

## HUBUNGAN BEBAN KERJA TERHADAP PENINGKATAN STRES DAN PENURUNAN KETAHANAN KERJA PADA TENAGA KESEHATAN DI RSUD NGIMBANG LAMONGAN

Mahajca Lailyyatus Shofwa, Yeni Amalia, Tri Wahyu Sarwiyata\*  
Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Malang

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** Tenaga kesehatan rumah sakit cenderung dituntut dengan pekerjaan banyak sehingga rawan mengalami stres. Beratnya beban kerja dan proses adaptasi yang lambat dapat menyebabkan rendahnya ketahanan kerja yang akan berpengaruh pada konsentrasi dan produktivitas kerja tenaga kesehatan. Studi ini berfungsi guna melihat adanya pengaruh beban kerja terhadap stres dan ketahanan kerja pada tenaga Kesehatan di RSUD Ngimbang Lamongan.

**Metode:** studi ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain observasional analitik dan pendekatan *cross sectional* pada tenaga kesehatan dengan kerja minimal 1 tahun di RSUD Ngimbang. Pengukuran beban kerja menggunakan kuesioner NASA-TLX, pengukuran stres menggunakan kuesioner DASS 42, dan pengukuran ketahanan kerja menggunakan tes *kreaplin*. Data dianalisa dengan korelasi *Rank Spearman* dan nilai *p value* <0,05 dianggap signifikan.

**Hasil:** Beban kerja berhubungan sedang dengan stres  $r=0,481$  ( $p=0,000$ ) dan beban kerja berhubungan lemah dengan ketahanan kerja  $r=-0,272$  ( $p=0,004$ ). Hal ini menunjukkan semakin tinggi beban kerja maka akan meningkatkan stres dan penurunan ketahanan kerja.

**Simpulan:** Terdapat hubungan beban kerja yang signifikan dengan tingkat korelasi sedang dan arah positif terhadap peningkatan stres. Terdapat hubungan beban kerja yang signifikan dengan tingkat korelasi lemah dan arah negatif terhadap penurunan ketahanan kerja pada tenaga Kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan.

**Kata Kunci:** beban kerja, stres, ketahanan kerja, tenaga kesehatan

\*Korespondensi:

dr. Yeni Amalia, Sp.A,M.Biomed

Alamat: Jl. MT. Haryono 193 Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65144

E-mail: [yeniamalia@unisma.ac.id](mailto:yeniamalia@unisma.ac.id)

## THE RELATIONSHIP OF WORKLOAD TO INCREASED STRESS AND DECREASED WORK RESILIENCE IN HEALTH WORKERS AT NGIMBANG REGIONAL PUBLIC HOSPITAL LAMONGAN

Mahajca Lailyyatus Shofwa, Yeni Amalia, Tri Wahyu Sarwiyata\*  
*Faculty of Medicine University of Islam Malang*

### ABSTRACT

**Introduction:** Health workers who work in regional hospitals tend to have a lot of work demands so they are prone to experiencing stress. Heavy workloads and poor adaptation processes can cause low work resilience which will affect the concentration and work productivity of health workers. This research serves to see the influence of workload on stress and work resilience in health workers at Ngimbang Lamongan Hospital.

**Method:** This study is a quantitative study using an analytic observational design with a cross sectional approach to health workers who work at least 1 year at Ngimbang hospital. Measurement of workload using the NASA-TLX questionnaire, measuring of stress using the DASS 42 questionnaire, and measurement of work resilience using the *kreaplin* test. Data were analyzed using Spearman Rank correlation and a *p value* <0.05 was considered significant

**Results:** Workload is moderately related to stress  $r=0.481$  ( $p=0.000$ ) and workload is weakly related to work resilience  $r=-0.272$  ( $p=0.004$ ). This shows that the higher the workload, the greater the stress and decreased work resilience.

**Conclusion:** There is a significant relationship between workload with a moderate correlation level and a positive direction towards increasing stress. There is a significant relationship between workload with a weak correlation level and a negative direction towards reducing work resilience among health workers at Ngimbang Hospital, Lamongan Regency.

**Keyword:** workload, stress, work resilience, health workers

\*Correspondence:

dr. Yeni Amalia, Sp.A,M.Biomed

Alamat: Jl. MT. Haryono 193 Malang, Jawa Timur, Indonesia, 65144

E-mail: [yeniamalia@unisma.ac.id](mailto:yeniamalia@unisma.ac.id)

## PENDAHULUAN

Pelayanan kesehatan merupakan pelayanan jasa yang mengutamakan dan berperan krusial dalam bidang kesehatan. Rumah sakit adalah industry layanan jasa yang menyediakan pelayanan rawat jalan, rawat inap, ruang intensif, kegawat daruratan. Mutu layanan rumah sakit harus menonjolkan kuantitas dan kualitas tenaga kesehatan didalamnya<sup>1</sup>.

