

Analisis Faktor Individu, Faktor Organisasi dan Kelelahan Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Perawat (Studi di Ruang Rawat Inap Kelas III RSUD dr. H. Koesnadi Kabupaten Bondowoso)
(*Analysis of Individual Factors, Organization Factor and Occupational Fatigue With Work Stress at Nurses (Studies In Inpatient Unit 3rd Grade at General Hospitals Dr. H Koesnadi, Bondowoso District)*)

Ekin Akhsa Febriandini, Isa Ma`rufi, Ragil Ismi Hartanti
Bagian Kesehatan Lingkungan dan Kesehatan Keselamatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Jember
Jalan Kalimantan 37, Jember 68121
e-mail : ekin.akhsa@yahoo.com

Abstract

Hospital is a health service place. The service claims can create some danger like work stress. Based on the preliminary studies that has been done at General Hospital dr.H Koesnadi, Bondowoso district , found that 67 % nurses experienced the occupational fatigue and work stress. The work stress is influenced by some factors like individual factors (gender, age, length of service and level of education), organization factor like work shift and occupational fatigue in the hospital's employee. Human resource has potential about the work stress of nurse in handly the patient directly. The purpose of this research is to analyze the relation between individual factors, organization factor and occupational fatigue in the work stress. The method that used in this research is analytical observation with the cross sectional design. The sampel of this research is 46 respondents that spread over 5 inpatient room 3rd grade. The result of this research showed that there was a significant relation between individual factors and work stress ($p = 0,004$), the relation between the organization factor and the work stress ($p = 0,038$). It is also known that there was a relation between occupational fatigue with the work stress ($p = 0,047$)

Keywords: Individual Factors, Organization Factors, Occupatiunal Fatigue, Work Stress

Abstrak

Rumah sakit merupakan tempat pelayanan kesehatan. Dengan tuntutan pelayanan memungkinkan Rumah sakit memiliki potensi bahaya, seperti stres kerja. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di RSUD dr. H Koesnadi Kabupaten Bondowoso maka ditemukan hasil bahwa 67 % perawat mengalami kelelahan stres dan stres kerja. Stres kerja sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor individu (jenis kelamin, usia, masa kerja dan tingkat pendidikan), faktor organisasi seperti *shift* kerja dan kelelahan kerja yang dialami oleh karyawan rumah sakit. Sumber daya manusia yang berpotensi mengalami stres kerja yakni pada perawat yang berhubungan langsung pada pasien. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara faktor individu, faktor organisasi dan kelelahan kerja terhadap stres kerja. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik observasional dengan rancangan cross sectional. Sampel penelitian ini sebesar 46 responden yang tersebar pada 5 ruang rawat inap Kelas III. Hasil penelitian menunjukkan faktor individu memiliki hubungan yang signifikan dengan stres kerja ($p = 0,004$), adanya hubungan antara faktor organisasi dengan stres kerja ($p = 0,038$) dan kelelahan kerja diketahui bahwa ada hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja ($p = 0,047$).

Kata kunci: Faktor Individu, Faktor Organisasi, Kelelahan Kerja, Stres Kerja

Pendahuluan

Seiring dengan perubahan jaman yang semakin maju, sehingga tuntutan kerja yang diinginkan oleh tempat kerja semakin meningkat. Dengan adanya peningkatan tuntutan kerja maka perlu adanya upaya yang dilakukan yakni upaya peningkatan keselamatan dan kesehatan kerja yang dapat mendukung pekerja agar bekerja dengan lebih mudah dan nyaman.

Adapun beberapa faktor lingkungan kerja yang tidak memenuhi syarat keselamatan dan kesehatan kerja seperti pemakaian waktu kerja yang berlebih ataupun beban kerja yang berlebih akan menimbulkan kelelahan kerja. Kelelahan kerja adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat, namun kelelahan tersebut dapat juga berisiko memberikan dampak buruk bila tidak ada penanganan secara lanjut. Risiko dari kelelahan tersebut diantaranya adalah terjadi stres akibat kerja, penyakit akibat kerja dan terjadi kecelakaan kecelakaan akibat kerja [1]

Rumah sakit merupakan salah satu bentuk sarana kesehatan, baik yang diselenggarakan oleh pemerintahan dan atau masyarakat yang berfungsi untuk melakukan upaya kesehatan dasar atau kesehatan rujukan dan upaya kesehatan penunjang. Rumah sakit dalam menjalankan fungsinya ditandai dengan adanya mutu pelayanan prima dari rumah sakit. Mutu pelayanan rumah sakit sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya yang paling dominan adalah sumber daya manusia [2].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dengan wawancara dan pengukuran kelelahan kerja menggunakan alat *reaction timer* pada 6 perawat yang bertugas di ruang rawat inap kelas III, dari pengukuran tersebut didapatkan hasil bahwa terdapat 67% perawat mengalami kelelahan dan terdapat 67% perawat mengalami kecemasan kerja dengan gejala sering mengalami ketegangan, cemas dalam melaksanakan tugas dan kadang sulit berkonsentrasi yang didapatkan melalui

pengisian kuisisioner *HRSA* setelah melaksanakan tugas *shift*.

Berdasarkan data pasien pada bulan Januari hingga bulan November 2014 RSUD dr. H.Koesnadi melayani 6426 pasien dengan rincian untuk kelas I berjumlah 919 pasien, kelas II dengan jumlah pasien sebanyak 1153 dan pada kelas III terdapat 4353 pasien. Apabila melihat data pasien untuk bulan Januari hingga bulan November 2014, kelas III dengan 4353 pasien merupakan kelas yang paling banyak menerima dan melayani pasien dalam rentan waktu tersebut [3].

Sumber daya manusia yang dibutuhkan rumah sakit dalam memberikan perawatan terhadap pasien antara lain yaitu tenaga perawat. Perawat merupakan sumber daya manusia yang menempati urutan teratas dari segi jumlah di seluruh rumah sakit. Khususnya pada perawat bangsal rawat inap, mereka lebih harus mementingkan kesembuhan pasien dalam perawatannya, sehingga pasien sangat mengharapkan kinerja seorang perawat yang maksimal. Keberhasilan suatu organisasi ditentukan oleh dua faktor, yakni sumber daya manusia / karyawannya atau tenaga kerjanya, sarana dan prasarana atau fasilitas kerjanya. Kualitas sumber daya manusia atau karyawan tersebut diukur dari kinerja karyawan tersebut [4].

Bertambahnya beban kerja seorang serta keadaan fisik yang kurang mendukung, perawat saat bekerja dapat merasakan kelelahan. Banyak penelitian menunjukkan bahwa faktor individu dalam hal ini antara lain umur, masa kerja, status perkawinan dan gizi mempunyai pengaruh menimbulkan kelelahan [5]. Selain mengakibatkan kelelahan, faktor individu seperti jenis kelamin, umur, masa kerja dan tingkat pendidikan juga memiliki dampak pada stres kerja yang dialami pekerja.

Dengan memperhatikan faktor yang berpotensi kelelahan kerja dan stres kerja tersebut, maka diharapkan kinerja karyawan dapat ditingkatkan dan dapat mendukung perusahaan dalam mencapai tujuan. Dalam kaitannya, perawat di rumah sakit diharapkan

memperhatikan faktor-faktor tersebut sehingga dapat menghindari penurunan kinerja yang nantinya akan berdampak pada pelayanan rumah sakit dan apabila kelelahan dan stres kerja tidak mendapatkan perhatian khusus akan berdampak pada kecelakaan kerja yang akan berakibat fatal bagi pihak rumah sakit.

Faktor individu adalah ciri yang dimiliki responden sebagai bagian dari identitas yang berpengaruh terhadap terjadinya stres kerja, misalnya jenis kelamin, usia, masa kerja dan tingkat pendidikan. Faktor organisasi adalah kewajiban yang harus dilaksanakan dikarenakan organisasi seperti tuntutan *shift* kerja yang mau tidak mau harus dilakukan dan setiap individu berbeda-beda. Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan yang lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Kelelahan diatur secara sentral oleh otak. Pada susunan saraf terdapat sistem aktivasi (bersifat simpatis) dan inhibisi (bersifat parasimpatis) [1]. Kelelahan menunjukkan kondisi yang berbeda-beda pada setiap individu, tetapi semuanya bermuara pada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh [1]. Stres merupakan kondisi dinamis dimana seorang individu dihadapkan dengan kesempatan, keterbatasan atau tuntutan sesuai dengan harapan yang ingin dia capai dalam kondisi penting dan tidak menentu [6]. Stres adalah suatu respon adaptif, melalui karakteristik individu dan atau proses psikologis secara langsung terhadap tindakan, situasi dan kejadian eksternal yang bersangkutan.

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan faktor individu, faktor organisasi dan kelelahan kerja terhadap stres kerja pada perawat.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum dr. H. Koesnadi Kabupaten Bondowoso pada ruang rawat inap kelas III (mawar, melati, dahlia, seruni dan bougenville). Variabel dalam penelitian ini adalah faktor individ, faktor organisasi, kelelahan kerja dan stres kerja.

Penelitian dilaksanakan mulai bulan Juni-September 2015. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 46 responden yang tersebar di 5 unit kerja.

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk mengetahui faktor individu, faktor organisasi, dan stres kerja adalah wawancara dengan kuesioner, observasi dan dokumentasi, sedangkan untuk kelelahan kerja yang diukur secara obyektif menggunakan alat *reaction timer*.

Analisis data terdiri dari analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* dan uji spearman dengan nilai signifikansi 95% atau $\alpha=0,05$. Uji *chi-square* digunakan untuk menganalisis faktor individu dengan stres kerja dan faktor organisasi yakni *shift* kerja dengan stres kerja. Untuk uji spearman digunakan untuk menganalisis kelelahan kerja dengan stres kerja. Data yang terolah kemudian disajikan dalam bentuk tabel dan teks dengan menggunakan kata-kata berupa narasi.

Hasil Penelitian

Stres kerja yang dialami oleh perawat ruang rawat inap kelas III RSUD dr. H. Koesnadi Kabupaten Bondowoso sebagian besar pada kategori stres kerja sedang. Stres kerja dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor individu (jenis kelamin, usia, masa kerja dan tingkat pendidikan), faktor organisasi (*shift* kerja) dan kelelahan kerja.

Tabel 1. Distribusi frekuensi jenis kelamin dengan stres kerja

Jenis Kelamin	Stres Kerja						Tota (%)	
	Ringan		Sedang		Berat		I	
	N	%	N	%	N	%		
Perempuan	-	-	21	63,6	12	36,4	33	100
Laki-laki	-	-	12	92	1	7,7	13	100

Tabel 2. Distribusi frekuensi usia dengan stres kerja

Usia	Stres Kerja						Tota (%)	
	Ringan		Sedang		Berat		I	
	N	%	N	%	N	%		
22-31 Tahun	-	-	24	82,7	5	17,3	29	100
32-44 Tahun	-	-	7	50	7	50	14	100
> 45 Tahun	-	-	2	66,7	1	33,3	3	100

Tabel 3. Distribusi frekuensi masa kerja dengan stres kerja

Masa kerja	Stres Kerja						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		N (%)	
	N	%	N	%	N	%		
< 3 Tahun	-	-	13	92,8	1	7,1	14	100
> 3 Tahun	-	-	20	62,5	12	37,5	32	100

Tabel 4. Distribusi frekuensi tingkat pendidikan dengan stres kerja

Tingkat Pendidikan	Stres Kerja						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		N (%)	
	N	%	N	%	N	%		
Diploma	-	-	25	75,7	8	24,2	33	100
Sarjana	-	-	4	50	4	50	8	100
Profesi	-	-	4	80	1	20	5	100

Faktor Individu dengan Stres Kerja

Analisis hubungan faktor individu dengan stres kerja memiliki hubungan yang signifikan ($p=0,004$). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden perempuan (tabel 1). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden dengan usia 22-31 Tahun (tabel 2). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden dengan masa kerja > 3 Tahun (tabel 3). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden dengan masa kerja > 3 Tahun (tabel 3). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden yang berpendidikan diploma (tabel 4).

Faktor Organisasi dengan Stres Kerja

Tabel 5. Distribusi frekuensi shift kerja dengan stres kerja

shift kerja	Stres Kerja						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		N (%)	
	N	%	N	%	N	%		
Pagi	-	-	17	89,5	2	10,5	19	100
Sore	-	-	9	60	6	40	15	100
Malam	-	-	7	58,3	5	41,7	12	100

Hasil analisis hubungan antara faktor organisasi (shift kerja) dengan stres kerja

memiliki hubungan yang signifikan ($p=0,038$). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden yang bertugas shift kerja pagi (tabel 5).

Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja

Tabel 6. Distribusi frekuensi kelelahan kerja dengan stres kerja

Kelelahan Kerja	Stres Kerja						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		N (%)	
	N	%	N	%	N	%		
Ringan	-	-	4	80	1	20	5	100
Sedang	-	-	25	80,6	6	19,3	31	100
Berat	-	-	4	40	6	60	10	100

Hasil analisis hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja memiliki hubungan yang signifikan ($p=0,047$). Sebagian besar responden yang mengalami stres kerja adalah responden yang mengalami kelelahan kerja sedang (tabel 6).

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin terhadap stres kerja. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden yang berjenis kelamin perempuan mengalami stres kerja. Hal ini sesuai penelitian Aiska mengenai adanya hubungan jenis kelamin dengan stres kerja dan perawat perempuan cenderung mengalami stres kerja lebih sering dibanding laki-laki karena perawat perempuan mempunyai kinerja lebih baik dibanding perawat laki-laki tetapi lebih cepat menderita stres. Tuntutan pekerjaan, rumah tangga dan ekonomi juga berpotensi menjadikan wanita karir rentan mengalami stres [7]. Hal ini dikarenakan prolaktin perempuan lebih tinggi sehingga dapat meningkatkan trauma emosional dan stres fisik sehingga potensi untuk mengalami stres kerja lebih sering terjadi pada perawat yang berjenis kelamin laki-laki.

Berdasarkan hasil yang telah diuji diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara usia dengan stres kerja pada perawat. Hasil penelitian ini menyatakan jika usia yang rentan mengalami stres kerja kategori sedang yakni pada usia 22-31 tahun. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan hasil penelitian Tobing yang

menyatakan jika perawat dengan usia produktif lebih rentan mengalami stres kerja [8]. Hal ini dikarenakan semakin bertambah usia semakin memahami segala permasalahan sehingga tingkat stres semakin berkurang karena pada usia diatas 30 tahun cara berfikir seseorang semakin stabil dan mantap dalam pengambilan keputusan serta memiliki tanggungjawab yang lebih besar.

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja terhadap stres kerja. Hasil penelitian ini ditemukan bahwa responden terbanyak yang mengalami stres kerja yakni dengan masa kerja > 3 tahun. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Robbins yang menyatakan bahwa salah satu penyebab dari stres adalah faktor individu yang salah satunya adalah masa kerja individu tersebut [6]. Hal ini dikarenakan semakin lama seseorang dalam bekerja akan semakin terampil dalam melaksanakan pekerjaan. Seseorang yang sudah lama mengabdikan kepada organisasi memiliki tingkat kepuasan yang tinggi sehingga stres yang dialami semakin menurun.

Pada hasil penelitian yang diuji maka ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap stres kerja. Sebagian besar responden yang berpendidikan diploma paling banyak mengalami stres kerja. Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratnaningrum [9] yang menyatakan jika ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap stres kerja. Pengetahuan dan keterampilan perawat sangat penting dalam pelaksanaan tugas keperawatan. Dalam kaitannya tingkat pendidikan mempengaruhi stres kerja, hal ini dikarenakan perawat di RSUD dr. H. Koesnadi yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi lebih dapat mengatasi stres lebih bijak dibanding pendidikan diploma. Jadi, dengan memiliki tingkat pendidikan yang tinggi perawat dapat memberikan solusi yang tepat bagi permasalahannya dan keberagaman masalah yang dihadapi dapat menjadi tolak ukur dalam menyelesaikan semua masalah yang dihadapi yang dapat berpotensi mengalami stres kerja.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuji diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan stres kerja pada perawat. Hasil penelitian ini menemukan bahwa *shift* kerja yang paling rentan mengalami stres kerja yakni *shift* kerja pagi. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Widyasri mengenai pengaruh *shift* kerja terhadap stres

kerja dan didapatkan bahwa perawat pada *shift* kerja pagi lebih berpotensi mengalami stres kerja lebih banyak dibanding *shift* kerja malam [10]. Hal ini didasarkan karena tugas atau beban kerja perawat pada *shift* kerja pagi lebih banyak dibandingkan *shift* kerja lainnya. Semua tugas dan tuntutan yang berat biasanya dilakukan pagi hari seperti kunjungan dokter hanya dilakukan pada pagi hari tidak pada sore hari ataupun malam hari.

Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa ada hubungan yang signifikan antara kelelahan kerja dengan stres kerja dan responden yang mengalami kelelahan kerja mengalami stres kerja yang paling banyak yakni kelelahan kerja sedang sebanyak 25 responden. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Widyasri yang menyatakan bahwa ada hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat [10]. Artinya, semakin berat kelelahan kerja yang dialami perawat di tempat kerja semakin tinggi pula tingkat stres kerja pada perawat. Hal ini didasarkan karena kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja. Apabila beban kerja perawat di rumah sakit semakin berat, maka dapat mengakibatkan pembebanan otot secara statis (*static muscular loading*) jika dipertahankan dalam waktu yang cukup lama akan mengakibatkan RSI (*Repetition Strain Injuries*) yaitu nyeri otot, tulang, tendon dan lain-lain yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat berulang. Apabila rasa nyeri otot itu berlanjut tanpa disadari akan mempengaruhi tingkat stres yang ada pada tubuh responden karena kondisi tubuh tidak memungkinkan untuk melakukan aktivitas yang berlebih.

Simpulan dan Saran

Pada faktor individu, faktor organisasi dan kelelahan kerja yang berhubungan signifikan terhadap stres kerja yakni untuk faktor individu memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres kerja, untuk faktor organisasi yakni *shift* kerja memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres kerja dan pada kelelahan kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan stres kerja.

Alternatif saran atau rekomendasi yang dapat diberikan dari penelitian ini adalah mengutamakan *rolling* kerja pada perawat yang sudah melewati masa kerja >3 tahun dan apabila perawat sudah merasakan tanda-tanda kelelahan kerja diharapkan segera melakukan *refreshing* yang tepat untuk memulihkan kondisi

kesegaran tubuh sehingga dapat mengurangi keluhan yang diderita perawat saat bekerja.

Daftar Pustaka

- [1] Tarwaka. Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan dan Aplikasi di Tempat Kerja..Surakarta : Harapan Press;2011
- [2] Indonesia. Paradigma Sehat Menuju Indonesia Sehat 2010, Jakarta: Departemen Republik Indonesia; 2002
- [3] Data primer RSUD dr. H. Koesnadi, bulan Januari hingga bulan November 2014 : RSUD dr. H. Koesnadi Kabupaten Bondowoso;2014
- [4] Eraliesa. Hubungan Faktor Individu dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat di Pelabuhan Tapaktuan Kecamatan Tapaktuan Kabupaten Aceh Selatan. Skripsi. Medan : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara;2009
- [5] Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta. : Rineka Cipta;2007.
- [6] Robbins. Perilaku Organisasi. Jakarta: Tema Baru;2002.
- [7] Aiska. Analisis Faktor-Faktor Yang Berpengaruh Pada Tingkat Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta; Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2014.
- [8] Tobing. Gambaran Stres kerja pada Perawat di Ruang TB Paru di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikala Kabupaten Dairi Tahun 2007. Skripsi. Medan; Universitas Sumatera Utara; 2007.
- [9] Ratnaningrum. Tingkat Stres Perawat di Ruang Psikiatri Intensif Rumah Sakit dr. H Marzoeki Mahdi Bogor. Skripsi. Depok; Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia;2008.
- [10] Widyasrini. Pengaruh Shift Kerja Terhadap Tingkat Stres Kerja Pada Perawat Rawat Inap Rumah Sakit Ortopedi Prof. dr. R. Soeharso Surakarta. Surakarta; fakultas Kedokteran Universitas Negeri Sebelas Maret;2013
- [11] Widyasari J. Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta. Surakarta. Skripsi, Surakarta. Program Diploma IV Kesehatan Kerja Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Sebelas Maret;2010.