

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRESS KERJA PADA PERAWAT PELAKSANA DI UNIT RAWAT JALAN

Erna Wahyu Wardani¹, Eltanina Ulfameyitalia Dewi^{2*}, Rista Islamarida³, Mamik⁴,
Santoso⁵

Prodi Keperawatan Program Sarjana STIKES Guna Bangsa Yogyakarta¹

*Email Korespondensi: eltanina.dewi@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena penurunan angka kunjungan ke unit rawat jalan di masa pandemi ternyata justru meningkatkan beban kerja perawat di unit rawat jalan. Pasien yang menghindari kunjungan karena ketakutan terpapar virus baru datang berkunjung setelah perburukan sehingga justru akhirnya meningkatkan kebutuhan asuhan keperawatan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja dan stress kerja di unit rawat jalan pada salah satu rumah sakit di Yogyakarta di masa pandemi Covid-19. Metode penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*). Sampel adalah 50 perawat pelaksana di rawat jalan yang diambil dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner elektronik tertutup dan data dianalisis dengan uji *ranks spearman(rs)*. Analisis *ranks spearman(rs)* menunjukkan bahwa pada taraf signifikansi $p = 0,05$ diperoleh nilai $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$ dan nilai $rs=0,311$. Hasil penelitian menyimpulkan adanya hubungan positif yang signifikan antara hubungan beban kerja dan stress kerja di unit rawat jalan.

Kata Kunci: Beban kerja, stress kerja, perawat, rawat jalan

ABSTRACT

The phenomenon of decreasing the number of visits to outpatient units during the pandemic has actually increased the workload of nurses in outpatient units. Patients who avoid visits due to fear of being exposed to the virus only come to visit after worsening, which actually ends up increasing the need for nursing care. The aim of this research is to determine the relationship between workload and work stress in the outpatient unit at a hospital in Yogyakarta during the Covid-19 pandemic. Quantitative analytical research method with a cross-sectional approach. The sample was 50 outpatient nurses taken using total sampling technique. Data were collected using a closed electronic questionnaire instrument and data were analyzed using the Spearman ranks test (rs). Spearman ranks analysis (rs) shows that at a significance level of $p=0.05$, the value of $p=0.000$ is obtained so that $p<0.05$ and the value of $rs=0.311$. The results of the study concluded that there was a significant positive relationship between workload and work stress in the outpatient unit.

Keywords: Workload, Workstress, Nurse, Outpatient

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 menyebabkan kunjungan pasien ke unit rawat jalan di Indonesia, menurun dari 25-30 pasien per harinya menjadi 10 pasien per hari (Suryaningtyas, W., Wahyuhadi & Turchan, 2020). Adapun di Kota Yogyakarta, angka kunjungan rawat jalan penurunannya sekitar 30 hingga 50%. Fenomena penurunan angka kunjungan ke unit rawat jalan di masa pandemi ternyata justru meningkatkan beban kerja perawat di unit rawat jalan. Pasien yang menghindari kunjungan karena ketakutan terpapar virusbaru datang berkunjung setelah perburukan sehingga justru akhirnya meningkatkan kebutuhan asuhan keperawatan (Borelli et al., 2020; Friandani, 2021; Hatmanti, 2020).

Beban kerja perawat juga mengalami peningkatan karena adanya peningkatan prosedur keamanan dengan penggunaan alat pelindung diri (APD) di seluruh *shift*, menjaga jarak spasial dengan pasien ketika kontak dekat tidak diperlukan, serta asesmen yang lebih proaktif dan detail untuk mengidentifikasi adanya kemungkinan kasus Covid-19. Selain itu peningkatan prosedur pengujian juga dapat terjadi seperti peningkatan kebutuhan *thorax* paru serta pengujian laboratorium lainnya (Lisker et al., 2020). Kemenkes RI secara resmi juga menambahkan prosedur skrining Covid-19 pada unit rawat jalan dengan menetapkan pemeriksaan suhu tubuh, riwayat demam, batuk, nyeri tenggorokan, hidung tersumbat, sesak nafas, malaise, sakit kepala, nyeri otot, riwayat kontak erat dengan pasien Covid-19, riwayat perjalanan dalam 14 hari serta merekomendasikan skrining pengujian lanjutan jika diperlukan (Kemenkes, 2020).

