

**HUBUNGAN PERSEPSI KONDISI LINGKUNGAN KERJA DAN
BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PERAWAT
(Studi Pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi)**

***THE CORRELATION BETWEEN PERCEPTION OF WORK ENVIRONMENT,
WORKLOAD, AND JOB STRESS OF NURSES IN REGIONAL MENTAL
HOSPITAL OF JAMBI PROVINCE***

Astika Syafitri¹, Jelpa Periantalo², Rumita Ena Sari³

Department of Psychology, Jambi University/syafitriastika@gmail.com

ABSTRACT

Introduction Job stress has been referred to as workplace hazard since 1950s. Workers of health and social services are assumed to have the tendency of burnout about 10-20% caused by experiencing high levels of job stress in a long period of time. Indonesian National Nurse Association's survey on 2006 showed about 50,9% Indonesian nurses had been experiencing job stress indicated by physical and psychological symptoms, also changes of behavior. Some studies stated that perception of work environment and workload will contribute to job stress.

Method The purpose of this study is to verify correlation and to determine the contribution of perception of work environment and workload to job stress experienced by nurses who work at Regional Mental Hospital of Jambi Province. This cross-sectional study used quantitative approach with the type of correlational analytic research. The random sampling was used to obtain 75 nurses as research's sample. This research used 3 measurement scales and analyzed with regression analysis.

Results There was a significant positive correlation between perception of work environment, workload and job stress with F score = 24,316. Perception of work environment and workload contribute about 38,7% for job stress, with workload's contribution was bigger than perception of work environment which is about 35,7%.

Conclusions And Recommendations Doctor and nurses are said to have bigger tendency of having job stress. Job stress is stated by some studies could be caused by perception of work environment and workload. This research has resulted that 38,7% job stress of nurses who work at Regional Mental Hospital of Jambi Province is contributed by perception of work environment and workload. As this research is done and can be used as reference, Regional Mental Hospital of Jambi Province is expected to be able to handle the problems related to work environment and the workload in order to prevent the job stress of nurses that could decrease the work productivity and efficiency.

Keywords Job stress, perception, work environment

ABSTRAK

Pendahuluan Stres kerja telah disebut sebagai bahaya di tempat kerja sejak 1950-an. Pekerja layanan kesehatan dan sosial diasumsikan memiliki kecenderungan kelelahan sekitar 10-20% disebabkan oleh tingkat stres kerja yang tinggi dalam jangka waktu yang lama. Survei Asosiasi Perawat Nasional Indonesia pada tahun 2006 menunjukkan sekitar 50,9% perawat Indonesia telah mengalami stres kerja yang ditunjukkan oleh perilaku fisik dan psikologis, juga perubahan

perilaku. Beberapa penelitian menyatakan bahwa persepsi lingkungan kerja dan beban kerja akan berkontribusi terhadap stres kerja.

Metode Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memverifikasi korelasi dan untuk mengetahui kontribusi persepsi lingkungan kerja dan beban kerja terhadap stres kerja yang dialami oleh perawat yang bekerja di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi. Penelitian cross-sectional ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian analitik korelasional. Pengambilan sampel acak digunakan untuk mendapatkan 75 perawat sebagai sampel penelitian. Penelitian ini menggunakan 3 skala pengukuran dan dianalisis dengan analisis regresi.

Hasil Ada korelasi positif yang signifikan antara persepsi lingkungan kerja, beban kerja dan stres kerja dengan skor $F = 24,316$. Persepsi lingkungan kerja dan beban kerja berkontribusi sekitar 38,7% untuk stres kerja, dengan kontribusi beban kerja lebih besar dari persepsi lingkungan kerja yaitu sekitar 35,7%.

Kesimpulan dan Rekomendasi Dokter dan perawat dikatakan memiliki kecenderungan lebih besar mengalami stres kerja. Stres kerja dinyatakan oleh beberapa penelitian dapat disebabkan oleh persepsi lingkungan kerja dan beban kerja. Penelitian ini telah menghasilkan bahwa 38,7% stres kerja perawat yang bekerja di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi dikontribusikan oleh persepsi lingkungan kerja dan beban kerja. Karena penelitian ini dilakukan dan dapat digunakan sebagai referensi, Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi diharapkan dapat menangani masalah-masalah yang berkaitan dengan lingkungan kerja dan beban kerja untuk mencegah stres kerja perawat yang dapat menurunkan produktivitas kerja dan efisiensi.

Kata kunci Stres kerja, persepsi, lingkungan kerja

Pendahuluan

Stres merupakan sebuah respon adaptif terhadap situasi yang dirasakan individu. Stres dianggap sebagai bagian yang wajar dalam kehidupan kerja yang pada beberapa waktu dibutuhkan untuk memotivasi individu dalam meningkatkan kapasitas fungsionalnya. Stres telah dianggap sebagai bahaya kerja sejak pertengahan tahun 1950an. Stres dapat diartikan sebagai hubungan antara individu dengan lingkungan sekitarnya yang dinilai memaksa atau melampaui kemampuan dan membahayakan kesehatannya (Ojekou & Dorothy, 2015). Keadaan stres yang terjadi dalam jangka waktu yang lama dan intensitas yang cukup tinggi pada pekerja akan mengakibatkan kelelahan (*burnout*), yang mengakibatkan penurunan kesehatan dan produktivitas.

