

ANALISIS DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP STRES KERJA TENAGA KESEHATAN DI RSUD WARU KAB. PAMEKASAN

Atikah Rahadiani Basar¹ Rifaatul Laila Mahmudah² Eka Diah Kartiningrum³

¹Mahasiswa Prodi Magister Kesehatan Masyarakat STIKES Majapahit Mojokerto

^{2,3}Dosen Prodi Magister Kesehatan Masyarakat STIKES Majapahit Mojokerto

ABSTRACT

Health-care workers are confronted with condition that demand to always provide optimum health-care service. It causes health-care workers to cope with stress at work. Health-care workers may experience stress at work when the job demand are not suitable with their abilities. There are several factors that can cause work stress to health-care workers, including family's support. The purpose of this study is to know family's support analyzes for the work stress on health-care workers in RSUD Waru, Pamekasan Regency. The method of this research is a type of quantitative research using an observational analytic design through cross sectional approach with research focus is directed to know the effect of family support for the work stress of health-care workers in RSUD Waru, Pamekasan Regency. The number of population is 122 people and the number of samples are 55 respondents which are taken by Simple Random Sampling technique. The result of linear regression shows Fcount value is 45,769 with P Value (0.000) it means that there is influence of family support for work stress. The value of determinant coefficient shows 0.463 which means that 46.3% of work stress is determined by family support while the remaining amount to 53.7% is effected by other factors. In this study, the result is found that there is an influence between family support with stress work of health-care workers in RSUD Waru, Pamekasan Regency. Family's support has negative relation towards the work stress that is experienced by health-care workers. Health care workers who receive sufficient family support will experience less work stress.

Keyword: family support, health care workers, work stress

A. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting bagi setiap orang. Tanpa memiliki kesehatan yang baik, seseorang akan mengalami kesulitan untuk melakukan aktifitas sehari-hari. Kesehatan didefinisikan sebagai keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (Indonesia, R. 2009).

Tenaga kesehatan memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang maksimal kepada masyarakat, sehingga masyarakat mampu untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat. Dalam menjalankan perannya, tenaga kesehatan dihadapkan pada berbagai keadaan yang menuntut untuk selalu memberikan pelayanan kesehatan yang optimal (Poluan, S. 2021). Tenaga kesehatan harus berpikir dan bertindak dengan cepat dan akurat dalam menghadapi masalah kesehatan pasien, serta melakukan kesalahan seminimal mungkin untuk dapat meningkatkan kualitas kesehatan pasien. Hal ini dapat menimbulkan perasaan negatif pada tenaga kesehatan, seperti kecemasan ataupun kesedihan. Perasaan ini bisa berdampak terhadap kesejahteraan mental petugas kesehatan, yang merupakan salah satu manifestasi dari stress kerja (Koamesah, G. T., et.al. 2022).

Stres kerja merupakan ketegangan yang dialami oleh seseorang dalam melakukan pekerjaannya karena adanya ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dengan kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan pekerjaan (Djamaluddin, N. M. 2022). Stress yang berlebihan akan berakibat buruk terhadap kemampuan individu untuk berhubungan dengan lingkungannya secara normal. Stress yang dialami dalam jangka waktu yang lama dengan intensitas yang cukup tinggi akan mengakibatkan kelelahan, baik fisik maupun mental (Djamaluddin, N. M. 2022).

Tenaga kesehatan dapat mengalami stress kerja ketika tuntutan pekerjaan tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki (Koamesah, G. T., et.al. 2022). Prevalensi stress kerja pada tenaga kesehatan cukup tinggi. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Yang di China terhadap 8.135 tenaga kesehatan primer didapatkan prevalensi stress pada tenaga kesehatan sebesar 62,6%. Sebanyak 4.911 partisipan mengalami stress derajat ringan-sedang (60,4%), sedangkan sebanyak 181 partisipan mengalami stress derajat berat (2,2%) (Yang, D., et.al. 2023). Di Indonesia, sebuah studi cross sectional yang dilakukan pada tenaga kesehatan di RS Mayapada Tangerang didapatkan stress kerja pada mayoritas responden kategori ringan sebesar 63,3%, stress kerja kategori sedang sebesar 31,3%, dan stress kerja responden kategori berat sebesar 5,4% (Rewo, K. N., et.al. 2020). Penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kepanjen Malang didapatkan sebanyak 57,1 % tenaga kesehatan mengalami stress tingkat sedang dan sebanyak 42,9% tenaga kesehatan mengalami stress tingkat ringan selama masa pandemi Covid-19 (Fortuna, F., et.al. 2023)..

