

# LITERATURE REVIEW : HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN KONDISI KERJA PERAWAT TERHADAP STRES KERJA PERAWAT

\*Muzakkir<sup>1</sup>, Nova Arianti Tapi<sup>2</sup>, Adriani kadir<sup>3</sup>

\*STIKES Nani Hasanuddin Makassar, S1 Ilmu Keperawatan, Indonesia<sup>1</sup>

STIKES Nani Hasanuddin Makassar, S1 Ilmu Keperawatan, Indonesia<sup>2</sup>

STIKES Nani Hasanuddin Makassar, S1 Ilmu Keperawatan, Indonesia<sup>3</sup>

Corresponding Author: ([muzakkirnani@gmail.com](mailto:muzakkirnani@gmail.com) / 081354959762)

---

## Info Artikel

Sejarah artikel

Diterima : 28.08.2021

Disetujui : 31.08.2021

Dipublikasi : 31.08.2021

---

**Keywords** : Nurse Stress;  
Working Conditions; Workload

---

---

## Abstrak

Beban kerja dan kondisi kerja perawat adalah kegiatan perawat selama bertugas diunit pelayanan kesehatan yang dapat menyebabkan stress kerja pada perawat apabila tidak sesuai dengan kemampuan perawat. Penelitian ini menggunakan metode studi Literature review. Kajian review bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dan kondisi kerja perawat terhadap stress kerja perawat. Metode pengumpulan artikel dengan penelusuran di google scholar, pubmed, dan garuda. Peneliti menemukan 16.554 jurnal artikel sesuai dengan kata kunci yang digunakan. Kemudian dilakukan screening sehingga didapatkan 12 jurnal artikel yang sesuai dengan kriteria inklusi. Hasil penelitian dari studi literature review didapatkan hasil hubungan antara beban kerja dan kondisi kerja perawat terhadap stres kerja perawat sangat signifikan. Kesimpulan pada penelitian ini adalah Beban Kerja dan Kondisi Kerja Perawat dapat menyebabkan stres kerja pada perawat, dimana waktu kerja diperpanjang, lingkungan fisik dan nonfisik kurang mendukung, rendahnya gaji perawat menjadi pemicu munculnya stress kerja pada perawat.

**Kata Kunci** : Beban Kerja; Kondisi Kerja; Stres Kerja Perawat

---

---

## Literature Review: Relationship Of Work Load And Working Conditions Of Nurses To Work Stress Nurses

---

### Abstrak

The workload and working conditions of nurses are activities of nurses while on duty in the health service unit which can cause work stress on nurses if they are not in accordance with the nurse's abilities. This study uses a literature review study method. The review study aims to determine the relationship between the workload and working conditions of nurses on the work stress of nurses. The method of collecting articles by searching on googlescholar, pubmed, and garuda. Researchers found 16,554 journal articles according to the keywords used. Then it was screened so that 12 journal articles were obtained that match the inclusion criteria. The results of the research from the literature review study showed that the relationship between workload and work conditions of nurses on nurses' work stress was very significant. The conclusion of this study is that the work load and working conditions of nurses can cause work stress on nurses, where work time is extended, the physical and non-physical environment is less supportive, the low salary of nurses is a trigger for the emergence of work stress on nurse.

## Pendahuluan

Pelayanan keperawatan kesehatan pada Rumah Sakit atau Puskesmas merupakan salah satu pelayanan yang sangat penting dan berorientasi pada tujuan yang berfokus pada penerapan asuhan keperawatan secara profesional sesuai standar keperawatan sangat tergantung pada bagaimana kinerja perawat di Rumah Sakit atau Puskesmas dalam menerapkan standar asuhan keperawatan (Kumajas et al., 2020).

Pelayanan keperawatan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari pelayanan kesehatan baik dirumah sakit maupun fasilitas pelayanan kesehatan lainnya, keperawatan merupakan bagian yang integral dari pelayanan kesehatan maka pelayanan keperawatan yang berkualitas merupakan salah satu indikator untuk menilai mutu suatu pelayanan kesehatan (Abdullah & Ahri, 2019).

Salah satu metode dalam menilai kinerja perawat yaitu dengan melihat standar asuhan keperawatan. Standar asuhan keperawatan adalah suatu pernyataan yang menguraikan kualitas yang diinginkan terkait dengan pelayanan keperawatan terhadap klien (Rasyidin & Nurlinda, 2019). Sebagai profesi yang memiliki peranan penting dalam memelihara dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan melalui asuhan keperawatan, perawat rentan mengalami stres karena memiliki beban kerja dan kondisi kerja yang cukup tinggi. Beban kerja meliputi beban fisik maupun mental. Akibat beban kerja yang terlalu berat atau kemampuan fisik yang terlalu lemah dapat mengakibatkan seorang perawat dapat menderita gangguan. Kondisi lingkungan kerja juga dapat merupakan beban tambahan terhadap pekerjaan. Beban beban tambahan tersebut secara sendiri-sendiri atau bersama-sama dapat menimbulkan gangguan atau stres kerja pada perawat (Djarmiko, 2018).

