

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN LAMA MASA KERJA DENGAN STRES
PADA PERAWAT DI RUANG PERAWATAN 2 RSUD RA. BASUNI
GEDEG MOJOKERTO**

Fitria Mei Rukmala Dewi *)

Abstract

Nurses working in hospitals with high workloads and longer working lives are less able to increase the likelihood of job stress, level of stress in nurses was still very high in his job. The study was conducted to determine whether there is a relationship of workload and length of service with nurse stress. The study design used was cross sectional with the technique of sampling with a sampling of the total number of 27 respondents. Location of this research at two hospitals RA.Basuni Perawataan space Kec. Gedeg Mojokerto regency. The population in this study were all nurses at two hospitals RA treatment room. Basuni Kec. Gedeg Kab. Mojokerto. The data was collected using a closed questionnaire. The research was conducted in May 2011. The results showed that the majority of nurses light workload was associated with stress levels as many as seven respondents (25.9%). And a long relationship working > 1 year was associated with stress levels as much as 7 respondents (25.9%). Analysis of data using Spearman Rank test workload calculation results obtained with the stress $p = 0.007$ whereas the value of $\alpha = 0.05$ then there is a relationship work load with stress in nurses, while the length of service with a stress value of $p = 0.015$ while $\alpha = 0.05$ then there is a link length of service with the stress on caregivers. Workload experienced by the respondents is lighter workload and longer working lives of over one years raises the stress level is. It is influenced by the workplace, saturation levels, job placement and age. Nurses are expected to further enhance the knowledge and work experience so as to reduce the workload and stress levels.

Keywords: Workload, Long Working, Stress, Nurse

A. PENDAHULUAN

Stres kerja adalah situasi faktor yang terkait dengan pekerjaan, berinteraksi dengan pekerjaan, berinteraksi dengan faktor dari dalam diri individu dan mengubah kondisi fisiologi dan psikologi sehingga keadaannya menyimpang dari normal (Gregson, 2007). Lima sumber stres kerja perawat secara umum adalah kesulitan berhubungan dengan staf lain, kesulitan merawat pasien kritis, berurusan dengan pengobatan dan perawatan pasien dan kegagalan merawat, beban kerja berlebih (Abraham & Shanley, 2005). Fluktuasi beban kerja merupakan bentuk lain dari pembangkit stres kerja. Untuk jangka waktu tertentu bebannya sangat ringan dan saat-saat lain bebannya bisa berlebihan. Situasi tersebut dapat kita jumpai pada tenaga kerja yang bekerja pada Rumah Sakit khususnya perawat. Keadaan yang tidak tepat tersebut dapat menimbulkan kecemasan, ketidakpuasan kerja dan kecenderungan meninggalkan kerja (Munandar, 2006). Kondisi ini mempengaruhi pada kinerja perawat dalam melayani pasien, karena kinerja yang kurang baik akan berdampak pada pelayanan yang diberikan pada pasien. Lama masa kerja juga mempengaruhi stres kerja perawat, karena dari lama masa kerja bisa membentuk pengetahuan/keterampilan tentang metode suatu pekerjaan karena keterlibatan perawat dalam pelaksanaan tugas pekerjaan. Dari lama masa kerja yang berbeda dapat mempengaruhi coping perawat terhadap stres (Trijoko, 2001).

*) Penulis adalah Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto

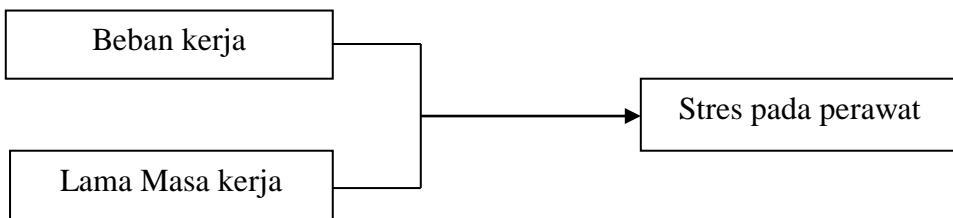
Penelitian oleh Asian di tahun 2009 di salah satu Rumah Sakit di Propinsi Jawa Timur tentang pelayanan keperawatan yang diselenggarakan oleh bidang keperawatan dalam memenuhi kebutuhan pasien tidak lepas dari pemenuhan kebutuhan tenaga perawat yang mencukupi dalam setiap kali dinas jaga (*shift*). Data ketenagaan yang di ambil pada tahun 2009 di bidang keperawatan Rumah Sakit adalah S1: 7 perawat, D3: 150 perawat, SPK: 30 perawat, D1 Kebidanan : 1 Orang, D3 Umum : 8 Orang. Jumlah ruang rawat inap ada 7 ruangan di tambah dengan ruang kebidanan 2 ruangan dan ruang pelayanan intensif 2 ruangan. Dengan demikian jumlah tenaga perawat ada 208 perawat. Hasil pendataan yang dilakukan bagian catatan medik Rumah Sakit Islam Surakarta selama tahun 2009 di dapatkan hasil jumlah pasien masuk 5620 pasien. Dengan kapasitas tempat tidur 192 bed, jumlah rata- rata nilai BOR yaitu 63,83 dan jumlah perawat rawat inap Rumah Sakit terdiri dari 104 perawat dengan tingkat pendidikan yang berbeda dan lamanya masa kerja serta pengalaman yang diperoleh akan semakin menjadi pemicu terhadap munculnya stres dimana akhirnya akan menurunkan kinerja dari perawat itu sendiri. Dari Studi Pendahuluan yang terjadi berkaitan dengan stres kerja di antaranya adalah tingginya jumlah pasien di RSUD RA. Basuni Kecamatan Gedeg Kabupaten Mojokerto, banyaknya pasien yang memerlukan tindakan keperawatan medis, tingkat pendidikan dan lama masa kerja yang berbeda. Di RSUD RA. Basuni Kecamatan Gedeg Kabupaten Mojokerto pada 10 perawat diketahui bahwa 7 perawat menyatakan beban kerja yang diterimanya tidak menjadi beban dan karena lama masa kerja dari perawat itu > 3 tahun jadi pengalaman dan keterampilan sudah dibekali dengan baik, sehingga dalam koping stres sudah baik dan tidak menjadi suatu beban yang bisa menyebabkan stres berat. Sedangkan 3 perawat menyatakan merasa beban kerja yang diterima menjadi beban dalam pekerjaannya.

Beban kerja perawat di pengaruhi oleh kondisi pasien yang selalu berubah, jumlah rata - rata jam perawatan yang di butuhkan untuk memberikan pelayanan langsung pada pasien serta dokumentasi asuhan keperawatan (Kusmiati, 2007). Akibat negative dari permasalahan ini, kemungkinan timbul emosi perawat yang tidak diharapkan. Beban kerja yang berlebihan ini sangat berpengaruh terhadap produktifitas tenaga kesehatan dan tentu saja berpengaruh terhadap produktifitas Rumah Sakit itu sendiri. Kondisi keperawatan dengan beban kerja yang meningkat kemungkinan timbulnya stres kerja, disamping itu kemampuan beradaptasi dengan pekerjaan yang diterimanya sesuai dengan lama kerja, dimana lama kerja kurang dari satu tahun berdampak pada kemampuannya sehingga menimbulkan stres. Menurut Rini (2009), beberapa dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh stres kerja dapat berupa: terjadinya kekacauan hambatan baik dalam manajemen maupun operasional kerja, mengganggu kenormalan aktifitas kerja, menurunkan tingkat produktifitas, menurunkan pemasukan dan keuntungan Rumah Sakit (Kirom, 2009).

Salah satu cara untuk menghindari stres yaitu kesesuaian jumlah pasien yang harus dirawatnya dengan kapasitas kerjanya sesuai dengan pendidikan yang diperoleh, *shift* yang digunakan untuk mengerjakan tugasnya yang sesuai dengan jam kerja yang berlangsung setiap hari, serta kelengkapan fasilitas yang dapat membantu perawat menyelesaikan kerjanya dengan baik. Berdasarkan fenomena yang terjadi, perawat memiliki stresor yang tinggi karena perawat setiap hari akan berhadapan dengan aspek lingkungan fisik dan lingkungan psikososial yang tinggi dari pekerjaan. Sehingga kemungkinan besar akan terjadi stres pada perawat karena beban kerja yang berlebih (Gregson, 2007). Hal ini mendorong peneliti untuk mengetahui sejauh mana hubungan beban kerja dan lama masa kerja dengan stres pada perawat di ruang perawatan 2 di RSUD RA. Basuni Kecamatan Gedeg Kabupaten Mojokerto.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian dilaksanakan di ruang perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto pada bulan Mei 2011. Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*, dengan variabel bebas (*Independent*) adalah beban kerja dan lama kerja dan variabel terikat (*dependent*) adalah stres pada perawat.



Gambar 3.1 Kerangka Kerja Hubungan Beban Kerja dan Lama Masa Kerja dengan Stres Pada Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat di ruang perawatan 2 di RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto sebanyak 27 orang dengan sampel penelitian adalah perawat di ruang perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto sebanyak 27 orang. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu seluruh populasi digunakan sebagai sampel.

Tabel 3.1 Definisi Operasional Hubungan Beban Kerja dan Lama Masa Kerja Dengan Stres Pada Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

Variabel	Definisi Operasional	Kriteria	Skala
<u>Independen :</u> Beban kerja	Berat ringannya tanggung jawab atas beban yang diberikan oleh atasannya meliputi: a Beban kerja tambahan b Sistem penugasan	Normal : 76-100% Ringan : 56-75% Sedang : 26-55% Berat : 0-25% (Hidayat, 2010)	Ordinal
Lama kerja	Lama kerja waktu kerja berdasarkan masa kerja yang dihitung dari tahun	Baru : < 1 tahun Lama : \geq 1 tahun (Nasier, 2010)	Nominal
<u>Dependen</u> Stres pada perawat	Keadaan yang menyebabkan seseorang tidak mampu beradaptasi terhadap tekanan, berdasarkan gejala terhadap stres	Stres ringan: skor 6-14 Stres sedang: skor 15-27 Stres berat skor > 27 (Nursalam, 2008)	Ordinal

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner tertutup. Kuesioner beban kerja dan lama kerja menggunakan kuesioner diambil dari Nursalam (2008), sedangkan kuesioner untuk stres mengambil dari Nursalam (2008). Instrumen untuk mengukur beban kerja dan lama kerja menggunakan kuesioner, sedangkan stres menggunakan kuesioner dengan skala DASS.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji signifikansi hubungan beban kerja dan lama masa kerja dengan stres pada perawat, maka model analisis statistik yang tepat untuk penelitian ini adalah Analisis *Spearman rank's* dengan bantuan perangkat lunak SPSS. Pengambilan keputusan sebagai berikut:

- $\rho < \alpha$: H_1 diterima yang berarti ada hubungan beban kerja dan lama masa kerja dengan stres pada perawat di ruang perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto.
- $\rho > \alpha$: H_1 ditolak yang berarti tidak ada hubungan beban kerja dan lama masa kerja dengan stres pada perawat di ruang perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto.

C. HASIL PENELITIAN

RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto adalah Rumah Sakit yang berada di bawah naungan Pemerintah Kabupaten Mojokerto. Letaknya di Kelurahan Gedeg Kabupaten Mojokerto, tepatnya di Jalan Raya Gedeg Mojokerto.

Rumah sakit ini melayani pasien secara umum baik dari Askes, Jamsostek maupun Askes Gakin. Di bagian umum terdapat unit gawat darurat siap 24 jam. Unit rawat inap yang terdiri dari ruang perawatan 1 yaitu ruang Arjuna (kelas utama), ruang lawu (kelas 1), ruang krakatau (kelas 2), ruang perawatan 2 yaitu ruang Bromo (internal laki-laki), ruang Rinjani (internal perempuan), ruang welirang (paru laki-laki dan perempuan), Asjasmoro (anak), ruang Argopuro (bedah laki-laki dan perempuan) ruang radiologi, ruang kandungan, ruang neonatus, kamar operasi, apotik dan poliklinik yang meliputi poli penyakit dalam, poli bedah, poli anak, poli syaraf, poli jantung, poli paru, poli THT, poli mata, poli umum, poli kulit dan kelamin, poli bedah orthopedik, poli urologi, poli gigi dan poli kandungan.

RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto mempunyai 13 dokter spesialis, dokter penyakit dalam 1, dokter paru 1, dokter mata 1, dokter orthopedi 1, dokter bedah 2, dokter kulit dan kelamin 1, dokter syaraf 1, dokter anak 2, dokter kandungan 2, dokter anastesi 1. Terdapat 92 perawat yang berstatus PNS dan honorer, 35 non perawat dan 155 non medis. Dan 27 perawat yang berada di ruang perawatan 2.

1. Data Umum

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Perawat

Tabel 3.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

No.	Usia	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	< 20 tahun	0	0
2.	20-40 tahun	18	66,7
3.	40-60 tahun	9	33,3
4.	> 60 tahun	0	0
Jumlah		27	100

Dari tabel 3.2 di atas diketahui bahwa sebagian besar usia responden adalah 20-40 tahun yaitu 18 responden (66,7%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Perawat

Tabel 3.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

No.	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	D III Keperawatan	25	93
2.	S 1 Keperawatan	2	7
Jumlah		27	100

Dari tabel 3.3 di atas diketahui bahwa responden sebagian besar berpendidikan D III keperawatan yaitu 25 responden (93%).

c. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 3.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Laki-laki	7	26
2.	Perempuan	20	74
Jumlah		27	100

Dari tabel 3.4 di atas diketahui bahwa responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu 20 responden (74%).

2. Data Khusus

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Beban Kerja Perawat

Tabel 3.5 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

No.	Beban Kerja	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Berat	4	14,8
2.	Sedang	8	29,6
3.	Ringan	15	55,6
4.	Tidak menjadi beban	0	0
Jumlah		27	100

Dari tabel 3.5 di atas diketahui bahwa lebih dari setengah yaitu 15 responden (55,6%) mempunyai pandangan bahwa bekerja sebagai perawat adalah beban kerja ringan.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Kerja Perawat

Tabel 3.6 Distribusi Frekuensi Lama Kerja Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

No.	Lama Kerja	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	< 1 tahun	10	37
2.	> 1 tahun	17	63
Jumlah		27	100

Dari tabel 3.6 di atas diketahui bahwa lebih dari setengah yaitu 17 responden (63%) sudah bekerja lebih dari 1 tahun.

c. **Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Stres Perawat**

Tabel 3.7 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Perawat di Ruang Perawatan 2 RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

No.	Tingkat stres	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Normal	2	7,4
2.	Ringan	10	37,1
3.	Sedang	8	29,6
4.	Berat	7	25,9
Jumlah		27	100

Dari tabel 3.7 di atas diketahui bahwa tingkat stress paling banyak adalah ringan yaitu 10 responden (37,1%).

d. **Tabulasi Silang Beban Kerja Dengan Tingkat Stress Pada Perawat.**

Tabel 3.8 Tabulasi Silang Beban Kerja Dengan Tingkat Stress RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

Beban kerja	Tingkat stres								Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
Berat	-	-	1	3,8	-	-	3	11,1	4	14,9
Sedang	2	7,4	3	11,1	1	3,7	2	7,4	8	29,6
Ringan	-	-	6	22,2	7	25,9	2	7,4	15	55,5
Tidak jd beban	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Total	2	7,4	10	37,1	8	29,6	7	25,9	27	100
								P =	α =	
								0,007	0,05	

Berdasarkan tabel 3.8 diketahui bahwa hubungan beban kerja ringan berhubungan dengan tingkat stress sedang sebanyak 7 responden (25,9%).

Keterangan dari tabel 3.8 menunjukkan bahwa dari 27 responden. Berdasarkan uji *Rank Spearman* diperoleh hasil perhitungan dengan nilai $p = 0,007$ sedangkan $\alpha = 0,05$. Oleh karena nilai signifikan lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian ada hubungan beban kerja dengan stres pada perawat.

e. **Tabulasi Silang Lama Masa Kerja Dengan Tingkat Stress Pada Perawat.**

Tabel 3.9 Tabulasi Silang Lama Kerja Dengan Tingkat Stress Pada Perawat RSUD RA. Basuni Kec. Gedeg Kabupaten Mojokerto Tahun 2011.

Lama Kerja	Tingkat Stres								Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat			
	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%	Σ	%
<1 tahun	1	3,7	6	22,2	1	3,7	2	7,4	10	37
>1 tahun	1	3,7	4	14,9	7	25,9	5	18,5	17	63
Total	2	7,4	10	37,1	8	29,6	7	25,9	27	100
									P = 0,007	$\alpha = 0,05$

Berdasarkan tabel 3.9 diketahui bahwa hubungan lama kerja >1 tahun berhubungan dengan tingkat stress sedang sebanyak 7 responden (25,9%).

Keterangan tabel 3.9 menunjukkan bahwa dari 27 responden. Berdasarkan uji *Rank Spearman* diperoleh hasil perhitungan dengan nilai $p = 0,015$ sedangkan $\alpha = 0,05$. Oleh karena nilai signifikan lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian ada hubungan masa kerja dengan stres pada perawat.

D. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN.

1. Beban Kerja

Berdasarkan tabel 3.5 menunjukkan bahwa dari 27 responden sebagian besar beranggapan beban kerja ringan sebanyak 15 responden (55,6%), sedangkan responden yang beranggapan beban kerja sedang sebanyak 8 responden (29,6%), sedangkan responden yang beranggapan beban kerja berat sebanyak 4 responden (14,8%).

Setiap pekerjaan apapun jenisnya apakah pekerjaan tersebut memerlukan kekuatan otot atau pemikiran, adalah beban yang melakukan. Dengan sendirinya beban ini dapat berupa beban fisik, beban mental, ataupun beban sosial sesuai dengan jenis pekerjaan si pelaku. Seorang kuli angkat junjung di pelabuhan sudah barang tentu akan memikul beban fisik lebih besar dari pada beban mental atau sosial. Sebaliknya seorang petugas bea dan cukai pelabuhan akan menanggung beban mental dan sosial lebih banyak dari pada beban fisiknya. Masing-masing orang memiliki kemampuan yang berbeda dalam hubungannya dengan beban kerja ini. Ada orang yang lebih cocok untuk menanggung beban fisik, tetapi orang lain akan lebih cocok melakukan pekerjaan yang lebih banyak pada beban mental atau sosial. Namun demikian, secara umum atau rata-rata mereka ini sebenarnya dapat memikul beban dalam batas tertentu, atau suatu beban yang optimal bagi seseorang. Oleh sebab itu, penempatan seorang pekerja atau karyawan seharusnya sesuai dengan beban optimum yang sanggup dilakukan agar tidak menyebabkan stress pada pekerja. Tingkat ketepatan penempatan seseorang pada suatu pekerjaan, di samping

didasarkan pada beban optimum juga dipengaruhi oleh pengalaman, keterampilan, motivasi, dan sebagainya (Notoadmodjo, 2007).

Beban kerja yang dialami oleh responden diantaranya dikarenakan tempat kerja, kejemuhan, penempatan kerja, umur dan lain-lain. Oleh karena itu dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat stres responden meskipun responden mempunyai pendidikan yang tinggi. Responden yang memiliki beban kerja ringan hanya sedikit yang menyebabkan stress pada responden.

2. Lama Masa Kerja

Berdasarkan tabel 3.7 menunjukkan bahwa dari 27 responden sebagian besar perawat sudah bekerja selama >1 tahun yaitu 17 responden (63%), sedangkan responden yang bekerja 1 tahun sebanyak 10 responden (37%).

Lama kerja adalah proses pembentukan pengetahuan atau keterampilan tentang metode suatu pekerjaan karena keterlibatan karyawan tersebut dalam pelaksanaan tugas pekerjaan, sehingga dengan lama kerja yang panjang dapat meningkatkan teknik dan metode dalam bekerja sehingga dapat mengurangi tingkat stres pada karyawan / pekerja (Trijoko, 2001).

Berdasarkan data tabel 3.7 menunjukkan bahwa semakin sedikit lama masa kerja makin mudah untuk responden menjadi stres. Hal-hal yang mempengaruhi responden bermacam-macam, hal tersebut dikarenakan dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya tingkat pendidikan, usia, dan jenis pekerjaan.

3. Tingkat Stres

Berdasarkan tabel 3.8 menunjukkan bahwa dari 27 responden sebagian besar mempunyai tingkat stres ringan sebanyak 10 responden (37,1%), sedangkan responden yang mempunyai tingkat stres berat sebanyak 7 responden (25,9%), sedangkan responden yang mempunyai tingkat stres sedang sebanyak 8 responden (29,6%), sedangkan responden yang tidak stres sebanyak 2 responden (7,4%).

Stres adalah stimulus atau situasi yang menimbulkan distres dan menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang. Stres membutuhkan coping dan adaptasi. Sindrom adaptasi umum atau teori Selye, menggambarkan stres sebagai kerusakan yang terjadi pada tubuh tanpa mempedulikan apakah penyebab stres tersebut positif atau negatif. Respons tubuh dapat diprediksi tanpa memerlukan stresor atau penyebab tertentu (Riyadi, 2010).

Faktor yang menjadi penyebab stres dapat dikelompokkan menjadi dua yaitu:

- a) Faktor internal, yakni dari dalam diri sendiri, misalnya kurangnya kepercayaan diri dalam melakukan pekerjaan, kurangnya kemampuan atau ketrampilan dalam melakukan pekerjaan, masa kerja kurang dari 1 tahun.
- b) Faktor eksternal, yakni faktor lingkungan kerja. Lingkungan kerja ini mencakup lingkungan fisik dan lingkungan sosial. Lingkungan fisik yang sering menimbulkan stres kerja adalah tempat kerja yang tidak hygienis, kebisingan yang tinggi, beban pekerjaan.

Hal ini terbukti dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan tingkat stres dikarenakan stimulus atau situasi yang menimbulkan distres pada lingkungan pekerjaannya dan menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang. Stres yang menjadikan beban bagi mereka.

4. Hubungan antara beban kerja dan dengan stres pada perawat.

Berdasarkan uji *Rank Spearman* diperoleh hasil perhitungan dengan nilai $p = 0,007$ sedangkan $\alpha = 0,05$. Oleh karena nilai signifikan lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian ada hubungan beban kerja dengan stres pada perawat.

Berdasarkan analisis data didapatkan Hubungan antara beban kerja dengan stres pada perawat. Hal ini sesuai dengan pernyataan Riyadi (2010), bahwa Stres adalah stimulus atau situasi yang menimbulkan distres dan menciptakan tuntutan fisik (beban kerja) dan psikis pada seseorang, Stres membutuhkan coping dan adaptasi. Sindrom adaptasi umum atau teori Selye, menggambarkan stres sebagai kerusakan yang terjadi pada tubuh tanpa mempedulikan apakah penyebab stres tersebut positif atau negatif (Riyadi, 2010). Beban kerja pada perawat juga dapat dipengaruhi dari MAKP yang digunakan dalam rumah sakit itu sendiri. MAKP yang digunakan dalam penelitian ini adalah MAKP tim. Model ini menggunakan tim yang terdiri atas anggota yang berbeda-beda dalam memberikan asuhan keperawatan terhadap sekelompok pasien. Perawat ruangan dibagi menjadi 2-3 tim/grup yang terdiri atas tenaga profesional, tenaga teknis, dan pembantu dalam satu grup kecil yang saling membantu (Bahtiar, 2010).

Beban kerja yang dialami oleh responden diantaranya dikarenakan tempat kerja, kejemuhan, penempatan kerja, umur dan lain-lain. Oleh karena itu dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat stres responden meskipun responden mempunyai pendidikan yang tinggi. Responden yang memiliki beban kerja ringan hanya sedikit yang menyebabkan stress pada responden dan MAKP tim yang digunakan pada RSUD RA. Basuni belum berjalan 100% sehingga bisa menyebabkan beban kerja pada perawat.

5. Hubungan antara lama masa kerja dengan stres pada perawat.

Berdasarkan uji *Rank Spearman* diperoleh hasil perhitungan dengan nilai $p = 0,015$ sedangkan $\alpha = 0,05$. Oleh karena nilai signifikan lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima dengan demikian ada hubungan lama masa kerja dengan stres pada perawat.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak mengalami stress berat fisiologis maupun stres psikologis, hal ini dikarenakan individu dalam merespon suatu stressor dipengaruhi oleh suatu mekanisme coping atau lama masa kerja. Individu yang tidak mengalami stres dikarenakan ia bisa melakukan suatu respon yang sehat terhadap stres sebagai suatu bentuk perbaikan keseimbangan pada sistem lingkungan dari dalam maupun luar atau yang disebut adaptif (Handoko, 2006).

Berdasarkan data di atas menunjukkan bahwa semakin sedikit lama masa kerja makin mudah untuk responden menjadi stress. Hal-hal yang mempengaruhi responden bermacam-macam, hal tersebut dikarenakan dipengaruhi oleh berbagai faktor diantaranya tingkat pendidikan, usia, dan jenis pekerjaan.

E. PENUTUP.

Tidak dapat dipungkiri bahwa pekerjaan (*shift*) yang monoton bisa mempengaruhi kinerja perawat. Jadi dari pihak Rumah sakit manajemennya bisa mengubah/*rolling shift*, strategi manajemen sesuai dengan jumlah perawat dan pengalaman perawat sehingga tingkat beban kerja dan tingkat stress dapat berkurang.

Perlu adanya sarana yang mendukung bagi perawat untuk mengurangi keadaan stress dengan menggunakan meminimalkan beban kerja seperti pelatihan, merubah strategi manajemen yang lebih baik dan modifikasi kerja agar perawat sehingga tingkat stress dapat diminimalkan.

Perlu adanya partisipasi perawat dalam mengurangi stress baik dengan pelatihan dan modifikasi pengurangan beban kerja, untuk mengurangi tingkat stress. Meningkatkan kinerja, mengikuti pelatihan untuk menambah ilmu yang terbaru tentang

keperawatan dan memodifikasi suasana tempat kerja yang lebih baik sehingga dapat memiliki coping yang baik dalam mengatasi pekerjaan sehingga beban kerja bisa berkurang dan bisa meminimalkan timbulnya stres.

DAFTAR PUSTAKA.

- Abraham & Shanley, 2005. *Buku Ajar Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Asri, 2003. *Stres dan Kepuasan Kerja*. (<http://www.jurnal-sdm.blogspot.com>. diakses tanggal 14 Mei 2011).
- Bahtiar, 2010. *Manajemen Organisasi*. Jogjakarta: Graha Ilmu.
- Gregson, 2007. *Stres*. Jogjakarta: Arruz.
- Handoko, 2006. *Tinjauan tentang Kinerja*. (<http://www.resuurces.unpad.ac.id>. Diakses tanggal; 14 Mei 2011).
- Hidayat, 2010. *Metode Penelitian untuk Kebidanan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Iswanto, 2010, *Manajemen Organisasi*. Jakarta: Pustaka Setia.
- Kirom, 2009. *Mengukur Kinerja Pelayanan dan Kepuasan Pasien*. Jakarta: Pustaka Reka Cipta.
- Kusmiati, 2007. *Pengaruh Beban Kerja*. (<http://jurnal-sdm.blogspot.com> diakses tanggal 19 Februari 2011).
- Maramis, WF. 2009. *Ilmu Kedokteran Jiwa*. Surabaya : Airlangga University Press.
- Maryland Health Careers, 2009. *Manajemen Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Munandar, 2006. *Manajemen Kerja*. Jakarta: Pustaka Setia.
- Nazier, 2009. *Metode Penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Notoatmodjo, 2007. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Jakarta: Rineka Cipta.
- _____, 2010. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam, 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- _____, 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Edisi III. Jakarta: Salemba Medika.
- PPNI Jatim, 2011. *Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga PPNI*. (<http://PPNI Jatim.fikes.wordpress.com> diakses 7 maret 2011)
- Potter, 2010. *Fundamentals of Nurse Fundamental Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Riyadi, 2010. *Asuhan Keperawatan Jiwa*. Jogjakarta: Graha ilmu.
- Rini, 2009. *Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Pustaka Setia.
- Sugiyono, 2010. *Statistik untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta.
- Trijoko, 2001. *Pengaruh Tingkat Pendidikan, Masa Kerja terhadap Kinerja*. (<http://jurnalskripsi.com.pdf.htm>. Diakses 14 Mei 2011).