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa tingginya stres pada petugas kesehatan tidak hanya berpengaruh pada masalah kesehatan fisik dan mental, tetapi juga menyebabkan menurunnya produktifitas kerja dan rendahnya kualitas pelayanan kesehatan (Menon NK, et. al. 2020). Semakin tinggi stres kerja maka kinerja, kepuasan, produktivitas, dan kepedulian petugas kesehatan akan semakin rendah (Antika, C. 2022). Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja pada tenaga kesehatan, diantaranya beban kerja, kondisi kerja, beban tugas, dan shift kerja (Rewo, K. N., et.al. 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Yang didapatkan hasil bahwa dukungan keluarga memiliki hubungan negatif terhadap kelelahan kerja yang dialami petugas kesehatan. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan keluarga yang diperoleh oleh tenaga kesehatan, maka semakin rendah stres kerja yang dialami (Yang, D., et.al. 2023).

Berdasarkan hal tersebut, dapat diketahui bahwa penting untuk mengetahui tentang angka kejadian stress kerja pada tenaga kesehatan di suatu pelayanan kesehatan. RSUD Waru merupakan salah satu rumah sakit milik Pemerintah Kabupaten Pamekasan yang terletak ±36km di utara kota Pamekasan. Keberadaan RSUD Waru yang terletak jauh dari pusat Kota Pamekasan diharapkan mampu menjangkau dan memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas pada masyarakat Pamekasan di daerah utara kota Pamekasan. Dalam hal ini, tenaga kesehatan RSUD Waru memiliki peranan yang penting sebagai ujung tombak pemberi layanan kesehatan yang berkualitas, sehingga perlu untuk diperhatikan bagaimana tingkat stress kerja yang dihadapi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis dukungan keluarga terhadap stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain observasional analitik melalui pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di

RSUD Waru Kabupaten Pamekasan pada bulan Mei sampai dengan Agustus tahun 2023. Subyek penelitian ini adalah tenaga kesehatan RSUD Waru Kabupaten Pamekasan. Dengan populasi semua tenaga kesehatan RSUD Waru Kabupaten Pamekasan yang berjumlah 122 orang, sedangkan jumlah sample berjumlah 55 orang yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Variabel independent dalam penelitian ini adalah dukungan keluarga, sedangkan variabel dependent adalah stress kerja. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dukungan keluarga dan stress kerja yang telah dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas. Data dianalisis menggunakan *Regresi Linear* melalui *Statistic Product And Solution Servis* (SPSS). Hubungan antara dukungan keluarga dan stress kerja diketahui melalui *Structural Equation Model* (SEM) menggunakan Smart PLS.

C. HASIL PENELITIAN

1. Dukungan Keluarga Tenaga Kesehatan di RSUD Waru Pamekasan

Tabel 1. Dukungan Keluarga Tenaga Kesehatan di RSUD Waru Pamekasan

No	Dukungan keluarga	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	8	14,5
2	Cukup	38	69,1
3	Baik	9	16,4
	Total	55	100

Tabel 1 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan keluarga pada kategori yang cukup yakni sebanyak 38 orang (69,1%) sedangkan yang memiliki dukungan keluarga pada tingkat yang kurang hanya sebagian kecil yaitu sebanyak 8 orang (14,5%).

2. Dukungan Informasional pada Tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Tabel 2. Dukungan Informasional pada Tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan

No	Dukungan Informasional	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	8	14,6
2	Cukup	40	72,7
3	Baik	7	12,7
	Total	55	100

Tabel 2 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan informasional pada kategori cukup yakni sebanyak 40 orang (72,7%) sedangkan tenaga kesehatan yang memiliki dukungan yang baik hanya sebagian kecil saja yakni sebanyak 7 orang (12,7%).

