

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA TENAGA KESEHATAN DI MASA PANDEMI

¹Septiana Egawati, ²Linda Aryani

^{1,2}Program Studi Ilmu Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Email: septianaegawati28@gmail.com

ABSTRAK

Stres kerja adalah ketegangan yang dialami oleh individu karena adanya tuntutan pekerjaan yang ditandai dengan perubahan fisiologis, psikologis dan perilaku. Salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah beban kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di masa pandemi. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 65 tenaga kesehatan dengan menggunakan teknik *nonprobability* sampling. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala stres kerja sesuai teori Robbins dengan nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,96 dan skala beban kerja sesuai dengan teori Munandar memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0,95. Berdasarkan hasil analisis uji korelasi *pearson product moment* ditemukan adanya hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja dimana nilai $r=0,434$ serta signifikansi $p=0,000$ ($p<0,01$), hal ini menunjukkan bahwa hipotesis diterima. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di masa pandemi..

Kata kunci: Beban Kerja, Stres Kerja, Tenaga Kesehatan

ABSTRACT

Job stress is the tension experienced by individuals due to the demands of work which are characterized by physiological, psychological and behavioral changes. One of the factors that affect work stress is workload. This study aims to determine the relationship between workload and job stress on health workers at during the pandemic. The number of subject is the study were 65 health workers using non-probability sampling technique. The research data was obtained using the job stress scale according to Robbins theory with a reliability coefficient value pf 0,96 and the workload scale according to Munanda's theory having a reliability coefficient 0,95. Based on the results of pearson product moment correlation analysis found a positive relationship between workload and job stress where the value of $r=0.351$ and the significance of $p=0.004$ ($p<0.05$) this indicateds the hypothesis is accepted. It can be concluded that there is a positive relationship between workload and job stress on health workers at during the pandemic.

Keywords: Workload, Job Stress, Health Workers

Pendahuluan

Pada awal tahun 2020 dunia digemparkan dengan menyebarnya virus berbahaya yang disebut *Corona Virus*. Virus ini juga disebut sebagai Covid-19 yang menyerang sistem pernapasan. Penyebaran virus yang terus saja meningkat membuat bertambahnya tantangan dalam bekerja khususnya bagi tenaga kesehatan (Tirtasari, 2021). Tenaga kesehatan memiliki

peran yang sangat penting untuk melakukan pemeriksaan dan pengobatan terhadap pasien, serta berperan dalam pembinaan kesehatan dan peningkatan kesehatan lingkungan sekitar, hal ini sesuai dengan UU RI No 36 tahun 2014 tentang tenaga kesehatan merupakan tugas yang harus dijalankan. Tuntutan dan tantangan yang dihadapi oleh tenaga kesehatan dalam menjalankan tugasnya membuat tenaga kesehatan rentan mengalami stres kerja. Terlebih di masa pandemi tenaga kesehatan harus bekerja dengan sangat berhati-hati. Banyaknya jumlah tenaga kesehatan yang terpapar virus ini membuat tenaga kesehatan merasakan tantangan dan tekanan yang berlebih saat bekerja sehingga akan memicu munculnya stres kerja.

Robbins (2002) menyatakan bahwa stres kerja adalah keadaan kerja yang dinamis, ketika pekerja menghadapi peluang, batasan atau persyaratan, mereka bekerja sesuai dengan hasil yang ingin di capai dalam kondisi penting dan tidak pasti. Cooper (2009) menyatakan bahwa individu yang bekerja dibidang pelayanan akan lebih beresiko mengalami stres kerja karena banyak membutuhkan interaksi dengan masyarakat seperti tenaga kesehatan, tenaga pengajar, tenaga pelayanan konseling, dan polisi.

Berdasarkan data presensi yang diperoleh dari koordinator Sumber Daya Manusia di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru, terjadi peningkatan jumlah absensi pada tenaga kesehatan dari tahun 2020 sampai 2021, hal ini disebabkan karena semakin meningkatnya jumlah pasien selama masa pandemi, sehingga tenaga kesehatan dituntut untuk bekerja lebih lama dari jam kerja yang semestinya. Keadaan ini memicu kelelahan dan menjadi salah satu pemicu munculnya stres kerja pada tenaga kesehatan yang ditandai dengan sakit kepala yang terjadi secara berulang, kecemasan yang berlebihan yang mengakibatkan emosi tidak stabil seperti mudah marah, ketegangan saat bekerja dan mengalami gangguan tidur.

