

## HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT RUMAH SAKIT DI INDONESIA

**Rafika Alawiyah\***

Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam  
Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia  
[rafikaalawiyah2802@gmail.com](mailto:rafikaalawiyah2802@gmail.com)

**Susilawati**

Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam  
Negeri Sumatera Utara, Medan, Indonesia  
[susilawati@uinsu.ac.id](mailto:susilawati@uinsu.ac.id)

### **ABSTRACT**

*The workload on nurses needs to be considered so that there is no excessive burden that can cause stress on nurses. Job stress is a condition of tension that causes physical and psychological imbalances that can affect an individual's ability to deal with the environment. Furthermore, various symptoms of stress develop including physical, emotional and behavior that can interfere with work. The purpose of this study was to analyze the relationship between workload and work stress in hospital nurses in Indonesia. The research method used is systematic literature review which is used to identify, evaluate, and interpret all relevant research results related to this research. Researchers searched for relevant articles through Google Scholar. The results of this study are 5 relevant articles which state that workload has an influence on work stress in hospital nurses.*

**Keywords:** Workload, Work Stress, Nurse.

### **ABSTRAK**

Beban kerja pada perawat perlu diperhatikan agar tidak terjadi beban berlebih yang dapat menimbulkan stres pada perawat. Stres kerja merupakan kondisi ketegangan yang menimbulkan ketidakseimbangan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam menghadapi lingkungannya. Selanjutnya berkembanglah berbagai gejala stres meliputi fisik, emosi dan perilaku yang dapat mengganggu pekerjaan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat rumah sakit di Indonesia. metode penelitian yang digunakan yaitu systematic literature review yang digunakan untuk melakukan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian yang relevan terkait dengan penelitian ini. Peneliti melakukan pencarian artikel yang relevan melalui google scholar. Hasil penelitian ini terdapat 5 artikel relevan yang menyatakan bahwa beban kerja memiliki pengaruh terhadap stres kerja pada perawat rumah sakit.

**Kata Kunci:** Beban Kerja, Stres Kerja, Perawat.

### **PENDAHULUAN**

Sebagai salah satu tenaga kesehatan di rumah sakit, perawat memegang peranan penting di dalam rumah sakit dengan memberikan layanan kesehatan dalam bentuk asuhan keperawatan secara bio-sosial-kultural-spiritual secara komprehensif

kepada individu, keluarga, kelompok dan masyarakat baik sehat maupun sakit yang mencakup seluruh proses kehidupan manusia. Sebagai sebuah profesi yang masih berusaha menunjukkan jati diri, profesi keperawatan dihadapkan dengan banyak tantangan, bukan hanya dari faktor eksternal tetapi juga internal sehingga menuntut perawat untuk tetap profesional. (Kusumaningrum et al., 2022). Perawat memiliki tugas serta tanggung jawab yang besar sehingga mereka rentan mengalami stres. Beban kerja perawat merupakan suatu kegiatan atau aktifitas yang dilakukan perawat di unit pelayanan keperawatan selama bekerja. Setiap hari dalam proses pemberi pelayanan, perawat tidak hanya dihadapkan dengan pasien tetapi juga dengan keluarga pasien, rekan sejawat profesi, atasan, serta tenaga medis lainnya, dan peraturan yang ada ditempat kerja, yang terkadang dinilai tidak sesuai dengan kondisi fisik, psikis dan emosional. (ku'e et al.,2022 )