3. Dukungan Penilaian pada Tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Tabel 3. Dukungan Penilaian tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Dukungan Penilaian	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	10	18,2
2	Cukup	45	81,8
3	Baik	0	0
	Total	55	100

Tabel 3 menjelaskan bahwa hampir seluruh tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan penilaian yang cukup yakni sebanyak 45 orang (81,8%) dan tidak ada responden yang memiliki dukungan keluarga yang baik.

4. Dukungan Instrumental pada Tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Tabel 4. Dukungan instrumental tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Dukungan instrumental	Frekuensi	Persentase
1	Kurang	6	10,9
2	Cukup	37	67,3
3	Baik	12	21,8
	Total	55	100

Tabel 4 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan instrumental pada tingkat yang cukup yakni sebanyak 37 orang (67,3%) sedangkan yang memiliki dukungan kurang hanya sebagian kecil saja.

5. Dukungan Emosional pada Tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Tabel 5. Dukungan emosional tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Dukungan emosional	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	10	18,2
2	Cukup	33	60,0
3	Baik	12	21,8
	Total	55	100

Tabel 5 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan emosional pada tingkat cukup yakni sebanyak 33 orang (60%) sedangkan sebagian kecil responden memiliki dukungan emosional yang kurang.

6. Stress Kerja Tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Tabel 6. Stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Stres kerja	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	18	32,7
2	Sedang	26	47,3
3	Berat	11	20,0
	Total	55	100

Tabel 6 menjelaskan bahwa hampir 50% tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki stres kerja pada kategori sedang yakni sebanyak 26 orang (47,3%) sedangkan yang memiliki stres berat menempati proporsi yang paling kecil.

7. Gejala fisiologis stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Tabel 7. Gejala fisiologis stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Gejala fisiologis stres kerja	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	10	18,2
2	Sedang	35	63,6
3	Berat	10	18,2
	Total	55	100

Tabel 7 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan mengalami gejala fisiologis stress pada tingkat yang sedang yakni sebanyak 35 orang (63,6%) sedangkan yang memiliki gejala fisiologis yang ringan dan berat mempunyai proporsi yang sama.

8. Gejala psikologis stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Tabel 8. Gejala psikologis stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Gejala psikologis stres kerja	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	10	18,2
2	Sedang	36	65,5
3	Berat	9	16,4
	Total	55	100

Tabel 8 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan mengalami gejala psikologis pada kategori sedang yakni sebanyak 36 orang (65,5%) sedangkan yang mengalami gejala psikologis stres pada tingkat yang berat memiliki proporsi yang terkecil.

9. Gejala perilaku stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Tabel 9. Gejala perilaku stres kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

No	Gejala perilaku stres kerja	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	14	25,5
2	Sedang	32	58,2
3	Berat	9	16,4
	Total	55	100

Tabel 9 menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki gejala perilaku stress pada kategori yang sedang yaitu sebanyak 32 orang (58,2%). Sedangkan pada kategori berat memiliki proporsi yang paling kecil yaitu sebanyak 9 orang (16,4%).

10. Pengaruh dukungan keluarga terhadap stress kerja tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan.

Tabel 10. Pengaruh dukungan keluarga terhadap stress kerja tenaga kesehatan di RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Dukungan keluarga	Stres kerja		
	Ringan	Sedang	Berat
Kurang	0 (0%)	0 (0%)	8 (14,5%)
Cukup	10 (18,2%)	26 (47,3%)	2 (3,6%)
Baik	8 (14,5%)	0 (0%)	1 (1,8%)
Total	18 (32,7%)	26 (47,3%)	11 (20,0%)
F hitung =45,769 (0,000) B= 3,640, Thitung= -6,765 p value (0,000) CI 95% (3,097-4,184) R ² =0,463			

Tabel 10 menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan stress kerja. Pada table tersebut diketahui bahwa tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan yang memiliki dukungan keluarga yang kurang mengalami stres pada tingkat yang berat sedangkan tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan dengan dukungan keluarga yang baik hampir seluruhnya memiliki stres kerja yang ringan.