Banyaknya tugas perawat dalam memberikan pelayanan baik pelayanan keperawatan dan non keperawatan menyebabkan terabaikannya tugas utama perawat yang berorientasi pada pasien dalam melakukan asuhan keperawatan (Mellawani, 2017). Hal tersebut sangat penting karena berkaitan dengan dampak yang ditimbulkan akibat meningkatnya beban kerja perawat yang berhubungan dengan keselamatan pasien, kepuasan pelanggan dan kinerja perawat. Banyak faktor yang mempengaruhi belum optimalnya kinerja perawat, salah satunya adalah tingginya beban kerja perawat. Beban kerja yang tinggi akan menimbulkan terjadinya kelelahan kerja, yang mana memberi kontribusi sebesar 50% terhadap kejadian kecelakaan kerja.

Beban kerja perawat merupakan suatu dimensi dari seluruh kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seorang perawat selama bertugas di suatu unit pelayanan kesehatan untuk memberikan asuhan keperawatan. Pelayanan yang cepat dan tepat sangat dibutuhkan didalam pelayanan di rumah sakit yang dapat menyebabkan beban kerja tinggi pada perawat sehingga terjadi stres kerja pada perawat. Hal ini akan berdampak pada kesalahan laporan status pasien, kelelahan kerja serta kesalahan pemberian medikasi pada pasien (Shieva Nur, 2019).

Stres kerja adalah tidak adanya kecocokan diantara tuntutan, kemampuan, dan keterampilan yang ingin dipenuhi oleh individu dalam lingkungan kerjanya. Stres kerja dapat berpengaruh pada penurunan produktivitas kerja perawat dalam melaksanakan tugas keperawatan apabila stres kerja ini tidak dilakukan pengendalian. Stres kerja juga dapat mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang, hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti konflik, ketidakpastian, hubungan dengan pihak manajemen, komunikasi yang kurang efektif termasuk juga tekanan dari tugas atau beban kerja perawat dan kondisi kerja perawat (Wijono, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Badri, 2020) di Rumah Sakit Batam didapatkan bahwa perawat yang beban kerja langsung dan beban kerja tidak langsung berat dengan stres kerja tinggi sebanyak 19 perawat (73,1%). Perawat yang beban kerja langsung dan beban kerja tidak langsung ringan dengan stres kerja ringan sebanyak 15 perawat (71,4%). Hal ini disebabkan karena beban kerja langsung didapatkan sebagian perawat merasa terbebani saat mengobservasi pasien secara ketat selama jam kerja dan peningkatan tugas-tugas yang terikat waktu dengan tepat.

Stres kerja terjadi pada perawat karna beban kerja dan kondisi kerja perawat maka hal ini dapat memberikan dampak negatif bagi perawat. Pengendalian stres kerja yang tepat pada perawat sangatlah penting karena dapat menunjang produktivitas dalam melakukan pelayanan asuhan keperawatan secara maksimal.

## Bahan dan Metode

### *Penggumpulan data*

Penelitian ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode studi kepustakaan atau literature review. Literature review adalah satu penelusuran dan penelitian kepustakaan dengan membaca berbagai buku, jurnal, dan terbitan-terbitan lain yang berkaitan dengan topik penelitian, untuk menghasilkan satu tulisan berkenaan dengan satu topik atau isu tertentu.

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan didapatkan sebanyak 16.554 artikel dan jurnal yang teridentifikasi, lalu peneliti melakukan penyaringan atau penghapusan dari literatur-

literatur yang tidak termasuk dalam kriteria inklusi <5 tahun terakhir (2015-2020). Hasil pencarian terkumpul artikel sebanyak 9.196 artikel sebagai kandidat abstrak. kemudian peneliti membuang beberapa artikel yang tidak relevan dan tidak sesuai dengan kriteria variabel yang diinginkan oleh peneliti dalam melakukan review sebanyak 9.126 artikel. Kandidat studi yang diinginkan oleh peneliti sebanyak 70 artikel. Kemudian dilakukan

penghapusan kembali beberapa literatur secara ulasan penuh yang diinginkan peneliti sebanyak 34 artikel, maka terkumpul sebanyak 36 artikel dalam review yang dimana hal tersebut diinginkan oleh peneliti. Kemudian peneliti menghapus kembali beberapa artikel yang tidak ingin di masukkan kedalam literature review sebanyak 24 artikel. Artikel yang diinginkan terkumpul sebanyak 12 artikel untuk di review.