Beban kerja pada perawat perlu diperhatikan agar tidak terjadi beban berlebih yang dapat menimbulkan stres pada perawat. Beban kerja memerlukan perhatian khusus dari manajer keperawatan agar tidak terjadi beban kerja yang berlebih yang berujung pada stres kerja yang dialami perawat yang ditandai dengan kondisi perawat yang mengeluh pusing, jantung berdebar, dan emosional meningkat. Stres kerja merupakan suatu keadaan emosional yang timbul karena adanya ketidaksesuaian antara beban kerja dengan kemampuan individu untuk mengatasi stres kerja yang dihadapinya. Beberapa faktor berkontribusi terhadap tingginya persentase stres kerja yang dialami perawat salah satunya adalah ketidakseimbangan antara jumlah pasien dengan jumlah perawat, seorang perawat dapat bertanggung jawab atas 12 pasien. Stres kerja merupakan kondisi ketegangan yang menimbulkan ketidakseimbangan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam menghadapi lingkungannya. Selanjutnya berkembanglah berbagai gejala stres meliputi fisik, emosi dan perilaku yang dapat mengganggu pekerjaan. Kondisi stres ini akan berpengaruh penurunan kinerja perawat sehingga manajer keperawatan harus tetap memperhatikan beban kerja perawat untuk meminimalisir terjadinya stres kerja pada perawat. (sabil,2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Yulianti, 2021) bahwa dari 28 responden yang mengalami stres kerja sedang yaitu 21 responden (75.0%) lebih banyak dibandingkan beban kerja ringan yaitu 9 responden (40,9%). Setelah dilakukan uji statistik Chi-Square didapatkan p value = 0,031 ( $p \leq 0,05$ ) berarti ada hubungan beban kerja dengan stres kerja perawat di Ruang Bedah dan Interne Rumah Sakit Dr.Reksodiwiryo Padang Berdasarkan hasil uji statistik chi-square menunjukkan p-value= 0.031 ( $p < 0.05$ ), yang artinya ada hubungan beban kerja dengan stres kerja perawat pada di Ruang Bedah dan Interne Rumah Sakit Dr.Reksodiwiryo Padang Tahun 2018. Penelitian yang dilakukan oleh (Ku'e et al.2022) juga mengungkapkan hal yang sama yaitu bahwa semakin berat persepsi beban kerja, maka semakin tinggi tingkat stres yang di alami pada saat bekerja. Hal ini terbukti dari hasil penelitian bahwa dari 22 responden yang mengalami stres kerja sedang terdapat 19 responden

yang mengalami beban kerja berat dan terdapat 3 responden yang mengalami beban kerja ringan, sedangkan dari 8 responden yang mengalami stres kerja ringan terdapat 1 responden yang memiliki beban kerja berat dan terdapat 7 responden yang memiliki beban kerja ringan.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam bentuk *systematic literature review* yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat rumah sakit di indonesia.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *systematic literature review (SLR)*, metode ini digunakan untuk melakukan identifikasi, evaluasi, serta interpretasi terhadap semua hasil penelitian yang relevan terkait dengan penelitian ini. Peneliti melakukan pencarian artikel yang relevan melalui google scholar kata kunci yang digunakan yaitu “beban kerja”, “stres kerja”, dan “perawat”. Peneliti mereview 5 jurnal ilmiah nasional yang memiliki relevansi dengan judul penelitian. Adapun kriteria sample pada penelitian ini yaitu: a) artikel jurnal yang relevan terhadap hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit. b) publikasi artikel jurnal dalam rentang 5 tahun terakhir (2019-2023). c) artikel jurnal berasal dari peneliti indonesia. d) artikel jurnal memiliki sampel penelitian yaitu perawat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penulis dan Tahun Tertib	Judul	Sampel	Metode Penelitian	Hasil
Evi Sunarti, dkk. (2021)	Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat pelaksana ruang rawat inap	33 perawat pelaksana ruang rawat Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin Lampung	Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional. Dengan metode penelitian kuantitatif	terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin
Harmawati, Prima Yulianti. (2021)	Analisa hubungan beban kerja dengan stres kerja perawat	semua perawat pelaksana yang berjumlah 55 orang di Ruang Bedah dan Interne Rumah Sakit	Jenis penelitian yang digunakan itu penelitian deskriptif	ada hubungan beban kerja dengan stres kerja perawat di ruang bedah dan interne rumah sakit Dr.Reksodiwiryo Padang.Diharapkan