Dokter umum, perawat, bidan, apoteker, analis dan ahli gizi merupakan tenaga kesehatan yang berpartisipasi pada proses penanganan dan pelayanan Masyarakat. Dokter umum merupakan penyedia jasa inti dalam memberikan layanan di fasilitas kesehatan<sup>2</sup>, Perawat berperan krusial untuk menghasilkan pelayanan kesehatan yang baik dan memiliki durasi interaksi dengan pasien paling banyak dibandingkan tenaga kesehatan yang lain. Oleh sebab itu tenaga kesehatan menjadi pekerjaan yang sangat mulia dalam meningkatkan angka kesehatan. Banyaknya tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan yang dimiliki oleh tenaga kesehatan akan menjadikan hal tersebut sebagai beban kerja.

Beban kerja menjadi persepsi dari pekerja yang menganggap bahwa mereka memiliki pekerjaan yang lebih banyak daripada waktu untuk menyelesaikan pekerjaan tersebut<sup>3</sup>. Beban kerja termasuk dalam segala aktivitas tenaga kesehatan juga kegiatan selama bertugas. Tingginya beban kerja akan mengakibatkan stres fisik dan psikis serta *emotional reaction* seperti nyeri kepala, gangguan system cerna dan marah<sup>4</sup>. Hasil penelitian<sup>5</sup> di RSUD Ngimbang Lamongan menyatakan bahwa responden mengalami beban kerja sedang (53%) dan beban kerja berat (47%). Hasil penelitian<sup>6</sup> di RSI Nashrul Ummah Lamongan menyatakan paling banyak responden menilai beban kerja dengan kategori sedang (57,9%), dan tingkat stres kerja dengan kategori sedang (52,6%).

Stres mudah terjadi ketika individu memiliki tuntutan besar dalam melaksanakan tugas dan tidak mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik, sehingga individu dapat mengalami stres. Stres kerja pada tenaga kesehatan didapat akibat aspek lingkungan kerja dan tugas yang efisien<sup>7</sup>. berdasarkan penelitian terdahulu<sup>8</sup> terdapat urutan prevalensi terjadinya stres kerja profesi medis mulai tertinggi hingga terendah ialah perawat (66%), asisten dokter (61,8%), dokter (38,6%), staf administrasi (36,1%) dan teknisi medis (31,9%). Apabila *trigger* yang didapat semakin menumpuk akan meningkatkan risiko stress pada tenaga kesehatan, agar tenaga kesehatan mampu beradaptasi dengan baik walaupun banyak tekanan karena beban kerja, maka dibutuhkan ketahanan dalam kerja<sup>9</sup>.

Ketahanan merupakan kepribadian personal yang kuat dan berfungsi mengatasi kondisi stress dan penuh tekanan dan memiliki solusi dari setiap permasalahan<sup>10</sup>. Dalam Jannah 2018 menjelaskan individu dengan ketahanan kerja memiliki beberapa karakteristik, diantaranya: memiliki komitmen, respon cepat tanggap yang baik dan kontrol yang kuat dalam setiap permasalahan<sup>10</sup>. Seseorang dengan *self control* yang

baik biasanya akan berhasil dalam menghadapi stres, sehingga dapat menghadapi hal-hal diluar prediksi. Seseorang dengan ketahanan besar memiliki kepercayaan diri mampu mengatasi permasalahan dengan baik tanpa stress. Sebaliknya, seseorang dengan ketahanan kerja yang rendah akan lebih rentan mengalami stress dan menyerah jika dihadapkan dengan permasalahan mendadak dan berat<sup>11</sup>.

RSUD Ngimbang merupakan rumah sakit tipe C di Kabupaten Lamongan, dengan standar lulus akreditasi tingkat paripurna. Adapun RSUD Ngimbang mempunyai beberapa pelayanan medis, penunjang medis dan non medis, pelayanan asuhan keperawatan & pelayanan asuhan kebidanan, dan pelayanan rujuk. Sehingga peneliti terdorong melakukan penelitian tentang hubungan peningkatan beban kerja terhadap stres dan ketahanan pada tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang. Tujuan studi ini dilakukan untuk menilai serta mengetahui apakah terdapat hubungan peningkatan beban kerja terhadap stres dan ketahanan kerja pada tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang, sehingga dapat menjadi bahan evaluasi bagi pihak manajemen dan seluruh tenaga kesehatan di rumah sakit.

## METODE PENELITIAN

### Desain, Waktu, dan Tempat Penelitian

Studi ini merupakan studi kuantitatif observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan dilaksanakan bulan Februari 2023 – Maret 2023 dan telah disetujui oleh tim Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang dengan No.044/LE.003/VIII/01/2022. Penelitian dilakukan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan. Responden harus sudah bekerja minimal 1 tahun di RSUD Ngimbang. Responden diperoleh menggunakan metode *purposive sampling* dan berdasarkan hasil perhitungan rumus *Krejcie* dan *Morgan*. Terdapat 120 responden dan diperoleh 112 orang yang sesuai dengan kriteria inklusi.

### Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini merupakan tenaga kesehatan yang bekerja selama minimal 1 tahun di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan. Perhitungan responden penelitian menggunakan rumus *Krejcie* dan *Morgan* berikut :

$$n = \frac{x^2 \cdot N \cdot P(1 - P)}{(N - 1) \cdot d^2 + x^2 \cdot P(1 - P)}$$

**Rumus 1.** Rumus *Krejcie* dan *Morgan*

Keterangan :

- n : ukuran sampel
- N : ukuran populasi
- $X^2$  : nilai Chi kuadrat
- P : proporsi populasi
- d : galat pendugaan

$$n = \frac{3,841 \cdot 131 \cdot 0,5(1 - 0,5)}{(131 - 1) \cdot 0,05^2 + 3,841^2 \cdot 0,5(1 - 0,5)}$$

$$n = 125,7927 : 1,2852$$

$$n = 97,877$$

$$n = 98$$

Dari hasil hitungan **rumus 1**, total responden 131 dan jumlah responden yang sudah dihitung sebanyak 97,877 dan dibulatkan menjadi 98 responden.

#### Pengelompokan sampel penelitian

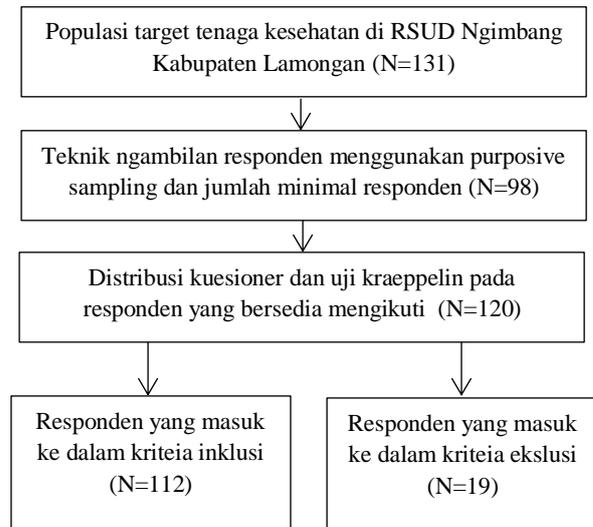
Responden yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 112 responden.

#### Kriteria inklusi

1. Memberikan *informed consent* pada tenaga kesehatan yang bersedia menjadi responden dan mengumpulkan formulir yang sudah di tanda tangani
2. Minimal telah bekerja selama 1 tahun
3. Tenaga kesehatan terdiri dari dokter umum, perawat, bidan, apoteker, ahli gizi, dan analis kesehatan
4. Kooperatif dalam mengikuti berjalannya penelitian

#### Kriteria eksklusi

1. Tenaga kesehatan (dokter gigi, dokter spesialis, fisioterapi, radiologi, dan rekam medis)
2. Tenaga non-kesehatan (supir ambulans, petugas keamanan, cleaning service)
3. Tenaga kesehatan magang atau bersifat sementara
4. Tenaga kesehatan yang sedang izin baik cuti atau dalam kondisi tertentu sehingga tidak dapat terlibat dalam penelitian.



**Gambar 1. Diagram Alur Penentuan Responden**

#### Instrumen Penelitian

##### Penilaian Beban Kerja Menggunakan Kuesioner NASA-TLX

Beban kerja tenaga kesehatan diukur dengan kuesioner *The National Aeronautics and Space Administration Taks Load Index (NASA TLX)*. Pada kuesioner ini memiliki 6(enam) indikator diantaranya kebutuhan mental, kebutuhan fisik, kebutuhan waktu, tingkat frustrasi, performansi, dan tingkat usaha. Selanjutnya terdapat 2 tahap pengisian yaitu tahap pembobotan yang terdapat 15 perbandingan, dan pemberian rating di setiap 6 indikator.

##### Penilaian Stres Menggunakan Kuesioner DASS-42

Penilaian stres pada tenaga kesehatan diukur dengan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale (DASS 42)*. Pernyataan untuk mengetahui variabel skala stres terdapat pada nomor 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18, 22, 27, 29, 32, 33, 35, 39. Selanjutnya dilakukan kategori yaitu normal (0-14), ringan (15-18), sedang (19-25), parah (26-33), sangat parah (>34).

