

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Rumah sakit adalah suatu institusi yang bergerak dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Rumah sakit berperan penting dalam percepatan optimalisasi kesehatan yang merupakan salah satu tujuan rumah sakit sebagai pelayanan kesehatan (Undang-Undang No.44, 2009). Dalam mencapai tujuannya, rumah sakit perlu meningkatkan kualitas organisasi dan pelayanan kesehatannya. Perawat merupakan sumber daya manusia terbesar dalam organisasi rumah sakit.

Perawat berperan penting dalam memberikan pelayanan rumah sakit karena perawat berhubungan langsung dengan pasien dan keluarganya selama 24 jam. Pekerjaan keperawatan mempunyai beragam kekhususan yang menjadikan tuntutan pekerjaan yang tinggi, seperti pekerjaan sehari-hari, jam kerja yang intens, tanggung jawab terhadap keselamatan dan kesehatan diri sendiri dan orang lain dan kebutuhan untuk dapat bekerja dalam tim kesehatan (Cholilah, Indah Roziah, dkk., 2018).

Perawat merupakan pekerja sosial dan rentan mengalami *burnout* karena beberapa hal, antara lain: kurangnya dukungan sosial dari rekan kerja, keluarga, pergantian jenis tugas (shift), terutama shift malam disebabkan oleh banyak pasien mengalami kondisi bermasalah, perawat berusia dewasa lanjut menyebabkan mereka merasa lelah karena beban kerja mereka yang terlalu banyak, yang melibatkan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan pencapaian diri (Cholilah, Indah Roziah, dkk., 2018). Faktor lain yang menyebabkan kejenuhan kerja yaitu perawat memiliki kegiatan yang terus menerus berulang tanpa adanya variasi hal ini membuat perawat mengalami rasa jenuh, bosan dan cepat lelah (Perwitasari & Tualeka, 2014).

Pelayanan keperawatan di ruang *Intensive Care Unit* (ICU) membutuhkan perawat yang memiliki tingkat keterampilan yang tinggi terutama bila terjadi kondisi yang sangat gawat. Peran perawat di ruang perawatan kritis mempunyai

perbedaan yang sangat terlihat dengan perawat pada ruangan lain dimana perawat harus memiliki *skill* dan *knowledge* yang ahli dalam menilai dan mengkaji klien yang memiliki kondisi hemodinamik yang tidak stabil dan cepat dalam bertindak dengan situasi yang dapat mengancam jiwa. Beban kerja perawat yang tinggi menuntut perawat untuk bekerja dibawah kondisi penuh tekanan secara optimal sehingga mengakibatkan stres dan kelelahan (Hammad, dkk., 2018). Kelelahan di tempat kerja dikaitkan dengan kelelahan mental, kehilangan komitmen dan penurunan motivasi dari waktu ke waktu. Kelelahan kerja adalah masalah di mana seseorang mencoba untuk mencapai tujuan yang tidak realistis, menghabiskan energi dan emosinya untuk dirinya sendiri dan orang-orang di sekitarnya (Maharani, Puspa Ayu, 2012).

Dalam mengatasi kejenuhan kerja pada perawat, menurut Korunka et al (2011) Korunka et al (2011) dalam jurnal *Burnout Intervention Training For Managers And Team Leaders* (BOIT) dengan melaksanakan manajemen relaksasi agar mengurangi terjadinya *burnout* terutama parameter kelelahan. Teknik relaksasi otot progresif adalah perawatan yang melibatkan identifikasi otot yang tegang, fokus pada aktivitas otot dan pelepasan ketegangan melalui teknik relaksasi hingga mencapai perasaan relaksasi (Herodes, 2010). Teknik ROP ini dapat diberikan kepada seseorang yang mengalami kekakuan pada otot diawali dengan menegangkan kemudian mengendurkan otot yang terasa kaku (Herodes, 2010).

Teknik relaksasi otot progresif merupakan terapi dengan memfokuskan perhatian pada suatu aktivitas otot dengan mengenali otot yang tegang selanjutnya menurunkan ketegangan dengan melakukan teknik relaksasi mendapatkan perasaan yang relaks (Herodes, 2010). Teknik ROP yaitu suatu terapi relaksasi yang memberikan kepada klien dengan menegangkan otot-otot tertentu dan kemudian relaksasi (Herodes, 2010).

Dari penjelasan tersebut, penulis tertarik untuk membuat penelitian mengenai “Studi Kasus Penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) Terapi Relaksasi Otot Progresif (ROP) dalam Mengatasi Kejenuhan Kerja Perawat Di Ruang ICU”. Diharapkan penerapan intervensi yang akan dilakukan ini dapat mengurangi *burnout* yang dialami oleh perawat.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pengamatan peneliti saat praktik klinik di ruang ICU Rumah Sakit Bhayangkara Tk.1 Puskokes POLRI didapatkan ketidaksesuaian jumlah pasien dengan jumlah perawat yang berdinis sehingga kepala ruangan mengajukan perbantuan untuk tenaga perawat ke pihak manajemen SDM akan tetapi terkendala karena ruangan lain pasiennya juga sedang banyak dan bagi perawat yang perbantuan atau relawan juga harus memiliki kompetensi keperawatan dalam lingkup kondisi kritis baik akut maupun kronis sehingga harus diperlukan tenaga perawat khusus yang memahami mengenai perawatan pasien di *Intensive Care Unit (ICU)*.

Hal ini didukung oleh studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di ruang ICU, peneliti mewawancarai 8 perawat, 5 (62,5%) dari 8 perawat mengatakan penyebab dari jenuh bekerja diantaranya kekurangan sumber daya manusia di ruangan karena banyaknya tindakan yang dilakukan di ruangan, pasien yang tiba-tiba mengalami penurunan kesadaran, pendokumentasian yang banyak yang harus di tulis tangan serta lingkungan dan pola kerja yang monoton. Perawat juga mengatakan dinas malam terasa sangat meleihkan dan pening dikarenakan istirahat yang kurang sehingga sering kali tidak fokus ditambah belum menyelesaikan catatan keperawatan yang akan dioperkan ke shift pagi. Pada saat melakukan pengamatan pergantian shift malam ke shift pagi terlihat perawat-perawat yang terlihat lelah, lesu dan tidak bersemangat dikarenakan perawat harus menyelesaikan tugas-tugas yang belum selesai sehingga pulang tidak tepat waktu. Setelah dilakukan wawancara lebih lanjut dengan kepala ruangan mengatakan seringkali dijumpai rasa kelelahan baik fisik maupun mental dikeluhkan perawat pelaksana dikarenakan beban kerja yang banyak dan tenaga perawat yang kurang sehingga oleh karena itu kepala ruangan mengajukan penambahan perawat ke pihak manajemen SDM untuk menambahkan jumlah tenaga perawat di ruang ICU.

Berdasarkan masalah tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Bagaimana gambaran karakteristik perawat (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, masa kerja, status perkawinan) di Ruang ICU?
- b. Bagaimana gambaran kejenuhan kerja sebelum dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada perawat di Ruang ICU?
- c. Bagaimana gambaran kejenuhan kerja setelah dilakukan terapi relaksasi otot progresif pada perawat di Ruang ICU?

I.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mengetahui Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progresif (ROP) dalam Mengatasi Kejenuhan Kerja Perawat di Ruang ICU.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik perawat (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, masa kerja, status perkawinan) di Ruang ICU.
- b. Mengidentifikasi gambaran kejenuhan kerja sebelum diberikan terapi relaksasi otot progresif pada perawat di Ruang ICU.
- c. Mengidentifikasi gambaran kejenuhan kerja setelah diberikan terapi relaksasi otot progresif pada perawat di Ruang ICU.

I.5 Manfaat Penelitian

- a. Bagi Pelayanan Kesehatan

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan kebaikan dan menjadi literature bagi Manajer Pelayanan Rumah Sakit untuk mengatasi kejenuhan dalam bekerja serta bisa menjadi bahan dalam mengembangkan ilmu keperawatan di Rumah Sakit.

- b. Bagi Perawat

Studi kasus ini diharapkan dapat mampu memberikan gambaran mengenai efektifitas dari aplikasi EBN yaitu terapi relaksasi otot progresif dapat mengatasi kejenuhan yang dialami perawat selama bekerja di Rumah Sakit.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan referensi dan acuan bahan bagi penelitian selanjutnya. Penerapan *Evidence Based Nursing* (EBN) dapat dijadikan sebagai acuan dan kontribusi yang baik dalam mengembangkan ilmu keperawatan dan meningkatkan kualitas akademik di institusi pendidikan.