		Dr.Reksodiwiryono Padang	analitik dengan desain penelitian pendekatan Cross Sectional Studi	adanya suatu kebijakan dalam pengelolaan stres kerja terhadap beban kerja perawat membuat sistem pembagian tugas yang jelas sehingga perawat tidak mengalami stres kerja.
Puput Risti Kusumaningrum, dkk. (2022)	Hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja perawat di instalasi gawat darurat	Jumlah sampel yang diambil sebanyak 22 orang perawat dengan teknik purposive sampling.	Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional.	ada hubungan antara Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Kerja Perawat Di Ruang IGD RSUP dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. Saran peneliti perlu adanya poliklinik 24 jam sehingga dapat menurunkan beban kerja perawat IGD sehingga tidak mengakibatkan peningkatan tingkat stres kerja pada perawat.
Vanisa Salsabila Aurellia, Rahmawati Prihastuty. (2022)	Hubungan beban kerja dengan stres kerja pada wanita peran ganda yang berprofesi sebagai perawat	Sample yang digunakan sebanyak 150 responden diperoleh dengan kriteria yaitu (1) wanita yang bekerja sebagai perawat, (2) sudah menikah dan memiliki anak, dan (3) bertempat tinggal di Kota	Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel nonprobability sampling yaitu snowball sampling.	terdapat hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja pada wanita yang berprofesi sebagai perawat.

		Semarang. Proses analisis dilakukan dengan bantuan software pengolah data yakni SPSS.		
Afnina, nehra	ulgia	hubungan beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di instalasi bedah sentral rumah sakit umum daerah kota langsa tahun 2019	sampel dalam penelitian ini adalah seluruh petugas instalasi bedah sentral Rumah sakit Umum Daerah Kota Langsa yang berjumlah 27 responden menggunakan teknik sampling jenuh	Jenis penelitian ini bersifat analitik dengan desain cross sectional study
				Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di instalasi bedah sentral Rumah Sakit Umum Daerah Kota Langsa. Diperoleh nilai P-Value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di instalasi bedah sentral Rumah Sakit Umum Daerah Kota Langsa. Diperoleh nilai P-Value = 0,001 ( $p < 0,05$ ), ada hubungan Stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di instalasi bedah sentral Rumah Sakit Umum Daerah Kota Langsa

## **Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat**

Berdasarkan hasil literature review didapatkan semua artikel menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat rumah sakit di berbagai daerah di Indonesia. kualitas pelayanan kesehatan merupakan kegiatan yang menunjukkan tingkat kesempurnaan pelayanan kesehatan dalam memberikan kepuasan pada setiap pasien, perawat merupakan profesi yang berperan besar dalam rumah sakit karena perawat yang menjalin kontak pertama dan terlama dengan pasien. Beban kerja pada perawat sangat perlu diperhatikan agar tidak terjadi stres kerja pada perawat yang dapat memberikan dampak negatif terhadap kinerja dan kesehariannya.

Berdasarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Andinny V.Melo (melo et al., 2019) didapatkan adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja. Penelitian ini dilakukan pada perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon didapatkan bahwa banyak perawat yang merasa sangat stres diakibatkan karena terlalu banyak pekerjaan yang diberikan sehingga perawat merasa letih, capek, kaku pada bagian leher dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik serta bingung dalam menghadapi pekerjaan. Perawat sering merasakan ketegangan saat menghadapi pasien yang sedang dalam keadaan yang kritis karena belum terlalu banyak pengalaman dalam melakukan pekerjaan keperawatan. Perawat juga sering merasa sakit kepala dan kesal karena mendengar keluhan dari pasien maupun dari keluarga pasien. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puput risti kusumaningrum, dkk 2022 yang menyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja perawat di IGD RSUP dr.Soeradji Tirtonegoro Klaten, beban kerja yang terlalu banyak dapat menyebabkan ketegangan dalam diri seseorang sehingga menimbulkan stres.

