross sectional*. *Survey cross sectional* bertujuan untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek yang ditimbulkannya dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data.

Lokasi penelitian ini adalah Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam, dimulai dari bulan September sampai Desember tahun 2016 dengan populasi adalah seluruh perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam berjumlah 155 orang. Dalam penelitian ini, pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *Simple Random Sampling* yang berjumlah 61 orang berdasarkan rumus *Slovin*.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah kuesioner dan data kepegawaian dan keperawatan RSUD Deli Serdang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah berupa Kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS 42) untuk pengukuran stres kerja dan Kuesioner *Subjective Self Rating Test, Industrial Fatigue Research Committee* (IFRC), Jepang untuk pengukuran kelelahan kerja.

3. HASIL PENELITIAN

3.1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam yang beralamat di Jl. Thamrin Lubuk Pakam (Kodepos 20511), Deli Serdang Sumatera Utara. Saat ini RSUD Deli Serdang Lubuk Pakam adalah satu-satunya Rumah Sakit Umum yang menjadi pusat rujukan pelayanan, dengan status Kelas B sejak tahun 2008. RSUD Deli Serdang mempunyai wilayah kerja efektif

di 14 dari 22 Kecamatan yang ada di Kabupaten Deli Serdang, dengan jumlah penduduk kasar sekitar 1.700.000 jiwa.

Data berdasarkan tingkat stress kerja (Tabel 1) menunjukkan bahwa dari 61 responden yang memiliki tingkat stress kerja normal berjumlah 8 orang (13,1%), stress ringan berjumlah 20 orang (32,8%), stress sedang berjumlah 17 orang (27,9%), stress parah berjumlah 12 orang (19,7%), stress sangat parah berjumlah 4 orang (6,6%).

Tabel 1 Gambaran Distribusi Berdasarkan Tingkat Stress Kerja Perawat

NO	Tingkat Stress Kerja	n	%
1	Normal	8	13,1
2	Stress Ringan	20	32,8
3	Stress Sedang	17	27,9
4	Stress Parah	12	19,7
5	Stress Sangat Parah	4	6,6
TOTAL		61	100

Data tingkat kelelahan kerja (Tabel 2) menunjukkan bahwa dari 61 responden berdasarkan tingkat kelelahan kerja, menunjukkan perawat yang tidak lelah berjumlah 18 orang (29,5%), mengalami kelelahan kerja ringan berjumlah 22 orang (36,1%), kelelahan kerja sedang berjumlah 16 orang (26,2%), serta kelelahan kerja berat berjumlah 5 orang (8,2%).

Tabel 2 Gambaran Distribusi Berdasarkan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

NO	Tingkat Kelelahan Kerja	n	%
1	Tidak Lelah	18	29,5
2	Kelelahan Ringan	22	36,1
3	Kelelahan Sedang	16	26,2
4	Kelelahan Berat	5	8,2
TOTAL		61	100

Dari 61 responden diketahui responden dengan stress kerja terbanyak yaitu stress kerja ringan sebanyak 20 orang (100%) dan responden dengan kelelahan kerja terbanyak yaitu kelelahan kerja ringan sebanyak 22 orang (36,1%).

Responden stress kerja kategori normal dengan kelelahan kerja terbanyak yaitu kategori tidak lelah sebanyak 6 orang (75%), Responden stress kerja kategori ringan dengan kelelahan kerja terbanyak yaitu kelelahan kerja kategori ringan sebanyak 13 orang (65%), Responden stress kerja kategori sedang dengan kelelahan kerja terbanyak yaitu kelelahan kerja kategori sedang sebanyak 8 orang (47,1%), Responden stress kerja kategori parah dengan kelelahan kerja terbanyak yaitu kelelahan kerja kategori tidak lelah sebanyak 5 orang (41,7%), dan responden stress kerja kategori sangat parah dengan kelelahan kerja terbanyak yaitu kelelahan kerja kategori sedang sebanyak 2 orang (50%).

Hasil uji *Gamma* antara stress kerja dengan kelelahan kerja pada perawat didapatkan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,016 (Tabel 3). Untuk melihat hasil kemaknaan perhitungan statistik digunakan batas signifikan sebesar 0,05 sehingga jika dibandingkan dengan data di atas menunjukkan nilai p kurang dari 0,05 yang berarti bahwa terdapat hubungan antara stress kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang, Lubuk Pakam.