NIOSH (2008) menyebutkan bahwa perawat dan petugas kesehatan lainnya memiliki tekanan psikologis yang tinggi dibandingkan dengan profesi lainnya. Para

pekerja kesehatan terpapar oleh beberapa penyebab stres mulai dari beban kerja yang berlebihan, tekanan waktu pengerjaan tugas, interaksi dengan rekan kerja dan pasien. Survei yang dilakukan oleh Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2006 menunjukkan sebanyak 50,9% perawat Indonesia yang bekerja mengalami stres kerja, sering merasa pusing, lelah, kurang ramah, kurang istirahat akibat beban kerja yang terlalu tinggi serta penghasilan yang tidak memadai (Russeng, Usman,& dkk., 2007).

Rumah Sakit Jiwa Daerah (RSJD) Provinsi Jambi adalah salah satu instansi kesehatan yang perawatnya khusus menangani gangguan mental serius, yang memberikan pelayanan kesehatan jiwa anak, dewasa, dan usia lanjut, penanggulangan narkoba, dan banyak pelayanan lainnya. Sehingga dapat dikatakan bahwa RSJD Provinsi Jambi termasuk salah satu instansi kesehatan dengan tingkat kesibukan yang tinggi dalam menangani pasiennya, tidak

Hubungan Persepsi Kondisi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan
Stres Kerja Perawat
(Studi pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi)

hanya pasien dengan gangguan fisik namun juga pasien dengan gangguan psikologis.

Stres Kerja (Y)

Stres merupakan istilah yang berasal dari bahasa Latin *stingere*, yang berarti “keras” (*stricus*). Stres merupakan respon dari diri seseorang terhadap tantangan fisik maupun mental yang datang dari dalam atau luar dirinya (Nasrudin, 2010). Stres dapat dibagi menjadi 2 jenis, yakni *distress* dan *eustress*. *Distress* merupakan stres yang merugikan, sedangkan *eustress* digolongkan stres yang menguntungkan. Pada penelitian ini akan membahas stres kerja dari sisi merugikan. Stres kerja diartikan sebagai sebuah kondisi gangguan emosional pada individu yang disebabkan oleh tekanan dari beban pekerjaan yang berlebihan dan kekaburan peran kerja dalam organisasi atau perusahaan yang akan berdampak pada menurunnya kesehatan, performansi, efisiensi dan produktivitas kerja individu yang bersangkutan.

Stres dapat disebabkan oleh beberapa faktor demografi, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, status perkawinan, masa atau usia kerja, dan beban kerja (Chiang & Chang, 2012). Gibson, Ivancevich, Donnelly Jr & Konopaske (2012) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor perbedaan pada individu (dukungan sosial, *coping stress*, dan tipe kepribadian) yang mempengaruhi stres kerja individu.

Stres biasanya tampak dalam berbagai gejala, yang dibagi oleh Robbins & Judge (2013) dalam 3 kategori, yakni:

1. Simtom Fisiologis: perubahan metabolisme tubuh, detak jantung dan pernapasan yang cepat sehingga meningkatkan tekanan darah, sakit kepala, dan serangan jantung.
2. Simtom Psikologis: ketegangan, kecemasan, rasa mudah marah, kebosanan, dan kepuasan kerja.
3. Simtom Perilaku: kurangnya produktivitas, kecenderungan untuk menunda dan menghindari tugas, peningkatan absensi, dan meningkatnya keinginan untuk mengundurkan diri, perubahan pola

makan, peningkatan konsumsi rokok atau alkohol, penurunan kualitas hubungan interpersonal, dan gangguan tidur.

Persepsi Kondisi Lingkungan Kerja (X₁)

Persepsi kondisi lingkungan kerja merupakan pandangan atau sikap perawat mengenai segala sesuatu yang berada di sekitar lingkungan kerjanya, baik yang berkaitan dengan benda fisik maupun hubungan interpersonal. Lingkungan kerja fisik sebagai semua keadaan berbentuk fisik yang terdapat di sekitar tempat kerja dimana dapat mempengaruhi kerja karyawan baik secara langsung maupun tidak langsung (Sedarmayanti, 2009), seperti:

1. Penerangan/cahaya di tempat kerja
2. Suhu udara/temperatur di tempat kerja
3. Kelembaban di tempat kerja
4. Sirkulasi udara di tempat kerja
5. Kebisingan di tempat kerja
6. Getaran mekanis di tempat kerja
7. Bau tidak sedap di tempat kerja
8. Tata warna di tempat kerja
9. Dekorasi di tempat kerja
10. Musik di tempat kerja
11. Keamanan kerja

Lingkungan kerja non fisik adalah semua keadaan yang terjadi yang berkaitan dengan hubungan kerja, baik dengan atasan maupun dengan sesama rekan kerja ataupun hubungan dengan bawahan (Sedarmayanti, 2009). Lingkungan kerja non fisik yang telah disebutkan memiliki 3 (tiga) unsur, antara lain:

1. Hubungan kerja antar karyawan
2. Hubungan kerja dengan atasan
3. Hubungan kerja dengan bawahan

Beban Kerja (X₂)

Beban kerja adalah sejumlah kegiatan yang membutuhkan keahlian tertentu yang melebihi atau kurang dari kapasitas kemampuan yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja dalam organisasi atau pekerjaan berasal dari berbagai tuntutan, seperti tuntutan tugas, peran, dan interpersonal. Munandar (2012) mengatakan bahwa beban kerja dapat dibagi menjadi 2 (dua) kategori, yaitu:

1. Beban kerja berlebih: melakukan terlalu banyak kegiatan, baik fisik maupun mental, dengan waktu yang terbatas.
2. Beban kerja yang terlalu sedikit dibandingkan dengan waktu yang tersedia menurut standar waktu kerja.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian *cross-sectional* dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jenis analitik korelasional.

