

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Stres yang muncul akibat bekerja sudah menjadi salah satu keluhan di seluruh dunia pada saat ini, yang telah memberikan dampak terhadap semua jenis pekerjaan yang ada di dunia baik di negara berkembang maupun negara maju sekalipun. Dampaknya bukan hanya memiliki pengaruh terhadap perorangan akan tetapi juga memberikan dampak terhadap instansi dan juga semua masyarakat. Tingginya angka serta dampak negatif membuat keluhan stres kerja menjadi isu yang sangat serius sehingga membutuhkan intervensi yang efektif dan efisien. Bidang kesehatan menjadi salah satu sektor yang mempunyai risiko tinggi mengalami stres kerja (Sembiring, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 mengatakan bahwa stres yang memiliki kaitan dengan pekerjaan merupakan respon yang muncul pada saat seseorang berhadapan dengan situasi pekerjaan yang berat dan tuntutan yang tinggi yang di mana sudah tidak sesuai lagi dengan wawasan dan skill yang mereka miliki sehingga memaksa mereka untuk bekerja lebih keras. Keluhan stres bisa muncul dalam banyak kondisi pekerjaan namun seringkali berubah menjadi lebih buruk pada saat bekerja merasa bahwa mereka tidak mendapat dukungan yang kuat dari pihak perusahaan dan juga rekan kerja mereka serta situasi yang membuat mereka hanya memiliki sedikit kendali terhadap proses kerja yang ada.

*National Institute For Occupational Safety And Health* (NIOSH) mengatakan bahwa tenaga kesehatan adalah suatu jenis pekerjaan yang mempunyai

resiko yang sangat tinggi terhadap munculnya keluhan stres. Stres adalah respon maupun reaksi yang ditimbulkan oleh tubuh manusia baik itu dari dalam maupun luar tubuh manusia di mana bisa melahirkan efek yang buruk terhadap kondisi psikologis sehingga paling parah timbulnya suatu penyakit.

Stres karena bekerja juga bentuk reaksi secara fisik dan psikologis yang berdampak negatif karena merugikan dan juga mengganggu, yang muncul karena adanya situasi di mana tekanan serta beban tugas sudah tidak lagi seimbang dengan sumber daya, kemampuan dan juga keinginan yang dimiliki oleh para pekerja. Jenis pekerjaan yang paling mempunyai hubungan dengan dunia kesehatan mempunyai risiko tinggi mengalami depresi atau stres (NIOSH, 2013)

Keluhan stres yang terjadi di negara amerika serikat memiliki angka paling tinggi (77%) diakibatkan oleh stres kerja. *American national association for occupational health* menyatakan bahwa dari sebanyak 40 kasus tentang stres kerja kasus stres kerja yang terjadi dalam dunia keperawatan mempunyai urutan paling tinggi sehingga para perawat beresiko menderita *minor psychiatric disorder* dan juga depresi (Puspitasari *et al.*, 2021).

*American nurse association* (2017) mengatakan bahwa stres yang terjadi pada perawat diperoleh sebanyak 82% terjadi para perawat yang bekerja di rumah sakit di amerika. Menurut *Health And Safety Executive* (2019), menunjukkan bahwasanya para tenaga profesional dalam dunia kesehatan guru dan perawat mempunyai tingkat stress tertinggi dengan angka prevalensi sebesar 3000 kasus per 100.000 orang pekerja.

Mahasiswa keperawatan dan juga para perawat harus menghadapi berbagai risiko yang unik pada saat mereka bekerja, hal ini berarti bahwa harus ada

solusi dalam menangani keluhan stres pada para perawat, terutama melalui kegiatan aktivitas fisik perbaikan nutrisi, istirahat, keamanan dan juga kualitas hidup mereka (Azteria, 2020).

Menurut kementerian kesehatan Republik Indonesia di tahun 2017 sebanyak 60,6% bekerja menderita depresi dan 57,6% pekerja mengalami insomnia titik keluhan seperti ini tentu memiliki hubungan dengan gangguan mental dan emosional. Hal yang menyebabkan stress di tempat kerja adalah beban pekerjaan seperti target yang harus dicapai, hubungan secara individu dengan atasan dan juga hubungan dengan sesama rekan pekerja.

