

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stres kerja adalah masalah kesehatan serius, baik dari segi tingginya angka kejadian maupun dampaknya. Stres merupakan suatu epidemi yang dapat menyebar keseluruh dunia diantaranya negara di Asia tenggara termasuk Indonesia. Menurut *National Institute of Occupational Safety and Health* (NIOSH) melaporkan sekitar 40% pekerja menyatakan pekerjaan mereka penuh tekanan pada tingkat yang ekstrim. Laporan lainnya dari *Attitude in American Workplace VII* menyatakan 80% pekerja merasakan stres di pekerjaan mereka dan separuh membutuhkan bantuan untuk mengatasinya (Herqutanto et al., 2017).

Stres jangka panjang dapat mempengaruhi rumah sakit melalui ketidakpuasan perawat. Karena perawat adalah staf paling depan dari pelayanan kesehatan sehingga penting bagi perawat dan manager rumah sakit untuk mengambil tindakan yang dapat mengurangi stres. Perawat yang bekerja di bawah

tekanan karena beban kerja yang berat, cenderung dengan resiko kematian, konflik antar rekan kerja, kurangnya sumber daya, dan pelatihan yang tidak memadai dapat mengakibatkan stres kerja (Li et al., 2017).

Keperawatan psikiatri adalah bidang khusus praktik keperawatan yang berfokus pada penyediaan perawatan untuk pasien dengan gangguan mental. Perawat yang bekerja di unit perawatan psikiatrik perlu memberikan perawatan berkualitas tinggi kepada pasien dalam lingkungan kerja yang kompleks dan menantang. Keperawatan psikiatri telah diakui sebagai pekerjaan yang membuat stres karena menangani pasien dengan gangguan jiwa, yang berisiko membahayakan keselamatan diri perawat (Zarea et al, 2018).

Penelitian yang dilakukan Hasan, elsayed, & Tumah, (2018) menunjukkan bahwa perawat psikiatrik lebih tertekan, emosional, dan mengalami kelelahan yang cukup tinggi dibandingkan dengan perawat umum lainnya. Penelitian yang dilakukan oleh Zarea et al., (2018) menjelaskan bahwa pemberian perawatan kepada pasien dengan gangguan

mental yang parah di bangsal psikiatrik menyebabkan beberapa konsekuensi fisik, psikologis, dan sosial bagi perawat. Dalam studi Chambers et al., (2015) menjelaskan bahwa perawat psikiatrik mengalami berbagai tantangan dan masalah psikologis tentang stres yang dihadapi. Dampaknya dapat mengancam kesehatan dan profesi perawat itu sendiri. Sehingga penting untuk mengatasi masalah tersebut terutama dari perspektif perawat itu sendiri.

Meningkatnya stres kerja pada perawat dipacu karena harus selalu maksimal dalam melayani pasien. Dengan semakin bertambahnya tuntutan pekerjaan tersebut maka semakin besar kemungkinan perawat akan mengalami stres kerja Harris, (2013). Seperti penelitian yang dilakukan oleh Beh & Loo, (2012) menjelaskan bahwa kontributor utama stres kerja di antara perawat adalah pekerjaan itu sendiri. Beban kerja berat, kerja berulang, dan lingkungan kerja yang buruk adalah pemicu stres yang telah teridentifikasi. Oleh sebab itu perawat memerlukan satu cara untuk menyelesaikan atau menyesuaikan kondisi terhadap masalah

tersebut yang biasanya disebut dengan (*coping*) sehingga dapat menjalankan profesi keperawatannya secara profesional.

Penelitian Croxson et al., (2017) yang melibatkan oleh 34 responden di Inggris menyatakan bahwa seseorang yang bertanggung jawab dalam mengelola beban kerja akan sering menggunakan coping yang inovatif, dimana coping yang inovatif tidak hanya bermanfaat bagi dirinya sendiri namun juga bagi lingkungan. Coping merupakan sebuah respon dari perilaku dan pikiran terhadap penggunaan sumber daya yang dimiliki dari dalam diri maupun lingkungan.

Menurut Lazarus and Folkman, (1984) dalam Chang et al., (2006) secara umum membagi strategi coping dibagi kedalam dua kategori utama yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem Focused coping* adalah salah satu bentuk coping yang lebih berorientasi pada pemecahan masalah. Sedangkan *Emotion focused coping* yaitu usaha untuk mengurangi atau mengatur emosi dengan