D. PEMBAHASAN

1. Dukungan keluarga tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan keluarga kategori cukup, yaitu sebanyak 38 orang (69,1%). Selain itu, sebanyak 9 responden memiliki dukungan keluarga kategori baik (16,4%) sedangkan yang memiliki dukungan keluarga kategori kurang hanya Sebagian kecil yaitu 8 orang (14,5%)

Keluarga merupakan orang terdekat dalam kehidupan seseorang, begitu pula dengan tenaga kesehatan. Anggota keluarga dipandang sebagai bagian yang tidak terpisahkan dalam lingkungan keluarga. Keluarga juga berfungsi sebagai sistem pendukung bagi anggotanya. Anggota keluarga memandang bahwa orang yang bersifat mendukung, selalu siap memberikan pertolongan jika diperlukan. Dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi bagi individu dalam menjalankan tugasnya, termasuk juga bagi tenaga kesehatan. Sebagai garda terdepan pada sistem pelayanan kesehatan, tenaga kesehatan memerlukan dukungan keluarga untuk menjalankan peran dan tugasnya. Dukungan keluarga yang diperoleh oleh tenaga kesehatan mencakup dukungan informasional, penilaian, instrumental, dan emosional. Dukungan informasional dapat berupa pemberian informasi dan motivasi untuk bekerja dengan giat, pemberian nasehat yang dapat mengurangi stressor yang dihadapi tenaga kesehatan dalam menjalankan tugasnya, maupun berdiskusi mengenai hal yang sedang dihadapi dalam pekerjaan. Dukungan penilaian dapat ditempuh dengan cara mendengarkan keluhan kesah yang dialami oleh tenaga kesehatan, memberikan respon umpan balik berupa pemberian saran, memberikan dukungan terhadap tindakan yang dilakukan maupun keputusan yang diambil oleh tenaga kesehatan dalam menjalankan tugasnya. Dukungan instrumental berupa pertolongan praktis dan konkrit yang diberikan keluarga kepada tenaga kesehatan, seperti menyediakan kebutuhan dan fasilitas yang diperlukan untuk bekerja, memberikan ruang, waktu, dan kesempatan untuk beristirahat selepas lelah bekerja. Sedangkan dukungan emosional berupa pemberian kasih sayang, perhatian, pujian, kepedulian, sehingga tenaga kesehatan dapat merasakan energi positif dalam keluarga yang dapat memotivasi pekerjaannya.

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan keluarga yang cukup, tetapi masih ada beberapa responden yang kurang mendapatkan dukungan keluarga. Salah satu hal yang menjadi penyebabnya karena keluarga yang terlalu sibuk dengan pekerjaannya.

2. Dukungan informasional pada tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan informasional pada kategori cukup yaitu sebanyak 40 orang (72,7%), sedangkan tenaga kesehatan yang memiliki dukungan informasional yang kurang sebanyak 8 orang (14,6%), dan tenaga kesehatan yang memiliki dukungan informasional kategori baik hanya sebagian kecil saja yaitu sebanyak 7 orang (12,7%).

Peran keluarga dalam pemberian dukungan dinilai sebagai pusat informasi, artinya keluarga diharapkan mengetahui segala informasi terkait dengan anggota keluarga, seperti pemberian saran dan sugesti, informasi yang dapat digunakan untuk mengungkapkan suatu permasalahan. Manfaat dari dukungan ini adalah untuk meminimalisir munculnya tekanan yang ada pada diri individu, dalam hal ini dapat berupa tekanan yang berasal dari tuntutan pekerjaan, seperti memberikan nasehat, usulan, petunjuk, serta pemberian informasi yang mungkin akan dibutuhkan oleh anggota keluarga (Hastuti, 2020).

Dukungan informasional dalam keluarga bermanfaat untuk meminimalisir munculnya tekanan yang ada pada diri seorang anggota keluarga. Seorang anggota keluarga yang berprofesi sebagai tenaga kesehatan tentu menghadapi berbagai

tekanan dalam menjalankan peran dan tugasnya. Oleh karena itu, dukungan ini sangat dibutuhkan. Pada penelitian ini, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan informasional keluarga yang cukup. Dukungan tersebut diperoleh melalui pemberian informasi dan motivasi untuk bekerja dengan giat, pemberian nasehat yang dapat mengurangi stressor yang dihadapi tenaga kesehatan dalam menjalankan tugasnya, maupun berdiskusi mengenai hal yang sedang dihadapi dalam pekerjaan.

3. Dukungan penilaian pada tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan hamper seluruh tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan penilaian kategori cukup yaitu sebanyak 45 orang (81,8%). Sebanyak 10 orang (18,2%) memiliki dukungan penilaian kategori kurang, dan tidak ada responden yang memiliki dukungan penilaian kategori baik

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa sebagian besar responden memiliki dukungan penilaian keluarga yang cukup. Responden dengan dukungan penilaian yang cukup merasa bahwa keluarga dapat bertindak sebagai sarana umpan balik, dimana keluarga dapat menjadi pendengar yang baik untuk berkeluh-kesah mengenai pekerjaan, memberikan saran atas permasalahan yang sedang dihadapi, serta mendukung dan menghargai setiap keputusan yang diambil oleh responden dalam menjalankan pekerjaannya. Dukungan penilaian yang diberikan oleh keluarga mampu membuat individu merasa dihargai dan dicintai di lingkungan keluarganya sehingga memberikan respon positif dari penerima dukungan.

4. Dukungan instrumental pada tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar tenaga kesehatan RSUD waru Pamekasan memiliki dukungan instrumental kategori cukup yaitu sebanyak 37 orang (67,3%) sebanyak 12 orang tenaga kesehatan memiliki dukungan instrumental kategori baik (21,8%), sedangkan yang memiliki dukungan instrumental kategori kurang hanya Sebagian kecil saja, yaitu sebanyak 6 orang (10,9%). Menurut Friedman dukungan instrumental merupakan dukungan keluarga untuk membantu secara langsung dan memberikan kenyamanan serta kedekatan (Friedman, 2013).

Pada penelitian ini, sebagian besar responden memiliki dukungan intrumental yang cukup. Dukungan instrumental pada tenaga kesehatan berupa pertolongan praktis dan konkrit yang diberikan oleh keluarga. Dukungan ini dapat secara langsung membantu tenaga kesehatan, sehingga menimbulkan kedekatan dan memberikan kenyamanan. Bentuk dukungan ini seperti menyediakan makanan ataupun kebutuhan lainnya yang diperlukan untuk bekerja, memberikan atau menyediakan fasilitas untuk bekerja, dan memberikan waktu dan kesempatan untuk beristirahat selepas lelah bekerja.

5. Dukungan emosional pada tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan memiliki dukungan emosional kategori cukup yakni sebanyak 33 orang (60%), sebanyak 12 orang (21,8%) responden memiliki dukungan emosional kategori baik, sedangkan sebagian kecil responden memiliki dukungan emosional kurang, yaitu sebanyak 10 orang (18,2%).

Dukungan emosional berperan penting bagi individu, termasuk juga bagi tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh Fortuna terhadap tenaga kesehatan

yang bekerja di Puskesmas didapatkan bahwa dukungan keluarga yang paling tinggi rata-ratanya ialah dukungan emosional. Responden dengan dukungan emosional yang tinggi merasa bahwa keluarganya selalu mendampingi ketika dibutuhkan, selalu memerhatikan kondisi responden, selalu berusaha menyediakan waktu ketika responden ingin bercerita, dan membantu responden melakukan aktivitas dalam kehidupan sehari-hari (Fortuna, Ahsan and Kristianingrum, 2022).

Pada penelitian ini, sebagian besar responden memiliki dukungan emosional yang cukup. Dukungan emosional yang dirasakan oleh tenaga kesehatan dapat menjadi energi positif yang dapat menjadi sumber motivasi dalam menjalankan peran dan tugas. Dukungan ini dirasakan responden berupa pemberian kasih sayang, perhatian, pujian, maupun kepedulian keluarga terhadap pekerjaan. Bentuk kepedulian juga dirasakan ketika keluarga bersedia mendengarkan keluh kesah yang disampaikan.

6. Stress kerja tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini mendapatkan bahwa hampir 50% tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan mengalami stres kerja kategori sedang yakni sebanyak 26 orang (47,3%), sebanyak 18 orang (32,7%) mengalami stres ringan, dan yang memiliki stres kategori berat menempati proporsi yang paling kecil, yaitu sebanyak 11 orang (20,0%).

Seorang tenaga kesehatan dihadapkan pada berbagai paparan stres dalam menjalankan pekerjaannya. Penelitian ini mendapatkan bahwa hampir separuh responden mengalami stres kerja kategori sedang. Adapun gejala stres yang dialami responden bervariasi, baik berupa gejala fisiologis, psikologis, maupun perilaku. Gejala fisiologis yang dialami meliputi perasaan jantung berdebar, nyeri ulu hati, kekakuan pada otot leher, peningkatan frekuensi nadi dan nafas, gangguan pola makan, pegal ataupun nyeri pada bagian tubuh tertentu. Gejala psikologis yang dialami berupa perasaan tertekan dalam bekerja, perasaan bersalah, mudah lupa dan kehilangan konsentrasi, menghindari dari masalah, jenuh terhadap pekerjaan, hingga menurunnya produktifitas kerja. Sedangkan gejala perilaku yang dialami berupa ketegangan berinteraksi dalam pekerjaan, mudah tersinggung dan marah, tidak menyukai pekerjaan hingga meninggalkan pekerjaan. Perlu diketahui berbagai faktor penentu yang dapat mempengaruhi dan menyebabkan stress kerja, sehingga stress kerja dapat dihindari ataupun diatasi.

7. Gejala fisiologis stres pada tenaga kesehatan RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Sebagian besar tenaga Kesehatan RSUD Waru Pamekasan mengalami gejala fisiologis stres pada Tingkat yang sedang yaitu sebanyak 35 orang (63,6%) sedangkan yang memiliki gejala fisiologis yang ringan dan berat mempunyai proporsi yang sama, yaitu masing – masing sebanyak 10 Orang (18,2%).

Menurut Beehr dan Newman (dalam Asih, 2018) menyebutkan gejala fisiologis, berupa: meningkatnya denyut jantung, tekanan darah, laju pernafasan, sekresi hormon stress, kecenderungan mengalami penyakit kardiovaskular dan gangguan gastrointestinal (gangguan lambung), meningkatnya kelelahan secara fisik, menyebabkan sakit pada kepala, punggung dan ketegangan otot, menimbulkan gangguan tidur dan fungsi imun tubuh (Gusti Yuli Asih, S.Psi *et al.*, 2018).

Setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda untuk bisa bertahan terhadap stres yang dihadapi, termasuk juga dengan perbedaan gejala stress yang dialami. Hal tersebut disebabkan karena tiap individu memiliki perbedaan tuntutan hidup. Tenaga kesehatan merupakan profesi dengan tingkat stress yang tinggi. Sebagian besar tenaga kesehatan mengalami gejala fisiologis stress tingkat sedang. Adapun gejala fisiologis yang dialami meliputi perasaan jantung berdebar saat bekerja, nyeri ulu hati, kekakuan pada otot leher, peningkatan frekuensi nadi dan nafas, gangguan pola makan, pegal ataupun nyeri pada bagian tubuh tertentu.

8. Gejala psikologis stres pada tenaga kesehatan RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan mengalami gejala psikologis stress pada kategori sedang yakni sebanyak 36 orang (65,5%), tenaga kesehatan yang mengalami gejala psikologis stress kategori ringan sebanyak 10 orang (18,2%), sedangkan yang mengalami gejala psikologis stress pada tingkat yang berat memiliki proporsi yang terkecil yaitu sebanyak 9 orang (16,4%).

Gejala psikologis stress menurut Robbins berupa ketegangan, kecemasan, sifat mudah marah, kebosanan, dan penundaan (Robbins, 2008). Sedangkan menurut (Beehr dan Newman (dalam Asih, 2018)) menyebutkan gejala psikologis stress berupa: kecemasan, ketegangan, perasaan frustrasi, mudah tersinggung dan marah, sensitive, penarikan diri, depresi, komunikasi tidak efektif, kelelahan mental, ketidakpuasan kerja, kehilangan konsentrasi dan percaya diri (Gusti Yuli Asih, S.Psi *et al.*, 2018).