Populasi pada penelitian ini adalah jumlah karyawan yang berprofesi sebagai perawat, sebanyak 226 orang. Penentuan besar sampel pada penelitian ini dihitung dengan menggunakan rumus Lemeshow (dalam Sastroasmoro & Ismael, 2011) dan menambah sampel sebanyak 10% untuk menghindari bias, sehingga total sampel dalam penelitian ini adalah 75 orang.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *random sampling* dengan cara undian. Sampel penelitian memiliki kriteria:

1. Berprofesi dan memiliki keterampilan dasar sebagai perawat yang bekerja di RSJD Provinsi Jambi, dengan tidak adanya pembatasan jabatan yang dimiliki (perawat pelaksana, ketua tim, kepala ruangan, staf, dan sebagainya).
2. Perawat dengan pendidikan terakhir Sekolah Perawat Kesehatan (SPK) sampai dengan Sarjana Keperawatan, Sarjana Kesehatan Masyarakat dengan pendidikan sebelumnya berlatar belakang keperawatan.
3. Memiliki masa kerja atau pengalaman kerja selama >1 tahun.
4. Bersedia untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian dengan melengkapi identitas diri dan mengisi skala berdasarkan dengan kejadian sebenarnya.

Metode analisis dalam penelitian ini menggunakan metode univariat, bivariat, dan multivariat. Metode univariat dilakukan untuk mengungkap statistik deskriptif subjek penelitian. Metode bivariat dilakukan untuk

menguji korelasi antar variabel, berupa *Pearson product moment*. Metode multivariat dilakukan untuk melihat hubungan antar variabel dengan jumlah variabel bebas lebih dari satu dan menentukan besar kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Metode multivariat yang digunakan adalah metode analisis regresi linear berganda.

Skala Penelitian

Ketiga skala penelitian disusun sendiri oleh peneliti dengan menurunkan komponen variabel ke indikator perilaku yang kemudian dikembangkan aitem. Metode skala yang digunakan adalah metode skala Likert, dengan 5 alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS) mendapat skor 5, Setuju (S) mendapat skor 4, Kurang Setuju (KS) mendapat skor 3, Tidak Setuju (TS) mendapat skor 2, Sangat Tidak Setuju (STS) mendapat skor 1.

Validitas dan Reliabilitas Skala Penelitian

Pada penelitian ini akan dilakukan validitas secara kualitatif dan kuantitatif. Validitas kualitatif berupa validitas tumpang dan validitas logis. Validitas tumpang adalah uji keterbacaan dan kejelasan aitem yang dilakukan dengan meminta responden untuk memberikan komentar tentang skala terkait dengan keterbacaan dan kejelasan aitem-aitem yang diberikan. Validitas logis merupakan pengujian linearitas antara komponen, indikator, dan aitem pada skala yang dilakukan peneliti dengan cara mencari sumber literatur-literatur yang lengkap dalam penyusunan aitem dan berdiskusi dengan ahli yang mengetahui banyak hal tentang variabel pada penelitian ini. Validitas kuantitatif berupa indeks daya diskriminasi aitem yang bertujuan untuk melihat kemampuan aitem dalam membedakan subjek individu.

Pemilihan aitem-aitem *final* dilakukan dengan mempertimbangkan seluruh aspek validitas secara kualitatif dan kuantitatif. Hal ini dilakukan untuk menghindari pengulangan pertanyaan yang serupa yang akan meningkatkan kebosanan responden dalam mengisi skala yang mengakibatkan

Hubungan Persepsi Kondisi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan
Stres Kerja Perawat
(Studi pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi)

penurunan tingkat reliabilitas dan ketidakpahaman subjek akan aitem. Pengujian reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Cronbach Alpha*. Suatu variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* > 0,70 (Ghozali, 2011).

Tabel 1. Rangkuman Hasil Uji Reliabilitas Skala Penelitian

Skala	Cronbach's Alpha	Jumlah Aitem
X ₁	.902	22
X ₂	.896	18
Y	.922	30

Kategori Ukur

Untuk memudahkan penyajian data, skor skala subjek yang diperoleh dari penyebaran skala dikategorikan ke dalam kelompok terlebih dahulu dengan norma hipotetik model 3 kategori Azwar (2012).

Tabel 2. Kategori Ukur

Tinggi	$X \geq (\mu + 1,0\sigma)$
Sedang	$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$
Rendah	$X < (\mu - 1,0\sigma)$

Hasil

Statistik Deskriptif

Statistik deskriptif bertujuan untuk memberikan deskripsi mengenai subjek penelitian berdasarkan data yang diperoleh dari kelompok subjek yang diteliti dan tidak dimaksudkan untuk pengujian hipotesis (Azwar, 2013). Pada penelitian ini statistik deskriptif dibagi menjadi dua, yaitu data statistik deskriptif karakteristik demografis subjek dan data statistik deskriptif kategori variabel penelitian. Data statistik deskriptif karakteristik demografis subjek menampilkan data distribusi frekuensi subjek berdasarkan karakteristik demografis berupa jenis kelamin, usia, masa kerja, jabatan, pendidikan terakhir, dan status perkawinan. Data analisis statistik deskriptif karakteristik demografis subjek diperoleh dari pengolahan data dari penyebaran skala kepada 75 perawat RSJD Provinsi Jambi.