Tabel 3 Hubungan Antara Stress Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat

Stres Kerja	Kelelahan Kerja				Total Value	p
	Tidak lelah	Kelelahan ringan	Kelelahan sedang	Kelelahan berat		
Normal	(75%)	(25%)	(0%)	(0%)	(100%)	
Stres Ringan	(20%)	(65%)	(10%)	(5%)	(100%)	

Stres Kerja	Kelelahan Kerja				Total Value	p
	Tidak lelah	Kelelahan ringan	Kelelahan sedang	Kelelahan berat		
Stres sedang	(11,8%)	(23,5%)	(47,1%)	(17,6%)	(100%)	0,016
Stres parah	(41,7%)	(16,7%)	(33,3%)	(8,3%)	(100%)	
Stres sangat parah	(25%)	(25%)	(50%)	(0%)	(100%)	
TOTAL	18 29,5%	22 36,1%	16 26,2%	5 8,2%	61 100%	

4. PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Tingkat Stres Kerja

Stress kerja ditandai oleh ketegangan yang dengan mudah muncul akibat kejenuhan, timbul dari beban kerja yang berlebihan dan mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang. Stres kerja adalah respon psikologis yang ditimbulkan tubuh terhadap tekanan-tekanan, tuntutan-tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan yang dimiliki, baik berupa tuntutan fisik atau lingkungan dan situasi sosial yang mengganggu pelaksanaan tugas, yang muncul dari interaksi individu dan pekerjaannya, dan dapat mengubah fungsi fisik serta psikis yang normal sehingga dinilai membahayakan dan tidak menyenangkan. Stres berat adalah akumulasi stres kronis yang telah berlangsung sejak beberapa minggu sampai beberapa tahun. Beberapa aktivitas yang dapat menimbulkan stres berat antara lain adanya hubungan suami-istri yang tidak harmonis, kesulitan finansial, dan penyakit fisik yang lama. Apabila keadaan tersebut terus-menerus dihadapi maka akan menyebabkan stres akan menimbulkan stres berat.

Faktor-faktor penyebab stres antara lain: Faktor Karakteristik Individu seperti umur, jenis kelamin, pendidikan, status perkawinan dan pengalaman kerja; Faktor Organisasi meliputi tekanan untuk menyelesaikan tugas dalam waktu terbatas, beban kerja berlebihan, konflik dengan atasan dan rekan kerja yang tidak menyenangkan merupakan penyebab stres kerja; dan Faktor Lingkungan meliputi faktor lingkungan yang bisa menyebabkan stres pada perawat, yaitu lingkungan yang bising, ventilasi

yang tidak baik, pencahayaan yang kurang dan fasilitas lain yang kurang memadai.

Jika dibandingkan dengan hasil penelitian Widyasari (2010), dapat diketahui bahwa umumnya perawat hanya mengalami gejala stress tingkat ringan sebagaimana hasil penelitian ini. Hal ini disebabkan oleh faktor karakteristik individu perawat yang memadai dari segi umur yang masih terbilang muda, pendidikan dan pengalaman kerja yang memadai, serta jarang ada tekanan organisasi untuk perawat menyelesaikan tugas dalam waktu terbatas.

4.2. Gambaran Tingkat Kelelahan Kerja

Tingkat kelelahan kerja akan menunjukkan kondisi yang berbeda-beda pada setiap individu, tetapi semuanya bermuara kepada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh, yang dipengaruhi oleh stress kerja. Pada penelitian ini yang paling menyebabkan terjadinya kelelahan kerja adalah kategori stress ringan.

Kelelahan berat terjadi akibat kelebihan beban kerja yang diberikan, kurangnya kontrol pekerjaan yang dilakukan, kurangnya pengakuan atas kontribusi kerja, kurangnya peluang untuk kemajuan karir, adanya kepemimpinan yang kurang baik, dan adanya konflik yang terjadi dengan pimpinan/teman sekerja.

Faktor-faktor penyebab kelelahan kerja antara lain panjangnya intensitas dan lamanya kerja fisik dan mental yang dilakukan, lingkungan kerja (iklim, penerangan, kebisingan dan getaran), *Circadian rhythm*, *problem* fisik yang

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN MEDIK	VOL. 1 NO. 2	EDITION: NOVEMBER 2018 – APRIL 2019
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM	
RECEIVED: 6 JANUARI 2019	REVISED: 28 JANUARI 2019	ACCEPTED: 12 MARET 2019

diderita (tanggung jawab dan kekhawatiran konflik), serta kondisi kesehatan dan Nutrisi yang dikonsumsi.

Hasil Penelitian Widyasari (2010) menunjukkan bahwa dari sampel penelitian yang berjumlah 30 responden, hanya sedikit yang mengalami kelelahan kerja berat. Hasil ini berbeda dengan hasil penelitian Hastuti (2015) yang menyatakan ada sebanyak 16 responden mengalami kelelahan kerja berat dengan prosentase sebesar 66,7% yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan pada pekerja konstruksi. Perawat dan pekerja konstruksi secara signifikan memiliki perbedaan dalam hal lama kerja dan beban kerjanya, hal ini yang menyebabkan adanya perbedaan hasil diantara kedua penelitian tersebut. Jika dibandingkan dengan hasil penelitian ini, Kesimpulan yang didapatkan Widyasari (2010) cukup signifikan yang menunjukkan hanya ada 5,2% yang mengalami kelelahan berat.

