

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1. Latar Belakang**

Rumah sakit merupakan suatu sarana layanan kesehatan untuk seluruh masyarakat dengan tujuan memberikan layanan kesehatan secara optimal dan memuaskan agar mampu mencapai kenyamanan dan keamanan pasien saat berobat. Rumah sakit merupakan suatu sarana layanan kesehatan yang terdiri dari beberapa jenis pelayanan seperti pelayanan medis, penunjang medis, sarana pelaksanaan pendidikan, penelitian dan pengembangan IPTEK, sebagai sarana pemberi perawatan, rehabilitasi dan pencegahan risiko gangguan kesehatan (Syafrizal, 2021).

Perawat merupakan salah satu tenaga medis yang memiliki peran penting selama pelayanan kesehatan diberikan. Perawat adalah individu yang telah lulus pendidikan tinggi keperawatan yang telah diakui pemerintah. Keperawatan adalah suatu layanan profesional dengan peran aktif dalam layanan kesehatan atas dasar pendalaman ilmu dan kiat pengetahuan tentang keperawatan kepada individu atau masyarakat baik dalam keadaan sehat ataupun sakit. Perawat menjadi salah satu pekerjaan timbulnya stres dibandingkan dengan pekerjaan lainnya. Hal ini karena perawat bekerja dengan sistem shift, pemberian asuhan keperawatan secara menyeluruh, beban kerja tinggi, dan timbulnya masalah antar rekan kerja yang menjadikan seorang perawat mengalami stres (Azhari et al., 2022).

Stres merupakan respon seseorang terhadap suatu kondisi atau kejadian yang memicu stres (stresor) yang mampu mengancam atau mengganggu jiwa dan kemampuan individu untuk menanganinya. Stres adalah suatu kondisi yang dianggap menimbulkan rasa cemas dan gelisah entah nyata atau tidak nyata. Stres adalah respon individu terhadap suatu keadaan yang tidak sesuai antara tuntutan yang didapatkan dengan kemampuan untuk menangani tuntutan tersebut (Sukatin et al., 2021).

Perawat mengalami stres kerja yang berbeda-beda karena persepsi seseorang berdasarkan karakteristik individu tersebut yang bisa terlihat dari usia, jenis

kelamin, pendidikan, status perkawinan, masa kerja dan unit kerja. Perawat bekerja tentunya dengan adanya tuntutan secara profesional dan berkualitas dalam memberikan pelayanan keperawatan kepada pasien. Peningkatan tuntutan menyebabkan stres kerja perawat juga meningkat. Perawat rentan mengalami stres akibat berbagai masalah seperti menerima keluhan pasien yang bermacam-macam, jenis pekerjaan yang kompleks dan monoton, beban dan tanggung jawab kerja yang cukup besar, serta tuntutan kerja yang harus dicapai (Siswadi et al., 2021).

Hasil survei oleh *The American Institute of Stress* atas pekerja tenaga perawat pelaksanaan di Amerika Serikat dan negara lain menunjukkan bahwa 46% merasakan bekerja penuh dengan rasa stres dan 34% berpikir ingin keluar dari pekerjaan akibat adanya stres kerja. Kejadian stres kerja perawat berada di urutan pertama pada 40 kasus stres pada pekerja menurut *America National Association For Occupational Safety (ANAAS)*. Hasil survei di Perancis menunjukkan bahwa sebanyak 74% persentase stres perawat. Hasil studi yang dilakukan di Swedia yaitu sebanyak lebih dari 80% perawat mengalami stres perawat cukup tinggi akibat pekerjaan (Tou et al., 2021).