Berdasarkan hasil pengolahan data statistik deskriptif, dapat diketahui bahwa perawat di RSJD Provinsi Jambi lebih

banyak didominasi oleh perawat perempuan (73,3%). Adapun distribusi frekuensi subjek berdasarkan usia dibagi menjadi 7 rentang usia yang ditentukan dengan rumus Sturges. Dari hasil pengolahan data tersebut diperoleh data yang menunjukkan bahwa perawat RSJD Provinsi Jambi didominasi oleh perawat dengan usia 23-27 tahun (30,7%). Data distribusi frekuensi subjek penelitian berdasarkan masa kerja juga menggunakan rumus Sturges untuk pembagian intervalnya. Pengolahan data menghasilkan asumsi bahwa RSJD Provinsi Jambi didominasi oleh perawat yang telah bekerja selama <6 tahun (48%).

Analisis data statistik deskriptif juga dilihat berdasarkan jabatan, latar belakang pendidikan, dan status pernikahan. Dari hasil pengolahan data, dapat diasumsikan bahwa perawat di RSJD Provinsi Jambi paling banyak memiliki jabatan sebagai perawat pelaksana (76%) dan latar belakang pendidikan DIII Keperawatan paling banyak dimiliki oleh perawat RSJD Provinsi Jambi (61,3%). Pengolahan data statistik deskriptif berdasarkan status pernikahan menunjukkan bahwa perawat di RSJD Provinsi Jambi kebanyakan memiliki status telah menikah (84%).

Data statistik deskriptif variabel menampilkan distribusi frekuensi subjek berdasarkan tanggapan subjek terhadap masing-masing variabel penelitian, yaitu persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja, beban kerja, dan stres kerja. Untuk memudahkan penyajian data, skor skala subjek yang diperoleh dari penyebaran skala dikategorikan ke dalam kelompok terlebih dahulu dengan dibuatnya norma hipotetik dengan model 3 kategori Azwar (2012), yaitu: tinggi, sedang, dan rendah.

Tabel 3. Gambaran Persepsi Perawat RSJD Provinsi Jambi terhadap Kondisi Lingkungan Kerja

Kategori	Interval	F	P
Negatif	$X \geq 80,67$	1	1,3%
Netral	$51,33 \leq X < 80,67$	46	61,3%
Positif	$X < 51,33$	28	37,3%
Total		75	100%

Tabel 4. Gambaran Beban Kerja pada Perawat RSJD Provinsi Jambi

Kategori	Interval	F	P
Berat	$X \geq 66$	1	1,3%
Sedang	$42 \leq X < 66$	56	74,7%
Ringan	$X < 42$	18	24,0%
Total		75	100,0%

Tabel 5. Gambaran Stres Kerja pada Perawat RSJD Provinsi Jambi

Kategori	Interval	F	P
Tinggi	$X \geq 110$	2	2,7%
Sedang	$70 \leq X < 110$	64	85,3%
Rendah	$X < 70$	9	12,0%
Total		75	100,0%

Uji Prasyarat Analisis Regresi

Analisis regresi dapat digunakan sebagai metode untuk menguji hubungan dan memprediksi kontribusi variabel bebas (X_1 dan X_2) terhadap variabel terikat (Y), penelitian setelah memenuhi sejumlah asumsi yang disebut dengan asumsi klasik. Oleh karena itu uji asumsi klasik dikenal pula dengan sebutan uji prasyarat analisis regresi. Pengujian prasyarat analisis regresi yang dilakukan pada penelitian ini meliputi uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinearitas.

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Kolmogorov-Smirnov z	Sig.	Kesimpulan
X_1	0,653	0,788	Normal
X_2	0,751	0,626	Normal
Y	0,806	0,535	Normal

Tabel 7. Hasil Uji Heterokedastitas

Variabel Bebas	Sig.	Kesimpulan
X_1	0,084	Homokedastisitas
X_2	0,627	Homokedastisitas

Tabel 8. Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel Bebas	TOL	VIF	Kesimpulan
X_1	0,612	1,634	Non multikolinearitas
X_2	0,612	1,634	Non multikolinearitas

Statistik Inferensial

Azwar (2013) mengatakan bahwa pengolahan data pada tingkat inferensial

dimaksudkan untuk mengambil kesimpulan dengan pengujian hipotesis. Pada penelitian ini hipotesis yang dimaksud adalah hipotesis tentang hubungan antara variabel bebas (X_1 dan X_2) berupa persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja (X_1) dan beban kerja (X_2) dengan variabel terikat (Y) yaitu stres kerja.

Pengujian korelasi atau hubungan antara variabel X_1 dan X_2 (variabel bebas) dengan variabel Y (variabel terikat) secara parsial dilakukan dengan metode analisis bivariat *Pearson Product Moment*. Koefisien korelasi *Pearson* bergerak dari 0 sampai dengan 1. Ketika hasil perhitungan koefisien korelasi *Pearson* yang memperoleh nilai lebih besar dari 0, maka variabel X_1 dan variabel Y serta variabel X_2 dan variabel Y dikatakan berkorelasi.