Beban kerja perawat di unit rawat jalan yang meningkat di masa pandemi Covid-19 sayangnya tidak diimbangi dengan peningkatan *reward*. Jumlah pasien justru menurun, prosedur asuhan keperawatan meningkat, peluang berinteraksi dengan pasien Covid-19 yang tidak terdiagnosis meningkat akan tetapi perawat di unit rawat jalan tidak termasuk dalam daftar penerima insentif Covid-19. Penurunan pasien rawat jalan justru menurunkan jumlah insentif jasa pasien yang diterima (Chizbiyah et al., 2020; Limbong, 2020).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, didapatkan bahwa terdapat 50 perawat pelaksana yang bertugas di unit rawat jalan yang terdiri dari 24 poli sehingga rasionya hanya cukup 3 perawat untuk 1 poli. Rasio ini masih tetap dari sebelum hingga saat pandemi Covid-19. Semenjak periode pandemi Covid-19 hingga kini belum pernah dilakukan adanya asesmen terkait beban kerja maupun stres kerja pada perawat pelaksana di unit rawat jalan meskipun perubahan prosedur terkait Covid-19 telah dilakukan selama lebih dari 1 tahun. Hasil wawancara dengan kepala rekam medis mengungkapkan bahwa jumlah perawat pelaksana di unit rawat jalan memang belum ideal dengan jumlah poli.

Rasio beban kerja dan personil makin sulit diperhitungkan di saat pandemi Covid-19. Jumlah pasien memang menurun dari biasanya sebelum pandemi Covid-19 di kisaran 1500 pasien rawat jalan per hari menjadi sekitar 750 pasien per hari dan dapat lebih kecil pada masa puncak kenaikan kasus serta lebih besar ketika kurva Covid-19 menurun. Di sisi lain seringkali kejadian perawat pelaksana yang bertugas menjadi kontak erat dan harus menjalani isolasi mandiri sehingga beban kerja harus dilimpahkan pada rekannya. Oleh karenanya, peneliti merasa perlu untuk melakukan kajian mengenai hubungan beban kerja dan stress kerja di unit rawat jalan.

METODE PENELITIAN

Penelitian analitik dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*) yang dilaksanakan di unit rawat jalan. Sampel adalah 50 perawat pelaksana di rawat yang diambil secara *total sampling*. Data diambil dengan instrumen kuesioner elektronik tertutup dalam format *google form* yang dibagikan melalui tautan *e-mail*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Perawat Pelaksana Unit Rawat Jalan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
20 – 29 Tahun	31	63
30 – 40 Tahun	18	36
>50 Tahun	1	2
Pendidikan		
Diploma	20	40
Sarjana dan Ners	30	60
Masa Kerja		
< 5 Tahun	27	54
5 – 10 Tahun	18	36
> 10 Tahun	5	10

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini berusia 30 tahun (62%) dengan latar belakang pendidikan S1 Ners (60%). Selain itu sebagian besar responden juga memiliki masa kerja di bawah 5 tahun (54%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Beban Kerja & Stres Kerja Perawat Pelaksana di Rawat Jalan

Beban Kerja	Frekuensi (f)	Persentase (%)	Stres Kerja	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	0	0	Tinggi	3	6
Sedang	43	86	Sedang	16	32
Rendah	7	14	Rendah	31	62
Jumlah	50	100	Jumlah	50	100

Pada tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar atau sebanyak 43 dari 50 responden menganggap bahwa beban kerja di rawat jalan pada kategori sedang (86%). Tidak ada responden yang mengkategorikan beban kerja di rawat jalan pada kategori tinggi. Diketahui juga bahwa sebagian besar atau sebanyak 31 dari 50 responden mengalami stres kerja pada kategori rendah (62%). Hanya ada 3 dari 50 responden saja yang mengalami stres kerja pada kategori tinggi (6%).

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Hubungan antara Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat Pelaksana Unit Rawat Jalan

Beban Kerja	Stres Kerja						Jumlah		CC	p
	Tinggi		Sedang		Rendah					
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Tinggi	0	0	0	0	0	0	0	0	0,311	0,028
Sedang	3	6	16	32	24	48	43	86		
Rendah	0	0	0	0	7	14	7	14		
Total	3	6	16	32	31	62	50	100		

Tabel 3 di atas menunjukkan pola kecenderungan bahwa responden dengan beban kerja rendah hanya mengalami stres kerja rendah. Sementara itu responden dengan beban kerja sedang bisa mengalami stres kerja dengan tingkatan yang lebih tinggi. Sementara itu hasil uji

korelasi *rank spearman* (r_s) antara variabel beban kerja dan stres kerja menghasilkan nilai signifikansi (p) hubungan sebesar 0,028 dengan besar nilai korelasi (r_s) sebesar 0,311. Nilai signifikansi yang lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai r -hitung yang lebih besar dari r -tabel ($r\text{-hitung} > 0,279$) mengindikasikan bahwa hubungan di antara kedua variabel yang diuji bersifat signifikan. Sementara itu nilai korelasi yang positif mengindikasikan arah hubungan yang bersifat positif (linier) dan besar nilai korelasi yang berada pada rentang 0,1 sampai 0,49 mengindikasikan keeratan hubungan yang lemah (Sugiyono, 2019). Demikian sehingga hasil pengujian korelasi *rank spearman* (r_s) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja pada perawat pelaksana unit rawat jalan.

PEMBAHASAN

Hasil analisis mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja pada perawat pelaksana di rawat jalan dengan tingkat keeratan hubungan yang lemah ($p < 0,05$; $r_s = 0,311$). Arah hubungan bersifat positif di mana hubungan beban kerja dan stres kerja bersifat linier. Semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi pula stres kerja yang dialami oleh perawat pelaksana di rawat jalan berlaku pula sebaliknya. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian pada masa pra-pandemi Covid-19 yang juga menemukan adanya hubungan dari beban kerja dan stres kerja pada perawat rawat jalan di RSUD Surabaya (Friandani, 2021). Studi permodelan juga menemukan bahwa beban kerja merupakan determinan yang signifikan bagi stres kerja di mana perawat pelaksana dengan jam kerja hingga lebih dari 50 jam per minggu memiliki resiko stres kerja 9,6 kali lebih tinggi dibandingkan perawat pelaksana yang bekerja 40 jam per minggunya ($OR = 9,6$). Sementara itu perawat pelaksana yang bekerja 41 hingga 50 jam per minggu memiliki resiko stres kerja 6 kali lebih tinggi dibandingkan perawat pelaksana yang bekerja 40 jam per minggunya (Sandianto et al., 2018).

Beban kerja fisik mempengaruhi kondisi fisik perawat sehingga menyebabkan reaksi emosional berupa gejala fisik stres kerja seperti sakit kepala, pegal-pegal dan gangguan pencernaan. Sementara itu beban kerja mental mempengaruhi kondisi psikologis perawat sehingga menyebabkan berbagai gejala gangguan *mood* seperti kurang bersemangat, sensitif dan mudah marah (Birhanu et al., 2018). Meskipun beban kerja menjadi prediktor signifikan bagi stres kerja, beban kerja mental ($OR = 39,54$) dipercaya memberikan porsi dampak yang lebih besar terhadap peningkatan stres kerja dibandingkan beban kerja fisik ($OR = 1,46$). Korelasi antara beban kerja dan stres kerja yang berada pada rentang lemah menunjukkan adanya peranan faktor-faktor lain yang lebih dominan dalam mempengaruhi stres kerja pada perawat pelaksana. Sebagaimana terlihat dalam hasil tabulasi silang, tidak ditemukan adanya responden yang memiliki persepsi beban kerja tinggi. Akan tetapi terdapat 6% responden yang memiliki stres kerja tinggi meskipun beban kerja mereka berada pada kategori sedang (Betancourt, 2015; Mowlae et al., 2016; Peeters et al., 2018).

Hal ini sesuai dengan studi Liang, Wu dan Wu mengenai faktor determinan stres kerja perawat rawat jalan yang menempatkan beban kerja sebagai faktor determinan terakhir dari stres kerja di masa pandemi Covid-19 setelah faktor kecemasan akan kecemasan akan kecukupan APD, faktor kecemasan akan ketidakpastian dan faktor adaptasi perilaku (Liang et al., 2021). Rendahnya tingkat keeratan hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada penelitian ini juga terlihat dari hasil analisis butir jawaban pada kuesioner stres kerja yang menunjukkan rendahnya indikasi *burnout* akibat *overworked* di mana gejala psikologis stres kerja yang dialami perawat tidak pernah sampai menyebabkan masalah interpersonal dengan rekan kerja (54%). Persepsi temuan terkait beban kerja seperti pekerjaan terlalu banyak (68%), tenaga keperawatan kurang (58%) dan pasien terlalu banyak (62%) hanya dilaporkan kadang-kadang terjadi (Gamble & Brennan, 2018; Lisker et al., 2020).

Di sisi lain gejala fisik stres kerja justru dilaporkan lebih dominan dari gejala psikologis. Gejala tersebut diantaranya meliputi kaku leher dan otot punggung, lambung tidak nyaman, pusing tanpa sebab yang jelas, dan jantung berdebar dengan rentang frekuensi dari sering hingga sangat sering. Gejala-gejala fisiologis tersebut justru mengarah pada kejadian *pandemic fatigue* yang muncul pada sebagian besar masyarakat, tidak hanya pada tenaga kesehatan. *Pandemic fatigue* muncul akibat rasa cemas yang terakumulasi di bawah sadar akibat ketidakpastian situasi, pembatasan interaksi sosial serta perubahan kondisi sosial. Hal ini sesuai dengan studi Liang, Wu dan Wu yang menempatkan faktor kecemasan akan ketidakpastian sebagai faktor determinan yang lebih dominan dari beban kerja dalam pengaruhnya terhadap stres kerja perawat rawat jalan (Nelson & Jones, 2019; Zakaria & Theresa, 2020; Zerbe, 2020).

SIMPULAN DAN SARAN

Karakteristik perawat pelaksana unit rawat jalan sebagian besar adalah berusia 23-30 tahun, berpendidikan Sarjana Ners dan telah bekerja di rawat jalan kurang dari 5 tahun. Perawat pelaksana unit rawat jalan di era pandemi Covid-19 sebagian besar mempersepsikan beban kerja mereka pada kategori sedang. Perawat pelaksana unit rawat jalan di era pandemi Covid-19 sebagian besar memiliki stres kerja mereka pada kategori rendah. Ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja pada perawat pelaksana unit rawat jalan dengan tingkat keeratan hubungan yang lemah dan arah hubungan yang bersifat positif. Disarankan kepada perawat yang mengalami stres kerja tinggi serta gejala *pandemic fatigue* disarankan untuk mengakses layanan konseling rumah sakit serta mengkomunikasikan kesulitan dengan perawat supervisor, manajemen disarankan untuk memperhitungkan kemungkinan pengalihan tenaga kerja (*deployed*) dari unit lain ke unit yang mengalami krisis tenaga keperawatan untuk mempertahankan layanan, termasuk unit rawat jalan dan untuk meneliti faktor-faktor lain yang dapat berperan dalam mempengaruhi hubungan antara beban kerja dan stres seperti kecemasan dan faktor adaptasi perilaku.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada responden dan tempat penelitian yang telah memberikan kesempatan dilaksanakannya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Betancourt, D. A. B. (2015). Madeleine Leininger and the Transcultural Theory of Nursing. *The Downtown Review*, 2(1). <https://engagedscholarship.csuohio.edu/tdr/vol2/iss1/1/>
- Birhanu, M., Gebrekidan, B., & Tesefa, G. (2018). Workload Determines Workplace Stress among Health Professionals Working in Felege-Hiwot Referral Hospital, Bahir Dar, Northwest Ethiopia. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 5, 40–44.
- Borelli, E., Grosso, D., & Vella, G. (2020). Impact of COVID-19 on outpatient visits and intravitreal treatments in a referral retina unit: let's be ready for a plausible "rebound effect". *Retinal Disorder*, 258, 2655–1660.
- Chizbiyah, W., Purnama, N., & Witcahyo, E. (2020). The analysis of workload of outpatient officers based on health workload analysis method. *Eurasia J Biosci*, 14.
- Friandani, W. jati. (2021). *Peran Perawat di Masa Pandemi Covid-19*. RS UNS. <https://rs.uns.ac.id/peran-perawat-di-masa-pandemi-covid-19/>
- Gamble, C., & Brennan, G. (2018). *Working with Serious Mental Illness: a manual for clinical practice* (Second edi). Elsevier.

- Hatmanti, N. M. (2020). *Pentingnya Peran Perawat di Pandemi Covid-19*. <https://unusa.ac.id/pentingnya-peran-perawat-di-pandemi-covid-19/>
- Kemkes. (2020). *Protokol Pelayanan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial bagi Petugas Kesehatan pada Pandemi Coronavirus Disease (Covid-19) di Fasilitas Pelayanan Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. [file:///C:/Users/HP/Downloads/Protokol Pelayanan Dukungan Kesehatan Jiwa dan Psikososial Bagi Petugas Kesehatan Pada Pandemi Covid 19 di Fasyankes.pdf](file:///C:/Users/HP/Downloads/Protokol%20Pelayanan%20Dukungan%20Kesehatan%20Jiwa%20dan%20Psikososial%20Bagi%20Petugas%20Kesehatan%20Pada%20Pandemi%20Covid%2019%20di%20Fasyankes.pdf)
- Liang, H.-F., Wu, Y.-C., & Wu, C.-Y. (2021). Nurses' experiences of providing care during the COVID-19 pandemic in Taiwan: A qualitative study. *Int J Mental Health Nurs*, 9(1).
- Limbong, S. T. (2020). *Virus Corona (Covid-19)*. <https://www.klikdokter.com/penyakit/coronavirus>
- Lisker, G., Narasimhan, M., & Greenberg, H. (2020). Ambulatory management of moderate to high risk COVID-19 patients: the coronavirus related outpatient work navigators protocol. *Home Health Care Management & Practice*, 33(1).
- Mowlae, P., Saeidi, R., & Stylianou, Y. (2016). Advances in Phase-Aware Signal Processing in Speech Communication. *Speech Communication*, 81(July 2016), 1–29. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.specom.2016.04.002>
- Nelson, R., & Jones. (2019). *Nelson-Jones' Theory and Practice of Counselling and Psychotherapy* (Sixth Edit). Sage Publications, Inc. https://books.google.co.id/books?id=vx6JCwAAQBAJ&pg=PA393&lpg=PA393&dq=nelson+jones+psychoeducation&source=bl&ots=JUGmEdtYKy&sig=Ltbx4tEr4qZ0JhCWmBn9dxqACrM&hl=en&sa=X&ved=0ahUKEwj1jMDqhJ_aAhWMpo8KHSETD_0Q6AEILzAB#v=onepage&q=nelson+jones+psychoeducation&
- Peeters, Y. V., Boersma, S. N., & Koopman, H. M. (2018). Predictors of quality of life: A quantitative investigation of the stress-coping model in children with asthma. *Health and Quality of Life Outcomes*.
- Sandianto, S., Tualeka, A. R., & Indriani, D. (2018). The effect of workload on the job stress of nurses in outpatient care unit of public hospital Surabaya Indonesia. *Indian J Public Health Res & Dev*, 1, 80–84.
- Sugiyono. (2019). *Buku Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); 2nd ed.). Penerbit Alfabeta.
- Suryaningtyas, W., Wahyuhadi, J., & Turchan, A. (2020). Neurosurgery at the epicenter of the COVID-19 pandemic in Indonesia. *Neurosurgery Focus*, 6.
- Zakaria, Z. Y. H., & Theresa, R. M. (2020). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Perilaku Factors That Influence the Behavior of Nonsuicidal Self-Injury (Nssi) in Teenage Girls. *Psikologi Sains Dan Profesi*, 4(2), 85–90.
- Zerbe, K. (2020). Pandemic fatigue: facing the body's inexorable demands in the time of Covid-19. *American Psychoanalytic Association*, 3, 475–478.