## Hasil penelitian

**Tabel. Sintesis Grid Hasil Penelitian**

Studi/ Author	Tempat Penelitian	Populasi	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
Pengaruh Kepemimpinan, Beban Kerja Dan Kondisi Kerja Terhadap Stres Perawat  Asfianty Sarda, Gunawan Bata Ilyas, Iksan Kadir (2018)	Uptd Kesehatan Puskesmas Palanro Kecamatan Mallusetasi Kabupaten Barru	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di Uptd Kesehatan Puskesmas Palanro Kecamatan Mallusetasi Kabupaten Barru	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Kepemimpinan, Beban Kerja Dan Kondisi Kerja Terhadap Stres Perawat	analisis regresi linier berganda.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Stres Perawat di UPTD Kesehatan Puskesmas Palanro Kecamatan Mallusetasi Kabupaten Barru. Kondisi kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Stres Perawat di UPTD Kesehatan Puskesmas Palanro Kecamatan Mallusetasi Kabupaten Barru.
Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam Rahmi Maharani, Apri Budianto (2019)	Kota Banjar	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di ruang rawat inap dalam BLUD RSU Kota Banjar	untuk mengetahui Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei explanatory	Hasil penelitian didapati besarnya angka Adjusted R Square adalah 0,193 atau 19,3%. Dapat disimpulkan bahwa beban kerja mempengaruhi langsung terhadap stres kerja sebesar 19,3%.
Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Ike Prafita Sari, Rayni (2020)	Lamongan	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di RSI Nashrul Ummuh Lamongan	Mengetahui Pengaruh Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Rsi Nashrul Ummah Lamongan	Desain penelitian yang menggunakan pendekatan cross sectional	Hasil analisis hubungan antara Beban Kerja dengan Stres kerja responden diperoleh hasil dari 11 responden yang memiliki beban Kerja dalam kategori Sedang menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami Stres kerjadalam kategori yang Sedang pula yaitu sebanyak 6 responden (54,5%).
Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja Perawat di	Tangerang	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di RSU	Untuk mengetahui Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat	Menggunakan desain Deskriptif Kolerasi dengan	responden yang mengalami beban kerja sedang dan stres kerja sedang sebanyak 15 responden(65.7%),

Instalasi Gawat Darurat	Kabupaten Tangerang	Stres Kerja Perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Tangerang	pendekatan Cross Sectional.	menyatakan beban kerja sedang dan stres kerja berat sebanyak 8 responden (34.8%) dan yang menyatakan beban kerja berat dan stres kerja sedang sebanyak 2 responden (11.8%), menyatakan beban kerja berat dan stres kerja berat sebanyak 15 responden (88.2%)	
Shieva Nur Azizah Ahmad, Bunga Hidi Nopti (2019)					
Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Ruang Intensive Care Unit dan Instalasi Gawat Darurat Nonik Eka	Pemalang	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di RSUD Medika Pemalang	untuk mengetahui Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Ruang Intensive Care Unit dan Instalasi Gawat Darurat	kuantitatif asosiatif analitik dengan pendekatan Cross Sectional.	responden yang memiliki beban kerja ringan dan tingkat stres ringan ada 15 (33,3%) responden, yang memiliki beban kerja ringan dan tingkat stres sedang sejumlah 9 (20,0%)
Martyastuti, Isrofah, Khalilatun Janah (2019)					
Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Perawat Dengan Mediasi Stress Kerja	Jombang	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di rumah Sakit Unipdu Medika Jombang	untuk mengetahui Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Mediasi Stress Kerja	kuantitatif dengan menggunakan metode survey	Kondisi kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Stress Kerja Perawat di Rumah Sakit. Stress Kerja memediasi secara parsial antara Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja Perawat di Rumah Sakit Unipdu Medika Jombang
Laily Nurida Safitri, Mardi Astutik (2019)					
Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Stres Kerja Perawat	Kupang	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di rumah Sakit jiwa Naimata Kupang	untuk mengetahui Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Jiwa Naimata Kupang Tahun 2019	survei analitik dengan rancangan Cross Sectional Study	menunjukkan secara bersama-sama variabel independen berhubungan dengan stres kerja perawat.dengan koefisien determinasi sebesar 62,5%
Matilda Lantaran Sari, Luh Putu Ruliati, Erny Erawati Pua Upa (2019)					
The association between workload and job stress among nurses	Iran	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di rumah Sakit kota Zabzevar, iran	untuk mengetahui hubungan beban kerja dan stres kerja diantara perawat di rumah sakit Vasei,	Studi cross-sectional	nilai rata-rata beban kerja dan stres kerja adalah $71,69 \pm 10,49$ dan $41,60 \pm 10,26$ , masing-masing. 83,8% subjek memiliki beban kerja tinggi ( $> 60$ ) dan 52,5% subjek memiliki tingkat stres sedang (30-70). Rata-rata tertinggi di antara enam
Mina Madadzadeh, Hadith Barati, Akbar Ahmadi					

