

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan sebuah bidang ilmu dan pelayanan yang memiliki banyak sekali cabang kebermanfaatan bagi manusia. Pekerjaan yang bersangkutan dalam bidang kesehatan dapat berupa profesi dokter, perawat, apoteker, gizi, farmasi, fisioterapis, radiografer dan masih banyak lagi lainnya. Salah satu bidang pekerjaan yang paling dominan untuk dapat melakukan interaksi dengan orang lain adalah profesi keperawatan (Prawesti Ranti Kusuma Dewi, 2018). Pelayanan keperawatan di rumah sakit jiwa dilakukan oleh perawat yang bekerja dalam bidang kesehatan jiwa. Perawat kesehatan jiwa adalah salah satu bagian dari perawat umum, tetapi khusus menangani pasien dengan gangguan jiwa dan umumnya bekerja di rumah sakit jiwa. Stres terjadi di semua pekerjaan termasuk dalam bidang pelayanan kesehatan, dimana salah satu tenaga kesehatan utama yang berperan dalam memberikan pelayanan kesehatan adalah perawat (Sari, Ruliati *and* Upa, 2019).

Hasil penelitian (Sauter *et al.*, 2023) menunjukkan bahwa pekerjaan-pekerjaan yang berhubungan dengan rumah sakit atau kesehatan memiliki kecenderungan tinggi untuk terkena stres kerja atau depresi. Kejadian stres kerja bukan rahasia umum lagi dinobatkan sebagai salah satu masalah di dunia. Hal ini dapat dilihat dari fenomena stres yang berlangsung di negara Inggris terhitung ada 385.000 kasus, di Wales 11 ribu sampai 26 ribu kasus (Health *and* Safety Executive, 2019). Sejalan dengan *American National Association for Occupational Health* (ANAHO) menempatkan kejadian stres kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres kerja pada pekerja (Sari, Ruliati *and* Upa, 2019). Hasil survei dari Indonesia yang berasal dari Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) 2007 dalam (Rhamdani *and* Wartono, 2019) terdapat data 50,9% perawat di Indonesia yang bekerja mengalami stres kerja.

Stres kerja pada perawat bisa disebabkan oleh tugas-tugas perawat yang sering monoton dan kondisi ruangan yang sempit, biasa dirasakan oleh perawat

yang bertugas di bagian bangsal. Disamping itu, menurut dari perawat yang bertugas di rumah sakit jiwa menemukan kesulitan untuk berkomunikasi baik dengan pasiennya, ia harus tetap waspada akan tingkah pasien yang terkadang bisa saja dapat membahayakan bagi keselamatan jiwa si perawat (Sari, Ruliati and Upa, 2019). Salah satu bagian terpesifikasi keperawatan dengan beban kerja dengan kategori atau kelompok tinggi adalah keperawatan jiwa. Tingginya beban kerja pada perawat jiwa dapat dipengaruhi banyak faktor. Terdapat sumber yang mengatakan faktor yang mempengaruhi beban kerja perawat adalah kondisi pasien yang selalu berubah, akumulasi waktu rata-rata perawatan dengan melakukan tindakan terapeutik pada pasien melampaui batas mampu perawat itu sendiri. Kemudian difokuskan pada perawatan jiwa poin yang dapat membuat stres perawat yaitu peningkatan kunjungan pasien setiap harinya di fasilitas rawat jalan, tanpa ada peningkatan jumlah perawat jiwa (Wisnawa, Rahajeng and Darma Yanti, 2022).

Dampak buruk dari peningkatan beban kerja seorang perawat adalah timbulnya perasaan negatif yang lahir dari emosi negatif yang dikeluarkan, hal ini dapat menyebabkan stres kerja perawat dikarenakan perawat tidak mampu menyelesaikan tugasnya (Maharani and Budianto, 2019). Dampak negatif dari stres (distres) menyebabkan gejala fisik dan mental. Gejala fisik meliputi perubahan metabolisme, tekanan darah tinggi, penyebab serangan jantung sakit kepala persisten, sedangkan gejala psikologis dapat berupa cemas, depresi, gelisah, gugup kubis agresif (Rambe, Hasibuan and Setyawati, 2022).

Stres didefinisikan dari kata Stres yang berartikan gangguan atau kacaunya sebuah mental dan emosi yang disebabkan oleh faktor ketegangan yang berasal dari luar diri (KBBI, 2016). Stres adalah respon makhluk hidup untuk dapat menyesuaikan diri atas tuntutan atau kewajiban yang berlangsung. Tuntutan atau kewajiban yang dimaksud dapat berupa hal aktual yang sedang terjadi ataupun hal atau kemungkinan yang akan terjadi di masa depan yang dipersepsi pasti akan terjadi (Moh Muslim, 2020).

Meningkatnya stres kerja dipacu karena harus selalu maksimal dalam melayani pasien. Dengan semakin bertambahnya tuntutan pekerjaan tersebut maka semakin besar kemungkinan perawat akan mengalami stres kerja. Oleh sebab itu perawat memerlukan satu cara untuk menyelesaikan atau menyesuaikan kondisi

terhadap masalah tersebut yang biasanya disebut dengan (*coping*) sehingga dapat menjalankan profesi keperawatannya (Hardiyanti *and* Permana, 2019).