##### Penilaian Ketahanan Kerja Menggunakan Tes Kraepelin

Penilaian ketahanan kerja tenaga kesehatan dapat diukur menggunakan tes Kraepelin. Tes berupa selebar kertas dobel kuarto dengan 4 halaman. Halaman satu berisi identitas dan contoh, halaman dua dan tiga merupakan soal, halaman empat adalah skoring grafik dan interpretasi. Dikerjakan dengan cara menjumlahkan angka-angka sederhana 1 sampai 9. Skoring tes ini dievaluasi menggunakan software kraepelin dan diinterpretasikan oleh psikolog.

## Teknik Analisa Data

Hasil pengisian data yang diperoleh dari kuesioner NASA TLX, DASS 42, dan tes Kraeppelin akan ditabulasikan dalam *microsoft excel* dan dianalisa menggunakan program SPSS versi 25. Analisa yang dilakukan berupa uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov Test*. Data dianggap normal apabila  $p > 0,05$ . Uji hubungan dilakukan dengan *Spearman Rho*. Hasil dianggap signifikan apabila  $p < 0,05$ .

## Hasil dan Analisa Data

Data karakteristik tenaga kesehatan yang didapat dari RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan, sebanyak 131 responden, kemudian dilakukan seleksi untuk memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Jumlah tenaga kesehatan yang memenuhi kriteria mencapai 112, dan jumlah tersebut telah memenuhi sampel minimal dari rumus Krejcie dan Morgan.

**Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian**

Karakteristik	Jumlah	Prosentase
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	45	40,2%
Perempuan	67	59,8%
<b>Usia</b>		
20-30	35	31,3%
31-40	60	53,6%
41-50	13	11,6%
>50	4	3,6%
<b>Tingkat pendidikan</b>		
D3	42	37,5%
S1	68	60,7%
S2	2	1,8%
<b>Jenis profesi</b>		
Dokter umum	5	4,5%
perawat	80	71,4%
Bidan	10	8,9%
Apoteker	6	5,4%
Ahli gizi	6	5,4%
Analisis kesehatan	5	4,5%
<b>Instalasi</b>		
Unit kegawatdaruratan	41	36,6%
Unit non kegawatdaruratan	71	63,4%
<b>Masa kerja</b>		
<5 tahun	21	18,8%
>5 tahun	91	81,3%

Penelitian ini menggunakan total sampel 112 responden dengan 45 responden laki-laki dan 67 responden perempuan. Pada karakteristik usia diperoleh hasil terbanyak dengan usia 31-40 tahun sebanyak 60 responden. Pendidikan terakhir didominasi oleh S1 yaitu 68 responden. Jenis pekerjaan yang mendominasi yaitu perawat dengan jumlah 80 responden. Pada instalasi paling mendominasi ialah unit non kegawatdaruratan sebanyak 71 responden. Dan lama masa kerja paling mendominasi yaitu >5 tahun sebanyak 91 responden.

**Tabel 2. Distribusi Beban Kerja di Instalasi**

Instalasi/beban kerja	ringan	sedang	Berat
Unit kegawatdaruratan N=41	0 (0%)	32 (28,6%)	9 (8,0%)
Unit non	0 (0%)	63 (56,3%)	8 (7,1%)

## kegawatdaruratan

N=71

Berdasarkan data pada **tabel 2** didapatkan tenaga kesehatan dengan rincian tiap instalasi dengan beban kerja sedang dengan jumlah 95 responden, sedangkan pada kategori berat terdapat 17 responden. Dan jumlah terbanyak dengan beban kerja sedang terdapat pada unit non kegawatdaruratan dengan jumlah 63 responden.

**Tabel 3. Distribusi Stres di Instalasi**

Instalasi/stres	Normal	Ringan	Sedang	Parah
Unit kegawatdaruratan N=41	29 (25,9%)	5 (4,5%)	4 (3,6%)	0 (0%)
Unit non kegawatdaruratan N=71	54 (48,2%)	7 (6,3%)	7 (6,3%)	3 (2,7%)

pada tabel didapatkan tenaga kesehatan dengan rincian tiap instalasi dengan kategori stres normal 83 responden, stres ringan 12 responden, stres sedang 11 responden, stres parah 6 responden. Dan jumlah terbanyak dengan stres normal terdapat pada unit non kegawatdaruratan sebanyak 54 responden.

**Tabel 4. Distribusi Ketahanan Kerja di Instalasi**

Instalasi	Baik sekali	baik	Sedang	kurang	Kurang sekali
Unit kegawatdaruratan N=41	12 (10,7%)	28 (25,0%)	1 (0,9%)	0 (0%)	0 (0%)
Unit non kegawatdaruratan N=71	18 (16,1%)	53 (47,3%)	0 (0%)	0 (0%)	0 (0%)

pada tabel didapatkan tenaga kesehatan dengan rincian tiap instalasi dengan kategori ketahanan kerja sangat baik 30 responden, ketahanan kerja baik 81 responden, ketahanan kerja sedang 1 responden. Dan jumlah terbanyak dengan ketahanan kerja baik terdapat pada unit non kegawatdaruratan dengan jumlah 53 responden.