Asour (2016)			Sabzevar Iran		dimensibeban kerja terkait dengan tenaga kerja fisik ( $78.00 \pm 19.97$ ), dan mean terendah terkait menjadi frustrasi ( $54.75 \pm 20.70$ )
Emmanuel Kokoroko, Mohammed A. Sanda (2019)	Ghana	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di rumah Sakit OPD Ghana	untuk mengetahui Pengaruh beban kerja terhadap stres kerja perawat di OPD Ghana	Sebuah desain survei cross-sectional	Tingkat beban kerja yang tinggi dikaitkan dengan tingkat stres kerja perawat yang tinggi. Juga lebih tinggi Tingkat beban kerja berhubungan dengan tingginya tingkat stres kerja bagi perawat yang menerima tingkat dukungan rekan kerja, tetapi tidak demikian halnya bagi mereka yang menerima tingkat dukungan rekan kerja yang rendah (cadangan efek buffering)
Moderating effects of coping on work stress and job performance for nurses  Li Li, Hua Ai, Lei Gao, Hao Zhou, Xinyan Liu (2017)	China	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di rumah Sakit Heilongjiang, China	untuk mengetahui efek moderat matasi stres kerja dan kinerja perawat	Survei cross-sectional	Tiga subskala stres kerja berhubungan negatif dengan prestasi kerja. Strategi koping positif dimoderasi Perawatan Pasien dan kinerja pekerjaan sementara strategi koping negatif memoderasi Beban Kerja dan Waktu dan kinerja.
Association of cumulative job dissatisfaction with depression, anxiety and stress among expatriate nurses. Nazmus Saquib, Mohamed Saddik Zaghoul, Juliann Saquib (2019)	Saudi Arabia	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di Rumah Sakit Expatriat Arab Saudi	untuk mengetahui asosiasi ketidakpuasan kerja kumulatif dengan depresi, kecemasan dan stres di antara perawat ekspatriat di Arab Saudi	Survei cross-sectional	Ketidakpuasan dengan beban kerja dan kerja tim secara signifikan terkait dengan depresi ringan / sedang dan berat dalam model yang disesuaikan. Ketidakpuasan dengan beban kerja secara signifikan dikaitkan dengan kecemasan dan stres, tetapi tim- pekerjaan tidak.
Stress, anxiety and depression in clinical nurses Thi Thu Thuy Tran, Ngoc Bich Nguyen (2019)	Vietnam	Populasi pada penelitian ini adalah semua perawat di Klinik Vietnam	untuk mengetahui stres, kecemasan dan depresi pada klinis perawat di Vietnam	Cross-sectional survey and cluster analysis	Prevalensi stres, kecemasan dan depresi yang dilaporkan sendiri adalah masing-masing 18,5%, 39,8% dan 13,2%. 45,3% peserta melaporkan gejala setidaknya satu gangguan mental, 7,3% memiliki ketiganya.

1. Pada artikel pertama penelitian yang dilakukan oleh (Sarda et al., 2018) di UPTD Kesehatan Puskesmas Palanro Kecamatan Mallusetasi Kabupaten Barru menggunakan metode penelitian kuantitatif korelational dengan desain ex post factor menjelaskan bahwa beban kerja dan kondisi kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Stres Perawat dimana semakin tinggi beban kerja perawat maka stres perawat akan semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah beban kerja perawat maka stres perawat akan semakin rendah.
2. Pada artikel kedua penelitian yang dilakukan oleh (Pranita ike & Rayni, 2020) di RSI Nashrul Ummah Lamongan dengan metode cross sectional menekankan faktor yang berhubungan dengan kejadian stress. beban kerja dan kondisi kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap Stres Perawat dimana semakin tinggi beban kerja perawat maka stres perawat akan semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah beban kerja perawat maka stres perawat akan semakin rendah.
3. Pada artikel ketiga penelitian yang dilakukan oleh (Maharani & Budianto, 2019) di RSUD Kota Banjar dengan metode survei explanatory lebih menekan pengaruh secara langsung dan tidak langsung beban kerja terhadap stress kerja perawat, dimana beban kerja yang tinggi akan berdampak pada kinerja yang rendah dan mengakibatkan stress kerja pun meningkat.
4. Pada artikel ketiga penelitian yang dilakukan oleh (Nur et al., 2019) Menggunakan desain *Deskriptif Kolerasi* dengan pendekatan *Cross Sectional* dilakukan di IGD RSUD Kabupaten Tangerang, ditemukandari sebagian besar perawat berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar sudah menikah, karena pada perempuan mengalami siklus biologis setiap bulannya sehingga mempengaruhi kondisi fisik maupun psikisnya karena menyebabkan tingkat kelelahan dan lebih tinggi pada perempuan.
5. Pada artikel ke empat penelitian (Martyastuti & Janah, 2019) menggunakan desain penelitian kuantitatif asosiatif analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Penelitian dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Siaga Medika Pematang menekankan penelitian pada aspek bagaimana beban kerja dan kondisi kerja data menjadi pemicu stress kerja sehingga perlu dilakukan analisa hubungan diantara beban kerja berat dan beban kerja ringan terhadap stress berat dan stress ringan.
6. Pada artikel keenam penelitian yang dilakukan (Sari et al., 2019) Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode survey di Rumah Sakit Unipdu Medika Jombang di jelaskan bahwa pada aspek bagaimana beban kerja dan kondisi kerja dapat menjadi pemicu stress sehingga perlu dilakukan analisa hubungan antara beban kerja dan kondisi kerja terhadap stress kerja perawat.
7. Pada artikel ketujuh penelitian yang dilakukan (Safitri et al., 2019) dengan metode penelitian yang digunakan yaitu survei analitik di Rumah Sakit Jiwa Naimata Kupang Tahun 2019 memiliki masalah yang sama yang diangkat sebagai point penting dalam penelitian yang menekankan pada aspek bagaimana beban kerja dan kondisi kerja dapat menjadi pemicu stress sehingga perlu dilakukan analisa hubungan antara beban kerja dan kondisi kerja terhadap stress kerja perawat.
8. Pada artikel kedelapan penelitian yang dilakukan oleh (Li et al., 2017) dengan metode penelitian Survei cross-sectional terhadap 852 perawat dari empat rumah sakit tersier di Provinsi Heilongjiang, Cina, ingin menjabarkan bagaimana beban kerja memiliki hubungan dengan kejadian stress kerja pada perawat serta bagaimana perawat tersebut memiliki metode coping dalam menyelesaikan permasalahan yang dianggap stress oleh perawat yang bersangkutan. Dimana strategi coping positif mengurangi atau menyangga efek negatif dari stress kerja pada kinerja pekerjaan dan strategi coping negatif meningkatkan efek negatif.
9. Pada artikel kesembilan penelitian yang dilakukan oleh (Saquib et al., 2019) di Arab dengan menggunakan metode Perawat ekspatriat (n = 977) dari rumah sakit pemerintah menyelesaikan asurvei elektronik menekankan stress kerja yang dialami oleh perawat lebih didominasi pada kondisi kerja dimanaketidakpuasan dengan gaji, beban kerja dan kerja tim dikaitkan dengan depresi, kecemasan dan stress pada perawat ekspatriat.
10. Pada artikel kesepuluh penelitian yang dilakukan (Kokoroko & Sanda, 2019) Sebuah desain survei cross-sectional digunakan, dan kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data yang dilakukan di Ghana menekankan tingkat stress kerja yang tinggi untuk perawat yang menerima dukungan rekan kerja yang rendah. Hal ini menyimpulkan bahwa efek buruk beban kerja terhadap kesehatan karyawan, dan sebaliknya efek penyangga menyiratkan bahwa mendukung kolega di tempat kerja harus disampaikan dengan cara yang positif tanpa penilaian negatif.
11. Pada artikel kesebelas penelitian yang dilakukan oleh (Madadzadeh et al., 2018) dengan metode penelitian Studi cross-sectional ini dilakukan pada 80 perawat Rumah Sakit Vasei, Kota Sabzevar berdasarkan metode pengambilan sampel probabilistic menekankan bahwa penelitian tidak menunjukkan hubungan yang signifikan antara beban kerja dan pekerjaan stress pada perawat Rumah Sakit Vasei, Kota Sabzevar. Namun, beban kerja rata-rata adalah tinggi bagi kebanyakan orang. Situasi ini dapat diperbaiki dengan meningkatkan kemampuan dan akuntabilitas perawat melalui kursus pelatihan tentang pengendalian tekanan tenaga kerja.
12. Pada artikel keduabelas penelitian yang dilakukan oleh (Thu et al., 2019) dengan metode penelitian Studi potong lintang dilaksanakan di salah satu rumah sakit tersier di kota Hanoi, Vietnam menekankan bahwa stress, kecemasan dan depresi banyak terjadi pada perawat klinis. Heterogenitas dalam demografi karakteristik dan kondisi kerja diamati di seluruh kelompok dengan pola gangguan mental yang berbeda. Upaya

kelembagaan harus ditekankan untuk mendukung perawat dalam pengembangan karirnya guna mengurangi ketegangan psikologis.

## Pembahasan

### 1. Hubungan beban Kerja Perawat dengan Stres Kerja Perawat

Beban kerja perawat merupakan suatu dimensi dari seluruh kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seorang perawat selama bertugas di suatu unit pelayanan kesehatan untuk memberikan asuhan keperawatan secara cermat, cepat, tepat dan dalam waktu tertentu (Vanchapo, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh (Thu et al., 2019) yang mengatakan beban kerja yang tinggi, banyaknya tugas dari pimpinan yang harus diselesaikan dalam waktu yang ditetapkan, hal ini menjadi sumber stres kerja pada perawat karena dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental. Gejala ini menyangkut baik kesehatan fisik dan mental yang dapat mempengaruhi proses berfikir cara kerja, emosi dan kondisi fisik perawat. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maharani & Budiarto, 2019) yang mengatakan bahwa stres kerja terjadi karena beban kerja yang begitu banyak, pemenuhan kebutuhan yang banyak, penanganan masalah yang pada akhirnya sangat menguras energi baik fisik maupun kognitif perawat. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Shieva Nur, 2019) dimana dijelaskan bahwa stres kerja dapat terjadi karena sebagian besar perawat berjenis kelamin perempuan karena perempuan mengalami siklus biologis setiap bulannya sehingga mempengaruhi kondisi fisik maupun psikisnya.

Beban kerja perawat adalah seluruh kegiatan atau tuntutan pekerjaan yang harus dilakukan perawat selama bertugas yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu. Beban kerja yang berlebihan dapat memicu timbulnya stres, sehingga memungkinkan perawat tidak dapat menampilkan performa pelayanan asuhan keperawatan secara optimal, efektif dan efisien karena kemampuan fisik dan kognitif perawat berkurang (Wijono, 2018).

