

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *Health and Safety Executive* (HSE) berdasarkan hasil survei, 6 dari 10 pekerja di negara-negara dengan perekonomian besar mengalami peningkatan stres di tempat kerja. Telah terjadi peningkatan tingkat stres pekerja sehari-hari, yang meningkat dari 43% pada tahun 2020 menjadi 44% tahun depan (HSE, 2024). Pekerjaan merupakan penyebab stres yang paling umum, dengan 79% orang mengalami stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Rata-rata pekerja dewasa merasa stres hampir sepertiga dari hari kerja mereka. Sekitar 17 juta hari kerja hilang setiap tahun di seluruh dunia karena kesehatan yang memburuk yang disebabkan oleh stres kerja, depresi, atau kecemasan. Kasus ini lebih dari 50% dari semua kasus kesehatan yang berhubungan dengan pekerjaan.

Reaksi negatif yang dialami orang akibat tekanan berlebihan atau bentuk ekspektasi lain yang dibebankan kepada mereka adalah apa yang didefinisikan oleh *Health and Safety Executive* (HSE) sebagai stres di tempat kerja. Stres dalam jumlah tertentu dapat bermanfaat, karena dapat membuat pekerjaan lebih memuaskan (sensasi memenuhi tenggat waktu, kesulitan menemukan solusi untuk tantangan baru). Stres di tempat kerja merupakan kondisi dinamis yang terjadi dalam diri seseorang, dan bahkan ketika dihadapkan pada situasi stres yang sama, orang yang berbeda akan bereaksi secara berbeda terhadapnya. Hal ini dikarenakan setiap orang memiliki peta kognitif sebagai hasil interaksi antara orang tersebut dengan lingkungannya dan menimbulkan stres (Puspitawati, 2021).

Menurut *Occupational Safety Health Administrasi* atau OSHA dalam Sagala (2020), individu yang mengalami stres adalah mereka yang tidak mampu menjaga keseimbangan antara sumber daya yang dimilikinya dengan kewajiban yang harus dipenuhi. Individu yang tidak mampu memadukan pengetahuan dan kemampuannya secara efektif juga akan terbukti menjadi masalah yang muncul dan berpotensi menimbulkan ketegangan bagi dirinya sendiri. Stres yang berhubungan dengan pekerjaan disebut sebagai "penyakit abad ke-20" dalam sebuah laporan yang diterbitkan oleh Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB). Semua aspek pekerjaan, terlepas dari industrinya, berpotensi menjadi sumber stres. Bila dibandingkan dengan jenis pekerjaan lain, pekerjaan yang berkaitan dengan pelayanan publik, seperti pekerjaan di bidang kesehatan, memiliki risiko stres yang lebih tinggi. Faktor tekanan beban kerja merupakan salah satu unsur yang dapat menimbulkan perasaan stres atau sedih.

Beban kerja adalah jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan oleh suatu jabatan atau unit organisasi, sebagaimana tercantum dalam Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 12 Tahun 2008. Beban kerja dihitung dengan cara mengalikan jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan dengan norma waktu yang telah ditetapkan untuk jabatan atau unit tersebut. Jika kecakapan seorang pekerja melampaui persyaratan tugas yang ada, mereka akan mengalami perasaan bosan dan tidak tertarik pada keadaan tersebut. Selain itu, jika kecakapan pekerja tidak cukup untuk memenuhi persyaratan tugas yang ada, ia akan mengalami kelelahan yang ekstrim. Indikator beban kerja mencakup berbagai faktor, seperti: 1) Sasaran yang harus dicapai, penilaian subjektif individu terhadap besarnya sasaran kerja yang diberikan kepada mereka, dan sudut pandang individu terhadap hasil kerja

yang perlu dicapai dalam jangka waktu tertentu. 2) Kondisi kerja mencakup penilaian subjektif individu terhadap lingkungan kerja mereka dan kemampuan mereka untuk menangani keadaan yang tidak terduga, seperti melakukan tugas tambahan di luar jam kerja yang ditentukan. 3) Pemanfaatan waktu mengacu pada penggunaan jam kerja yang efisien untuk kegiatan yang terlibat langsung dalam produksi. 4) Standar kerja mengacu pada evaluasi subjektif yang dilakukan individu terhadap pekerjaan mereka, termasuk emosi yang mereka alami terkait dengan beban kerja yang harus mereka lakukan dalam jangka waktu tertentu (Nabila dan Wahyu, 2022).

Penyakit atau gangguan kesehatan akibat pekerjaan dapat disebabkan oleh jumlah pekerjaan yang berlebihan atau tidak mencukupi. Jumlah pekerjaan yang terlalu banyak dapat menyebabkan kelelahan mental dan fisik, serta emosi. Menurut Wewengkang, Chirstoffel, dan Yantje (2021), kebosanan dapat disebabkan oleh jumlah pekerjaan yang tidak mencukupi dalam situasi ketika karyawan dituntut untuk melakukan gerakan berulang.