Perawat di Indonesia berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) menunjukkan bahwa sebanyak 51% perawat mengalami stres akibat bekerja, merasa lelah, bersikap kurang ramah, seringkali merasa pusing dan kurang istirahat. Hal ini dampak menimbulkan dampak yang lebih buruk. Hasil data menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia dengan jumlah perawat sebanyak 296.876 orang, menjadi angka kejadian stres perawat yang cukup besar (Hasbi et al., 2019).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Oktari et al. (2021) dari 113 responden di Rumah Sakit Awal Bros A Yani, Kota Pekanbaru, menunjukkan bahwa sebanyak 30 perawat (26,5%) berada pada tingkat stres kerja ringan, sebanyak 56 perawat (49,6%) berada pada tingkat stres kerja sedang, dan sebanyak 27 perawat (23,9%) berada pada tingkat stres kerja berat. Hal ini bisa terjadi adanya stresor baik dari diri sendiri, tim perawat, ataupun organisasi. Stres kerja dapat terjadi akibat rasa khawatir dan takut tidak mampu memberikan perawatan yang berkualitas, khawatir dengan kesehatan diri, stigma sosial dan tuntutan kerja berlebih, sehingga perawat diperlukan adanya konseling atau berbincang dengan

seseorang yang membantu menurunkan rasa stres dan cemas serta mampu memberikan solusi untuk menangani masalah. Metode konseling atau komunikasi dua arah perawat dapat dilakukan antara perawat pelaksana dengan atasan yaitu kepala ruangan dengan metode *Safety Morning Talk*.

*Safety Morning Talk* merupakan suatu kegiatan rutin berupa komunikasi kepada seluruh pekerja untuk membahas segala jenis aturan dan tuntutan dalam keselamatan dan kesehatan kerja. Metode ini bertujuan untuk mencegah terjadinya kecelakaan kerja, mengurangi kecemasan dan stres kerja, serta mempertahankan dan meningkatkan kualitas bekerja. Penerapan *safety morning talk* berbeda dengan *pre* dan *post conference*, yang mana metode *safety morning talk* berfokus pada pembahasan mengenai kesehatan dan keselamatan kerja yang dilakukan secara individu kepada atasan atau kepala ruangan. Penerapan *safety morning talk* dapat meningkatkan kesadaran setiap pekerja akan pentingnya komunikasi tentang kesehatan dan keselamatan kerja (Aurora & Suryani, 2022). Penerapan *safety morning talk* dilakukan dalam penelitian (Agustin & Harianto, 2019) bertujuan untuk menjaga komunikasi dengan seluruh rekan kerja dalam tim selama berada di waktu kerja dan saling mengingatkan terkait keselamatan dan kesehatan kerja, salah satunya dengan menerapkan manajemen stres. Metode *safety morning talk* dapat dilakukan dalam mengatasi stres kerja perawat melalui komunikasi mengenai manajemen stres seperti terapi *self talk* dan terapi tertawa.

Manajemen stres adalah tehnik bagi para pekerja dalam merubah pola pikir terhadap stres dan mengenal serta menyadari adanya gejala stres yang dialami. Manajemen stres dilakukan dengan tujuan untuk mengontrol stres dengan mengetahui penyebab stres dan menerapkan tehnik penanganan stres, sehingga individu menjadi lebih baik dengan tingkat stres menurun (Ramadhani & Ardias, 2020). Terapi *self talk* merupakan terapi yang dilakukan dengan diri sendiri dengan cara berbicara pada diri untuk merubah pikiran negatif menjadi positif, menyadarkan diri akan adanya stres diri akibat situasi dan pikiran-pikiran diri. Terapi *self talk* berbeda dengan tehnik afirmasi, dimana terapi *self talk* yaitu dengan merubah pikiran negatif menjadi positif dan juga memberikan pujian positif kepada diri sendiri, sedangkan tehnik afirmasi adalah sebuah pujian yang bisa didapatkan dari diri sendiri, atau orang lain. Terapi *self talk* dapat dilakukan melalui 2 cara,

yaitu dengan berbicara pada diri sendiri, atau mengungkapkan perasaan diri dalam bentuk tulisan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Putri & Bachri, 2022) dengan responden sebanyak 54 remaja, menunjukkan adanya efektifitas atau pengaruh terapi *self talk* dalam menurunkan tingkat stres individu dilihat dari hasil nilai *p value* 0,000 dengan nilai korelasi 0,06. Selain terapi *self talk*, terapi manajemen stres yang dapat perawat terapkan yaitu terapi tertawa. Terapi tertawa menjadi terapi yang mudah dilakukan setiap individu guna menghilangkan stres.

Terapi tertawa adalah salah satu terapi komplementer dalam manajemen stres berupa reaksi fisik yang diungkapkan individu untuk membantu menghadapi masalah, meningkatkan ketenangan dan rasa bahagia dari dalam hati. Terapi tertawa adalah terapi manajemen stres dalam bentuk suara tawa yang dikeluarkan seseorang, dengan tampak wajah tersenyum, perasaan hati lepas dan bahagia. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Anggarawati et al., 2021) dengan responden sebanyak 25 responden mahasiswa tingkat akhir, menunjukkan adanya efektifitas penerapan terapi tertawa dalam menurunkan tingkat stres dilihat dari nilai rerata 40,00 menjadi skor 27,25 setelah diberikan terapi tertawa. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kartika Syarif, Setyaningsih, & Zen Rahfiludin (2019) mengungkapkan metode *Safety morning talk* menjadi *evidence based* melalui komunikasi mengenai manajemen stres dalam mengedukasi, mempraktikkan dan menerapkan terapi tertawa guna mengurangi dan menghindari stres kerja perawat.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mencoba kepada objek perawatan dengan melakukan penerapan kasus sesuai konsep *Evidence Based Nursing* (EBN) dari hasil penelitian yang telah ada pada sekelompok perawat untuk menerapkan metode *safety morning talk* dalam mengatasi stres kerja perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti secara acak pada hari senin, 16 januari 2023 kepada 5 orang perawat ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi dengan pengalamannya selama bekerja di ruang hemodialisa. Sebanyak 2 orang perawat mengatakan bahwa tingkat stres kerja perawat ringan saat bekerja di ruang hemodialisa yang mana perawat HD

memiliki cara bekerja yang berbeda dengan perawat rawat inap biasa. Perawat HD masih memiliki waktu istirahat lebih banyak, pemantauan ke pasien juga tidak dilakukan hingga 8 jam waktu bekerja, tindakan yang dilakukan sekaligus dalam satu waktu dan kemudian pasien bisa diarahkan untuk beristirahat selama proses hemodialisa berlangsung dengan tetap adanya pemantauan setiap 1 jam sekali. Hal ini menunjukkan bahwa perawat HD tidak menunjukkan adanya tingkat stres berat selama bekerja.

Stres kerja perawat dapat dikategorikan berat menurut Siregar, Kurniarti, & Widakdo (2020) yaitu adanya beban kerja yang tinggi berupa tanggung jawab pasien yang dikelola terlalu banyak untuk satu perawat, adanya penilaian pasien yang mengungkapkan bahwa perawat hanya bekerja untuk memenuhi kebutuhannya saat itu sehingga perawat dituntut sepenuhnya mampu memberikan pelayanan yang berkualitas dan prima. Stress kerja perawat juga dapat terjadi akibat jam kerja yang padat, keluhan pasien dan keluarga mengenai pelayanan perawat, adanya konflik antar rekan kerja akibat kurangnya kontribusi bersama tim dalam menyelesaikan pekerjaan.

Stres kerja perawat HD digambarkan pada responden lainnya sebanyak 3 orang perawat mengatakan bahwa tingkat stres kerja perawat HD cukup berat yang mana tanggung jawab perawat HD lebih besar kepada pasien yang akan melaksanakan hemodialisa. Perawat HD harus memiliki keterampilan khusus dalam pemasangan mesin hemodialisa untuk pasien, menghindari rasa sakit saat memasang *arterial venouse blood line*, memastikan ketepatan pemasangan alat ke mesin, dan cepat tanggap jika pasien menunjukkan tanda gejala darurat. Perawat HD juga harus bertanggung jawab atas mesin yang dipakai agar mencegah terjadinya kerusakan mesin HD. Selain itu, pemantauan harus dilakukan perawat setiap 1 jam sekali, pekerjaan perawat HD juga seringkali tidak bisa dilakukan di waktu yang bersamaan akibat pasien yang datang terlambat untuk hemodialisa, sehingga pekerjaan tidak bisa dikerjakan di waktu yang sama dengan pasien lain. Hal ini menunjukkan bahwa perawat HD juga memiliki tingkat stres kerja yang cukup berat karena tanggung jawabnya dalam bekerja lebih besar, tindakan yang dilakukan lebih berisiko menimbulkan nyeri hebat dan berisiko infeksi kepada pasien.

Berdasarkan hasil wawancara juga kepada 5 orang perawat tersebut mengatakan bahwa perawat tidak pernah mendapatkan pelatihan mengenai manajemen stres, belum mengetahui apa itu *safety morning talk*, serta tidak adanya buku praktis yang membahas tentang manajemen stres. Selama bekerja di ruang hemodialisa juga tidak ada penerapan berkomunikasi berdua antara kepala ruangan dengan perawat pelaksana untuk membahas tingkat stres kerja perawat selama bekerja di ruang hemodialisa. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pengetahuan perawat mengenai manajemen stres masih kurang dan belum ada penerapan kepala ruangan untuk membahas tingkat stres kerja kepada bawahan atau perawat pelaksana. Oleh karena itu, perawat dalam mengurangi tingkat stres kerja membutuhkan penerapan metode *safety morning talk* dengan tujuan untuk mengurangi tingkat stres kerja perawat, sehingga kinerja perawat dalam bekerja tetap baik dan meningkat.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan beberapa rumusan masalah yang akan menjadi fokus penelitian, antara lain:

- a. Bagaimana gambaran karakteristik (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan lama bekerja) perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi?
- b. Bagaimana gambaran persepsi perawat mengenai penerapan metode *safety morning talk* di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi?
- c. Bagaimana gambaran tingkat stres kerja perawat selama bekerja di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi?
- d. Bagaimana gambaran pelaksanaan dari penerapan metode *safety morning talk* dengan manajemen stres : terapi *self talk* dan terapi tertawa dalam mengatasi stres kerja perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi?
- e. Bagaimana efektivitas pengaruh dari penerapan metode *safety morning talk* terhadap tingkat stres kerja perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi?

### **I.3 Tujuan Penulisan**

#### **I.3.1 Tujuan Umum**

Penulisan Karya Ilmiah Akhir (KIA) Ners ini disusun dengan tujuan agar dapat menerapkan secara optimal metode *safety morning talk* dalam mengatasi stres kerja perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi.

#### **I.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini, antara lain:

- a. Untuk mengetahui gambaran karakteristik (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan dan lama bekerja) perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi
- b. Untuk mengetahui gambaran persepsi perawat mengenai penerapan metode *safety morning talk* di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi
- c. Untuk mengetahui gambaran tingkat stres kerja perawat selama bekerja di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi
- d. Untuk mengetahui gambaran pelaksanaan dari penerapan metode *safety morning talk* dengan manajemen stres : terapi self talk dan terapi tertawa dalam mengatasi stres kerja perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi
- e. Untuk mengetahui efektivitas pengaruh dari penerapan metode *safety morning talk* terhadap tingkat stres kerja perawat di ruang hemodialisa RSUD dr. Chasbullah Abdulmadjid Kota Bekasi

### **I.4 Manfaat Penulisan**

#### **a. Bagi Rumah Sakit**

Peneliti berharap penelitian ini dapat menjadi media informasi bagi rumah sakit serta menurunkan tingkat stres kerja guna meningkatkan kinerja perawat dan mutu pelayanan rumah sakit serta mencegah kejadian yang tidak diharapkan di rumah sakit khususnya di ruang hemodialisa.

b. Bagi Perawat

Peneliti berharap adanya penerapan metode *safety morning talk* dapat meningkatkan pengetahuan mengenai manajemen stres dan menurunkan tingkat stres kerja perawat di ruang hemodialisa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti berharap penelitian ini mampu menjadi pedoman dalam mengembangkan penelitian mengenai efektivitas pelaksanaan metode *safety morning talk* dalam mengatasi stres kerja perawat.