Perawat merupakan seseorang yang bekerja dalam kegiatan-kegiatan menangani dan merawat pasien atau memberi asuhan kepada pasien yang memiliki beragam tuntutan pada saat bekerja perawat mempunyai pengetahuan serta kewenangan dalam memberi kegiatan pengasuhan keperawatan terhadap orang lain perawat di dalam menjalankan tugas-tugasnya sehari-hari akan lebih mudah terkena stres jika tidak mampu menyesuaikan diri serta mencari kenyamanan ketika bekerja. Keluhan stress bisa timbul jika seseorang menerima beban maupun tugas yang berat dan orang tersebut tidak mampu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan itu maka pada saat itu tubuh akan bereaksi dalam menyelesaikan tugas tersebut dan pada akhirnya seorang tersebut akan menderita stres yakni penyakit yang menyerang fisik dan psikologis (Dwiana & Satria, 2021).

Pekerjaan sebagai seorang perawat diharuskan untuk melaksanakan pelayanan yang maksimal yang tentu terkadang hal ini bisa menyebabkan beban kerja yang diterima menjadi lebih berat. Faktor yang berdampak terhadap beban kerja adalah jumlah pasien yang harus dilayani, jumlah perawat yang harus

melayani, serta banyaknya kegiatan-kegiatan keperawatan baik secara langsung maupun tidak langsung (Siahaan, 2022).

Di era modern seperti saat ini dunia kerja tentu menciptakan tuntutan yang semakin besar terhadap para pekerjanya. Risiko psikososial seperti semakin ketatnya persaingan semakin banyaknya persyaratan dan juga lebih tingginya jam kerja merupakan bagian dari tekanan dalam dunia kerja titik stres merupakan suatu situasi di mana seseorang menderita rasa tegang serta rasa tertekan secara psikologis ketika menerima banyak sekali tantangan yang bisa mempengaruhi pikiran emosi dan juga kondisi mereka secara fisik (Maipina & Utami, 2023).

Tekanan yang diterima pada saat bekerja tentu saja tidak bisa untuk dihindari karena dalam setiap pekerjaan tentu ada tanggung jawab dari lingkungan kerja tersebut. Tekanan yang dianggap masih bisa diterima oleh seorang pekerja sehingga membuat pekerja tersebut merasa termotivasi mampu untuk bekerja dan menyelesaikannya tergantung pada sumber daya yang tersedia dan juga tergantung pada karakteristik pekerja tersebut secara personal. Akan tetapi ketika tekanan tersebut berubah menjadi lebih dan tidak bisa dikendalikan hal ini tentu bisa menimbulkan stres.

Pekerjaan yang paling beresiko menimbulkan stres adalah pekerjaan yang menerapkan beban kerja serta tekanan kerja berlebihan yang melebihi batas kemampuan dan juga pengetahuan pekerjaannya. Pekerja akan lebih minim menderita stress ketika beban kerja serta tekanan dalam bekerja disesuaikan berdasarkan pengetahuan dan kemampuan mereka dan ditambah lagi apabila para pekerja mendapat dukungan dari sesama rekan kerja.

Beban kerja yang tinggi pada akhirnya tentu bisa menyebabkan tekanan yang berakibat stres terhadap perawat, yang pada akhirnya akan mempengaruhi kinerjanya. Misalnya secara kuantitas beban kerja yang terdiri dari tugas-tugas yang wajib dilakukan terlalu banyak atau sedikit maupun secara kualitas di mana tugas yang dikerjakan harus membutuhkan keahlian tertentu titik dampak buruk dari semakin tingginya beban kerja adalah munculnya resiko emosi pada perawat yang tidak sesuai lagi dengan harapan pasien (Maharani & Budianto, 2019).

Tingginya beban kerja tentu dapat menyebabkan tingkat stres yang berdampak negatif pada kinerja, bahkan dapat mengakibatkan ketidak profesionalan dalam melaksanakan tugas. Keseimbangan beban kerja menjadi kunci untuk mencegah stres berlebihan dan memastikan bahwa setiap perawat dapat menjalankan tugasnya dengan efektif dan profesional (Mangindara *et al.*, 2023).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 75 Tahun 2014 tentang Pusat Kesehatan Masyarakat, Puskesmas adalah fasilitas kesehatan yang menyelenggarakan upaya kesehatan masyarakat dan upaya kesehatan perseorangan tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya. Untuk mendukung fungsi dan tujuan Puskesmas diperlukan sumber daya manusia kesehatan baik tenaga kesehatan maupun tenaga penunjang kesehatan.

