



***CASE STUDY* MENURUNKAN TINGKAT STRES KERJA
PERAWAT DENGAN PENERAPAN TERAPI *SELF HEALING*
MELALUI TEKNIK AFIRMASI PADA PERAWAT *ADVANCE* DI
PK3D JAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DINA KRISMAYANTI

2210721035

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**



***CASE STUDY* MENURUNKAN TINGKAT STRES KERJA
PERAWAT DENGAN PENERAPAN TERAPI *SELF HEALING*
MELALUI TEKNIK AFIRMASI PADA PERAWAT *ADVANCE* DI
PK3D JAKARTA**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

DINA KRISMAYANTI

2210721035

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Dina Krismayanti

NIM : 2210721035

Tanggal : 20 April 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 26 April 2023

Yang menyatakan



Dina Krismayanti

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dina Krismayanti
NIM : 2210721035
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

“Case Study Menurunkan Tingkat Stres Kerja Perawat Dengan Penerapan Terapi Self Healing Melalui Teknik Afirmasi Pada Perawat Advance di PK3D Jakarta”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 26 April 2023

Yang menyatakan,



Dina Krismayanti

PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Dina Krismayanti
NIM : 2210721035
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi
Judul KIA : Case Study Menurunkan Tingkat Stres Kerja Perawat
Dengan Penerapan Terapi Self Healing Melalui Teknik
Afirmasi Pada Perawat Advance di PK3D Jakarta

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta


Ns. Tatiana Siregar, S.Kep., MM., M.Kep

Ketua Penguji


Ns. Nelly Febriani, S.Kep., M.Kep

Penguji I


Ns. Serri Hutahaean, S.Kep., M.Kep

Penguji II (Pembimbing)


Desmawati, M.Kep., Kep. Mat., PhD

Dekan FIKES

Ditetapkan di Jakarta

Tanggal Ujian : 26 April 2023


Ns. Dora Samaria, S.Kep., M.Kep

Ketua Program Studi Profesi Ners

CASE STUDY MENURUNKAN TINGKAT STRES KERJA PERAWAT DENGAN PENERAPAN TERAPI *SELF HEALING* MELALUI TEKNIK AFIRMASI PADA PERAWAT *ADVANCE* DI PK3D JAKARTA

Dina Krismayanti

Abstrak

Stress kerja adalah sebuah kondisi yang dimana manusia sedang dalam ketidaksesuaian antara keterampilan dan kemampuan dengan tuntutan pekerjaan, sehingga mengakibatkan hambatan di tempat kerja. Hambatan di tempat kerja tidak ada jika tingkat stress seseorang rendah, namun stres yang berkembang mendorong individu untuk menanggapi tantangan di tempat kerja dengan mengarahkan semua sumber daya yang tidak maksimal dalam memenuhi tuntutan pekerjaan tersebut. Perawat sebagai tenaga kesehatan beresiko terkena stress kerja. Melihat keadaan di rumah sakit maupun pra-rumah sakit, perawat selalu berada di garda terdepan dalam memberikan asuhan keperawatan yang maksimal guna memaksimalkan kesehatan pasien. Hasil wawancara dan observasi yang dilakukan penulis di PK3D (Pusat Krisis dan Kegawatdaruratan Daerah) Jakarta menunjukkan dari 10 orang perawat, sebanyak 1 perawat (20%) memiliki tingkat stress tinggi, 4 perawat (40%) memiliki tingkat stress sedang dan 4 perawat (40%) memiliki tingkat stress rendah/tidak mengalami stress kerja. Berdasarkan dari hasil tersebut, penulis melakukan *evidence based nursing* berupa penerapan *self healing* menggunakan teknik afirmasi. Intervensi berlangsung selama 4 hari dalam 2 minggu dengan dilakukannya tanya jawab atau *pre test* dan *post test* kepada perawat. Hasil evaluasi menunjukkan, dari 6 orang perawat yang mengalami stress kerja sedang hingga tinggi setelah dilakukan penerapan teknik afirmasi, sebanyak 1 orang perawat (17%) memiliki tingkat stress sedang dan 5 orang perawat (83%) memiliki tingkat stress rendah/tidak mengalami stress kerja. Hal ini menunjukkan teknik afirmasi tersebut terbukti membantu menurunkan tingkat stress kerja pada perawat.