cara menghindari agar tidak berhadapan langsung dengan stressor.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan peneliti pada bulan Oktober 2019 dengan salah satu kepala ruangan di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta, didapatkan hasil bahwa perawat mengalami stres kerja jika menangani pasien gangguan jiwa dengan kondisi gaduh gelisah, pasien dengan banyak permintaan, sulit diarahkan, mengamuk, dan mengalami kejadian-kejadian tak terduga dari pasien. Total perawat di Rumah Sakit Grhasia saat ini kurang lebih berjumlah 162 orang. Dengan total ruang rawat inap sejumlah 11 ruangan dan ruang rawat jalan sejumlah 3 ruangan. Disetiap satu ruang rawat inap terdapat sekitar 10 perawat yang berdinamika dengan pergantian shift kerja yang berbeda. Menurut data yang diperoleh jumlah total kunjungan pasien gangguan jiwa di Rumah Sakit Jiwa Grhasia sampai bulan september 2019 adalah 3.356 dan jumlah total pasien rawat inap 977 orang. Dengan jumlah pasien yang terus meningkat dapat mengakibatkan terjadinya

stres kerja pada perawat. Melalui strategi coping diasumsikan perawat jiwa dapat mengelola masalah yang sedang dihadapinya secara efektif. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui “Strategi Coping Perawat Dalam Menghadapi Stres Kerja di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yang akan dibahas adalah bagaimana strategi coping perawat dalam menghadapi stres kerja di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan strategi coping yang digunakan oleh perawat dalam menghadapi stres kerja di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Mengembangkan ilmu keperawatan khususnya dibidang keperawatan jiwa yang berkaitan dengan pengetahuan maupun pengalaman dalam memilih strategi coping bagi perawat dalam meghadapi stres kerja yang dapat mempengaruhi kualitas hidup di tenaga kesehatan. Pemilihan startegi coping yang efektif dapat membantu menurunkan tingkat stres.

2. Manfaat praktis

a. Pelayanan keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan maupun wawasan tambahan terhadap tenaga kesehatan khususnya perawat jiwa dalam menentukan strategi coping yang lebih efektif untuk digunakan dalam menangani masalah stres kerja.

b. Pendidikan

Menjadi bahan informasi tambahan bagi ilmu keperawatan dalam mengembangkan konsep

mengenai strategi coping serta dapat dijadikan pedoman dalam memilih strategi coping bagi individu.

c. Peneliti selanjutnya

Menjadi masukan dasar bagi peneliti selanjutnya terkait strategi coping pada perawat terhadap stres kerja serta dapat menambah variabel-variabel baru terkait stres kerja dan dapat memberikan solusi yang konkrit dari permasalahan tersebut. Dapat pula memberikan masukan tambahan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi strategi coping terhadap stres kerja.

E. Penelitian Terkait atau Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Tabel Penelitian Terkait

No	Judul	Tujuan	Metode	Hasil	Pembahasan
1	Challenge s Encounter ed by Nurses Working in Acute Psychiatric Wards: A Qualitative Study in Iran (Zarea et al., 2018)	Mengeksplorasi tantangan yang perawat hadapi saat bekerja di bangsal psikiatrik akut	Kualitatif	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian perawatan kepada pasien dengan gangguan mental yang parah di bangsal psikiatrik menyebabkan beberapa konsekuensi fisik, psikologis, dan sosial bagi perawat. Sehingga perlu memperhatikan kesehatan perawat untuk meningkatkan status pekerjaan di kehidupan perawat. Empat tema dikembangkan berdasarkan data yang dianalisis: "mengalami tantangan psiko-sosial," "Mengalami tantangan psikologis," "menghadapi katalis	Penelitian sekarang akan lebih mendalami pengalaman perawat menggunakan strategi coping terhadap stres kerja serta mencari beberapa solusi yang dapat dikembangkan perawat di Indonesia untuk meningkatkan status kesehatan mental agar terhindar dari stres.

- yang menyebabkan tantangan," dan "menggunakan berbagai strategi untuk mengatasi tantangan.
- 2 Occupational stress, coping strategies, and psychological-related outcomes of nurses working in psychiatric hospitals (Hasan et al., 2018)
- Untuk menilai stres di tempat kerja, penggunaan strategi coping dan tingkat depresi diantara perawat psikiatris.
- Kualitatif
- Penelitian ini menunjukkan perawat psikiatrik memiliki tingkat stres terkait pekerjaan yang sedang, perawat psikiatris mengalami stres emosional sebagai akibat dari agresi di lingkungan kerja dan menggunakan mekanisme coping yang berbeda untuk bertahan di lingkungan ini. Ketika perawat psikiatris mengalami stres emosional, mereka merasa kewalahan dan mengalami kelelahan.
- Penelitian sebelumnya sudah menjelaskan bahwa stress kerja banyak dialami oleh perawat serta perawat memiliki berbagai strategi coping yang berbeda dalam menangani masalah stress kerja, pada penelitian ini juga akan digali lebih dalam lagi tentang strategi coping yang akan digunakan oleh perawat jiwa.