Menurut pandangan peneliti berdasarkan hasil review, beban kerja sangat berpengaruh terhadap stres kerja. Perawat yang selalu menghabiskan waktunya untuk berhadapan dengan pasien tentu memiliki tingkat stres tersendiri. Perawat tentu merasa terbebani dengan pelayanan keperawatan yang harus serba ketat dan cekatan untuk menyelamatkan nyawa pasien, pencatatan dan pemantauan pasien setiap saat juga memiliki beban tersendiri bagi perawat. Dalam mempertahankan kondisi pasien agar tetap stabil juga menjadi beban emosional bagi perawat belum lagi adanya tekanan dari para keluarga pasien. Selain itu beban berlebih juga sering terjadi pada perawat, bisa saja 1 ruangan IGD hanya 1 perawat saja yang menjadi penanggungjawabnya. Beban-beban tersebut lama kelamaan akan menimbulkan tekanan secara terus menerus pada perawat sehingga perawat dapat mengalami stres kerja.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil literature review yang peneliti lakukan, terdapat 5 artikel yang menyatakan adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada

perawat rumah sakit di Indonesia. perawat yang terus menerus mendapat beban kerja yang berlebih akan mengalami suatu tekanan yang akan menyebabkan terjadinya stres kerja pada perawat di rumah sakit. oleh karena itu manajer keperawatan harus memperhatikan terkait beban kerja berlebih pada perawat.

Adapun saran dari peneliti yaitu diharapkan para perawat rumah sakit di Indonesia dapat memperhatikan kondisi kesehatan fisik maupun psikisnya dan dapat menerapkan manajemen stres kerja yang baik, untuk pimpinan rumah sakit di Indonesia agar lebih memperhatikan kesejahteraan para perawat dikarenakan tekanan dari beban-beban kerja perawat dapat menyebabkan stres kerja pada perawat yang tentunya akan berdampak pada kinerja mereka juga.

## DAFTAR PUSTAKA

- afnina, & nehra, ulgia. (2019). hubungan beban kerja dan stres kerja pada dengan kelelahan kerja pada perawat di instalasi bedah sentral rumah sakit umum daerah kota Langsa tahun 2019. *Jurnal Edukes*, 2.
- Beban, H., Dengan, K., Kerja, S., Wanita, P., Ganda, P., Berprofesi, Y., Perawat, S., Salsabila Aurellia, V., Prihastuty, R., Psikologi, J., & Artikel, I. (2022). Journal of Social and Industrial Psychology. In *JSIP* (Vol. 11, Issue 2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/sip>
- Ku, S., Kaseger, H., Alfian Kiling, M., Akbar, H., Program Studi Keperawatan, M., Kesehatan dan Teknologi Graha Medika, I., Studi Keperawatan, P., Kemenkes Manado, P., & Studi Kesehatan Masyarakat, P. (n.d.). *POLITEKNIK NEGERI NUSA UTARA HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT RSUD KOTA KOTAMOBAGU RELATIONSHIP OF WORKLOAD WITH WORK STRESS ON NURSES IN THE EMERGENCY INSTALLATION OF KOTAMOBAGU CITY HOSPITAL*.
- Kusumaningrum, P. R., Rusminingsih, E., & Jayadi, R. N. (2022). Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Kerja Perawat Di Instalasi Gawat Darurat. *Jurnal Kepemimpinan Dan Manajemen Keperawatan*, 5(1), 31–37. <https://doi.org/10.32584/jkmm.v5i1.1462>
- Maharani, R., & Budianto, A. (2019). *Master of Management Studies Program PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DAN KINERJA PERAWAT RAWAT INAP DALAM*. 3, 327. <https://doi.org/10.25157/mr.v3i2.2614>
- Melo, A. V., Kawatu, P. A. T., Tucunan, A. A. T., Kesehatan, F., Universitas, M., Ratulangi, S., & Abstrak, M. (2019). HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT UMUM BETHESDA TOMOHON. In *Jurnal KESMAS* (Vol. 8, Issue 7).
- Rewo, K. N., Puspitasari, R., & Winarni, L. M. (n.d.). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI RS MAYAPADA TANGERANG TAHUN 2020*.

- Sabil, F. A. (2022). Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat dalam Pelaksanaan Asuhan Keperawatan di Ruang Rawat Inap. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 4(2), 941–947. <https://doi.org/10.31539/joting.v4i2.4948>
- Sunarti, E., & Studi Psikologi, P. (n.d.). HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT PELAKSANA RUANG RAWAT INAP. In *Jurnal Psikologi Malahayati* (Vol. 3, Issue 1).
- Yulianti, P. (2021). *ANALISA HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PERAWAT* (Vol. 4, Issue 1).