Tabel 9. Hasil Uji *Pearson Product Moment* Variabel Penelitian

		X_1	X_2
Y	Pearson Correlation	.528	.605
	Sig. (2-tailed)	.000	.000
	N	75	75

Pengujian korelasi atau hubungan antara variabel X_1 dan X_2 (variabel bebas) dengan variabel Y (variabel terikat) secara simultan dilakukan dengan metode analisis multivariat regresi linear berganda dengan melihat nilai F hitung. Dasar pengambilan keputusan berdasarkan nilai F hitung adalah dengan membandingkan F hitung dengan F tabel. Apabila F hitung > F tabel maka variabel bebas (X_1 dan X_2) secara simultan berkorelasi variabel terikat (Y), persepsi yang negatif dan beban kerja yang tinggi secara bersama-sama berkaitan dengan peningkatan stres kerja.

Tabel 10. Rangkuman Analisis Regresi Linear Berganda

Variabel	Koefisien (B)	Sig.	F hitung	F tabel
Konstanta	33,885	.000		
X_1	.344	.037	24,316	3,15
X_2	.719	.000		

Hubungan Persepsi Kondisi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan
Stres Kerja Perawat
(Studi pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi)

Sehingga dapat disusun persamaan regresi berdasarkan tabel 13 sebagai berikut:
 $Y = 33,885 + 0,719X_1 + 0,344X_2$.

Pengujian koefisien determinasi atau uji R^2 bertujuan untuk menentukan variabel manakah antara persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja dan beban kerja yang paling berkontribusi terhadap stres kerja pada perawat RSJD Provinsi Jambi. Hasil R^2 pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 11. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R ²	Adjusted R ²	Standar Deviasi
1	.605 ^a	.366	.357	12.054
2	.635 ^b	.403	.387	11.774

a. Predictors: (Constant), Beban Kerja
b. Predictors: (Constant), Beban Kerja, Persepsi terhadap Kondisi Lingkungan Kerja

Pembahasan

Hubungan Stres Kerja dengan Karakteristik Demografis Subjek

Perawat RSJD Provinsi Jambi paling banyak memiliki stres kerja pada tingkatan sedang (85,3%) dibandingkan dengan tingkat stres kerja yang tinggi (2,7%) dan rendah (12%). Stres kerja pada perawat RSJD Provinsi Jambi cenderung disebabkan oleh kualitas pekerjaan yang kurang baik, lingkungan atau ruangan kerja yang berantakan, kotor, dan tidak kondusif, kesulitan untuk berkonsentrasi setelah konflik dengan atasan, dan beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan serta keterampilan yang dimiliki. Para perawat RSJD Provinsi Jambi menyatakan bahwa pekerjaan yang sulit dan tidak sesuai dengan kemampuan mereka akan menyebabkan stres kerja yang ditunjukkan dengan simtom fisiologis, psikologis, dan perilaku berupa sakit kepala, kecemasan dan kesulitan untuk merasa rileks, penundaan pekerjaan serta perubahan pola tidur dan pola makan.

Berdasarkan table 12, menunjukkan hasil pengolahan dan korelasi antara stres kerja dengan jenis kelamin menunjukkan bahwa perawat perempuan dan perawat laki-laki memiliki stres kerja yang relatif

seimbang atau tidak adanya perbedaan yang cukup signifikan. Sehingga dapat diasumsikan bahwa faktor jenis kelamin tidak memberikan pengaruh yang berarti pada stres kerja perawat RSJD Provinsi Jambi. Apabila dilihat dari faktor usia, terdapat masing-masing 1,3% perawat yang berada dalam rentang usia 28-32 tahun dan 38-42 tahun yang merasa memiliki stres kerja yang tinggi, sedangkan pada usia >42 tahun stres kerja berada pada tingkat sedang atau rendah. Sehingga dapat diasumsikan bahwa seiring bertambahnya usia, kemampuan individu dalam mengatasi stres atau sering disebut dengan *coping stress* juga meningkat. Namun, tetap tidak tampak perbedaan stres kerja yang cukup berarti dalam tiap rentang usia para perawat RSJD Provinsi Jambi, jadi dapat dikatakan bahwa faktor usia tidak memberikan pengaruh yang besar pada stres kerja individu.

Pengalaman atau masa kerja individu dikatakan berkaitan dengan stres kerja yang dialaminya. Sebesar 2,7% perawat RSJD Provinsi Jambi yang telah bekerja selama <6 tahun merasa memiliki stres kerja yang tinggi dan pada rentang usia lainnya tidak ditemukan perawat yang merasa memiliki stres kerja yang tinggi. Sehingga dapat diasumsikan bahwa pengalaman atau masa kerja <6 tahun cenderung menyebabkan perawat merasakan stres kerja yang cukup tinggi. Hal ini dapat disebabkan oleh adanya faktor pembiasaan atau adaptasi baik dalam tuntutan tugas, tuntutan peran, maupun tuntutan interpersonal di instansi tempat individu bekerja; dalam hal ini adalah RSJD Provinsi Jambi.

Jabatan perawat di RSJD Provinsi Jambi memiliki korelasi yang cukup signifikan dengan faktor usia dan masa kerja. Semakin tua usia individu, semakin lama masa kerjanya sehingga semakin tinggi pula jabatan yang dimilikinya. Berdasarkan hasil pengolahan data primer, 2,7% perawat RSJD Provinsi Jambi yang bertugas sebagai perawat pelaksana merasa memiliki stres kerja yang tinggi. Pada perawat dengan jabatan kepala ruangan, ketua tim, dan koordinator, dimana merupakan jabatan

yang tingkatannya berada di atas perawat pelaksana, merasa tidak memiliki stres kerja yang tinggi. Hal ini dapat disebabkan oleh pengalaman kerja yang sudah banyak dan masa kerja yang lama serta adanya kontrol terhadap situasi, sehingga perawat dengan jabatan yang lebih tinggi mampu mengatasi stres dan beban kerja dengan lebih baik. Sehingga dapat dikatakan bahwa jabatan berkaitan secara negatif dengan stres kerja, dimana semakin tinggi jabatan seseorang maka semakin rendah stres kerja yang dirasakan. Namun, korelasi yang terjadi tidak begitu tampak atau signifikan.

Terdapat masing-masing 1,3% perawat dengan latar belakang pendidikan SPK dan DIII Keperawatan merasa memiliki stres kerja yang tinggi, sedangkan pada pendidikan S1 Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat serta NERS tidak ditemukan perawat yang merasa memiliki stres kerja yang tinggi. Sehingga dapat diasumsikan bahwa faktor pendidikan dapat mempengaruhi tingkat stres kerja individu secara negatif yang cukup signifikan, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan perawat maka semakin rendah stres kerja. Hal ini dapat disebabkan oleh perawat dengan pendidikan yang tinggi tentu memiliki pengetahuan yang lebih luas sehingga ia akan lebih paham akan tugas dan pekerjaan yang dibebankan padanya. Beban kerja memiliki korelasi positif yang cukup signifikan terhadap stres kerja, sehingga ketika beban kerja dapat diatasi oleh perawat, misalnya pekerjaan yang diberikan sesuai dengan keterampilan atau menggunakan alat/aplikasi yang dapat dimengerti, akan menurunkan stres kerja pada perawat RSJD Provinsi Jambi.

Status pernikahan dirasa mempengaruhi tingkat stres kerja individu. Hal ini dikarenakan individu yang telah menikah secara otomatis memiliki tanggung jawab ganda, yakni bertanggung jawab dalam mengurus keluarga sembari tetap menjalankan tugas dan kewajibannya di instansi dengan baik, sehingga diasumsikan dapat meningkatkan stres kerja. Sebesar 2,7% perawat RSJD Provinsi Jambi yang

telah menikah merasa bahwa mereka memiliki stres kerja yang tinggi, sedangkan perawat RSJD Provinsi Jambi yang belum menikah lebih cenderung merasa memiliki stres kerja yang sedang. Sehingga dapat dikatakan bahwa perawat yang sudah menikah memiliki perbedaan tingkatan stres dengan perawat yang belum menikah, meskipun perbedaan tersebut tidak begitu berarti karena korelasi yang terjadi pada faktor status pernikahan tidak signifikan dengan stres kerja.

Hubungan Persepsi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan Stres Kerja Secara Parsial

Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja berkorelasi positif terhadap stres kerja perawat RSJD Provinsi Jambi. Persepsi kondisi lingkungan kerja merupakan pandangan atau sikap perawat mengenai segala sesuatu atau kondisi fisik dan non fisik yang berada di sekitar lingkungan kerjanya secara yang akan mempengaruhi emosi dan perilaku perawat dalam bekerja. Kondisi fisik lingkungan kerja berupa sarana dan prasarana kerja, sedangkan kondisi non fisik lingkungan kerja adalah hubungan interpersonal perawat dengan rekan kerja, atasan, bawahan, dan pasien yang ditanganinya. Persepsi yang negatif terhadap kondisi lingkungan kerja akan meningkatkan stres kerja, dan perawat yang memiliki persepsi yang positif terhadap akan menurunkan stres kerja. Sebanyak 37,3% perawat RSJD Provinsi Jambi memiliki persepsi yang positif terhadap lingkungan kerja mereka, 61,3% lebih memilih netral dan 1,3% memilih persepsi yang negatif.

Kualitas udara dan pendingin ruangan yang dirasa belum berfungsi dengan baik, peralatan dan perlengkapan yang kurang memadai dan kurang aman, lambatnya penggantian atau perbaikan peralatan yang rusak, dan seragam yang kurang nyaman dikenakan merupakan faktor yang menyebabkan beberapa perawat RSJD Provinsi Jambi cenderung memandang lingkungan kerja mereka dari sisi yang

Hubungan Persepsi Kondisi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan
Stres Kerja Perawat
(Studi pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi)

negatif. Lingkungan dengan udara yang pengap dan panas serta pakaian yang menggerahkan akan membuat suasana bekerja menjadi tidak nyaman, yang kemudian akan berpengaruh pada kinerja perawat. Peralatan dan perlengkapan yang kurang memadai juga akan menghambat pekerjaan perawat. Penghambatan pekerjaan ini secara tidak langsung akan berpengaruh pada penumpukan pekerjaan yang berdampak pada peningkatan stres kerja. Perawat RSJD Provinsi Jambi juga menyebutkan bahwa lingkungan yang berantakan, kotor, dan berbau juga mengganggu kenyamanan perawat dalam bekerja. Mereka mengatakan bahwa lingkungan yang tidak kondusif berpengaruh pada keadaan emosional, menyebabkan mereka menjadi lebih sensitif dan mudah marah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja berkorelasi positif terhadap stres kerja perawat RSJD Provinsi Jambi. Beban kerja merupakan sejumlah kegiatan yang membutuhkan keahlian yang melebihi kapasitas kemampuan perawat dan harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan dan keterampilan perawat akan meningkatkan stres kerja, dan perawat yang memiliki beban kerja yang sesuai dengan kemampuan mereka akan menurunkan stres kerja. Perawat RSJD Provinsi Jambi menyebutkan bahwa mereka merasa tugas atau pekerjaan mereka berat ketika tidak sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang mereka miliki. Hal ini menyebabkan perawat merasa malas dan menunda pengerjaan tugas tersebut, yang kemudian akan berdampak pada menumpuknya tugas, sehingga mengganggu pola kehidupannya sehari-hari. Seperti pola makan yang tidak teratur dan tidur yang tidak nyenyak. Perawat RSJD Provinsi Jambi juga merasa bahwa penumpukan tugas ini mengganggu hubungan interpersonal mereka dalam kehidupan sehari-hari, seperti kurangnya waktu berkumpul dengan teman dan keluarga, menjadi mudah marah dan salah paham. Sehingga dapat diasumsikan ketika

tekanan dari tuntutan pekerjaan yang tidak sesuai dengan kemampuan dan keterampilan perawat meningkat dapat menyebabkan perawat RSJD Provinsi Jambi mengalami peningkatan stres kerja. Kemudian stres kerja tersebut akan mengakibatkan kejenuhan dan kehilangan motivasi untuk menyelesaikan tugas yang akan menurunkan produktivitas dan kinerja perawat.

Hubungan Persepsi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan Stres Kerja Secara Simultan

Hasil penelitian dengan menggunakan metode analisis regresi menunjukkan bahwa persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja dan beban kerja secara simultan berbanding lurus sebesar 63,5% dengan stres kerja pada perawat RSJD Provinsi Jambi. Ketika perawat memiliki persepsi yang negatif terhadap kondisi lingkungan kerjanya dan merasa pekerjaannya berat, maka perawat tersebut memiliki kemungkinan sebesar 63,5% untuk mengalami stres kerja. Pada penelitian ini menunjukkan bahwa variabel beban kerja berkorelasi lebih kuat yakni sebesar 60,5% dibandingkan dengan variabel persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja hanya sebesar 3%.

Pada penelitian ini juga membuktikan bahwa beban kerja lebih banyak berkontribusi pada stres kerja dibandingkan dengan variabel persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja. Hasil tersebut memperkuat pernyataan bahwa perawat cenderung lebih mudah untuk mengalami stres ketika dihadapkan pada beban pekerjaan yang tidak sesuai daripada lingkungan yang tidak sesuai. Data hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja berkontribusi sebesar 35,7% terhadap stres kerja, sedangkan persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja hanya berkontribusi sebesar 3%. Stres kerja adalah sebuah kondisi gangguan emosional pada individu yang disebabkan oleh tekanan dari beban pekerjaan yang berlebihan dan keaburan peran, kondisi lingkungan kerja, dan hubungan interpersonal perawat yang akan berdampak pada menurunnya kesehatan, performansi, efisiensi dan produktivitas kinerja perawat RSJD Provinsi

Jambi. Begitu pula sebaliknya, apabila perawat RSJD Provinsi Jambi memiliki persepsi yang positif terhadap kondisi lingkungan dan mendapatkan tugas yang sesuai dengan keterampilan dan pengetahuan mereka, hal tersebut dapat menyebabkan penurunan stres kerja dan meningkatkan produktivitas kerja perawat RSJD Provinsi Jambi.

Saran

1. Bagi pihak RSJD Provinsi Jambi

Persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja terbukti mempunyai kontribusi terhadap stres kerja perawat. Untuk itu sebaiknya pihak RSJD Provinsi Jambi lebih memperhatikan kondisi baik secara fisik maupun non fisik lingkungan kerja, meliputi kebersihan lingkungan RSJD dari sampah, lantai yang bersih dan tidak licin, sarana dan prasarana yang memadai, dan hubungan interpersonal yang baik antara pegawai. Hal ini akan berkaitan dengan stres kerja yang kemudian akan mengakibatkan penurunan atau peningkatan kinerja dan produktivitas pegawai.

Beban kerja terbukti mempunyai kontribusi lebih besar terhadap stres kerja perawat. Untuk itu sebaiknya pihak RSJD Provinsi Jambi lebih memprioritaskan perhatian dalam pemberian tugas dan tanggung jawab kepada para perawat agar sesuai dengan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki perawat. Tugas dan tanggung jawab yang diberikan sebaiknya tidak kurang ataupun berlebih sehingga stres kerja pada perawat tidak terjadi, sehingga akan menyebabkan kinerja dan produktivitas perawat RSJD Provinsi Jambi meningkat.

2. Bagi peneliti lain

Peneliti yang hendak melakukan penelitian tentang stres kerja, terutama penelitian yang mengaitkan hubungan antara persepsi terhadap kondisi lingkungan kerja dan beban kerja dengan stres kerja, hendaknya dapat mengembangkan penelitian serta menambah kekurangan yang ada pada penelitian ini. Sehingga akan semakin memperkuat dan memperkaya pengetahuan tentang variabel-variabel yang berhubungan

dan memberikan kontribusi terhadap stres kerja perawat ataupun pegawai lainnya.