Hasil analisis peneliti yang telah dilakukan menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dan kondisi kerja perawat terhadap stres kerja perawat. Menurut peneliti beban kerja yang semakin meningkat menyebabkan terjadinya peningkatan terjadinya stres kerja perawat karena beban kerja dan kondisi kerja perawat merupakan sumber utama terjadinya stres kerja pada perawat. Peneliti juga berasumsi bahwa stres kerja merupakan respon tubuh seseorang terhadap tekanan,

tuntutan-tuntutan fisik yang mengganggu pelaksanaan tugas perawat dalam memberikan asuhan keperawatan kepada klien. Faktor yang mempengaruhi stres kerja pada perawat diantaranya meningkatkan tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan perawat dalam waktu tertentu, pembagian tugas dari pemimpin yang tidak sesuai dapat mempengaruhi produktifitas perawat dalam pemberian asuhan keperawatan kepada klien.

Penelitian yang dilakukan oleh (Safitri et al., 2019) yang menunjukkan adanya pengaruh beban kerja terhadap stres kerja perawat dimana penyebab stress kerja yaitu beban kerja yang berlebihan sehingga membutuhkan waktu yang lebih banyak waktu untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2019) yang mengatakan bahwa stres kerja pada perawat dipengaruhi oleh beban kerja yang berat dimana antara jam kerja yang panjang dapat memicu terjadinya stres kerja yang disebabkan karena terjadinya kelelahan. Ini menunjukkan bahwa bekerja 2 shift (16 jam) lebih dari jam kerja reguler menyebabkan hasil yang negatif bagi pasien, perawat dan rumah sakit itu sendiri. Analisa beban kerja perawat yang menyebabkan stres dapat dilihat dari berbagai aspek salah satunya adalah waktu kerja yang digunakan untuk mengerjakan tugasnya apakah sesuai dengan jam kerja yang berlangsung setiap hari dengan beban kerja yang diberikan (Gunawan, 2020).

Menurut peneliti beban kerja dapat dialami oleh perawat dapat terjadi apabila beban kerja yang diberikan melewati jam kerja perawat ditempat kerja. Penambahan waktu kerja pada perawat akan menambah beban kerja bagi perawat sehingga peneliti dapat menyimpulkan bahwa penambahan waktu kerja memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan stres yang dialami oleh perawat yaan bekerja dirumah sakit.

Penelitian yang dilakukan oleh (Martyastuti & Janah, 2019) mengatakan bahwa beban kerja memiliki hubungan dengan stres kerja perawat, hal ini disebabkan karena banyaknya tugas dari pimpinan yang harus diselesaikan dalam waktu yang ditetapkan, banyaknya jenis pekerjaan yang harus diselesaikan yang harus dilakukan demi keselamatan pasien, dan merasa terbebani dengan tuntutan pelayanan yang berkualitas. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sarda et al., 2018) dimana dijelaskan bahwa semakin tinggi beban kerja

yang di berikan kepada perawat maka tingkat stres yang terjadi pada perawat akan tinggi pula.

Beban kerja merupakan bentuk lain dari penyebab timbulnya stress kerja. Akibat negative dari peningkatan beban kerja adalah kemungkinan timbul emosi perawat yang tidak sesuai dengan harapan pasien. Beban kerja yang berlebihan tentu akan berpengaruh pada produktivitas pelayanan asuhan keperawatan kepada klien (Muhith, 2017).

Menurut asumsi peneliti beban kerja yang berlebihan menyebabkan peningkatan stres kerja pada perawat dirumah sakit sehingga semakin banyak pekerjaan yang harus diselesaikan tidak dipungkiri akan semakin tinggi pula stres kerja perawat karena stres kerja dapat timbul akibat tekanan dari bersumber dari ketidaksesuaian antara kemampuan seseorang individu dengan banyaknya pekerjaan yang ditangani. Beban kerja tidak akan menimbulkan stres kerja apabila beban kerja yang ditangani seimbang dengan jumlah perawat dan pembagian tugas yang sesuai.

## 2. Hubungan Kondisi Kerja Perawat dengan Stres kerja Perawat

Penelitian yang dilakukan oleh (Saquib et al., 2019) mengatakan bahwa terjadinya stres kerja pada perawat berhubungan dengan ketidakpuasan dengan gaji yang diterima oleh perawat dan juga kerja sama dengan tim kerja dalam satu ruangan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Thu et al., 2019) dimana dijelaskan bahwa konflik di tempat kerja dan kurangnya penghargaan untuk perawat dalam melakukan tugas yang menjadi pemicu timbulnya stress kerja pada perawat. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2019) mengatakan bahwa tingginya tingkat stres kerja pada perawat, dipengaruhi oleh kurangnya pelatihan, kelebihan beban kerja sehingga menyebabkan kelelahan, kondisi kerja yang buruk, konflik pendapat dan kurangnya layanan organisasi sebagai faktor resiko yang berkontribusi terhadap tingginya tingkat stres, penelitian ini juga menunjukkan bahwa berada diperkerjaan yang selama lebih dari satu tahun dapat meningkatkan persepsi stres lebih tinggi dan berpengaruh negatif sehingga menimbulkan ketidaknyamanan yang berkembang menjadi kelelahan yang berbeda tipe dari waktu ke waktu.

Penelitian ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kokoroko & Sanda, 2019) yang mengatakan bahwa tuntutan dalam lingkungan kerja berisiko terhadap terjadinya stres dimana kurangnya komunikasi antara teman sejawat dan antara bawahan dan atasan. Stres kerja juga dapat terjadi karena adanya pengucilan dan pengasingan di tempat kerja.

Oleh karena itu dibutuhkan dukungan organisasi untuk menstabilkan dan mengurangi resiko dampak buruk dari pengucilan ditempat kerja sehingga mengurangi kejadian stres kerja bagi perawat ditempat kerja. Ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sarda et al., 2018) yang mengatakan bahwa peningkatan lingkungan kerja dan dukungan dalam menangani stressor kerja dan pengurangan penjaatan asuhan keperawatan sangat penting untuk mengurangi tingkat stres kerja pada perawat. sementara itu Penelitian yang dilakukan oleh (Madadzadeh et al., 2018) mengemukakan dua pendapat di mana peneliti mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara lingkungan beban kerja dengan kejadian stres pada perawat, dan ada hubungan beba kerja terhadap kejadian stres kerja pada perawat.

Perawat yang menganggap lingkungan tempat mereka bekerja baik akan mengalami kepuasan kerja yang lebih tinggi dan merasa nyaman dengan lingkungan kerja. Lingkungan kerja yang baik merupakan faktor penentu untuk kualitas perawatana yang tinggi sehingga hasil yang diberikan lebih baik bagi perawat (Badri, 2020).

Menurut Asumsi peneliti stres kerja juga dapat dipengaruhi oleh kondisi kerja ditempat kerja. kondisi kerja atau lingkungan kerja adalah tempat kerja secara fisik dan non fisik yang dapat mempengaruhi kinerja perawat, misalnya hubungan antara temansejawat, rasa aman terhadap diri sendiri saat melakukan pekerjaan sehingga dapat menyebabkan ketidakseimbangan antara situasi kerja yang mencakup fasilitas, peraturan yang ditetapkan, hubungan sosial, hubungan antara atasan dan bawahan, kerjasama antar perawat yang mengakibatkan ketidaknyamanan.

Menurut asumsi peneliti jika beban kerja dan kondisi kerja pada perawat tidak dilakukan pengendalian stress yang dapat berpengaruh negatif bagi perawat sehingga dapat mengakibatkan kesalahan dalam pemberian asuhan keperawatan kepada pasien. Maka dari itu dibutuhkan strategi yang sesuai untuk mengatasi peningkatan stres pada perawat. Asumsi ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Li et al., 2017) mengatakan bahwa stres kerja pada perawat perlu dilakukan pengendalian dengan strategi yang efektif. Strategi koping dapat mengurangi efek negatif dari stres kerja perawat. Mengurangi stres dan meningkatkan strategi koping sangat penting tidak hanya untuk mendorong perawat tetapi juga untuk masa depan pengembangan keperawatan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Madadzadeh et al., 2018) mengatakan dalam pengendalian stres kerja pada perawat dibutuhkan strategi yang

tepat agar perawat dapat menjalankan tugasnya dengan baik. Situasi stres kerja pada perawat dapat diperbaiki dengan meningkatkan kemampuan dan akutanbilitas perawat melalui kursus pelatihan pengendalian tekanan tenaga kerja.

Peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa mekanisme koping individu dapat meringankan stres dalam pengaturan beban kerja dan kondisi kerja, sehingga dapat menurunkan stres kerja para perawat dan pentingnya kebijakan dalam organisasi keperawatan dalam membatasi kualitas perawatan yang diberikan dan peningkatan ketersediaan manusia dan sumber daya teknis, organisasi pekerjaan keperawatan. Mengatasi stres dengan strategi koping bisa menguntungkan psikologi perawat.

## Kesimpulan

Tingginya tingkat stres kerja yang dialami oleh perawat berasal dari beban kerja yang berlebihan. Beban kerja yang tinggi, banyaknya tugas dari pimpinan yang harus diselesaikan dalam waktu yang ditetapkan sehingga menyebabkan stres kerja pada perawat. Kondisi kerja yang kurang memadai akan mengakibatkan terjadinya stres kerja pada perawat. Kondisi tersebut seperti kelengkapan sarana dan prasarana yang ada di tempat kerja dan kelelahan dari berbagai stressor seperti konflik peran, tekanan waktu, kelebihan pekerjaan, dukungan sosial yang tidak memadai, kepemimpinan yang tidak memadai.

## Saran

## Referensi

- Badri, I. A. (2020). Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Ruang Icu Dan Igd. *Human Care Journal*, 5(1), 379. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i1.730>
- Djarmiko, R. D. (2016). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja* (U. P. Hastanto (ed.); 1st ed.). CV. Budi Utama.
- Gunawan, A. H. (2016). *Analisis Kebutuhan Tenaga Perawat Unit Pelayanan Intensif Berdasarkan Beban Kerja dan Kompetensi di Unit Pelayanan Intensif Rumah Sakit Dr Oen Solo Baru Tahun 2015*. 2, 98–114.
- Kokoroko, E., & Sanda, M. A. (2019). Effect of Workload on Job Stress of Ghanaian OPD Nurses: The Role of Coworker Support. *Safety and Health at Work*, 10(3), 341–346. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2019.04.002>
- Kumajas, S. S. (2019). *Hubungan Pengetahuan Perawat tentang Komunikasi Terapeutik dengan Kepuasan Pasien di Ruang Cendana Rumah Sakit Tingkat III Wolter Mongisidi*. 2, 34–41. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/270/279>
- Kumajas, S. S. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kinerja Perawat di Ruang Hana, Ester dan Lukas RSUD Pancaran Kasih Gmim Kota Manado*. 3, 23–31. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/nic/article/view/416/396>
- Li, L., Ai, H., Gao, L., Zhou, H., Liu, X., Zhang, Z., Sun, T., & Fan, L. (2017). *Moderating effects of coping on work stress and job performance for nurses in tertiary hospitals: a cross-sectional survey in*. 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12913-017-2348-3>

1. Stres kerja pada perawat akibat beban kerja dan kondisi kerja perlu diatasi dengan strategi koping yang tepat, mengingat berbagai stressor penyebab stres yang dihadapi. Untuk itu perlu strategi yang efektif dan peningkatan dukungan sosial untuk mengurangi stres kerja dan membina hubungan dengan rekan kerja atau antara atasan dan bawahan sangat penting dilakukan secara efisien agar dapat berikan pelayanan kepada pasien dan rumah sakit secara optimal. Pembinaan dan pemeliharaan lingkungan kerja yang baik juga dapat meningkatkan kinerja perawat dalam pemberian asuhan keperawatan kepada klien sehingga mampu mengurangi stres kerja pada perawat.
2. Diharapkan bagi institusi pendidikan dapat menambah bahan bacaan terkait stres kerja dan kondisi kerja perawat.
3. Peneliti berharap peneliti selanjutnya memberikan kualitas yang lebih baik yang akan sangat membantu dalam mencari tahu faktor penyebab stres dan yang berminat melakukan penelitian yang serupa diharapkan bisa menambahkan metode-metode yang lebih memperketat penentuan kriteria yang akan di review.

## Ucapan Terimakasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada institusi STIKES Nani Hasanuddin Makassar yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian tentang hubungan beban kerja dan kondisi kerja perawat terhadap stres kerja perawat di rumah sakit.

- Madadzadeh, M., Barati, H., & Ahmadi Asour, A. (2018). The association between workload and job stress among nurses in Vasei hospital, Sabzevar city, Iran, in 2016. *Journal of Occupational Health and Epidemiology*, 7(2), 83–89. <https://doi.org/10.29252/johe.7.2.83>
- Maharani, R., & Budianto, A. (2019). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam. *Journal of Management Review*, 3(2), 327–332.
- Martyastuti, N. E., & Janah, K. (2019). *Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Ruang Intensive Care Unit dan Instalasi Gawat Darurat*. 2(1).
- Rasyidin, R. M., & Nurlinda, A. A. (2019). *Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Melalui Kelelahan kerja terhadap Kinerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Islam Faisal Makassar*. 14, 306–312. <http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/246/197>
- Safitri, L. N., Astutik, M., Safitri, L. N., Astutik, M., & Kerja, S. (2019). *Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Perawat Dengan Mediasi Stress Kerja*. 2(1), 13–26.
- Saquib, N., Saddik, M., Juliann, Z., Alhomaidan, H. T., Al, A., Abdulrahman, M., & Mazrou, A. (2019). *Association of cumulative job dissatisfaction with depression , anxiety and stress among expatriate nurses in Saudi Arabia*. February, 740–748. <https://doi.org/10.1111/jonm.12762>
- Sarda, A., Ilyas, G. B., & Kadir, I. (2018). Pengaruh kepemimpinan, beban kerja dan kondisi kerja terhadap stres perawat di upkd kesehatan puskesmas Palanro Kecamatan Mallusetasi Kabupaten Barru. *YUME: Journal of Management*, 1(3).
- Sari, M. L., Ruliati, L. P., Erawati, E., Upa, P., Ilmu, P., Masyarakat, K., Kesehatan, F., & Nusacendana, U. (2019). *Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Jiwa Naimata Kupang Tahun 2019*. 1(1), 109–114.
- Shieva Nur. (2019). Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja Pegawai rekam medis di RSU Kabupaten Tangerang. *Ilmiah Kesehatan Indonesia*, 2(2), 1–14.
- Thu, T., Tran, T., Nguyen, N. B., Luong, M. A., Hai, T., Bui, A., Phan, T. D., & Tran, V. O. (2019). Stress , anxiety and depression in clinical nurses in Vietnam : a cross - sectional survey and cluster analysis. *International Journal of Mental Health Systems*, 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13033-018-0257-4>
- Vanchapo, A. R. (2020). *Beban Kerja dan Stres Kerja* (N. Arsalan (ed.); 1st ed.). CV. Penerbit Qiara Media.
- Wijono, S. (2018). *Kepemimpinan Dalam Perspektif Organisasi Sutarto Wijono* (I. Fahmi (ed.); 1st ed.). PRENADAMEDIA GRUP