Puskesmas merupakan organisasi yang bergerak sebagai fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama dalam pelaksanaan pembangunan bidang kesehatan tentu harus bekerja secara maksimal dan berkualitas. Pelayanan kesehatan dalam bentuk (UKM) dan upaya kesehatan perorangan (UKP) adalah tugas serta kewajiban yang wajib dilaksanakan oleh Puskesmas dengan mutu yang

wajib terjaga. dengan demikian pemerintah telah memberikan pedoman serta petunjuk teknis bagi Puskesmas sebagai upaya menjaga mutu pelayanan tersebut.

Puskesmas adalah unit pelaksana teknis dinas kesehatan kabupaten atau kota yang memiliki tanggung jawab dalam penyelenggaraan pembangunan kesehatan pada suatu wilayah kerja. Sumber daya manusia kesehatan terbanyak yang ada di puskesmas rawat inap dan juga melakukan interaksi secara langsung dengan pasien adalah perawat titik perawat adalah salah satu pekerjaan dalam bidang kesehatan yang akan selalu ada dan juga menjadi ujung tombak dalam pelayanan kesehatan terawat di puskesmas memiliki tugas pada layanan rawat inap, rawat jalan maupun poliklinik dan pelayanan gawat darurat (Hermawati & Yosiana 2021).

Puskesmas Sarulla merupakan salah satu puskesmas di Kabupaten Tapanuli Utara Puskesmas Sarulla terletak di Jl. Tarutung - Padang Sidempuan No.30, Siopat Bahal, Kec. Pahae Jae, Kabupaten Tapanuli Utara, Sumatera Utara. Puskesmas ini melayani pemeriksaan kesehatan, rujukan, surat kesehatan dll. Puskesmas ini melayani berbagai program puskesmas seperti periksa kesehatan (*check up*), pembuatan surat keterangan sehat, rawat jalan, lepas jahitan, ganti balutan, jahit luka, cabut gigi, pemeriksaan tensi, tes hamil, periksa anak, tes golongan darah, asam urat, kolesterol dan lainnya. Puskesmas ini juga melayani pembuatan rujukan bagi pasien BPJS ke rumah sakit untuk mendapatkan perawatan lanjutan.

Penting untuk selalu memberikan perhatian terhadap kesejahteraan petugas kesehatan yang tentu juga berkaitan sebagai upaya keselamatan para pasien juga ditekankan, serta perlu juga membuat suatu kultur keselamatan yang kokoh di

lingkungan kerja (Yassi & Hancock, 2005). Dampak dari stres kerja terhadap kesehatan psikis seorang petugas kesehatan menunjukkan bahwa perlu adanya penanganan yang pas untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat. Selain itu, kepemimpinan yang etis serta jaringan sosial juga menjadi poin penting dalam upaya peningkatan kesehatan di lingkungan kerja serta kualitas pelayanan juga perlu diberikan perhatian lebih.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari & Raini (2020) memperoleh hasil penelitian bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan tingkat stres yang dialami oleh perawat. Sesuai Permendagri Nomor 12 Tahun 2018, beban kerja adalah seberapa banyak pekerjaan yang harus dilakukan oleh suatu jabatan/unit hierarki dan merupakan hasil dari kuantitas pekerjaan dan waktu. Beban kerja tentu juga merupakan sumber penyebab timbulnya stress. Seperti yang telah disampaikan oleh Robbins & Judge, (2013) jika terjadi perubahan dalam beban kerja tentu akan lebih dominan juga mengubah tingkat stres karyawan, yang pada akhirnya tentu memberikan pengaruh terhadap kinerja karyawan.

Survei di UPT Puskesmas Sarulla Pahae Jae diperoleh hasil tentang beban kerja dan stres kerja yang dialami oleh perawat di Puskesmas tersebut. Melalui wawancara juga diperoleh beberapa alasan penyebab beban kerja dan juga stres kerja tersebut. Beberapa diantaranya antara lain seperti kurangnya waktu istirahat. Perawat adalah pemberi layanan terdepan pada pasien layanan Instalasi Gawat Darurat selama 24 jam di Puskesmas Sarulla Pahae Jae. Salah satu contoh jenis penanganan yang sering terjadi di puskesmas tersebut adalah korban kecelakaan yang tentu tidak dapat diprediksi bisa datang dan terjadi kapan saja.

Perawat mengeluh waktu istirahat kurang karena peningkatan jumlah pasien sejak awal tahun. Perawat yang ada hanya 8 orang dan itupun dibagi kedalam 3 shift (pagi, sore, malam) tentu ketika terjadinya lonjakan pasien ini pekerjaan akan terasa semakin berat. Dalam keadaan seperti ini para perawat tentu dituntut untuk melakukan *multitasking* yaitu melayani pasien sembari melakukan pencatatan. Walaupun pendaftaran pasien dibuka sampai jam 12 dan jam kerja sampai jam 3 sore, akan tetapi proses pencatatan bisa berlangsung sampai diluar batas jam kerja tersebut.

