

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Stress pekerjaan atau terkait pekerjaan ialah suatu respon yang mungkin dimiliki seorang ketika dihadapkan pada tuntutan dan tekanan kerja yang tidak sesuai dengan pengetahuan dan kemampuan mereka untuk dapat menanganinya (Badrianto et al., 2021). Dengan tuntutan beban kerja yang tinggi bisa berdampak pada setiap pekerja sehingga bisa berdampak stress. Stresor yang tidak dikelola dengan baik dapat berdampak pada kesejahteraan karyawan yang buruk, kinerja karyawan yang menurun, dan meningkatnya ketidakhadiran karyawan di tempat kerja.

Berdasarkan (The American Institute of, 2018) Ditemukan bahwa faktor penyebab stres di lingkungan kerja adalah sebagai berikut: 46% berasal dari tuntutan pekerjaan, 28% dipengaruhi oleh masalah hubungan antar rekan kerja, 20% berkaitan dengan urusan pribadi, dan 6% disebabkan oleh ketidakpastian dalam pekerjaan. Dengan kondisi stres pada seseorang tentunya dapat menyebabkan beberapa dampak pada individu, di antaranya adalah masalah fisiologis, masalah psikologis dan masalah perilaku.

Beberapa cara bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya stres berlanjut, semua tergantung pada masing-masing individu yang mengatasinya. Manajemen stress yang baik dan tepat dapat mempengaruhi kesejahteraan seseorang. Hal ini dapat melibatkan strategi dan teknik tertentu untuk mengurangi stress dalam kehidupan sehari-hari secara efektif.

Stress adalah suatu keadaan yang mengganggu baik secara mental maupun fisik bagi seseorang, timbul akibat interaksi individu dengan lingkungannya yang dianggap sebagai ancaman bagi kesejahterannya. Kondisi stres dapat muncul dalam berbagai konteks, seperti kehidupan sosial, akademik, dan pekerjaan. (Atziza, 2015). Stres yang timbul akibat faktor-faktor yang terkait dengan lingkungan kerja dikenal sebagai stres kerja. Faktor-faktor yang menjadi pemicu stres kerja meliputi situasi di tempat kerja, isu-isu peran pekerjaan, interaksi antarpersonel, peluang kemajuan karier, dan tata kelola organisasi. Stres dapat timbul dari berbagai faktor seperti

tuntutan pekerjaan, tekanan personal, masalah keuangan, hubungan yang rumit, atau perubahan besar dalam hidup. Selain itu stres juga merupakan masalah yang umum terjadi dibidang profesi, termasuk dalam bidang keperawatan. Dalam industri perawatan kesehatan, perawat memiliki peran yang sangat penting dalam memberikan pelayanan asuhan yang berkualitas kepada pasien. Akan tetapi, tuntutan pekerjaan yang tinggi dan situasi yang menantang sering kali membuat perawat menghadapi tingkat stress yang tinggi. Stress yang berasal dan berkaitan dengan dengan segala sesuatu dari lingkungan kerja disebut dengan stress kerja.

Stres kerja yang dialami perawat adalah salah satu masalah yang dapat mengakibatkan berkurangnya motivasi dalam bekerja, serta berpotensi meningkatkan penurunan semangat, kinerja rendah, dan risiko kesalahan dalam memberikan perawatan yang berisiko bagi pasien maupun perawat sendiri. (Prasetyo, 2017).

Selain itu stres juga merupakan masalah yang umum terjadi dibidang profesi, termasuk dalam bidang keperawatan. Dalam industri perawatan kesehatan, perawat memainkan peran yang sangat penting dalam memberikan pelayanan yang berkualitas kepada pasien. Akan tetapi, tuntutan pekerjaan yang tinggi dan situasi yang menantang sering kali membuat perawat menghadapi tingkat stress yang tinggi. Stress yang berasal dan berkaitan dengan dengan segala sesuatu dari lingkungan kerja disebut dengan stress kerja. Stress kerja yang berkepanjangan dan tidak diatasi dengan baik dapat berdampak negatif pada kesejahteraan perawat dan kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien.

