

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Upaya untuk meningkatkan pelayanan kesehatan yang memiliki peran penting salah satunya adalah pelayanan keperawatan. Dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan, pelayanan keperawatan merupakan bagian inti dari pelayanan kesehatan yang memiliki kontribusi besar di dalamnya, di mana sumber daya manusia terbesar, krusial dan strategis di Rumah Sakit adalah berasal dari keperawatan (Kemkes RI, 2019).

Memberikan asuhan keperawatan yang baik guna memenuhi kebutuhan pasien dan memperbaiki kondisi kesehatan pasien yang berlandaskan standar kompetensi merupakan tugas perawat profesional (Putra & Damanik, 2018). Perawat profesional bertugas dalam berbagai peran, pemberi asuhan keperawatan, pendidik, advokat, konsultan, komunikator, dan sebagai manajer (Potter & Perry, 2015).

Mampu untuk bekerja di segala unit kerja yang ada di Rumah Sakit dan menangani berbagai macam karakteristik pasien dan berbagai macam situasi lingkungan kerja juga merupakan tuntutan seorang perawat profesional (Brunner & Suddarth, 2013). Menghadapi berbagai karakteristik pasien, tenaga kesehatan lainnya, dan situasi kerja membuat pelayanan keperawatan di rumah sakit lebih berat dan dapat mengakibatkan stress kerja yang tinggi. National Safety Council (2004) mengungkapkan salah satu jenis pekerjaan yang dianggap paling dapat membuat stress adalah perawat.

Meningkatnya kualitas pelayanan kesehatan terhadap masyarakat merupakan tuntutan bagi seorang perawat. Maka seorang perawat diharapkan untuk bekerja secara profesional sebagai bentuk peningkatan pelayanan kesehatan. Meningkatnya tuntutan seorang perawat, semakin berat juga beban kerja yang dialaminya sehingga menjadi salah satu faktor penyebab stress bagi perawat (Afra & Putra, 2017). Berbagai macam karakter dan penyakit yang

diderita pasien sering ditemui oleh perawat yang bertugas di ruang rawat inap. Perawat harus menghadapi berbagai keluhan pasien, maupun keluarga pasien yang banyak menuntut ataupun mengeluh, kondisi lingkungan kerja dengan rekan sejawat yang terkadang terjadi konflik. Hal tersebut membuat perawat mengalami kelelahan fisik maupun mental sehingga dapat menyebabkan stress (Afra & Putra, 2017).

Pada kondisi yang menantang atau mengancam keselamatan seseorang, tubuh setiap individu melakukan respon adaptif yaitu kondisi stress. Terdapat dua jenis stress yaitu stress positif (eustress) dan stress negative (distress). Stress positif mampu membuat seseorang bersemangat untuk memperoleh tujuan, mengubah lingkungan dan mampu mengatasi tantang hidup. Sedangkan terjadinya stress negative apabila terjadi penyimpangan perilaku, fisiologi maupun psikologi pada individu (Robbins & Judge, 2015).

Peristiwa di sekitar pekerjaan yang termasuk bahaya atau ancaman, seperti halnya kecemasan, ketakutan, rasa bersalah, kesedihan, kemarahan, kebosanan, keputusasaan, hingga timbul stres karena beban yang dihadapi tidak sesuai dengan kapasitas pekerja dan berlangsung terus-menerus disebut stress kerja (Sugiono dkk, 2018). Menurut Martina (2012), yang menyebabkan stress kerja yaitu berasal dari *physical danger*, *shift work*, ambiguitas peran (*role ambiguity*), *interpersonal stress*, perkembangan karier, struktur organisasi, hubungan antara keadaan rumah dan pekerjaan, kebosanan dan situasi yang monoton dan *technostress*.

Setiap negara di dunia memiliki prevalensi stress kerja perawat yang bermacam-macam. Pada tahun 2014 prevalensi perawat yang mengalami stress kerja di Amerika Serikat sebanyak 89,2%, prevalensi yang cukup tinggi juga dicapai oleh Korea Selatan yaitu mencapai 85,2% di tahun 2017, di negara maju lainnya seperti Eropa di tahun 2011 sebanyak 58,2% perawat mengalami stress kerja, lalu di India pada tahun 2018 sebanyak 50% dan pada tahun 2016 jumlah perawat yang mengalami stress kerja di Australia sebanyak 44,82%. Hal tersebut mengartikan bahwa stress kerja perawat di negara maju cenderung tinggi. Begitupun di negara berkembang seperti Indonesia menunjukkan hal yang sama (Khamisa et al., 2015). Indonesia merupakan negara yang terdiri dari berbagai

macam pulau-pulau yang memiliki keunikan masing-masing, sehingga hal tersebut pula yang melatar belakangi terjadinya stress kerja yang dirasakan. Pada tahun 2013 prevalensi perawat yang mengalami stress kerja di Semarang sebanyak 82,8%, kemudian pada tahun 2016 di Manado sebanyak 54,3% perawat mengalami stress kerja, di daerah Yogyakarta prevalensi perawat yang mengalami stress kerja mencapai 80.3% di tahun 2015. Berdasarkan data-data di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap wilayah di Indonesia memiliki prevalensi stress kerja yang tinggi pada perawat yang apabila tidak diatasi dapat berakibat buruk pada individu itu sendiri maupun pada organisasi (Afra & Putra, 2017).

Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memperbaiki tekanan psikologis yang disebabkan distorsi pemikiran yaitu dengan Cognitive Behavioral Therapy (CBT), teknik afirmasi merupakan salah satu teknik terapi kognitif yang dapat dilakukan (Yusuf et al., 2010). Teknik afirmasi merupakan salah satu teknik non farmakologi yang mampu mengatasi stress. Teknik afirmasi mampu memberikan dampak fisik berupa perasaan rileks serta dampak psikologis dengan terbentuknya respon emosi yang positif (Yusuf & Suarilah, 2010).

Teknik afirmasi terdiri dari kalimat-kalimat positif yang membangun dan menguatkan baik dalam pikiran, dituangkan dalam bentuk tulisan lalu dilontarkan berulang-ulang untuk membuang pikiran-pikiran negative dari dalam dirinya sendiri yang dapat membantu dalam berinteraksi intrapersonal maupun interpersonal (Greenberg, 2002). Kalimat-kalimat positif tersebut menjadi penguatan untuk diri sendiri mengenai hal-hal yang diinginkan ataupun hal-hal yang ingin disrubag dalam hidup seseorang. Pikiran dan kepercayaan negative yang tertanam di dalam pikiran seseorang akan diprogram ulang menjadi pemikiran positif melalui teknik afirmasi ini.

Jaya et al (2020) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa teknik afirmasi berpengaruh terhadap penurunan stress kerja perawat yang bekerja di ruang isolasi Covid-19. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zainiyah et al (2018) yang menyatakan bahwa pemberian teknik afirmasi dapat menurunkan tingkat stress yang dialami seseorang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2012) mengenai pengaruh teknik relaksasi afirmasi terhadap tingkat kecemasan ibu primigravida trimester III di wilayah

kerja Puskesmas Patrang Kabupaten Jember, yang menyatakan bahwa teknik relaksasi afirmasi dapat membuat seseorang merasakan ketenangan dan selalu berfikiran positif. Penelitian lain yang dilakukan oleh Yusuf & Suarilah (2010) menyatakan bahwa teknik relaksasi afirmasi dapat membuat perasaan seseorang menjadi tenang dan merasa penuh semangat.

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat di Ruang Rawat Inap Tulip RS Polri TK.I R. Said Sukanto bahwa perawat mengalami kelelahan yang diakibatkan karena banyaknya jumlah pasien sehingga perawat mengeluhkan kurangnya tenaga keperawatan. Selain itu, ruang rawat inap juga tidak hanya merawat pasien dengan tingkat ketergantungan minimal care (mandiri), tetapi *partial care* bahkan terdapat *total care*. Ruang Tulip yang sebelumnya hanya untuk pasien dewasa pun saat ini dijadikan menjadi campuran ruang rawat inap pasien dewasa dan anak. Hal ini mengakibatkan beban kerja perawat menjadi lebih tinggi. Beban kerja yang tinggi dapat menjadi sumber stres kerja bagi perawat. Stres yang dialami oleh perawat jika tidak bisa diadaptasi maka akan berdampak buruk bagi kesehatan, dan pada akhirnya dapat mempengaruhi kinerja perawat serta berpengaruh pula terhadap kualitas asuhan keperawatan terhadap pasien (Greenberg, 2002).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus mengenai “Penerapan Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stres Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap”.

I.2 Tujuan Penelitian

I.2.1 Tujuan Umum

Penelitian yang akan dilaksanakan berujuan untuk menganalisis dan mengetahui Efektifitas Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stres pada Perawat Rawat Inap Tulip di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I R. Said Sukanto.

I.2.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden perawat yang terdiri dari usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir dan masa kerja Di Ruang Rawat Inap Tulip di Rumah Sakit Bhayangkara TK.I R. Said Sukanto.

- b. Mengidentifikasi gambaran tingkat stress kerja perawat sebelum dilakukan teknik afirmasi pada kelompok intervensi.
- c. Mengidentifikasi perbedaan tingkat stres perawat sesudah dilakukan teknik afirmasi pada kelompok intervensi.

I.3 Manfaat Penelitian

I.3.1 Bagi Pelayanan Kesehatan

Bagi pelayanan kesehatan diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat bermanfaat dan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam teori keilmuan keperawatan khususnya yang terkait dengan untuk mengembangkan Pengaruh Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stres Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara TK.I R.Said Sukanto terhadap pemberian pelayanan asuhan keperawatan yang diberikan selama di rawat di rumah sakit. Serta menjadi masukan untuk tempat penelitian menerapkan ketanggapan seorang perawat dalam melaksanakan pekerjaan di setiap jam shift nya dan dapat menerapkan teknik afirmasi dengan baik sehingga perawat dapat mencegah terjadinya stress pada perawat.

I.3.2 Bagi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan referensi dan kaitan untuk penelitian selanjutnya. Perawat diharapkan mampu menerapkan untuk bersikap secara professional dalam pemberian asuhan keperawatan di setiap jam dinas shift nya yang setiap harinya di shift pagi, shift siang dan shift malam sehingga dapat memberikan pelayanan asuhan keperawatan secara professional dalam kondisi baik sesuai perawatan di rumah sakit di ruang instalasi gawat darurat dan memperhatikan perilaku yang baik dengan kepuasan pasien berpengaruh terhadap wujudnya untuk meningkatkan sasaran mutu pelayanan keperawatan di rumah sakit. Dan untuk meningkatkan serta memberikan informasi serta pemahaman terhadap ilmu pengetahuan secara menyeluruh. Hal ini merupakan salah satu hal yang paling penting dan merupakan tujuan serta manfaat utama dari pendidikan.

I.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan pengukur kemampuan peneliti dalam menentukan intervensi yang dalam menyelesaikan suatu masalah. Dan penelitian ini juga dapat dijadikan media dalam mengembangkan kemampuan peneliti. Sebagai bahan masukan atau sebagai acuan dalam melakukan penelitian mengenai pengaruh teknik afirmasi terhadap tingkat stres kerja perawat.