Keluhan stres yang dirasakan perawat yaitu kelelahan, pusing, hingga sulit tidur. Ciri psikologis terlihat dari kestabilan emosional yang terganggu, seperti sikap kurang ramah dan mudah marah pada saat melayani pasien dan pada saat diwawancarai. Hal ini mengindikasikan adanya indikator stres kerja.

Selain kurangnya waktu istirahat dan proses pencatatan yang terjadi bisa sampai melewati batas jam kerja, perawat juga mendapatkan tugas tambahan seperti pengurusan jenazah apabila ada pasien meninggal sekaligus juga harus melakukan proses visum. Tugas tambahan lainnya adalah melayani pemberian obat dan juga ikut serta dalam kegiatan lapangan seperti : kunjungan ke Posyandu, poskesdes maupun melakukan pemantauan ODGJ.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana beban kerja yang dialami oleh perawat di UPT Puskesmas Sarulla Kecamatan Pahae Jae?

2. Bagaimana jumlah perawat yang ada di UPT Puskesmas Sarulla Kecamatan Pahae Jae, apakah sesuai dengan beban kerja yang diterima?
3. Bagaimana keluhan stres kerja yang dirasakan oleh perawat di UPT Puskesmas Sarulla Kecamatan Pahae Jae serta apa saja penyebabnya?
4. Bagaimana upaya pihak UPT Puskesmas Sarulla Pahae Jae dalam menangani keluhan stres kerja para perawat?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan Beban Kerja Dan Stres Kerja Pada Perawat Di UPT Puskesmas Sarulla Kecamatan Pahae Jae.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mendeskripsikan beban kerja yang diterima oleh perawat di UPT Puskesmas Sarulla Kecamatan Pahae Jae untuk merekomendasikan jumlah perawat yang sesuai.
2. Mendeskripsikan keluhan stres kerja yang dialami oleh perawat di UPT Puskesmas Sarulla Kecamatan Pahae Jae beserta penyebabnya untuk merekomendasikan adanya evaluasi sisten kerja.
3. Mendeskripsikan upaya pihak UPT Puskesmas Sarulla Pahae Jae dalam menangani keluhan stres kerja para perawat untuk merekomendasikan adanya program manajemen stres.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat dari dilakukannya penelitian ini adalah : Pertama, merekomendasikan jumlah perawat yang sesuai. Yaitu dengan memastikan adanya

sumber daya manusia yang memadai, mengurangi tekanan kerja, dan mencegah kelelahan berlebihan. Kedua, merekomendasikan adanya program manajemen stress. Dengan adanya program manajemen stres, perawat dapat belajar cara mengelola stres secara efektif, meningkatkan ketahanan mental, dan mempertahankan kesejahteraan di tempat kerja. Ketiga, merekomendasikan adanya evaluasi sistem kerja. Evaluasi sistem kerja bertujuan untuk mengidentifikasi dan memperbaiki ketidaksempurnaan dalam proses kerja, meningkatkan efisiensi, dan meningkatkan kualitas layanan kesehatan.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi peneliti memberikan pengalaman serta wawasan dalam proses pelaksanaan penelitian di bidang kesehatan masyarakat penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai metode dalam mengimplementasi kompetensi peneliti sesuai dengan fokus dari ilmu yang diperoleh ketika masa perkuliahan dalam mengidentifikasi dan juga memberikan rekomendasi terkait problematika kesehatan masyarakat terkhusus mengenai hubungan kerja dan juga stres kerja pada perawat.
2. Bagi perawat memberikan informasi yang nyata mengenai beban kerja dan juga stres kerja sehingga para perawat dapat mengetahui keluhan stres yang dialami dan juga dapat melakukan kegiatan preventif untuk mengurangi resiko stres kerja.
3. Bagi instansi memberikan rekomendasi jumlah perawatan sesuai dengan pekerjaan yang ada dan juga memberikan rekomendasi kegiatan sebagai cara dalam penanggulangan keluhan stres yang dialami para perawat.

4. Bagi instansi pendidikan memberikan rujukan serta masukan dalam penelitian beban kerja dan stres kerja berikut ya sehingga mampu untuk memaparkan hasil yang lebih komprehensif.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN