

Literatur Review : Faktor Dominansi Terhadap Terjadinya Stress Kerja Pada Perawat Rumah Sakit.

¹Ibnul Aljauzi Amri, ²Zainuddin, ³Musyahidah

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan, Universitas Pejuang Republik Indonesia

ARTICLE INFO

Article history :

Received 8 Januari 2025

Received in revised form 12 Feb 2025

Accepted 13 Februari 2025

Keywords :

Work Stress

Nurses

Workload

Occupational Health

Kata Kunci :

Stress Kerja

Perawat

Beban Kerja

Kesehatan Kerja

Correspondence : Ibnul Aljauzi Amri

Email : Ibnulaljauzi.skm.mm@gmail.com

ABSTRACT

A hospital is a healthcare institution that plays a crucial role in providing comprehensive health services to individuals. The Occupational Health and Safety Management System (OHSMS), also known as OHS, is defined as all activities aimed at ensuring and protecting the safety and health of workers. Nurses are healthcare professionals who possess the competencies required to provide nursing care to individuals, families, and communities.

The type of research used in this study is a literature review, which is a research method aimed at collecting, analyzing, and synthesizing information from various relevant sources to gain a deeper understanding of the topic being studied.

From the analysis of all journals based on the substantial issue of work-related stress among nurses, the findings reveal that there are several factors that serve as the primary causes of stress among hospital nurses.

Among all the articles reviewed regarding the dominant aspects contributing to stress among hospital nurses, it is evident that the most significant factor causing stress is workload.

Hospitals need to implement effective workload management strategies, such as fair work scheduling, enhancing professional training, and providing psychological and emotional support to nurses. These measures not only ensure the well-being of nurses but also help improve the quality of care provided to patients.

ABSTRAK

Rumah sakit merupakan sebuah institusi pelayanan kesehatan yang berperan dalam menyediakan layanan kesehatan secara menyeluruh bagi individu. Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (SMK3), K3 didefinisikan sebagai seluruh kegiatan yang bertujuan untuk menjamin dan melindungi keselamatan serta kesehatan tenaga kerja. Perawat merupakan tenaga profesional di bidang kesehatan yang memiliki kompetensi dalam memberikan asuhan keperawatan kepada individu, keluarga, dan komunitas.

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah **literature review** atau tinjauan literatur, yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis informasi dari berbagai sumber literatur yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai topik yang dikaji.

Dari seluruh jurnal yang telah dianalisis berdasarkan pada masalah substansial, yaitu stres kerja pada perawat, menunjukkan hasil bahwa terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab utama stres di kalangan perawat rumah sakit.

Dari seluruh artikel yang telah didalami terkait dengan aspek yang sangat mendominasi terhadap terjadinya stress pada perawat rumah sakit. Dari seluruh artikel tersebut, menjelaskan bahwa faktor yang paling mempengaruhi perawat rumah sakit mengalami stress adalah Beban kerja.

Rumah sakit perlu menerapkan manajemen beban kerja yang efektif, seperti pengaturan jadwal kerja yang adil, peningkatan pelatihan profesional, serta pemberian dukungan psikologis dan emosional kepada para perawat. Dengan langkah-langkah ini, tidak hanya kesejahteraan perawat yang dapat terjaga, tetapi juga kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien dapat terus ditingkatkan.

PENDAHULUAN

Menurut Undang-Undang Pokok Kesehatan Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 1960, Bab I Pasal II, Kesehatan kerja didefinisikan sebagai suatu kondisi kesehatan yang bertujuan untuk memastikan bahwa setiap pekerja dapat mencapai derajat kesehatan setinggi-tingginya. Hal ini mencakup kesehatan jasmani, rohani, dan sosial melalui berbagai upaya pencegahan serta pengobatan terhadap penyakit atau gangguan kesehatan yang dapat timbul akibat pekerjaan, lingkungan kerja, maupun penyakit umum.[1]

Dalam Peraturan Pemerintah (PP) Republik Indonesia Nomor 50 Tahun 2012 tentang Penerapan Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (SMK3), K3 didefinisikan sebagai seluruh kegiatan yang bertujuan untuk menjamin dan melindungi keselamatan serta kesehatan tenaga kerja. Hal ini dilakukan melalui berbagai upaya pencegahan terhadap kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.

Rumah sakit merupakan sebuah institusi pelayanan kesehatan yang berperan dalam menyediakan layanan kesehatan secara menyeluruh bagi individu. Fasilitas yang tersedia mencakup pelayanan rawat inap bagi pasien yang memerlukan perawatan intensif, layanan rawat jalan untuk pemeriksaan dan pengobatan tanpa harus menginap, serta unit gawat darurat yang siap menangani kondisi medis darurat dengan cepat dan tepat. Sebagai lembaga yang mendukung upaya pemeliharaan dan pemulihan kesehatan, rumah sakit juga berfungsi sebagai pusat edukasi, penelitian, serta pengembangan ilmu kedokteran dan teknologi kesehatan.[2]

Perawat merupakan tenaga profesional di bidang kesehatan yang memiliki kompetensi dalam memberikan asuhan keperawatan kepada individu, keluarga, dan komunitas. Mereka telah menyelesaikan pendidikan tinggi keperawatan, baik di dalam maupun luar negeri, serta mendapatkan pengakuan dari pemerintah sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku.[3]

Beban kerja adalah jumlah target pekerjaan atau hasil yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu.[4] Beban kerja perawat dipengaruhi oleh berbagai faktor, yang terbagi menjadi faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi usia, jenis kelamin, ukuran tubuh, dan kondisi kesehatan. Sementara itu, faktor eksternal mencakup aspek fisik, mental, dan sosial. Beban kerja fisik dapat terjadi akibat ketidakseimbangan antara jumlah perawat dan pasien, serta tambahan tugas yang diberikan. Beban kerja mental timbul dari perbedaan aktivitas pada setiap shift, sedangkan beban kerja sosial dapat berupa konflik dengan rekan kerja dalam satu ruangan atau perubahan jadwal dinas.[5]

Stres kerja merupakan kondisi tekanan yang muncul akibat tuntutan pekerjaan yang melebihi kapasitas individu dalam mengatasinya. Ketidakseimbangan antara beban kerja dan kemampuan seseorang dapat memicu berbagai dampak, baik secara fisiologis, psikologis, maupun perilaku.[6]

Dari data yang diperoleh mengenai tingkat stres kerja di kalangan perawat unit rawat inap di RSUD Sekarwangi, terlihat bahwa mayoritas perawat mengalami stres kerja yang tinggi. Dari total 67 perawat yang diteliti, sebanyak 52 perawat (77,61%) mengalami tingkat stres kerja yang tinggi, sementara hanya 15 perawat (22,39%) yang memiliki stres kerja dalam kategori rendah.[7]

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Shen et al. (2020) mengenai stres psikologis pada perawat yang bekerja di Unit Perawatan Intensif (ICU) di rumah sakit kota Wuhan, Tiongkok, ditemukan bahwa dari 102 perawat yang diteliti, sebanyak 55% mengalami gangguan stres berupa sakit kepala, 26% mengalami gangguan pola makan, dan 10% mengalami jantung berdebar.[8]

Penelitian yang dilakukan dengan mendalami 15 jurnal internasional dan nasional, dijelaskan bahwa faktor yang lebih dominan menyebabkan stress adalah beban kerja yang ada pada perawat.[9] Beban kerja perawat yang berpotensi memicu stres kerja perlu mendapat perhatian lebih dari pihak manajemen rumah sakit. Tinjauan mendalam terhadap faktor-faktor penyebabnya sangat penting untuk memastikan kesejahteraan perawat dan menjaga kualitas pelayanan kesehatan. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Persatuan [Persatuan perawat indonesia](#), diketahui bahwa sekitar 50,9% perawat di Indonesia mengalami stres akibat beban kerja yang tinggi.

[10]

Penanganan terhadap dampak buruk stress kerja perlu segera untuk dilakukan, dikarenakan perawat memiliki peranan yang sangat krusial dalam memberikan pelayanan terhadap pasien. Stress kerja yang disebabkan oleh beban kerja pada perawat menjadi penyebab yang lebih dominan, sehingga fokus permasalahan saat ini terletak pada beban kerja perawat. Tujuan dari penelitian ini, untuk memberikan gambaran mengenai penanganan stress kerja melalui pendekatan pengelolaan beban kerja pada perawat. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan jawaban atau memberikan solusi terhadap pengelolaan beban kerja, sehingga jika hal tersebut dilakukan dengan baik maka tingkat stress kerja pada perawat akan bisa diminimalisir secara signifikan.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah literature review atau tinjauan literatur, yaitu metode penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis informasi dari berbagai sumber literatur yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai topik yang dikaji.

Penentuan literatur yang akan digunakan dalam penelitian, ditentukan berdasarkan artikel ilmiah yang telah terpublikasi dan memiliki relevansi terkait dengan stress kerja yang disebabkan oleh beban kerja.

Hasil penelusuran dengan menuliskan kata kunci Stress kerja dan beban kerja perawat Rumah Sakit pada google scholar, maka didapatkan sekitar 28.000 artikel, namun setelah di lebih detail mengenai kriteria relevansi pada artikel artikel tersebut, maka dapat dari hasil tersebut ditetapkanlah artikel yang memiliki relevansi paling akurat sejumlah 10 artikel ilmiah terpublikasi

HASIL

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh *RA Fadilla*, menjelaskan bahwa Sebagian besar perawat di Rumah Sakit Khusus Mata Provinsi Sumatera Selatan mengalami beban kerja pada kategori sedang, yaitu sebanyak 27 orang (42,9%). Selain itu, mayoritas perawat juga memiliki tingkat stres kerja pada kategori sedang, sebanyak 26 orang (41,3%). Berdasarkan hasil uji chi-square, diperoleh nilai p-value sebesar 0,001, yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan tingkat stres kerja perawat di rumah sakit tersebut.[11]

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh *Astrid Pratiwi Rufaedah Amir,dkk*, menjelaskan bahwa Tugas perawat dalam mengawasi dan memantau kondisi kesehatan pasien, ditambah dengan jumlah pasien yang banyak di bagian tertentu rumah sakit, menuntut kesiapan perawat untuk bekerja di berbagai unit dengan beban kerja yang terus meningkat, yang pada akhirnya dapat memicu stres kerja.[12]

Penelitian yang dilakukan oleh *Mustakim,dkk*, menerangkan, terdapat Sebanyak 39,3% responden mengalami stres kerja dalam kategori berat. Berdasarkan analisis bivariat, ditemukan hubungan yang signifikan antara usia ($P=0,036$), status pernikahan ($P=0,017$), lingkungan fisik ($P=0,023$), dan dukungan sosial ($P=0,004$) dengan kejadian stres kerja. Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin ($P=0,132$), masa kerja ($P=0,458$), konflik interpersonal ($P=0,631$), beban kerja ($P=0,968$), shift kerja ($P=0,072$), serta aktivitas di luar pekerjaan ($P=0,068$) terhadap stres kerja.[13]

Hasil penelitian yang dilakukan oleh *Nadia,dkk*, menerangkan Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa mayoritas perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia mengalami tingkat stres kerja yang tinggi (53,8%). Kondisi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar perawat menunjukkan gejala psikologis, seperti kehilangan minat dan kesenangan dalam menjalankan tugasnya, merasa bosan, serta jenuh akibat pekerjaan yang dilakukan secara berulang. Hal ini sering kali menyebabkan perawat menjadi lambat dalam menyelesaikan pekerjaannya.[14]

Stress kerja pada perawat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kondisi lingkungan kerja, konflik peran, konflik antarindividu, ketidakpastian dalam pekerjaan, tuntutan kerja yang berlebihan, beban kerja tinggi, tanggung jawab yang berat, dan tekanan mental. Selain itu, kurangnya dukungan sosial dari atasan, kolega, maupun keluarga turut meningkatkan risiko terjadinya stres kerja.[15]

Zhafarina Nastiti Jundillah,dkk, dalam penelitian yang berjudul *Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja pada Perawat*, menjelaskan bahwa stres kerja pada perawat dipengaruhi oleh beban kerja yang tinggi dan minimnya dukungan dari lingkungan kerja.[16]

Dalam penelitiannya *Patricia,dkk*, dengan judul *Faktor Penyebab Stres Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa*, diketahui bahwa stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling terkait, seperti beban kerja yang tinggi, tuntutan emosional, hubungan kerja yang kurang harmonis, minimnya dukungan sosial, serta lingkungan kerja yang kurang kondusif.[17]

Penelitian yang telah dilaksanakan oleh *Ridwanto*, menerangkan mengenai Hasil analisis data, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja pada perawat di Ruang Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Immanuel Bandung (p -value 0,002 atau p -value < nilai α), dengan koefisien korelasi sebesar 0,536 yang menunjukkan hubungan dengan tingkat keceratan sedang dan arah hubungan yang positif.[18]

Pada penelitian yang telah dilakukan oleh *Ratu Nur Aisyah*, menerangkan bahwa, terdapat korelasi antara tingginya beban kerja dengan tingkat stres yang dialami oleh perawat, di mana semakin tinggi beban kerja, semakin tinggi pula level stres yang dirasakan oleh perawat.[19]

Dalam penelitiannya, *Hartati,dk*, menjelaskan bahwa Terdapat pengaruh beban kerja, lingkungan kerja, pengembangan karir, serta konflik peran ganda terhadap tingkat stres kerja perawat di RSUD Rantauprapat, Kabupaten Labuhanbatu.[20]

Dari seluruh jurnal yang telah dianalisis berdasarkan pada masalah substansial, yaitu stres kerja pada perawat, menunjukkan hasil bahwa terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab utama stres di kalangan perawat rumah sakit. Faktor-faktor tersebut mencakup beban kerja yang tinggi, jam kerja yang panjang, tekanan dari tuntutan profesionalisme, serta lingkungan kerja yang sering kali penuh tekanan. Selain itu, interaksi dengan pasien dan keluarga pasien yang emosional, kurangnya dukungan dari rekan kerja atau atasan, dan kurangnya sumber daya untuk menyelesaikan pekerjaan juga menjadi pemicu utama stres

PEMBAHASAN

Dari seluruh artikel yang telah didalami terkait dengan aspek yang sangat mendominasi terhadap terjadinya stress pada perawat rumah sakit. Dari seluruh artikel tersebut, menjelaskan bahwa faktor yang paling mempengaruhi perawat rumah sakit mengalami stress adalah Beban kerja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat di Rumah Sakit Khusus Mata Provinsi Sumatera Selatan mengalami beban kerja pada kategori sedang, yaitu sebanyak 42,9%. Selain itu, tingkat stres kerja yang dialami mayoritas perawat juga berada pada kategori sedang, yaitu sebesar 41,3%. Kondisi ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa beban kerja yang dialami perawat memiliki pengaruh terhadap tingkat stres kerja mereka. Beban kerja yang tidak terkelola dengan baik berpotensi menjadi salah satu faktor utama yang memicu stres kerja pada perawat. [11]

Tugas perawat dalam mengawasi dan memantau kondisi kesehatan pasien memerlukan tingkat tanggung jawab yang tinggi, terutama ketika jumlah pasien yang harus diawasi di beberapa unit rumah sakit sangat banyak. Situasi ini membuat perawat harus selalu siap bekerja di berbagai unit dengan tingkat kompleksitas pekerjaan yang bervariasi. Beban kerja yang terus meningkat, baik secara fisik maupun mental, menjadi tantangan besar bagi perawat dalam menjalankan tugasnya secara optimal.

Kondisi ini dapat memicu stres kerja karena perawat harus menghadapi tekanan waktu, tanggung jawab besar, dan kebutuhan untuk selalu memberikan pelayanan yang terbaik bagi pasien. Beban kerja yang berlebihan tanpa adanya dukungan atau pengelolaan yang baik dapat menyebabkan kelelahan, menurunnya kualitas pekerjaan, serta risiko gangguan kesehatan mental pada perawat. [12]

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 39,3% responden mengalami stres kerja dalam kategori berat, yang menggambarkan tingkat stres yang cukup mengkhawatirkan di kalangan pekerja. Analisis bivariat mengidentifikasi beberapa faktor yang memiliki hubungan signifikan dengan kejadian stres kerja. Faktor-faktor tersebut meliputi usia, status pernikahan, lingkungan fisik, dan dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa

kelompok usia tertentu, status pernikahan, kualitas lingkungan kerja, serta tingkat dukungan sosial yang diterima oleh responden berperan penting dalam memengaruhi tingkat stres kerja mereka.

Sebaliknya, penelitian ini juga menemukan bahwa beberapa faktor lainnya, seperti jenis kelamin, masa kerja, konflik interpersonal, beban kerja, shift kerja, dan aktivitas di luar pekerjaan, tidak memiliki hubungan signifikan dengan stres kerja. Dengan kata lain, meskipun faktor-faktor ini sering dianggap relevan dalam memengaruhi stres kerja, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruhnya terhadap tingkat stres kerja tidak cukup kuat dalam konteks responden yang diteliti.

Temuan ini menekankan pentingnya intervensi yang difokuskan pada faktor-faktor signifikan, seperti perbaikan lingkungan fisik kerja, peningkatan dukungan sosial baik dari rekan kerja maupun keluarga, serta perhatian pada kebutuhan pekerja berdasarkan usia dan status pernikahan mereka. Pendekatan yang lebih personal dan terarah ini dapat membantu mengurangi risiko stres kerja berat di tempat kerja. Selain itu, hasil ini juga menunjukkan perlunya evaluasi lebih lanjut terhadap faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi stres kerja, meskipun dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang signifikan. [13]

Stres kerja pada perawat dipengaruhi oleh beragam faktor, termasuk kondisi lingkungan kerja, konflik peran, konflik antarindividu, ketidakpastian dalam tugas, tuntutan kerja yang berlebihan, tingginya beban kerja, beratnya tanggung jawab, serta tekanan mental. Di samping itu, minimnya dukungan sosial dari atasan, rekan kerja, maupun keluarga juga memperbesar risiko terjadinya stres kerja. [15]

Stres kerja pada perawat merupakan salah satu isu penting dalam dunia kesehatan, yang dapat memengaruhi kualitas pelayanan yang diberikan serta kesejahteraan perawat itu sendiri. Faktor-faktor yang memengaruhi stres kerja pada perawat sangat beragam, mencakup kondisi lingkungan kerja, konflik peran, konflik antarindividu, ketidakpastian dalam pekerjaan, tuntutan kerja yang berlebihan, beban kerja yang tinggi, tanggung jawab yang berat, dan tekanan mental. Faktor-faktor ini sering kali berinteraksi dan memperburuk kondisi kerja perawat, yang pada akhirnya dapat meningkatkan risiko stres kerja.

Salah satu faktor utama penyebab stres kerja adalah beban kerja yang tinggi. Perawat sering kali dihadapkan pada jumlah pasien yang melebihi kapasitas ideal, tuntutan untuk memberikan pelayanan yang cepat dan akurat, serta kebutuhan untuk menangani situasi darurat yang tidak terduga. Selain itu, tanggung jawab yang berat, seperti memastikan keselamatan pasien dan memberikan dukungan emosional kepada pasien dan keluarganya, juga menjadi sumber tekanan yang signifikan. Hal ini diperparah oleh minimnya dukungan dari lingkungan kerja, baik dari atasan maupun rekan kerja, yang dapat membuat perawat merasa terisolasi dan kurang dihargai.

Kurangnya dukungan sosial juga merupakan faktor yang tidak dapat diabaikan. Dukungan sosial dari atasan, kolega, maupun keluarga sangat penting dalam membantu perawat mengelola stres. Ketika dukungan ini minim atau bahkan tidak ada, perawat cenderung mengalami tekanan yang lebih besar. Hal ini dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan dalam pekerjaan sehari-hari. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perawat yang merasa didukung oleh lingkungannya cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mendapatkan dukungan yang memadai.

Dalam konteks rumah sakit jiwa, stres kerja pada perawat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang lebih kompleks. Beban kerja yang tinggi sering kali dikombinasikan dengan tuntutan emosional yang besar, seperti

menghadapi pasien dengan gangguan mental yang memerlukan perhatian khusus. Hubungan kerja yang kurang harmonis antara anggota tim juga dapat menjadi pemicu stres, terutama jika tidak ada komunikasi yang efektif atau jika terjadi konflik antarindividu. Selain itu, lingkungan kerja yang kurang kondusif, seperti fasilitas yang tidak memadai atau tekanan dari manajemen, turut berkontribusi terhadap meningkatnya tingkat stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa.

Semakin tinggi beban kerja, semakin tinggi pula level stres yang dirasakan oleh perawat. Temuan ini menegaskan pentingnya pengelolaan beban kerja dan pemberian dukungan sosial dalam upaya mengurangi stres kerja pada perawat. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang komprehensif, seperti perbaikan lingkungan kerja, peningkatan komunikasi antarindividu, serta penguatan dukungan sosial, untuk menciptakan kondisi kerja yang lebih sehat dan mendukung kesejahteraan perawat.

Penelitian yang dilakukan oleh Aynun Abdi Putri (2020) menunjukkan bahwa beban kerja memiliki pengaruh secara tidak langsung terhadap tingkat stres yang dialami oleh perawat di rumah sakit. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja yang tinggi tidak hanya memengaruhi kondisi fisik, tetapi juga berdampak pada aspek psikologis, yang kemudian dapat berkontribusi pada munculnya stres kerja. Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental, serta menurunkan efektivitas kerja. Kondisi ini sering diperparah oleh faktor lain, seperti kurangnya dukungan sosial, tekanan waktu, serta tuntutan pekerjaan yang kompleks dan terus-menerus. Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah strategis untuk mengelola beban kerja, seperti penjadwalan kerja yang lebih efektif, pembagian tugas yang adil, serta penyediaan program dukungan kesehatan mental untuk mengurangi risiko stres di kalangan perawat. [21]

KESIMPULAN DAN SARAN

Stress kerja pada perawat Rumah Sakit merupakan sebuah permasalahan yang serius dan harus mendapatkan perhatian khusus dari pihak penyelenggara pelayanan kesehatan. Ada banyak faktor yang memicu terjadinya stress bagi perawat di Rumah Sakit, yaitu kondisi lingkungan kerja, konflik peran, konflik antarindividu, ketidakpastian dalam pekerjaan, tuntutan kerja yang berlebihan, beban kerja yang tinggi, tanggung jawab yang berat, dan tekanan mental.

Namun, dari berbagai artikel ilmiah yang telah ditelaah, ditemukan bahwa beban kerja menjadi faktor paling dominan yang menyebabkan stres pada perawat di rumah sakit. Beban kerja yang tidak dikelola dengan baik dapat memunculkan perasaan tertekan pada perawat, yang pada akhirnya berkontribusi signifikan terhadap timbulnya stres. Beban kerja tersebut muncul dari berbagai penyebab, seperti kurangnya keterampilan yang dimiliki oleh perawat, ketidakseimbangan antara kehidupan pribadi dan pekerjaan, minimnya pelatihan dan pengalaman, hingga penugasan yang tidak sesuai dengan kemampuan atau kapasitas perawat.

Beban kerja yang berlebihan tidak hanya memengaruhi kesehatan mental dan fisik perawat, tetapi juga dapat berdampak pada kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan. Ketika perawat merasa terbebani, risiko kesalahan dalam pemberian layanan medis, komunikasi yang kurang efektif, serta rendahnya tingkat kepuasan pasien meningkat secara signifikan.

Karenanya itu, penting bagi setiap penyedia layanan kesehatan, khususnya rumah sakit, untuk memahami dan merespons kondisi kerja perawat secara menyeluruh. Hal ini tidak hanya berkaitan dengan pemenuhan standar pelayanan rumah sakit, tetapi juga merupakan upaya strategis untuk memastikan keberlangsungan pelayanan yang berkualitas. Rumah sakit perlu menerapkan manajemen beban kerja yang efektif, seperti pengaturan jadwal kerja yang adil, peningkatan pelatihan profesional, serta pemberian dukungan psikologis dan emosional kepada para perawat. Dengan langkah-langkah ini, tidak hanya kesejahteraan perawat yang dapat terjaga, tetapi juga kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien dapat terus ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Kesehatan dan Keselamatan Kerja itu Penting, “Kesehatan dan Keselamatan Kerja itu Penting,” www.djkn.kemenukeu.go.id.
- [2] Peraturan Pemerintah, “Permenkes Nomor 69 Tahun 2014,” <https://peraturan.bpk.go.id>
- [3] Kementerian Kesehatan, “BERITA NEGARA REPUBLIK INDONESIA,” www.peraturan.go.id
- [4] PERATURAN MENTERI TENAGA KERJA DAN TRANSMIGRASI,” MENTERI TENAGA KERJA DAN TRANSMIGRASI REPUBLIK INDONESIA.
- [5] Sri Wahyuningsih, “FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI BEBAN KERJA PERAWAT DALAM MEMBERIKAN ASUHAN KEPERAWATAN DI RUANG RAWAT INAP: LITERATURE REVIEW,” *jurnal.untan.ac.id*, vol. 6, no. 2, 2021.
- [6] J. Biomedika, D. Kesehatan, I. Rhamdani1, and M. Wartono2, “Hubungan antara shift kerja, kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat”, doi: 10.18051/JBiomedKes.2019.
- [7] Zahra Raudia Gozali, “Pengaruh Stres Kerja terhadap Komitmen Organisasi pada Perawat Unit Rawat Inap RSUD Sekarwangi,” *Jurnal Riset Psikologi*, pp. 27–32, Jul. 2022, doi: 10.29313/jrp.v2i1.677.
- [8] A. Website *et al.*, “Jurnal Keperawatan Muhammadiyah.”
- [9] M. M. Dirdjo, “Hubungan antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit: Studi Literature Review.”
- [10] “hubungan beban dan stres kerja perawat dalam menangani pasien gangguan jiwa di ruang upip rsud tgc. chik di tiro”.
- [11] P. Studi, I. Keperawatan, and M. A. Palembang, “HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT STRES KERJA PERAWAT,” vol. 16, no. 1, pp. 134–145, 2024, <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id>
- [12] A. Pratiwi *et al.*, “Socius: Jurnal Penelitian Ilmu-Ilmu Sosial Tingkat Stres Kerja Pada Perawat di Unit Rawat Inap RSUD Labuang Baji Makassar,” 2024.
- [13] Mustakim, “Stress Kerja pada Perawat Rumah Sakit Pusat Otak Nasional Prof. Dr. dr. Mahar Mardjono,” Jun. 2022. *Jurnal.unimus.ac.id*.
- [14] R. Musni and R. Julistia, “Gambaran Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Umum Cut Meutia Aceh,” *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, vol. 2, no. 2, pp. 439–447, 2024, [Online]. Available: <https://ojs.unimal.ac.id>

- [15] W. Diningrum, E. Trisnawati, and S. Selviana, "Stress Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Umum Daerah Di Kota Pontianak, Kalimantan Barat," *An-Nadaa Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 11, no. 2, p. 150, Dec. 2024.
- [16] Z. N. Jundillah, Y. Wardani, H. T. Program, P. K. Masyarakat, K. Masyarakat, and U. A. Dahlan, "Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja pada Perawat," 2024. [Online]. Available: <http://journal.unpacti.ac.id>.
- [17] P. P. Carenina *et al.*, "Faktor Penyebab Stres Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa: Literatur Review," *Journal of Creative Student Research (JCSR)*
- [18] G. M. K. Ridwanto, "HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRESS KERJA PADA PERAWAT DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT IMMANUEL BANDUNG," vol. 1, [Online]. Available: <https://jurnal.naiwabestscience.my.id>
- [19] R. N. Aisyah and S. Handayani, "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRESS KERJA PADA PERAWAT AKIBAT BEBAN KERJA YANG TINGGI : LITERATUR REVIEW," *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*
- [20] H. Z. Rangkuti, J. Harahap, A. Simajorang, F. K. Masyarakat, and I. Kesehatan Helvetia, "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI STRES KERJA PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP," *Jurnal Keperawatan Priority*.
- [21] Aynun Abdi Putri, "ANALISIS JALUR FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KINERJA PERAWAT RUMAH SAKIT UNIVERSITAS HASANUDDIN. Thesis thesis, Universitas Hasanuddin.," repository.unhas.ac.id.