Disisi lain, ada permasalahan lain yang dapat menimbulkan tingkat stres yang signifikan, yaitu keterbatasan sumber daya manusia. Situasi di mana jumlah tugas yang harus dijalankan belum sebanding dengan jumlah perawat yang tersedia. Ketenangan antara jumlah perawat dan kebutuhan pasien menjadi tidak seimbang, sehingga terjadi ketidakseimbangan yang menyebabkan kelelahan dalam menjalankan tugas, karena keperluan pelayanan pasien melebihi kapasitas kemampuan perawat. Keadaan seperti ini berpotensi menghasilkan dampak negatif pada kesejahteraan psikologis perawat, termasuk rasa lelah, fluktuasi emosi, kejenuhan, perubahan suasana hati, dan berpotensi memunculkan tingkat stres yang tinggi pada perawat.

Stres pada perawat sangat perlu di perhatikan, karena apabila seorang perawat mengalami stres yang tinggi akan berdampak pada kualitas pelayanan yang akan diberka kepada para pasien. Oleh karena itu dalam memberikan pelayanan keperawatan akan menurun, hingga pada akhirnya akan mendatangkan keluhan dari pasien.

Dengan kata lain perawat pelaksana sangat rentang mengalami stres. Hal tersebut dikarenakan tuntutan pekerjaan yang cukup tinggi dan pelayanan yang cukup banyak seperti di Instalasi Gawat Darurat yang merupakan unit penting dalam operasional suatu rumah sakit, dikarenakan IGD sebagai pintu masuk bagi setiap pelayanan yang beroperasi selama 24 jam, dan pelayanan kritis.

Dalam Al-Qur'an, ditegaskan bahwa untuk mengatasi stres, sebenarnya orang-orang yang memiliki iman akan merasa tenang dengan cara berdzikir kepada Allah. Hati mereka akan menjadi tenteram, bahagia, dan penuh sukacita ketika mengarahkan diri mereka kepada Allah. Mereka akan merasakan kedamaian dalam keyakinan bahwa Allah adalah pelindung dan penolong mereka. Hal ini terdapat dalam ayat QS. Ar-Ra'd (13):28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَ تَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Terjemahnya :

“ (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.”

( QS. Ar-Ra'd [13] ayat 28)

Selain dalam ayat tersebut di jelaskan juga dalam ayat Al-Qur`an surah Al-Insyirah ayat

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Dalam (Febriani, 2017) menurut tafsir quarish shihab Orang-orang yang mendapat petunjuk ilahi dan kembali menerima tuntunannya, sebagaimana disebut pada ayat yang lalu itu adalah (orang-rang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram) setelah sebelumnya bimbang dan ragu. Ketentraman itu yang bersemi di dada mereka (disebabkan karena dzikrullah) yakni mengingat Allah atau karena ayat-

ayat Allah, yakni Al-Qur'an, yang sangat memesona kandungannya dan redaksinya. (sungguh!) camkanlah bahwa (hanya dengan mengingat Allah, hati menjadi tenteram). (orang-orang yang beriman dan beramal saleh) seperti keadaannya seperti itu, yang tidak akan meminta bukti-bukti tambahan dan bagi (mereka) itulah kehidupan yang penuh dengan kebahagiaan di dunia dan di akhirat dan bagi mereka juga tempat kembali yang baik, yaitu surga.

Rumah sakit Umum Daerah (RSUD) Dr. M.M Dunda Limboto merupakan salah satu Rumah Sakit yang terletak di wilayah administratif Kabupaten Gorontalo, Provinsi Gorontalo. RSUD Dr. M.M Dunda Limboto yang sebelumnya bernama RSU Limboto, yang kemudian dalam perkembangannya RSUD Dr. M.M Dunda Limboto menjadi badan pengelola berdasarkan SK. Bupati Gorontalo Nomor 171 Tahun 2002 tentang Pembentukan Organisasi dan Tata Kerja Rumah Sakit Umum Daerah Dr. M.M Dunda Kabupaten Gorontalo, dan ditetapkan sebagai Badan Layanan Umum Daerah, dan berdasarkan Keputusan Menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor: HK.03./I/1077/2011, Rumah Sakit Umum Daerah Dr. M.M Dunda Limboto berubah tipe menjadi Kelas B.