Gejala stres kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan ini sesuai dengan teori Robbins (2006) yang menyatakan bahwa gejala stres kerja yang terjadi ditandai dengan munculnya aspek fisiologis seperti mengalami perubahan metabolisme tubuh, sakit kepala dan dapat menyebabkan serangan jantung; aspek psikologis seperti merasakan ketegangan, kecemasan, emosi yang tidak stabil dan merasa bosan; aspek perilaku seperti mengalami penurunan atau peningkatan pada pola makan, berbicara lebih cepat, serta mengalami gangguan tidur. Gejala-gejala stres kerja ini akan membuat tenaga kesehatan menjadi sulit untuk fokus saat bekerja.

Tuntutan dan tantangan kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan berasal dari lingkungan seperti ketidakjelasan ekonomi, ketidakjelasan politik, dan ketidakjelasan teknologi; organisasi seperti beban kerja yang *overload*, tuntutan menyelesaikan tugas, tuntutan pada peran, desain struktur organisasi dan gaya kepemimpinan di tempat kerja; bersumber dari individu seperti kondisi keluarga, kondisi ekonomi, kepribadian dan kesejahteraan psikologis.

Cooper (dalam Rivai, 2009)) dan Robbins (2006) menyatakan bahwa salah satu penyebab individu merasakan stres kerja adalah karena beban kerja yang dirasakan ditempat kerja.

Hurrel (dalam Munandar,2008) menyebutkan bahwa tuntutan tugas yang berlebihan dapat menjadi sumber individu mengalami stress kerja. Banyaknya tuntutan kerja yang harus dilakukan akan membuat pekerja merasakan tekanan saat bekerja. Stres kerja akan muncul apabila pekerja merasa tidak mampu menjalankan tugas yang telah diterimanya. Tuntutan tugas yang menyebabkan stres kerja ini mencakup beban kerja, kerja malam dan penghayatan dari resiko dan bahaya. Ilyas (dalam Andrianti,2019) juga menyatakan tugas yang tidak sebanding dengan kemampuan yang dimiliki oleh pekerja baik secara fisik maupun keahlian dan waktu yang tersedia maka akan menjadi sumber stres.

Menurut Munandar (2001) beban kerja adalah suatu peristiwa yang muncul saat kemampuan yang dimiliki oleh pekerja tidak sesuai dengan pekerjaan yang akan dilakukan, sehingga pekerja merasa tidak mampu dan menjadi tertekan. Andrianti (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa adanya hubungan beban kerja dengan stres kerja. Gibson (2005) menyatakan bahwa individu yang memiliki beban kerja yang terlalu banyak akan mengalami kelelahan baik secara fisik maupun psikologis yang kemudian akan menjadi penyebab munculnya stres.

Salah satu faktor yang menyebabkan tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru merasakan beban kerja adalah terjadinya peningkatan jumlah pasien. Berdasarkan data yang didapatkan dari Rekam Medis Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru diketahui bahwa penambahan jumlah pasien terjadi dari tahun 2020 dengan jumlah pasien rawat inap berkisar 600 pasien, dan rawat jalan berkisar 1000 pasien. Sedangkan ditahun 2021 jumlah pasien rawat inap mengalami peningkatan hingga 2000 pasien dan rawat jalan 5000 pasien. Hal ini membuat tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru mengalami beban kerja berlebih atau *overload*. Beban kerja yang terlalu banyak ini akan memicu munculnya stres kerja pada tenaga kesehatan, sehingga tenaga kesehatan mengalami gejala gejala fisiologis, psikologis, dan perilaku.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru di masa pandemi.

Metode

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasional dalam bentuk *numerical* yang diolah menggunakan metode statistika. Penelitian ini terdiri dari dua variabel yaitu beban kerja (variabel X) dan stres kerja (variabel Y). Metode pengambilan data menggunakan *skala likert*. Skala ini berisi deretan pernyataan yang akan dipilih oleh subjek penelitian. Pada skala stres kerja terdiri dari 30 aitem, sedangkan pada skala beban kerja terdiri dari 19 aitem. Skala ini didesain untuk mengetahui sejauh mana subjek sesuai atau tidak sesuai dengan pernyataan yang ada.

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan Teknik *nonprobability sampling*, yaitu dengan teknik sampling jenuh. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 65 orang terdiri dari dokter umum, perawat, bidan, farmasi, laboratorium, rekam medis dan ahli gizi. Pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data korelasi *person product moment* untuk melihat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja.

Hasil

Subjek Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh gambaran subjek berdasarkan bagian atau jabatan yang dijelaskan melalui tabel berikut ini:

Tabel 1. Gambaran Subjek

No.	Profesi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dokter Umum	4	6,2
2	Perawat	34	53,8
3	Bidan	9	13,8
4	Farmasi	6	9,2
5	Laboratorium	5	7,7
6	Rekam Medis	5	7,7
7	Ahli Gizi	1	1,5

Sumber: Rekam Medis

Uji Asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk melihat apakah data yang akan dianalisis memenuhi syarat uji asumsi. Adapun uji tersebut terdiri dari uji normalitas, uji linearitas, dan uji hipotesis.

a. Uji Normalitas

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan SPSS 23.0 *for windows*, diperoleh rasio *skewness* dan rasio *kurtosis* untuk variabel stres kerja adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Nilai *Skewness* dan *Kurtosis*

Variabel	Ratio <i>Skewness</i>	Ratio <i>Kurtosis</i>
Stres Kerja	1,03367	0,60238
Beban Kerja	1,86195	0,37713

Sumber: Hasil analisis SPSS

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebaran data dalam penelitian ini terdistribusi normal karena memiliki nilai *rasio skewness* dan rasio *kurtosis* berada dalam rentang -2 sampai dengan +2.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji F, data akan dikatakan linear jika nilai signifikansinya lebih kecil dari 0,01 ($p < 0,01$).

Tabel .3 Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Linearity (Sig)	Keterangan
Stres Kerja & Beban Kerja	14,737	0,000	Linear

Sumber: Hasil analisis SPSS

Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai f sebesar 14,737 dengan taraf signifikansinya sebesar 0,000 ($p < 0,01$), yang artinya variabel beban kerja dan stres kerja memiliki hubungan yang linear.

c. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui tingkat signifikansi hubungan antara variabel beban kerja dengan stres kerja menggunakan teknik korelasi *pearson product moment*. Berikut hasil uji hipotesis dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 2. Nilai *Skewness* dan *Kurtosis*

Variabel	<i>Pearson Correlation (r)</i>	<i>Sig (p)</i>
Beban Kerja & Stres Kerja	0,434	0,000

Sumber: Hasil analisis SPSS

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi *pearson product moment* didapatkan hasil beban kerja dengan stres kerja yakni nilai korelasi sebesar 0.434 nilai Sig sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya hubungan beban kerja dengan stres kerja pada tenaga Kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru di masa pandemi.

Pembahasan

Penelitian ini membahas tentang hubungan antara beban kerja dengan stres kerja di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru. Diketahui bahwa beban kerja menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya stres kerja pada tenaga kesehatan. Beban kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru disebabkan karena bertambahnya jumlah pasien, waktu kerja yang sedikit dan ketakutan menghadapi Covid-19, sehingga menyebabkan tenaga kesehatan mengalami tekanan psikologis yang ditandai

dengan, menurunnya nafsu makan, lajunya detak jantung, mengalami gangguan tidur dan sulit fokus karena kelelahan.

Pada penelitian ini diperoleh hasil uji hipotesis yang menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru dengan nilai koefisien $r = 0,434$ dan signifikansinya $0,000 (<0,01)$ juga menunjukkan adanya hubungan searah, yang artinya semakin tinggi beban kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan maka akan semakin tinggi stres kerja yang dialami oleh tenaga kesehatan. Sebaliknya semakin rendah beban kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan maka semakin rendah juga stres kerja pada tenaga Kesehatan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima yaitu adanya hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Andrianti (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan, semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi juga tingkat stres kerja. Senada dengan penelitian Andinny (2019) yaitu ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja yang dialami oleh perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon dengan nilai $p = 0,004$. Haryanti (2013) juga melakukan penelitian tentang hubungan antara beban kerja dengan stres kerja perawat di instalasi gawat darurat RSUD Kabupaten Semarang yang menemukan bahwa adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di RSUD Kabupaten Semarang.

Hasil analisis stres kerja pada tenaga Kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru berada pada kategori sedang. Dari 65 responden diketahui ada 8 orang (12,3%) mengalami stres kerndag rendah, 55 orang (84,6%) yang memiliki tingkat stres kerja sedang, 2 orang (3,1%) mengalami tingkat stres kerja tinggi. Artinya banyak tenaga kesehatan yang cukup Tangguh untuk menghadapi tugas dan memnuhi tuntutan yang diberikan. Namun Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru juga harus memberikan perhatian dan memnuhi kebutuhan kerja tenaga kesehatan agar tingkat stres kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan menjadi lebih rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haryanti (2013) yang menunjukkan bahwa tingkat stres kerja sedang dapat terjadi dikarenakan perawat menghindari masalah, berfikir terhadap hal-hal kecil, merasa kehilangan konsentrasi, merasa tidak cocok dengan pekerjaan yang dilakukan, dan merasa tidak cukup waktu untuk menyelesaikan pekerjaan. Bertambahnya pekerjaan disaat pandemi yang disebabkan karena bertambahnya jumlah pasien membuat tenaga kesehatan tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan pekerjaannya sehingga membuat dirinya mengalami stres kerja. Selye (dalam suliswati, 2005) menyatakan bahwa stres kerja terjadi apabila individu menilai situasi yang ada pada dirinya adalah situasi yang mengancam. Hal ini yang menyebabkan seseorang mengalami tekanan saat bekerja.

Stres kerja dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu faktor lingkungan seperti ketidakpastian ekonommi, politik dan teknologi; faktor organisasi seperti beban kerja, tuntutan peran, tuntutan tugas; dan faktor individu seperti keluarga, ekonomi, kepribadian dan kesejahteraan psikologis (Robbins, 2006). Dalam penelitan ini faktor yang paling mempengaruhi stres kerja adalah beban kerja. Beban kerja yang terlalu banyak atau kurang adalah peristiwa yang muncul saat kemampuan yang dimiliki oleh pekerja tidak sesuai dengan

pekerjaan yang akan dilakukan, sehingga pekerja merasa tidak mampu dan tertekan dalam menjalankan tugasnya, berikut adalah definisi dari beban kerja menurut Munandar (2001).

Berdasarkan hasil analisis data untuk beban kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru memiliki kategori sedang, dari 65 responden terdapat 8 orang (12,3%) berada pada kategori rendah, 56 orang (86,2%) berada pada kategori sedang dan 1 orang (1,5%) memiliki kategori tinggi. Artinya tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru berusaha untuk memenuhi dan menerima tuntutan pekerjaan yang diberikan dengan cukup baik.

Beban Kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru disebabkan karena bertambahnya tugas yang terjadi setelah peningkatan jumlah pasien selama pandemi Covid-19 berlangsung. Berdasarkan data yang didapatkan dari rekam medis Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru pertambahan yang sangat signifikan terjadi dari tahun 2020 dengan jumlah pasien rawat inap berkisar 600 pasien dan rawat jalan berkisar 1000 pasien, sedangkan pada tahun 2021 jumlah pasien rawat inap mengalami peningkatan hingga 2000 pasien dan rawat jalan 5000 pasien. Hal ini yang menjadi salah satu faktor penyebab memunculnya stres kerja pada tenaga kesehatan.

Jika dilihat dari hasil kategorisasi stres kerja dan beban kerja keduanya berada pada kategori sedang, artinya tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja sedang juga memiliki stres kerja yang sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru merasakan stres kerja dan juga beban kerja yang harus dikurangi agar tenaga kesehatan dapat bekerja dengan lebih baik lagi.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang hubungan beban kerja dan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru. Hal ini dapat dibuktikan berdasarkan analisis uji hipotesis dengan menggunakan teknik korelasi *pearson product moment* diperoleh koefisien korelasi sebesar $r = 0,434$ serta signifikan (p) 0,000, maka $p < 0,01$. Dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima yaitu adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja. Artinya semakin tinggi beban kerja yang dirasakan oleh tenaga kesehatan akan menyebabkan stres kerjanya juga semakin tinggi.

Beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru, tingkat beban kerja dan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Lancang Kuning Pekanbaru ini berada pada kategori sedang.

Referensi

- Andrianti, Septi, Ikhsan, Nurlaili, & Sardaniah. (2019). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Reflesia Kota Bengkulu. *Jurnal Keperawatan*. 2(2). 7-13.
- Gibson, Ivanevich Donelly. (2009). *Organisasi*. Jakarta: Erlangga

- Haryanti, Faridah Aini, & Puji Purwaningsih. (2013). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Semarang. *Jurnal Management Keperawatan: 1(1)*, 48-56.
- Munandar, Ashar Sunyot0. (2001). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia (UI Press).
- Robbins, Stephen. (2006). *Perilaku Organisasi (Edisi kesepuluh)*. Jakarta : PT Indeks Kelompok Gramedia.
- Suliswati, Ester, Monika, dkk. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Titasari, Nimas Arum & Tiara Fani. (2021). Dampak Psikologis Pandemi Covid-19 pada Petugas Rekam Medis. *Prosiding Diskusi Ilmiah*.
- Veithzal, Rivai & Sagala, Ella Jauvani. (2009). *Manajemen Sumber Daya Manusia untuk Perusahaan*. Edisi Kedua. Jakarta: Raja Grafindo Persada.