Orang-orang biasanya mengalami stres di tempat kerja ketika mereka memiliki persepsi bahwa jumlah pekerjaan yang mereka pikul cukup banyak. Gejala psikologis, seperti khawatir, bingung, dan jengkel, gejala fisiologis, seperti peningkatan denyut jantung, tekanan darah, dan hormon stres, serta gejala perilaku, seperti menunda dan menghindari pekerjaan, bukanlah satu-satunya jenis gejala stres. Ada berbagai jenis gejala stres. Ini adalah gejala yang paling sering dialami seseorang. Tugas dan kewajiban yang diharapkan untuk dipenuhi oleh perawat bukanlah hal yang mudah untuk dikelola. Agar dapat bekerja di rumah sakit, perawat diharuskan memiliki tingkat pengetahuan dan keterampilan tertentu

dalam mengelola pasien. Khususnya perawat dituntut untuk selalu siap sedia apabila sewaktu-waktu dipanggil oleh pasien atau pimpinan. Hal tersebut dapat mengakibatkan kelelahan baik fisik maupun emosional yang pada akhirnya menimbulkan stres kerja (Andayanie dan Azizah, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2015 oleh Niken Widyastuti terhadap pegawai SKPD di Kabupaten Sintang, Kalimantan Barat, dengan jumlah sampel sebanyak tujuh puluh lima orang, menunjukkan bahwa tingkat stres dan beban kerja yang dialami pegawai berdampak negatif terhadap kinerja mereka secara keseluruhan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tahun 2014 oleh Miqdad Arats Kusnadi terhadap dosen perguruan tinggi dengan jumlah sampel sebanyak sembilan puluh orang, salah satu variabel penyebab stres kerja adalah banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan. Penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Ari Kurniawan dkk. terhadap pegawai PT. Bank Kalsel Cabang Utama, dengan jumlah sampel sebanyak 77 orang, diketahui bahwa pegawai memiliki persepsi yang tinggi terhadap beban pekerjaan yang harus dikerjakan sehingga mengalami stres kerja yang cukup besar. Judul penelitian ini diperkuat dengan fakta bahwa ketiga penelitian tersebut dipublikasikan dalam jurnal ilmiah.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

RSU Sinar Husni merupakan rumah sakit umum swasta yang memiliki keunggulan berupa lahan yang cukup luas, letak geografis yang strategis di perbatasan Kota Medan dan Kabupaten Deli Serdang, serta tenaga kerja yang terampil di bidangnya. Selain itu, pembangunan infrastruktur dan pertumbuhan rumah sakit ini juga terus mengalami peningkatan. Beban kerja perawat yang cukup besar menjadi salah satu faktor yang menyebabkan perawat merasakan

stres. Salah satu penyebab utama terjadinya stres akibat pekerjaan adalah kurangnya pemahaman terhadap keterbatasan kemampuan diri sendiri dalam kaitannya dengan tugas yang harus diselesaikan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada perawat yang bekerja di RSUD Sinar Husni Deli Serdang, ditemukan bahwa sebanyak 70% perawat menyatakan mengalami stres akibat pekerjaan. Selain itu, RSUD Sinar Husni Deli Serdang menerapkan skema rotasi kerja setiap bulan. Hal ini menjamin setiap perawat mendapatkan jadwal yang mencakup semua shift. Shift kerja di RSUD Sinar Husni Deli Serdang dibagi sebagai berikut: shift pagi dimulai pukul 08.00 dan berakhir pukul 14.30, shift siang dimulai pukul 14.30 dan berakhir pukul 20.00, dan shift malam dimulai pukul 20.00 dan berakhir pukul 20.00. Meskipun perlu relaksasi, perawat diharapkan tetap waspada selama shift malam. Hal ini menyebabkan perawat tidak dapat menjalankan tugasnya dengan sempurna.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di RSUD Sinar Husni Deli Serdang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan beban kerja dengan stres kerja pada perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus, sebagai berikut :

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan beban kerja dengan stres kerja pada perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang.

1.3.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Menyajikan rangkuman komprehensif tugas dan tanggung jawab yang harus dipenuhi oleh perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang.
2. Menggambarkan stres yang dialami perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang akibat pekerjaan mereka.
3. Melakukan penelitian tentang jumlah pekerjaan yang harus dilakukan perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang dan stres yang mereka alami dalam pekerjaan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Rumah Sakit

Menurut temuan penelitian ini, penelitian ini dapat memberikan dampak positif dan wawasan berharga, yang memungkinkan rumah sakit untuk mengembangkan langkah-langkah pengendalian terkait beban kerja di RSUD Sinar Husni Deli Serdang.

1.4.2 Bagi Perawat

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perawat mampu memastikan korelasi antara beban kerja dan tingkat stres terkait pekerjaan. Oleh karena itu, perawat memiliki kemampuan untuk menentukan tingkat stres yang dialami dan menerapkan langkah-langkah untuk mengurangi stres kerja.

1.4.3 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi titik acuan untuk penelitian mendatang yang menyelidiki korelasi antara beban kerja dan tingkat stres terkait pekerjaan.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN