

# STRATEGI COPING PERAWAT DALAM MENGHADAPI STRES KERJA DI RUMAH SAKIT JIWA GRHASIA YOGYAKARTA

Rina Hardiyanti<sup>1</sup>, Iman Permana<sup>2</sup>

1 Mahasiswa Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

2 Dosen Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

E-mail: [rinahardiyanti92@gmail.com](mailto:rinahardiyanti92@gmail.com), [imanpermana@umy.ac.id](mailto:imanpermana@umy.ac.id)

Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul Yogyakarta 55183

## ABSTRAK

**Latar belakang:** Perawat psikiatrik mengalami berbagai tantangan dan masalah psikologis tentang stres kerja yang dihadapi. Dampaknya dapat mengancam kesehatan dan profesi perawat itu sendiri, sehingga harus menyesuaikan kondisi terhadap masalah tersebut yang biasanya disebut dengan (*coping*).

**Tujuan:** Untuk mengetahui penggunaan strategi coping yang digunakan oleh perawat dalam menghadapi stres kerja di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.

**Metode:** Desain penelitian ini menggunakan kualitatif studi fenomenologi terhadap 8 partisipan berdasarkan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian menggunakan wawancara semi berstruktur, catatan lapangan, dan perekam suara.

**Hasil:** Penelitian ini menghasilkan 4 tema yaitu, 1) Mencari dukungan :Tempat *sharing* masalah, Bantuan penyelesaian masalah, 2) Coping spiritual: Mendekatkan diri ke Tuhan, Membuat makna positif, 3) Pengendalian diri: Memahami kondisi, Mengendalikan emosi, dan 4) Pengalihan masalah: Membiarkan masalah, distraksi.

**Kesimpulan:** Perawat di Rumah Sakit Jiwa menggunakan strategi coping yang berbeda-beda untuk menghadapi stres kerja mulai dari coping berfokus masalah dan juga berfokus emosi. Tetapi dalam penelitian ini informan lebih banyak menggunakan *emotion focused coping*.

**Kata Kunci:** Strategi coping, Perawat, Stres kerja

# ***THE COPING STRATEGY OF NURSES IN DEALING WITH WORK STRESS IN YOGYAKARTA GRHASIA MENTAL HOSPITAL***

Rina Hardiyanti<sup>1</sup>, Iman Permana<sup>2</sup>

1 Nursing Masters Student at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

2 Lecturer Nursing Master Student at Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

E-mail: [rinahardiyanti92@gmail.com](mailto:rinahardiyanti92@gmail.com) , [imanpermana@umy.ac.id](mailto:imanpermana@umy.ac.id)

Jl. Brawijaya, Kasihan, Bantul Yogyakarta 55183

## ***ABSTRACT***

***Background:*** Psychiatric nurses experience various psychological challenges and problems concerning work stress that they face. The impact can threaten the health and profession of nurses themselves, so they have to adjust the conditions to these problems which are usually referred to as (coping).

***Purposes:*** To determine the use of coping strategies used by nurses in dealing with work stress at Yogyakarta Grhasia Mental Hospital.

***Method:*** The design of this study used a qualitative phenomenological study of 8 participants based on purposive sampling techniques. The research instrument used semi-structured interviews, field notes, and voice recorders.

***Results:*** This study produced 4 themes namely, 1) Seeking support: A place to share problems, problem-solving assistance, 2) Spiritual coping: Getting closer to God, Making a positive meaning, 3) Self-control: Understanding the condition, Controlling emotions, and 4) Diversion problem: Let the problem, Distraction.

***Conclusion:*** Nurses at the Mental Hospital use different coping strategies to deal with work stress ranging from problem-focused coping and also emotional focus. But in this study, the informants used more emotion-focused coping.

***Keywords:*** Coping strategies, nurses, work stress