Stres yang dialami tenaga kesehatan merupakan proses interaksi dengan lingkungan kerja, yang mempresentasikan akumulasi perasaan negatif akibat kerja. Penelitian ini mendapatkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan mengalami gejala psikologis stress. Gejala psikologis yang dialami berupa perasaan tertekan dalam bekerja, perasaan bersalah, mudah lupa dan kehilangan konsentrasi, menghindari dari masalah, jenuh terhadap pekerjaan, hingga menurunnya produktifitas kerja

9. Gejala perilaku stres pada tenaga kesehatan RSUD Waru Kabupaten Pamekasan

Hasil penelitian ini mendapatkan bahwa Sebagian besar tenaga Kesehatan RSUD Waru pamekasan memiliki gejala perilaku stres pada kategori sedang sebanyak 32 orang (58,2%), tenaga kesehatan mengalami gejala perilaku stress sebanyak 14 orang (25,5%), sedangkan pada kategori berat memiliki proporsi yang paling kecil sebanyak 9 orang (16,4%).

Gejala stres kerja timbul karena adanya hubungan interaksi dan komunikasi antara individu dan lingkungannya. Hal tersebut juga muncul karena adanya jawaban individu yang berwujud emosi, fisiologis, dan pikiran terhadap kondisi, situasi, atau peristiwa yang meminta tuntutan tertentu terhadap diri individu dalam pekerjaannya. Dalam penelitian ini didapatkan sebagian besar tenaga kesehatan mengalami gejala perilaku stress kategori sedang. Terdapat sejumlah kondisi kerja yang sering menyebabkan stres gejala perilaku yang dialami berupa ketegangan berinteraksi dalam pekerjaan, mudah tersinggung dan marah, tidak menyukai pekerjaan hingga meninggalkan pekerjaan.

10. Pengaruh dukungan keluarga terhadap stress kerja tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh dukungan keluarga terhadap stres kerja tenaga Kesehatan. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang kurang mendapatkan dukungan keluarga mengalami stres pada Tingkat yang berat, sedangkan responden dengan dukungan keluarga yang baik hampir seluruhnya memiliki stres kerja yang rendah. Hasil regresi linier menunjukkan nilai F hitung sebesar 45,769 dengan p value (0,000) yang berarti bahwa ada pengaruh dukungan keluarga terhadap stres kerja. Nilai koefisien determinan menunjukkan 0,463 yang berarti bahwa 46,3% stres kerja ditentukan oleh dukungan keluarga sedangkan sisanya sebesar 53,7% disebabkan oleh faktor yang lain.

Sedangkan stres kerja didefinisikan sebagai suatu kondisi dari interaksi manusia dengan pekerjaannya pada sesuatu berupa suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seseorang. Lingkungan pekerjaan berpotensi menjadi stressor kerja. Stressor kerja merupakan segala kondisi yang dipersepsikan karyawan sebagai suatu tuntutan dan dapat menimbulkan stress kerja (Gusti Yuli Asih, *et al.*, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Fortuna (2022) bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat stress. Sebanyak 10 responden yang mengalami stress tingkat sedang memiliki dukungan keluarga yang rendah, sedangkan sebanyak 14 responden yang mengalami stress ringan memiliki dukungan keluarga yang tinggi. Didapatkan korelasi negatif antara dukungan keluarga dan tingkat stress. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan keluarga maka akan semakin rendah tingkat stress yang dialami tenaga kesehatan (Fortuna, Ahsan and Kristianingrum, 2022). Hal ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Antika, bahwa secara parsial ada pengaruh dukungan keluarga terhadap stres kerja petugas kesehatan di Puskesmas Kecamatan Batang-Batang Kabupaten Sumenep (Antika, 2022).

