



**STUDI KASUS PENERAPAN TEKNIK AFIRMASI
TERHADAP TINGKAT STRES KERJA PERAWAT DI RUANG
RAWAT INAP TULIP RUMAH SAKIT BHAYANGKARA TK.I
R. SAID SUKANTO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**SARAH NURUL IZZAH MUSTOFA
2110721081**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2022**



**STUDI KASUS PENERAPAN TEKNIK AFIRMASI
TERHADAP TINGKAT STRES KERJA PERAWAT DI RUANG
RAWAT INAP TULIP RUMAH SAKIT BHAYANGKARA TK.I
R. SAID SUKANTO**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS
Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ners

SARAH NURUL IZZAH MUSTOFA
2110721081

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Sarah Nurul Izzah Mustofa

NIM : 2110721081

Tanggal : 26 Maret 2022

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

Jakarta, 26 Maret 2022

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink is written over a yellow postage stamp. The stamp features a red '100' and the text 'SATRAI TEMPEL' and 'POS INDONESIA'.

(Sarah Nurul Izzah Mustofa)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH AKHIR NERS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sarah Nurul Izzah Mustofa
NRP : 2110721081
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demin 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:

“Studi Kasus Penerapan Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stres Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Tulip Rumah Sakit Bhayangkara Tk.I R. Said Sukanto”.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Ilmiah Akhir Ners 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 Maret 2022

Yang menyatakan,



(Sarah Nurul Izzah Mustofa)

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akir Ners diajukan oleh :

Nama : Sarah Nurul Izzah Mustofa

NIM : 2110721081

Program Studi : Profesi Ners

Judul Karya Ilmiah : Studi Kasus Penerapan Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Tulip Rumah Sakit Bhayangkara Tk.I R. Said Sukanto

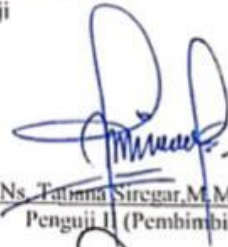
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Desak Nyoman Shiti, S.Kp.,MARS.,PhD
Ketua Penguji



Ns. Serri Hutahacan, S.Kep.,M.Kep
Penguji I



Ns. Tatiana Siregar, M.M.,Kep
Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiyadi, MARS
Dekan FIKES UPNVJ

Ns. Dora Saragaria, M.Kep
Ketua Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 26 Maret 2022

STUDI KASUS PENERAPAN TEKNIK AFIRMASI TERHADAP TINGKAT STRES KERJA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP TULIP RUMAH SAKIT BHAYANGKARA TK.I R. SAID SUKANTO

Sarah Nurul Izzah Mustofa

Abstrak

Salah satu permasalahan yang sering muncul di Rumah Sakit terutama pada perawat adalah *stress* kerja perawat. *Stress* kerja yang dialami seringkali karena beban kerja yang terlalu tinggi. Berdasarkan data yang ditemukan oleh penulis bahwa terdapat 5 orang perawat dari 10 orang perawat di Ruang Tulip RS Bhayangkara TK.I R.Said Sukanto mengalami *stress* kerja. Oleh karena itu penulis melakukan manajemen *stress* kerja menggunakan teknik afirmasi kepada perawat. Tahapan studi kasus ini dimulai dari memberikan kuesioner *stress* kerja sebagai *pre test* sebelum diberikan terapi afirmasi menggunakan Kuesioner Alat Ukur Stres kerja *Occupational Stress Inventory-Revised Edition (OSI-R)*, setelah itu penulis memberikan atau melakukan implementasi teknik afirmasi kepada perawat yang mengalami *stress* kerja. Terapi afirmasi diberikan selama 3 hari dengan durasi 15 menit tiap sesinya dan dilakukan di ruangan yang tenang. Setelah dilakukan selama tiga hari berturut-turut, peneliti melakukan *post test* menggunakan kuesioner yang sama untuk mengetahui gambaran efektifitas teknik afirmasi terhadap *stress* kerja yang dialami perawat. hasil *post test* menunjukkan bahwa terdapat penurunan *stress* kerja pada perawat yang diberikan teknik afirmasi. Teknik afirmasi sangat direkomendasikan bagi para tenaga kesehatan khususnya perawat untuk mengatasi stres kerja yang terjadi di rumah sakit sehingga perawat bisa memamanajemen stres kerja tersebut dengan tepat dan efektif.

Kata Kunci : Perawat, *Stress* Kerja, Teknik Afirmasi

**A CASE STUDY OF THE APPLICATION OF AFFIRMATION
TECHNIQUES ON THE LEVEL OF NURSE'S WORK STRESS
IN THE INPATIENT ROOM TULIP, BHAYANGKARA
HOSPITAL TK.I R. SAID SUKANTO**

Sarah Nurul Izzah Mustofa

Abstract

One of the problems that often arise in hospitals, especially nurses, is the work stress of nurses. Work stress is often experienced because the workload is too high. Based on the data found by the author that there are 5 nurses out of 10 nurses in the Tulip Room of Bhayangkara Hospital TK.I R.Said Sukanto experiencing work stress. Therefore, the authors carry out work stress management using affirmation techniques to nurses. The stages of this case study start from giving a job stress questionnaire as a pre test before being given affirmation therapy using the Occupational Stress Inventory-Revised Edition (OSI-R) Job Stress Measurement Questionnaire, after that the author gives or implements affirmation techniques to nurses who experience work stress. . Affirmation therapy was given for 3 days with a duration of 15 minutes each session and was carried out in a quiet room. After being conducted for three days in a row, the researcher conducted a post test using the same questionnaire to describe the effectiveness of the affirmation technique on work stress experienced by nurses. post test results show that there is a decrease in work stress on nurses who are given affirmation techniques. Affirmation techniques are highly recommended for health workers, especially nurses to deal with work stress that occurs in hospitals so that nurses can manage work stress appropriately and effectively.

Keywords : Affirmation Technique, Nurse, Work Stress

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuniaNya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini dengan baik dan sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Karya ilmiah ini berjudul “Studi Kasus Penerapan Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Tulip Rumah Sakit Bhayangkara Tk.I R. Said Sukanto”. Maksud dan tujuan dari penyusunan karya ilmiah ini adalah untuk memenuhi syarat-syarat guna mencapai gelar profesi ners di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini tidak dapat terselesaikan tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak baik moril, material, maupun spiritual. Untuk itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua penulis (Mustofa Kamal & Miftahul Jannah) yang selalu memberikan doa, semangat, dan dukungan yang luar biasa sehingga penulis dapat menyelesaikan buku ini, orang-orang terdekat penulis selama menempuh Program Profesi Ners yaitu Ramadhika Adhitya Saputra, Refany Salsabila, Thalia Elisabeth, Salbila Safa Alivia, Febby Fereza dan Asa Alamanda yang telah menemani dan mengisi hari-hari penulis baik suka maupun duka.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam pembuatan karya ilmiah akhir ners ini. Masukan dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Semoga karya ilmiah akhir ners ini dapat bermanfaat kepada seluruh pembaca.

Jakarta, Maret 2022

Penulis,

Sarah Nurul Izzah Mustofa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I_PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Tujuan Penelitian	4
I.3 Manfaat Penelitian	5
BAB II_TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Konsep Stres Kerja.....	7
II.2 Konsep Teknik Afirmasi	15
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN	18
III.1 Pengkajian Kasus	18
III.2 Analisa Data.....	27
III.3 Diagnosa	28
III.4 Rencana Keperawatan.....	28
III.5 Implementasi dan Evaluasi	30
BAB IV PEMBAHASAN.....	39
IV.I Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait	39
IV.2 Analisis Penerapan Evidence Based Nursing pada Kasus	41
BAB V_PRODUK LUARAN	43
V.1 Gambaran Produk.....	43
V.2 Legalitas Produk.....	43
V.3 Manfaat Produk Bagi Pelayanan Keperawatan.....	44
BAB VI_PENUTUP	45
VI. 1 Kesimpulan	45
VI. 2 Saran	45

DAFTAR PUSTAKA	47
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Daftar Pernyataan <i>Occupational Stress Inventory-Revised Edition</i> (OSI-R).....	22
Tabel 2	Persentase <i>Pre Test</i> Kategori Stres Kerja Perawat.....	24
Tabel 3	Karakteristik Perawat yang Mengalami Stres Kerja.....	25
Tabel 4	Analisa Data.....	27
Tabel 5	Rencana Keperawatan.....	29
Tabel 6	Implementasi Keperawatan.....	31
Tabel 7	Hasil <i>Post Test</i> Perawat yang Mengalami Stres Kerja.....	37
Tabel 8	Perbandingan Tingkat Stres Kerja <i>Pre test</i> dan <i>Post test</i>	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Struktur Organisasi.....	20
Gambar 2 Implementasi Teknik Afiriasi.....	38
Gambar 3 <i>Design Cover</i> Buku Saku`	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 2 Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 3 Kuesioner Stres Kerja
- Lampiran 4 SOP Teknik Afiriasi
- Lampiran 5 Design Cover Buku Saku
- Lampiran 6 Uji Turnitin Laporan KIAN
- Lampiran 7 Uji Turnitin Buku Saku