Kata Kunci: Perawat, *Self Healing*, Teknik Afirmasi

CASE STUDY REDUCE NURSE'S WORK STRESS WITH SELF HEALING THERAPY THROUGH AFFIRMATION TECHNIQUES FOR ADVANCE NURSES AT PK3D JAKARTA

Dina Krismayanti

Abstract

Work stress is a condition which humans are in a mismatch between skills and abilities with job demands, resulting in obstacles at the workplace. Nurses as a health workers are at high risk of being exposed to work stress. Seeing the conditions in the hospital and pre-hospital, nurses are always at the forefront in providing maximum nursing care to maximize patient health. The results of interviews and observations conducted by the author at PK3D (Pusat Krisis dan Kegawatdaruratan Daerah) Jakarta showed that out of 10 nurses, 1 nurse (20%) had high stress levels, 4 nurses (40%) had moderate stress levels and 4 nurses (40%) have a low level of stress / do not experience work stress. Based on these results, the authors conducted evidence-based nursing in the form of applying self-healing using affirmation techniques. The intervention lasts for 4 days in 2 weeks by conducting question and answer or pre-test and post-test to nurses. The evaluation results showed that of the 6 nurses who experienced moderate to high work stress after the application of affirmation techniques, 1 nurse (17%) had moderate stress levels and 5 nurses (83%) had low stress levels/did not experience work stress. This shows that the affirmation technique is proven to help reduce work stress levels in nurses

Keywords: Affirmation techniques, Nurses, Self Healing

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah akhir Ners (KIAN) ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini yang dilaksanakan Maret 2023 ini adalah “Case Study Menurunkan Tingkat Stres Kerja Perawat Dengan Penerapan Terapi Self Healing Melalui Teknik Afirmasi Pada Perawat Advance di PK3D Jakarta”. Adapun tujuan dalam pembuatan KIAN ini adalah untuk memenuhi persyaratan guna menyelesaikan pendidikan Profesi Ners di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Desmawati, M.Kep., Sp.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Dora Samaria, S.Kep., M.Kep selaku Kaprodi Profesi Ners, Ns. Serri Hutahaeen, S.Kep., M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, saran dan motivasi yang bermanfaat, serta Clinical Instruktur dan Penanggung Jawab Wilayah Timur PK3D yang sangat terbuka dan telah memberikan kesempatan kepada penulis selama proses berlangsung. Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Fitri Nuraini (Ibu), Iwan Winarto (ayah), serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa.

Dan seterusnya, penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan KIAN ini. Masukan dan saran yang bermanfaat sangat penulis harapkan. Semoga KIAN ini dapat memberikan manfaat kepada seluruh pembaca

Jakarta, 26 April 2023

Penulis,

Dina Krismayanti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR BAGAN	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang Masalah	1
I.2 Tujuan Penelitian	5
I.3 Manfaat Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Konsep Stres Kerja	7
II.2 Konsep Self Healing	15
II.3 Konsep Teknik Afirmasi	18
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	24
III.1. Asuhan Keperawatan Kasus	24
III.2. Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	45
BAB IV PEMBAHASAN	47
IV.1. Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait	47
IV.2. Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti	52
IV.3. Implikasi	53
BAB V PENUTUP.....	54
V.1. Kesimpulan	54
V.2. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Gambaran Karakteristik Perawat Advance di Pos Timur Basura dan Pos Utara Papanggo PK3D (n=10)	31
Tabel 2. Gambaran Presentase Stres Kerja Perawat Advance di Pos Timur Basura dan Pos Utara Papanggo PK3D (n=10).....	31
Tabel 3. Analisa Data	32
Tabel 4. Rencana Keperawatan.....	37
Tabel 5. Implementasi Keperawatan.....	38
Tabel 6. Hasil Post Test Tingkat Stres Kerja Perawat Advance di Pos Timur Basura dan Pos Utara Papanggo PK3D (n=6)	44
Tabel 7. Perbandingan Tingkat Stres Sebelum dan Sesudah Pemberian Teknik Afirmasi pada Perawat Advance di Pos Timur Basura dan Pos Utara Papanggo (n=6)	50

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Struktur Organisasi	27
------------------------------------	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Pelaksanaan Terapi dengan Teknik Afirmasi pada Perawat	45
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Persetujuan
- Lampiran 2. Lembar Monitor Bimbingan
- Lampiran 3. Kuesioner Stres Kerja Perawat
- Lampiran 4. Gambaran Produk Luaran
- Lampiran 5. Bukti Pengajuan HKI
- Lampiran 6. SOP Teknik Afirmasi
- Lampiran 7. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 8. Hasil Turnitin