Tujuan dari *coping* yaitu untuk mengurangi maupun mengatur masalah-masalah yang timbul dari dalam diri pribadi maupun luar dirinya (*internal or external conflict*) sehingga dapat meningkatkan kehidupan yang jauh lebih baik (Maryam, 2017). Salah satu upaya yang dapat dilakukan sebagai coping yang positif adalah dengan tenang dalam menghadapi masalah. Adapun cara menghadapi masalah yang dapat dilakukan perawat bila terjadi stres kerja adalah melakukan EFT (*Emotional Freedom Technique*). EFT merupakan teknik mengetuk beberapa titik di tubuh bila terjadi gejala-gejala kemunduran fisik dan emosional yang mengganggu (Idris *and* Idris, 2019). Dalam sebuah penelitian menunjukkan 98% adanya peningkatan perbaikan manajemen stres menggunakan teknik EFT (Rancour, 2016).

I.2 Rumusan Masalah

Hasil observasi yang dilakukan peneliti selama praktek klinik di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soeharto Heerdjan menunjukkan bahwa banyak pasien jiwa yang harus dirawat sehingga terjadi ketidakseimbangan antara jumlah perawat yang bekerja dalam satu shift dengan jumlah pasien. Meski hal tersebut tidak dirasakan secara terus menerus yang disebabkan perbedaan jumlah pasien jiwa di setiap harinya yang terkadang sedikit dan terkadang sangat banyak. Jika terjadi peningkatan jumlah pasien yang signifikan di suatu hari, hal ini yang dapat meningkatkan beban kerja yang dirasakan perawat. Sehingga menimbulkan stres kerja perawat. Berdasarkan penemuan ini peneliti memiliki asumsi bahwa perawat memiliki stres kerja yang signifikan yang dapat menurunkan kualitas kerja yaitu memberikan perawatan pada pasien.

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada 7 perawat, 3 dari 7 perawat mengatakan mengalami stres dalam bekerja. Sedangkan 4 perawat lainnya mengatakan tidak mengalami stres kerja yang berarti.

Dari hasil wawancara satu perawat mengatakan bahwa tidak adanya pembagian jumlah pasien yang sesuai dikarenakan pembagian penanggung jawab pasien dilakukan secara fleksibel saja. Hal ini membuat banyak pekerjaan menjadi

tidak beraturan untuk melakukan prioritas tugas yang harus dikerjakan hal membuat stres di akhir-akhir jam dinas dikarenakan beberapa pekerjaan belum sempat dikerjakan.

Dari hasil wawancara satu perawat mengatakan menjadi perawat jiwa bukan suatu hal yang mudah, pasien cenderung memiliki ketidakstabilan emosi, memiliki gangguan persepsi sensori halusinasi bahkan sampai mengarah resiko perilaku kekerasan. Selain menjalankan tugas sebagai pemberi asuhan keperawatan, perawat juga harus memastikan bahwa lingkungan kerja sudah aman dari bahaya. Salah satunya bila ada pasien yang menunjukkan perilaku amuk, perawat harus bisa mengatasinya yang tentunya harus berpikir bahwa keselamatan pasien lain harus terjaga sambil memastikan bahwa diri perawat juga aman dari bahaya. Situasi ini terkadang menimbulkan tantangan juga stres bagi perawat jiwa.

Dari hasil wawancara satu perawat mengatakan memiliki jarak tempuh antara rumah dan rumah sakit cukup jauh dan juga melewati daerah macet, sehingga ketika sampai di tempat kerja secara fisik dan mental belum siap menerima pekerjaan serta merasa tenaga dan energi sebagian telah habis selama perjalanan menuju rumah sakit. Sehingga selama menjalani tugas menjadi perawat sudah merasa kelelahan dan menjadi mudah terkena stres di pertengahan dinas. Serta pengalaman yang masih sedikit saat menjadi perawat jiwa, *berbeda* dengan perawat lainnya yang sudah memiliki pengalaman kerja yang lama di bidang keperawatan jiwa. Sehingga butuh adaptasi dalam mempelajari pekerjaan dan asuhan keperawatan pada pasien jiwa. Hal ini membuat tingkat stres menaik karena berada dalam lingkungan yang *berbeda* dari biasanya, keluar dari zona nyaman.

Berdasarkan masalah-masalah yang sudah peneliti uraikan, dapat disusun rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

- a. Bagaimana gambaran stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan ?
- b. Bagaimana gambaran stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan sebelum diberikan terapi EFT ?
- c. Bagaimana gambaran stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan setelah diberikan terapi EFT ?

- d. Bagaimana pengaruh Terapi EFT dalam mengatasi stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan ?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh EFT untuk mengatasi stres kerja perawat jiwa

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan sebelum diberikan terapi EFT.
- b. Mengidentifikasi gambaran stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan setelah diberikan terapi EFT.
- c. Mengidentifikasi pengaruh Terapi EFT dalam mengatasi stres kerja perawat di Ruang Perkutut Rumah Sakit Jiwa Soehato Heerdjan.

I.4 Manfaat penelitian

a. Manfaat Aplikatif

Studi kasus ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan untuk melakukan terapi EFT dalam menurunkan tingkat stres pada perawat serta untuk melebarkan sayap penggunaan intervensi EFT dapat dilakukan ke tenaga medis lainnya yang memiliki stres kerja.

b. Manfaat Keilmuan

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat pada bidang keilmuan terutama terkait dengan terapi EFT dan stres kerja pada perawat.

c. Pengembang Penelitian

Studi kasus ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam hal pengembangan penelitian terutama dalam bidang Terapi EFT dan menurunkan stres kerja.