## Uji Normalitas

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-smirnov test**

	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	N	Sig. (p-value)
Beban Kerja	0,469	112	0,000
Stres	0,442	112	0,000
Ketahanan Kerja	0,165	112	0,000

Uji normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov test*. Sesuai **Tabel 4** hasil uji normalitas pada beban kerja, stres, dan ketahanan kerja diperoleh data tidak terdistribusi normal karena *p-value* pada seluruh data adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ).

## Hasil Uji Korelasi Beban Kerja Terhadap Stres dan Ketahanan Kerja

**Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Beban Kerja terhadap Stres dan Ketahanan Kerja**

	Stres	Ketahanan Kerja

<i>Spearman's rho</i>	<b>Beban Kerja</b>	<i>Correlation coefficient</i>	,481	-,272	
		<i>Sig. (2-tailed)</i>	,000	,004	
			N	112	112

Berdasarkan analisa data **Tabel 6** hasil uji *Rank Spearman* beban kerja terhadap stres dari nilai signifikansi (2-tailed) sebesar 0,000 mengindikasikan bahwa ada korelasi yang sangat penting antara tingkat beban kerja dan tingkat stres. Angka *correlation coefficient* variabel stres sebesar 0,481 terhadap variabel beban kerja yang menyatakan bahwa tingkat korelasi dinyatakan sedang. Angka *correlation coefficient* yang positif menunjukkan bahwa tingginya beban kerja individu akan mengindikasikan tingkat stress pada individu tersebut.

Sedangkan uji *Rank Spearman* beban kerja terhadap ketahanan kerja nilai *sig (2-tailed)* sebesar 0,004 yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja terhadap ketahanan kerja. Angka *correlation coefficient* variabel ketahanan kerja sebesar -0,272 terhadap variabel beban kerja yang menyatakan bahwa tingkat korelasi dinyatakan lemah. Angka *correlation coefficient* yang negatif menunjukkan tingginya beban kerja seseorang akan menurunkan ketahanan kerja pada individu tersebut.

## PEMBAHASAN

### Pemilihan Subjek dan Karakteristik Responden

Responden Sampel penelitian yang diteliti yaitu tenaga rumah sakit yaitu dokter umum, bidan, perawat, analis kesehatan, apoteker dan ahli gizi yang memiliki masa kerja diatas satu tahun. Pemilihan responden tenaga kesehatan yang bekerja diatas satu tahun untuk memperoleh gambaran lebih mendalam tentang pengalaman dan pengetahuan terkait pekerjaan yang dilakukannya yaitu meningkatkan derajat kesehatan manusia. Serta responden dengan pengalaman bekerja yang lama cenderung berwawasan matang tentang lingkungan kerja, dinamika tim, serta tantangan yang mungkin akan muncul.

Responden tenaga kesehatan berada di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan di bagian unit pelayanan kegawatdaruratan dan non kegawatdaruratan. Dalam tes psikologi (tes kraepplin) dan pengisian kuesioner terbagi menjadi dua sesi yaitu tenaga kesehatan dengan shift pagi dan tenaga kesehatan dengan shift sore. Peneliti meminta disediakan ruangan untuk dilakukannya tes psikologi (tes kraepplin) dan pengisian kuesioner yang akan didampingi oleh psikolog dan hasilnya akan dievaluasi oleh psikolog.

### Beban Kerja Tenaga Kesehatan di Unit Pelayanan Kegawatdaruratan dan Non Kegawatdaruratan

Hasil studi yang pernah dilakukan pada pekerja layanan kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan, mayoritas tenaga kesehatan merasakan beban kerja dengan kategori sedang sebanyak 95 orang (84,9%) dengan jumlah terbanyak beban kerja dengan kategori sedang pada unit pelayanan non kegawatdaruratan yaitu 63 orang (56,3%). Hal ini

sejalan dengan penelitian Handarizki tahun 2019 dari 68 responden penelitian didapatkan tenaga kesehatan di rawat inap mengalami beban kerja fisik sedang sebesar 48 individu (70,58%) dan beban kerja mental sedang sebesar 58 individu (82,35%).

Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor antara lain limpahan tugas dari dokter terhadap kondisi pasien yang membutuhkan pengawasan setiap saat, serta tugas monoton yang dapat menyebabkan tenaga kesehatan merasa terbebani secara fisik maupun mental. Sedangkan beban kerja yang dialami pada unit kegawatdaruratan dikatakan sedang, atau secara umum responden mampu mengatasi beban dengan batas yang telah ditentukan atau beban optimal. Hal ini sejalan dengan penelitian<sup>6</sup> karena beban kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan di IGD dan ICU masih sesuai beban optimal yang mampu dihadapi tenaga kesehatan sehingga beban kerja dirasakan masih dalam kategori kadang terbebani.