Dari segi infrastruktur, Rumah Sakit Umum Daerah Dr. M.M Dunda Limboto memiliki fasilitas yang cukup memadai. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya jumlah kunjungan pasien ke RSUD Dr. M.M Dunda Limboto pada tiap tahunnya yang semakin meningkat, dibuktikan pada dengan data pasien yang berkunjung pada 3 tahun terakhir, pada 2020 saja data pasien yang berkunjung sekitar 11.638 orang, dan pada tahun 2021 ada sekitar 11.998 orang, sedangkan pada 2022 mencapai 13.500 orang yang berkunjung, dan sampai dengan tahun 2023 di muali dari januari hingga maret pasien yang di rawat sudah mencapai 3224 orang dan tidak menutup kemungkinan angka tersebut akan semakin bertambah pada tiap tahunnya.

Ditinjau dari segi ketersediaan tenaga medis, Rumah sakit M.M Dunda Limboto adalah Rumah sakit yang meiliki jumlah tenaga medis sebanyak 717 orang yang terdiri dari Dokter, perawat, bidan dan tenaga kesehatan lainnya, sedngkan untuk jumlah perawat sendiri berjumlah 265 orang yang tidak semuanya adalah tenaga kerja tetap, ada bebrapa perawat yang masih menjalin kontrak dengan Rumah Sakit Umum Daerah Dr. M.M Dunda limboto, selain itu juga berdasarkan hasil observasi

awal Rumah Sakit M.M Dunda limboto memiliki jumlah tempat tidur atau bed pasien yakni sekitar 252 bed pasien. Dengan perbandingan jumlah perawat serta jumlah pasien yang berkunjung tidak menutup kemungkinan dapat terjadinya ketimpangan rasio antara perawat dan pasien, sehingga ketimpangan ini dapat menyebabkan beban kerja berlebihan bagi perawat, sehingga dapat meningkatkan resiko kelelahan kerja, ketika menangani jumlah pasien yang cukup banyak tersebut.

Dengan meningkatnya jumlah kunjungan pasien dari tahun ke tahun menunjukan bahwa kebutuhan yang terus bertambah akan pelayanan di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto. Hal ini akan memberikan tantangan bagi perawat, yang harus menghadapi peningkatan beban kerja dan tuntutan yang semakin tinggi. Perawat bertanggung jawab untuk memberikan perawatan yang optimal kepada pasien dengan standar optimal kepada pasien dengan standar profesional yang tinggi, namun mereka dihadapkan pada situasi yang menegangkan, tekanan waktu yang ketat, dan situasi darurat yang memerlukan tindakan cepat dan tepat.

Dalam konteks ini, manajemen stress kerja menjadi hal yang sangat penting. Untuk itu penulis tertarik untuk mengetahui serta melihat secara mendalam bagaimana manajemen stress kerja pada perawat yang berada di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.

### **1.2 Identifikasi Masalah**

1. Terdapat perawat yang memiliki stres berat akibat pekerjaan
2. Terdapat perawat yang memiliki stres sedang akibat pekerjaan
3. Terdapat perawat yang memiliki stres ringan akibat pekerjaan.

### **1.3 Rumusan Masalah**

1. Bagaimana manajemen stress dengan pendekatan individu pada perawat RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.?
2. Bagaimana manajemen stress dengan pendekatan organisasional pada perawat RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.?
3. Bagaimana manajemen stress dengan pendekatan sosial pada perawat RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.?

#### **1.4 Tujuan**

1. Untuk mengetahui manajemen stress dengan pendekatan individu pada perawat RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.
2. Untuk mengetahui manajemen stress dengan pendekatan organisasional pada perawat RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.
3. Untuk mengetahui manajemen dengan pendekatan sosial pada perawat RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Dapat menambah ilmu pengetahuan peneliti khususnya dalam menambah bahan bacaan dan referensi manajemen stress kerja pada perawat di RSUD Dr. M.M Dunda Limboto.

##### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi Rumah Sakit  
Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk memberikan informasi kepada pengambilan kebijakan dirumah sakit terhadap peningkatan pelayanan kesehatan khususnya dalam bidang keperawatan.
2. Bagi Perawat  
Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pelayanan kesehatan tentang bagaimana manajemen stress pada perawat.
3. Institusi Pendidikan  
Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi positif dalam studi dan komunikasi serta dalam merancang penyuluhan mahasiswa kepada masyarakat.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan juga nantinya dapat melakukan penelitian yang lebih spesifik mengenai hubungan manajemen stress kerja pada perawat.