

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perawat merupakan tenaga kesehatan yang memiliki peran penting dalam pelayanan kesehatan di rumah sakit. Perawat melakukan tugas dan tanggung jawab yang kompleks, mulai dari pemberian asuhan keperawatan langsung kepada pasien hingga tugas administratif yang harus diselesaikan. Peran ganda ini menyebabkan perawat rentan mengalami beban kerja yang tinggi. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2023), rasio perawat terhadap jumlah penduduk di Indonesia masih belum ideal, yaitu 1:315, sedangkan standar WHO adalah 1:200, hal ini menunjukkan bahwa jumlah perawat di Indonesia masih kurang dibandingkan dengan kebutuhan pelayanan kesehatan. Beban kerja perawat yang tinggi ditandai dengan jumlah pasien yang banyak, kompleksitas penyakit pasien, dan jam kerja yang panjang. Menurut Nurjanah (2022), beban kerja perawat di Indonesia tergolong tinggi dengan rata-rata satu perawat harus menangani 10-15 pasien dalam satu shift, sedangkan standar ideal adalah 1:5 untuk perawatan umum dan 1:1 atau 1:2 untuk perawatan intensif. Kondisi ini berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan bagi perawat, salah satunya adalah stres.

Stres kerja pada perawat adalah masalah serius yang dapat mempengaruhi kualitas pelayanan kesehatan. Menurut Wijaya et al. (2023) menunjukkan bahwa 65,7% perawat di Indonesia mengalami stres kerja tingkat sedang hingga berat. Stres kerja yang tidak ditangani dengan baik dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti penurunan motivasi kerja, kelelahan fisik dan mental, bahkan

burnout. Widodo & Wulandari (2022) menyatakan bahwa stres kerja pada perawat berkorelasi dengan tingginya angka turnover, dengan persentase mencapai 15-20% per tahun di beberapa rumah sakit di Indonesia. Puskesmas Medan Tuntungan menghadapi tantangan serupa dalam pengelolaan sumber daya manusia kesehatan, khususnya tenaga perawat. Berdasarkan data dari Bagian Kepegawaian Puskesmas Medan Tuntungan (2024), terdapat lebih dari 30 perawat yang bekerja di berbagai unit pelayanan. Peningkatan jumlah kunjungan pasien sebesar 12% pada tahun 2024 dibandingkan tahun sebelumnya tanpa diimbangi penambahan tenaga perawat yang signifikan berpotensi meningkatkan beban kerja perawat. Sejalan dengan penelitian Sari & Hidayat (2023) yang dilakukan di RSUD Dr. Zainoel Abidin Banda Aceh, terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan kejadian stres pada perawat dengan nilai $p=0,003$ ($p<0,05$). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja perawat, semakin tinggi pula risiko mengalami stres kerja. Demikian pula menurut Harahap & Nasution (2023) di RS Haji Medan yang menemukan korelasi positif antara beban kerja berlebih dengan tingkat stres perawat ($r=0,78$). Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara tidak terstruktur dengan 15 perawat di Puskesmas Medan Tuntungan pada Maret 2025, 9 dari 15 perawat (73,3%) mengeluhkan beban kerja yang tinggi dan 9 perawat (60%) menunjukkan gejala stres seperti mudah lelah, sulit tidur, dan mudah tersinggung. Belum adanya penelitian komprehensif mengenai hubungan beban kerja dengan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan menjadikan penelitian ini penting untuk dilakukan.

Manajemen stres yang efektif memerlukan pemahaman mendalam tentang faktor-faktor penyebab stres, khususnya beban kerja. Menurut Damanik & Sitorus (2024) menyatakan bahwa identifikasi beban kerja yang akurat dan intervensi yang tepat dapat menurunkan tingkat stres kerja perawat hingga 40%. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai hubungan antara beban kerja dan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan, sehingga dapat menjadi dasar untuk pengembangan strategi manajemen stres dan optimalisasi beban kerja perawat. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Beban Kerja dan Kejadian Stres Pada Perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara beban kerja, shift kerja dan lama kerja dengan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dengan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik perawat (usia, jenis kelamin) di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.

2. Mengidentifikasi beban kerja perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.
3. Mengidentifikasi kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.
4. Menganalisis hubungan antara beban kerja dengan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.
5. Menganalisis hubungan antara shift kerja dengan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.
6. Menganalisis hubungan antara lama kerja dengan kejadian stres pada perawat di Puskesmas Medan Tuntungan Tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

Bagi Responden hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman kepada perawat mengenai hubungan beban kerja dengan kejadian stres, sehingga perawat dapat lebih mengenali gejala stres kerja dan mengembangkan strategi koping yang efektif dalam menghadapi beban kerja. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan kesadaran perawat akan pentingnya menjaga kesehatan mental dan mencari bantuan profesional bila diperlukan.

Bagi Akademik penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi bagi dunia pendidikan keperawatan, khususnya dalam pengembangan ilmu manajemen keperawatan dan kesehatan kerja. Penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya terkait beban kerja dan stres

pada perawat dengan variabel atau metode yang berbeda, sehingga dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan.

Bagi Puskesmas penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan bahan pertimbangan bagi pihak manajemen Puskesmas Medan Tuntungan dalam mengambil kebijakan terkait pengelolaan beban kerja perawat dan program pencegahan stres kerja. Beberapa masukan yang dapat diberikan antara lain:

1. Evaluasi dan perbaikan sistem pembagian beban kerja perawat berdasarkan tingkat keparahan dan jumlah pasien.
2. Pengembangan program manajemen stres bagi perawat, seperti konseling psikologis, pelatihan relaksasi, dan kegiatan rekreasi bersama.
3. Peningkatan sistem rotasi dan pengaturan jadwal kerja perawat untuk mencegah kelelahan fisik dan mental.
4. Penambahan tenaga perawat sesuai dengan analisis beban kerja untuk mencapai rasio ideal antara perawat dengan pasien.
5. Pengembangan sistem penghargaan (reward) dan pengakuan atas prestasi kerja perawat untuk meningkatkan motivasi dan mengurangi tekanan psikologis.