### Stres Tenaga Kesehatan di Unit Pelayanan Kegawatdaruratan dan Non Kegawatdaruratan

Hasil studi didapatkan tingkat stres tenaga layanan kesehatan dengan keadaan normal sebanyak 83 orang (74,1%) dengan jumlah terbanyak pada unit pelayanan non kegawatdaruratan yaitu 54 orang (48,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian<sup>12</sup> dari 25 responden di ruang rawat inap kelas intermediate sebanyak 18 orang (69,2%) yang mengalami stres dengan tingkatan normal, disebabkan kesediaan pasien untuk diarahkan dan diajak bekerja sama. Sehingga tenaga kesehatan mampu bekerja secara maksimal, lebih produktif dan mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik. Stres yang dialami masih dalam tingkat normal dan bersifat sementara. Hal ini dapat terjadi karena tenaga kesehatan dapat mengendalikan stressor yang didapat.

Responden dengan kategori stres normal berarti tidak terdapat gejala-gejala stres yang ada pada responden, banyaknya responden dengan stres normal menunjukkan bahwa stres kerja adalah kejadian minoritas dimana tenaga kesehatan jarang mengalami stres dalam menjalankan tanggungjawab kerjanya sebagai tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan yang sudah terbiasa dan sudah terdidik dengan situasi kerja yang dilakukannya sehingga tidak banyak tenaga kesehatan yang mengalami stres akibat kerja<sup>13</sup>.

Namun terdapat sebagian kecil tenaga kesehatan yang mengalami stres ringan, sedang dan parah. Hal ini dapat terjadi karena tekanan berbagai aspek, seperti kondisi lingkungan, perilaku, fisik, karakter individu dan lingkungan sosial budaya<sup>12</sup>. Karena tenaga kesehatan ketika melakukan pekerjaannya akan dihadapi dengan kondisi yang dapat mengakibatkan stres, maka hal tersebut tergantung dari individu dalam mengatasi masalahnya.

### Kecemasan dan Depresi Tenaga Kesehatan di Unit Pelayanan Kegawatdaruratan dan Non Kegawatdaruratan

Hasil studi didapatkan tingkat kecemasan tenaga layanan kesehatan dengan keadaan sedang sebanyak 66 orang (58,9%) dengan jumlah terbanyak pada unit pelayanan non kegawatdaruratan yaitu 40 orang (35,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian<sup>14</sup> dari 117 responden dengan tingkat kecemasan sedang 71 individu (60,7%). Menandakan individu mulai mampu fokus hanya pada hal krusial sehingga individu tersebut mampu untuk memecahkan masalah. Responden dengan kondisi cemas secara emosional dapat menjadi mudah tersinggung, mudah merasa tidak nyaman dan waspada.

Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan tingkat depresi tenaga kesehatan dengan keadaan ringan berjumlah 66 orang (59,1%), dengan jumlah responden yang mengalami depresi paling banyak pada unit pelayanan non kegawatdaruratan. Hal ini sejalan dengan penelitian<sup>14</sup> dari 117 responden dengan depresi ringan adalah 60 individu (51,3%), menandakan individu tersebut merasakan kondisi emosional yang menurun, berlangsung lebih dari hitungan jam dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Depresi pada tenaga kesehatan terjadi akibat stress emosional dan berhubungan dengan beban kerja tenaga kesehatan yang meningkat, tuntutan kerja, kurangnya motivasi kerja, dan penurunan konsentrasi<sup>14</sup>.

#### **Ketahanan Kerja Tenaga Kesehatan di Unit Pelayanan Kegawatdaruratan dan Non Kegawatdaruratan**

Hasil studi didapatkan ketahanan kerja dengan keadaan baik berjumlah 81 orang (72,3%) dengan jumlah paling banyak pada unit non kegawatdaruratan. Hal ini sejalan dengan penelitian<sup>15</sup>. Kuatnya ketahanan kerja dengan kategori baik mayoritas pada tenaga kesehatan di instalasi rawat inap, didukung dengan adanya kerjasama tim yang baik dan pelaksanaan pelatihan rutin sehingga mampu meningkatkan pelayanan. Pelatihan yang diberikan dapat berupa motivasi dan dilakukan untuk meningkatkan kekuatan emosional tenaga kesehatan sehingga tidak mudah menyerah pada tingginya beban kerja harian<sup>15</sup>.

Seseorang yang memiliki ketahanan kerja yang baik dapat bertahan dibawah tekanan besar dan memiliki solusi yang baik dalam mengatasi masalah, tetap optimis dan memiliki keberanian dalam membuat keputusan. Ketahanan kerja individu sangat bergantung pada usia, perkembangan mental dan durasi individu dalam menghadapi permasalahan serta motivasi sosial yang diperoleh<sup>16</sup>.