Tenaga kesehatan mempunyai potensi mengalami stres kerja. Stres kerja pada tenaga kesehatan disebabkan oleh beberapa faktor, baik faktor individu, organisasi, maupun lingkungan. Keluarga merupakan lingkungan terdekat dan yang paling sering berinteraksi dalam kehidupan seorang tenaga kesehatan. Oleh karena itu, dukungan keluarga memiliki peran penting dalam mereduksi stres kerja serta meningkatkan motivasi kerja tenaga kesehatan.

D. PENUTUP

Pada penelitian ini didapatkan pengaruh antara dukungan keluarga dengan stress kerja tenaga kesehatan RSUD Waru Pamekasan. Dukungan keluarga berkorelasi negatif dengan stress kerja pada tenaga kesehatan. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan keluarga maka akan semakin rendah tingkat stress kerja yang dialami tenaga kesehatan. Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan agar keluarga dapat memberikan dukungan penuh terhadap tenaga kesehatan. Selain dapat mengurangi tingkat stress kerja pada tenaga kesehatan, dukungan ini juga diharapkan dapat membantu tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan kesehatan yang optimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Antika, C. (2022) 'Analysis of Family Support and Reinforcement on Work Stress of Health Officers at Public Health Center Batang-Batang District Sumenep Website : <https://jqph.org/> | Email : jqph@strada.ac.id Journal for Quality in Public Health', 6(1), pp. 177–183.
- Cai, H. *et al.* (2020) 'Psychological impact and coping strategies of frontline medical staff in Hunan between January and March 2020 during the outbreak of coronavirus disease 2019 (COVID) in Hubei, China', *Medical Science Monitor*, 26, pp. 1–16. Available at: <https://doi.org/10.12659/MSM.924171>.
- Djamaluddin, N. M. (2022). Pengaruh stres kerja terhadap kinerja pada tenaga kesehatan dimasa pandemi Covid-19. *Fair Value: Jurnal Ilmiah Akuntansi dan Keuangan*, 5(2), 1110-1118
- Fortuna, F., Ahsan, A., & Kristianingrum, N. D. (2023). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Tenaga Kesehatan Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Puskesmas. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 7(1), 43-53.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018) *Stress Kerja*. Semarang: Semarang University Press.
- Hastuti, M. (2020) *Pengaruh Dukungan Keluarga dan Lingkungan Kerja terhadap Stres yang Dialami Dosen dan Pegawai di Fakultas Ushuluddin, Adab dan Dakwah IAIN Parepare*. IAIN Parepare. Disertasi tidak dipublikasikan.
- Hidayatullah, H. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Tenaga Kesehatan Di Rumah Sakit Umum Daerah Meuraxa* (Doctoral dissertation, UIN Ar-Raniry).
- Indonesia, R. (2009). Undang-undang Republik Indonesia nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan. *Jakarta Republik Indonesia*
- Karadaş, A. and Duran, S. (2022) 'The effect of social support on work stress in health workers during the pandemic: The mediation role of resilience', *Journal of Community Psychology*, 50(3), pp. 1640–1649. Available at: <https://doi.org/10.1002/jcop.22742>.
- Koamesah, G. T., Virilia, S., & Musa, M. (2022). Resilience in health workers: The role of social support and calling. <https://dspace.uc.ac.id/handle/123456789/6274>
- Menon, N. K., Shanafelt, T. D., Sinsky, C. A., Linzer, M., Carlasare, L., Brady, K. J., ... & Trockel, M. T. (2020). Association of physician burnout with suicidal ideation and medical errors. *JAMA network open*, 3(12), e2028780-e2028780.
- Poluan, S. (2021). Pemberlakuan tindak pidana bagi tenaga kesehatan apabila melakukan kelalaian terhadap penerima pelayanan kesehatan menurut Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan. *Lex Crimen*, 10(3).
- Rewo, K. N., Puspitasari, R., & Winarni, L. M. (2020). Faktor–Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rs Mayapada Tangerang Tahun 2020. *Jurnal Health Sains*, 1(3), 112-120
- Yang, D., Fang, G., Fu, D., Hong, M., Wang, H., Chen, Y., ... & Yang, J. (2023). Impact of work-family support on job burnout among primary health workers and the mediating role of career identity: A cross-sectional study. *Frontiers in Public Health*, 11, 1115792