- 3 Job stress and coping mechanisms among nursing staff in public health services. (Beh & Loo, 2012)
- Menyelidiki penyebab dan efek stres kerja yang menonjol dan mekanisme koping di antara perawat dalam layanan kesehatan masyarakat
- Kuantitatif
- Hasil penelitian menunjukkan bahwa kontributor utama stres kerja di antara perawat adalah pekerjaan itu sendiri. Beban kerja berat, kerja berulang, dan kerja buruk lingkungan adalah di antara pemicu stres yang diidentifikasi dalam kategori pekerjaan itu sendiri. Responden mengidentifikasi atasan yang tidak pengertian dan tidak adil, kurangnya pengakuan, dan konflik di dalam dan di antara kelompok adalah penyebab. Responden juga melihat dukungan sosial sebagai penyangga terhadap konsekuensi disfungsional dari stres yang berasal dari tempat kerja dan membangun jaringan pertemanan, keluarga, atasan, rekan kerja, dan kolega untuk
- Penelitian sekarang menggunakan desain kualitatif sehingga diharapkan lebih dapat mengeksplor strategi coping yang digunakan perawat serta mengidentifikasi faktor-faktor penyebab dari stress kerja yang dialami oleh perawat.

mencari emosi mendukung ketika dihadapkan dengan stres terkait pekerjaan di tempat kerja. Selanjutnya, responden mengadopsi lebih banyak dari satu mekanisme koping untuk mengatasi tekanan pekerjaan berdasarkan skenario, situasi, dan tingkat stres kerja.

- | | | | | | |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 4 | <p>Iranian
Clinical
Nurse
"Coping
Strategies
For Job
Stress"
(Jannati et
al., 2011)</p> | <p>Mengeksplorasi
strategi koping
yang digunakan
oleh perawat
klinis di Iran
secara
mendalam</p> | <p>Kualitatif</p> | <p>Hasil dari studi kualitatif saat ini menunjukkan bahwa kategori inti adalah "di jalan menuju coping" yang berisi enam kategori yang terdiri dari manajemen kerja, kontrol diri, emosional, spiritual, kognitif, dan interaksional strategi. Bahwa berbagai jenis strategi digunakan untuk mengatasi banyak stres. Model konseptual</p> | <p>Pada penelitian sebelumnya sudah dijelaskan berbagai strategi coping yang digunakan oleh perawat. Pada penelitian ini mungkin akan didapatkan hasil yang berbeda atau ada salah satu</p> |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

- muncul dari data menunjukkan bahwa perawat terlibat dalam proses dinamis berjuang untuk mengatasi pekerjaan stresor. strategi coping yang sama yang digunakan oleh perawat di RS Grhasia nantinya.
- 5 Relationsh Untuk Kuantitatif Dalam penelitian ini stres kerja adalah faktor yang mempengaruhi mekanisme koping pada perawat psikiatrik di RSJ Prof. DR. HB. Sa'anin Padang. 89,1% perawat berada dalam kategori stres kerja sedang dan 10,9% berada dalam kategori stres ringan. Berdasarkan kuesioner (PNOSS) pernyataan dengan nilai rata-rata tertinggi untuk stres kerja pada perawat psikiatrik adalah dokter yang tidak ada di tempat ketika dibutuhkan dan rata-rata terendah sulit untuk berkomunikasi dengan pasien.
- ip between mengidentifikasi dan menjelaskan hubungan antara strategi coping terhadap stress kerja pada perawat mental.
- Job Stress and Coping Mechanis m in Psichiatri c Nurse in National Mental Health Hospital (Sari & Erwina, 2018)
- Dari penelitian sebelumnya sudah dijelaskan beberapa faktor penyebab stres kerja dan sumber strategi coping yang digunakan oleh perawat. Dipenelitian sekarang mungkin dapat menemukan beberapa hal penyebab stres kerja yang dirasakan oleh perawat jiwa.

Adapun mekanisme coping berdasarkan pernyataan kuesioner (PNMCQ) dengan nilai rata-rata tertinggi adalah untuk menyadari bahwa pekerjaan yang dilakukan bernilai bagi orang lain.

6	<p>What strategies do the nurses apply to cope with job stress: A qualitative study (Eslami Akbar et al., 2015)</p>	<p>Mengeksplorasi pengalaman perawat untuk mengidentifikasi strategi yang mereka gunakan untuk mengatasi stres pekerjaan</p>	<p>Kualitatif</p>	<p>Analisis data muncul enam tema utama tentang strategi yang digunakan oleh perawat untuk mengatasi pekerjaan stres, yang, termasuk diantaranya yaitu : kontrol situasional kondisi, mencari bantuan, pemantauan situasi pencegahan, pengendalian diri, penghindaran dan pelarian serta coping spiritual.</p>	<p>Dalam penelitian ini juga menggunakan penelitian kualitatif dari hasil yang ditemukan nantinya akan dilihat kembali persamaan dari coping yang digunakam oleh perawat di Iran.</p>
---	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------