4.3. Hubungan Antara Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat

Berdasarkan data yang diperoleh, peneliti berpendapat bahwa lebih banyak perawat yang terkena stres ringan dan kelelahan ringan. Karena perawat adalah profesi yang diketahui telah memiliki tingkat stres kerja dan kelelahan kerja yang tinggi. Stres kerja adalah ketegangan akibat rasa jenuh yang timbul dari beban kerja yang berlebihan sehingga mampu mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang pada saat bekerja.

Faktor-faktor penyebab stres kerja ada tiga, yaitu faktor karakteristik individu, faktor organisasi dan faktor lingkungan. Kelelahan kerja adalah hilangnya efisiensi dan menurunnya kapasitas serta ketahanan tubuh yang dapat disebabkan oleh aktivitas kerja fisik dan mental yang berlebihan, jenis pekerjaan yang statis dan cenderung monoton, lingkungan kerja dan waktu kerja-istirahat tidak tepat dan tidak cukup.

Keadaan dan perasaan lelah yang ditimbulkan adalah reaksi fungsional dari otak (*Cortex*

cerebri), yang dipengaruhi oleh dua sistem antagonis (penghambat dan penggerak). Kelelahan akan menurunkan kapasitas kerja dan ketahanan kerja yang ditandai oleh perasaan lelah, menurunnya motivasi dan aktivitas kerja. Sehingga dapat disimpulkan bahwa stres kerja secara signifikan akan mempengaruhi kualitas kerja (Roficha, 2014; Brian, 2013; Hariyono 2009).

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Hubungan Antara Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD Deli Serdang Lubuk Pakam Tahun 2016 dapat disimpulkan sebagai berikut :

- Berdasarkan tingkat stress kerja yaitu normal berjumlah 8 orang (13,1%), stress ringan berjumlah 20 orang (32,8%), stress sedang berjumlah 17 orang (27,9%), stress parah berjumlah 12 orang (19,7%), stress sangat parah berjumlah 4 orang (6,6%).
- Berdasarkan tingkat kelelahan kerja yaitu tidak lelah berjumlah 18 orang (29,5%), kelelahan kerja ringan berjumlah 22 orang (36,1%), kelelahan kerja sedang berjumlah 16 orang (26,2%), kelelahan kerja berat berjumlah 5 orang (8,2%).
- Terdapat hubungan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Deli Serdang Lubuk Pakam.

DAFTAR PUSTAKA

- Brian. 2013. *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Sumber Daya Manusia Di PT. Bank Sulut Cabang Manado*. Manado. Universitas Sam Ratulangi.
- Widyasari, J.W. 2010. *Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta*. Surakarta. Universitas Negeri Sebelas Maret: Skripsi (tidak diterbitkan).
- Jusnimar. 2012. *Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Intensive Care Unit (ICU) Di Rumah Sakit Kanker Dharmais*. Depok: Universitas Indonesia.
- Kurnia, Hayati dan Hotmaida. 2015. *Hubungan Tingkat Stres Kerja Dengan Kelelahan*

JURNAL PENELITIAN KEPERAWATAN MEDIK	VOL. 1 NO. 2	EDITION: NOVEMBER 2018 – APRIL 2019
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM	
RECEIVED: 6 JANUARI 2019	REVISED: 28 JANUARI 2019	ACCEPTED: 12 MARET 2019

- Kerja Perawat ICU Rumah Sakit Immanuel Bandung*. Jurnal Ilmu Kesehatan Immanuel Bandung, Vol. 9 (1). Semarang. Skripsi (tidak diterbitkan). Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Nurmianto, E. (2015). *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya: Guna Widya.
- Revalicha, N.S, Sami'an. *Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Soetomo Surabaya*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Roficha, S. 2014. *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Yang Dikendalikan Umur Dan Masa Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Swasta X Di Kota Yogyakarta Tinjauan Aspek Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)*. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Standar Kompetensi Perawat Indonesia. 2006. *Persatuan Perawat Nasional Indonesia*. Available from: <http://www.innapni.or.id/>
- Suma'mur, P.K. (2009). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Siregar, C. J. P., Amalia, L., 2003, *Farmasi Rumah Sakit, Teori dan Penerapan*. Jakarta: Penerbit buku kedokteran EGC
- Potter, P.A, Perry, A.G. 2005. Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses, dan Praktik. Edisi 4. Volume 1. Alih Bahasa : Yasmin Asih, dkk. Jakarta : EGC.
- Sunyoto, 2013. *Teori, Kuesioner, dan Proses Analisis Data Perilaku Organisasional*. Yogyakarta: CAPS
- Rembang, C.F.D, Wongkar, Josephus. 2013. *Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Unit Gawat Darurat (UGD) Dan Intensive Unit Care (ICU) Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkit Kabupaten Bolaang Mongondow*. Manado: Universitas Sam Ratulangi.
- Hariyono, W., Suryani, D., & Wulandari, Y. 2009. Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja dan Tingkat Konflik Dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta, Jurnal KES MAS UAD Vol. 3 (3).
- Hastuti, D.D. 2015. Hubungan antara Lama Kerja dengan Kelelahan pada Pekerja Konstruksi di PT. Nusa Raya Cipta