Daftar Pustaka

- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi* (Edisi ke-2). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2013). *Metode penelitian* (Edisi ke-14). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Chiang, Y.M., Chang, Y. (2012). Stress, depression, and intention to leave among nurses in different medical unit: Implications for healthcare management/nursing practice. *Health Policy*, 108(2-3), 149-157. doi: 10.1016/j.healthpol.2012.08.027
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi analisis multivariate dengan Program IBM SPSS 19*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Gibson, J.L., Ivancevich, J.M., Donnelly Jr, J.H., & Konopaske, R. (2012). *Organization: Behavior, structure, process (14th Ed)*. New York: The McGraw-Hill Companies, Inc.
- Leiter, M., & Maslach, C. (2009). Nurse turnover: The mediating role of burnout. *Journal of Nursing Management*, 17, 331-339.
- Munandar, A. (2008). *Psikologi industri dan organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Ojekou, G., & Dorothy, O. (2015). Effect of work environment on level of work stress and burnout among nurses in a teaching hospital in Nigeria. *Open journal of Nursing*, 5(10), 948-955.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia. (2012). *Standar kompetensi Perawat Indonesia*. Jakarta. (Diakses dari www.hpeq.dikti.go.id pada 07 Juni 2017).
- Robbins, S., & Judge, T. (2013). *Organizational Behavior (15th Ed)*. New Jersey, USA: Pearson Education, Inc.
- Russeng, S., Usman, M., & Saleh. (2007). Stres kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Tadjuddin Chalid Makassar. *FKM*

Hubungan Persepsi Kondisi Lingkungan Kerja dan Beban Kerja dengan
Stres Kerja Perawat
(Studi pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi)

Unhas Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 3(1), 1-56.
Sastroasmoro, S., & Ismael, S. (2011). *Dasar-dasar metodologi penelitian klinis* (Edisi ke-4). Jakarta: Sagung Seto.

Sedarmayanti. (2009). *Sumber daya manusia dan produktivitas kerja* (Edisi ke-3). Bandung: CV Mandar Maju.

Tabel 12. Gambaran Stres Kerja pada Perawat RSJD Provinsi Jambi

Karakteristik		Kategori					
		Tinggi		Sedang		Rendah	
		F	P	F	P	F	P
Jenis Kelamin	Laki-laki	1	1,3%	17	22,7%	2	2,7%
	Perempuan	1	1,3%	47	62,7%	7	9,3%
Usia	23-27 tahun	0	0%	22	29,3%	1	1,3%
	28-32 tahun	1	1,3%	9	12,0%	3	4,0%
	33-37 tahun	0	0%	8	10,7%	2	2,7%
	38-42 tahun	1	1,3%	12	16,0%	2	2,7%
	43-47 tahun	0	0%	3	4,0%	0	0%
	48-52 tahun	0	0%	7	9,3%	1	1,3%
	53-56 tahun	0	0%	3	4,0%	0	0%
Masa Kerja	<6 tahun	2	2,7%	31	41,3%	3	4,0%
	6-10 tahun	0	0%	13	17,3%	4	5,3%
	11-15 tahun	0	0%	4	5,3%	0	0%
	16-20 tahun	0	0%	4	5,3%	0	0%
	21-25 tahun	0	0%	3	4,0%	2	6,7%
	26-30 tahun	0	0%	5	6,7%	0	0%
	>30 tahun	0	0%	4	5,3%	0	0%
Jabatan	Perawat Pelaksana	2	2,7%	49	65,3%	6	8,0%
	Ketua Tim	0	0%	7	9,3%	1	1,3%
	Kepala Ruangan	0	0%	6	8,0%	2	2,7%
	Koordinator	0	0%	1	1,3%	0	0%
	Staf Keuangan	0	0%	1	1,3%	0	0%
Pendidikan Terakhir	SPK	1	1,3%	5	6,7%	0	0%
	DIII Keperawatan	1	1,3%	42	56,0%	3	4,0%
	DIV	0	0%	1	1,3%	0	0%
	S1 Keperawatan	0	0%	7	9,3%	1	1,3%
	S1 Kesehatan Masyarakat	0	0%	4	5,3%	2	2,7%
	S1 Keperawatan NERS	0	0%	5	6,7%	3	4,0%
Status	Belum Menikah	0	0%	12	16,0%	0	0%
	Menikah	2	2,7%	52	69,3%	9	12,0%

Tabel 13. Korelasi Variabel Penelitian dan Karakteristik Demografis Subjek

		Jenis Kelamin	Usia	Pendidikan	Jabatan	Status Perkawinan
Kategori Stres Kerja	Koefisien Korelasi	-.184	-.047	-.388**	-.149	-.082
	Sig.	.115	.689	.001	.203	.484
	N	75	75	75	75	75
Kategori Beban Kerja	Koefisien Korelasi	-.109	.184	-.214	.063	-.062
	Sig.	.353	.114	.065	.594	.595
	N	75	75	75	75	75
Kategori Persepsi	Koefisien Korelasi	-.140	-.051	-.273*	-.187	-.028
	Sig.	.232	.662	.018	.109	.813
	N	75	75	75	75	75