#### **Hubungan Beban Kerja Terhadap Stres Tenaga Kesehatan Di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan**

Studi ini diperoleh hubungan beban kerja dengan stress tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan dengan kekuatan hubungan adalah sedang. Individu dengan beban kerja tinggi akan memiliki tingkat stress yang tinggi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kristiningsih didapatkan tingkat korelasi sedang akibat kondisi stress kerja

tenaga kesehatan dapat ditentukan oleh berbagai macam faktor dan tidak hanya terpaku pada faktor beban kerja. Beban kerja fisik dan mental yang berlebih dapat meningkatkan angka kejadian stres. Salah satu faktor yang berpengaruh adalah waktu kerja yang cepat dan harus selesai dengan cermat dan tepat<sup>17</sup>.

Menurut Levin dalam Haryanti 2013, Stres yang dialami oleh tenaga kesehatan dalam menjalankan tugas mereka dapat muncul ketika mereka menghadapi tugas yang melebihi kapasitas sehingga mereka kesulitan menyelesaikan pekerjaan yang diberikan<sup>18</sup>, sehingga tenaga kesehatan tersebut dapat dinyatakan mengalami stres dalam kerja. Manifestasi dari stress tenaga kesehatan diantaranya disebabkan oleh gangguan pada lingkungan kerja, ruang emergency yang padat, pelaksanaan kerja kurang efisien dan tuntutan yang tinggi dalam menyelamatkan pasien.

#### **Hubungan Beban Kerja Terhadap Ketahanan Kerja Tenaga Kesehatan Di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan**

Studi ini diperoleh adanya hubungan beban kerja dengan ketahanan kerja tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan dengan nilai koefisien korelasi lemah dan semakin tinggi beban kerja seseorang maka makin rendah pula tingkat ketahanan kerja yang dimilikinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Khatem pada tahun 2023 terdapat  $p = 0,000$  dan  $r = -0,351$  hal ini dapat diartikan bahwa tingginya *work overload* maka akan menurunkan tingkat *job embeddedness* pada karyawan. Karyawan dengan tingginya beban kerja cenderung merasa dan kondisi keterikatan akan pekerjaan yang menurun, serta dapat menurunkan performa dalam bekerja dan menunjukkan kinerja yang buruk<sup>19</sup>.

Beban kerja pada tenaga kesehatan perawat berhubungan dengan ketahanan kerja. Situasi ini terjadi karena responden masih memiliki kemampuan untuk menjaga kendali atas emosi mereka saat bekerja, dan tetap mampu mengatur perasaan mereka saat melayani pasien. Meskipun memiliki beban kerja yang tinggi, perawat mampu mengobservasi pasien selama jam kerja, mempertahankan kondisi pasien, dan melaksanakan tanggungjawabnya dalam merawat pasien. Berbagai faktor yang berpengaruh pada ketahanan kerja individu diantaranya inisiatif dalam proses pemecahan masalah dan kondisi kemandirian diri. Beban kerja emosional dan mental yang tinggi dapat diakibatkan karena banyaknya pekerjaan fisik maupun mental. Ketahanan kerja juga dapat dianggap sebagai proses penyesuaian diri pekerja<sup>20</sup>.

Dengan adanya individu yang memiliki kepribadian yang tangguh akan menentukan reaksi yang ditimbulkan agar individu yang tahan banting akan bekerja keras karena menikmati pekerjaan yang dilakukan dan sangat antusias menyongsong masa depan karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai suatu tantangan<sup>21</sup>. Individu dengan kepribadian yang tangguh mempercayai bahwa semua masalah yang dihadapi, termasuk beban kerja yang ada

sebagai sesuatu yang tidak dapat dihindari sehingga individu tersebut dapat melakukan hal yang dianggap tepat untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya<sup>21</sup>.

Penelitian ini memiliki beberapa kekurangan yang disebabkan karena keterbatasan peneliti diantaranya yaitu:

1. Penggunaan variable penelitian yang terbatas yaitu hanya melihat pengaruh beban kerja sehingga variable tersebut kurang mewakili seluruh faktor yang berpengaruh terhadap stres dan ketahanan kerja tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan.
2. Jumlah responden pada unit kegawatdaruratan dan non kegawatdaruratan tidak seimbang sehingga bias untuk melihat perbedaan unit cukup tinggi.
3. Persebaran responden tidak merata dari masing-masing jenis pekerjaan tenaga Kesehatan.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan beban kerja terhadap stres pada tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan. Semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi tingkat stres pada tenaga kesehatan RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan.
2. Terdapat hubungan beban kerja terhadap ketahanan kerja pada tenaga kesehatan di RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan. Semakin tinggi beban kerja maka semakin menurun ketahanan kerja tenaga kesehatan RSUD Ngimbang Kabupaten Lamongan.

### SARAN

Menurut temuan dari studi yang telah dilakukan, rekomendasi untuk meningkatkan penelitian selanjutnya adalah sebagai berikut:

1. Melakukan penelitian lanjutan mengenai faktor lain yang dapat menyebabkan stres dan penurunan ketahanan kerja pada tenaga kesehatan.
2. Menggunakan metode pengukuran dan instrumen yang berbeda sehingga dapat dibandingkan apakah hasil penelitian ini akan berubah apabila diukur menggunakan instrument yang berbeda.
3. Diperlukan jumlah responden yang sama di masing-masing instalasi.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ingin mengucapkan rasa terima kasih kepada Ikatan Orang Tua Mahasiswa (IOM) Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang atas bantuan keuangan yang diberikan untuk penelitian ini, serta kepada Dr.dr Dini Sri Damayanti,M.Kes yang telah berperan sebagai peer reviewer

### DAFTAR PUSTAKA

1. Ambarwati D. Pengaruh beban kerja terhadap stres perawat IGD dengan dukungan sosial sebagai variabel moderating [Internet]. **Prosiding Manajemen**. 2019;1–95
2. Meliala A, Frans S, Hidayah W, Mansur F. Penilaian Beban Kerja Tenaga Kesehatan dan Lingkungan Kerja yang Mendukung Selama Pandemi Covid-19. **J Kes Masy**. 2021
3. Balbeid S. Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Job Stress Pada Karyawan. 2017;1–14.
4. Irawati R, Carrollina DA. Faktor yang mempengaruhi beban kerja. **Inovbiz J Inov Bisnis**. 2017;5(1):51.
5. Arham AH, Akbaril R, Firdaus O, Romli LY, Prasetyaningati D, Prastiyo A. Hubungan Beban Kerja dengan Kinerja Perawat di Instalasi Rawat Inap Flamboyan Rumah Sakit Umum Daerah Ngimbang Lamongan. **J Keperawatan**. 2023;21(1):65–74.
6. ike prafita sari & rayni. RSI NASHRUL UMMAH LAMONGAN. **Hosp MAJAPAHIT**. 2020;12:7–19.
7. Levin S, France DJ, Hemphill R, Jones I, Chen KY, Rickard D, et al. shifting toward balance: measuring the distribution of workload among emergency physician teams. **J Hum Factors**. 2007;50:419–23.
8. Chou LP, Li CY, Hu SC. Job stress and burnout in hospital employees: Comparisons of different medical professions in a regional hospital in Taiwan. **BMJ Open**. 2014;4(2):1–7.
9. Al Ghossani G. Hubungan kecakapan diri dan ketahanan dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama di uin Maulana Malik Ibrahim Malang. 2016.
10. Jannah N. Hubungan antara hardiness dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan kelas II A perempuan Malang. 2018;2(1):1–13.
11. Fitroh SF. Hubungan Antara Kematangan Emosi Dan Hardiness Dengan Penyesuaian Diri Menantu Perempuan Yang Tinggal Di Rumah Ibu Mertua. **Psikoislamika J Psikol dan Psikol Islam**. 2011;8(1):83–98.
12. Kirana VDC, Dwiyaniti E. Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Pada Perawat Dengan Metode Pengukuran DASS 21 Dan IFRC. **J Ilm Kesehat Media Husada**. 2017;6(1):133–40.
13. Surtini S, Saputri BY. Fundamental And

- Management Hubungan Kondisi Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit. **J Fundam Manag Nurs.** 2020;3(1):1–7.
14. Lupianti D, Hasanuddin U. Rsud Labuang Baji Makassar Tahun 2022. **J Wind public Heal.** 2022;3(6):1139–46.
  15. Riyanti FE, Rahmandani A. Hubungan Antara Hardiness Dengan Stres Kerja Pada Perawat Instalasi Rawat Inap Di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas. **J EMPATI.** 2020;8(3):505–14.
  16. Praghlapati A. Covid-19 Impact on Students. **Rev Artic.** 2020;1–6.
  17. Kristiningsih, Widaryati. Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja perawat ICU, IMC, dan IGD di RSU PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. **J Ners Midwifery Indones.** 2019;
  18. Aini F, Purwaningsih P. Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Semarang. Mei [Internet]. 2013;1(1):48–56.
  19. Khatem M. hubungan beban kerja berlebihan dengan job embeddedness dimoderasi kepribadian hardiness. **psikologi.** 2022;(8.5.2017):2003–5.
  20. Etlidawati E, Sulistiyowati R, Noviyana A. Beban Kerja Perawat dengan Resiliensi di Rumah Sakit Islam Purwokerto. **J Keperawatan Silampari.** 2022;6(1):838–45.
  21. Zulaima H, Sulistyani NW, Mariskha SE, Sari MT. Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Burnout Pada Perawat Gawat Darurat. **psikologii.** 2017;1–12.