

GAMBARAN TINGKAT STRES DAN DAYA TAHAN TERHADAP STRES PERAWAT INSTALASI PERAWATAN INTENSIF DI RUMAH SAKIT IMMANUEL BANDUNG

THE DESCRIPTION OF WORK STRESS LEVEL AND RESISTENCY TO STRESS IN INTENSIVE CARE NURSE AT IMMANUEL HOSPITAL BANDUNG

Sri Utami Sugeng¹ Harry Tribowo Hadi², Rizki Kurnia Nataprawira³
¹*Bagian Biologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha,*
²*Bagian Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha,*
³*Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Maranatha*
Jalan Prof. Drg. Suria Sumantri MPH No. 65 Bandung 40164 Indonesia

ABSTRAK

Perawat di Instalasi Perawatan Intensif berbeda dengan perawat bagian lain yang mana sebagai salah satu tim kesehatan harus memiliki pengetahuan dan keahlian khusus, meliputi kemampuan menangani kondisi pasien yang kritis, bekerja dengan cepat, tepat dan teliti dalam mengobservasi dan menilai keadaan umum pasien yang cenderung fluktuatif. Kondisi pasien yang kritis sertabeban kerja yang sangat tinggi tersebut dapat menjadi sumber stres bagi perawat.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran tingkat stres kerja dan daya tahan terhadap stres yang dialami perawat di Instalasi Perawatan Intensif di RS Immanuel Bandung.

Penelitian ini menggunakan metode observasional deskriptif dengan instrument berupa kuesioner skala Holmes-Rahe (*the Social Readjustment Rating Scale*) untuk tingkat stress dan skala Smith-Miller (*the Miller-Smith Lifestyle Assessment Inventory*) untuk daya tahan stres. Sampel pada penelitian ini adalah total populasi perawat di Instalasi Perawatan intensif yaitu sebanyak 36 responden.

Hasil yang diperoleh terhadap perawat di Instalasi Perawatan Intensif mengenai tingkat stres menunjukkan bahwa 72,2% mengalami tingkat stress ringan, 22,2% mengalami tingkat stress sedang dan 5,6% mengalami stress berat, sedangkan mengenai daya tahan terhadap stress didapatkan 72,2% kurang kebal stress dan 27,8% kebal stress.

Simpulan dari penelitian ini adalah perawat di Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung memiliki tingkat stress ringan dan kurang kebal terhadap stress.

Kata kunci: tingkat stress, daya tahan stress, perawat Instalasi perawatan intensif

ABSTRACT

Intensive Care Installation nurse is considering different with nurse in general where the nurse in different area as one of the health care team must have the knowledge and special skills, including the ability to handle the patient's with critical condition, work fast, precise and meticulous in observing and assessing the patient's condition which tends to be fluctuative. The critical condition of the patient as well as a very high workload can be a source of stress for nurses.

The purpose of this study is to describe the level of work stress and the resistancy to stress by nurses in Intensive Care Installation at Immanuel Hospital Bandung.

*This study used a descriptive observational study with a questionnaire instrument Holmes-Rahe Scale (*the Social Readjustment Rating Scale*) for the level of stress and Smith-Miller (*the Miller-Smith Lifestyle Assessment Inventory*) for endurance of stress. The sample in this study is the total population of the nurse in the Intensive Care Installation as many as 36 respondents.*

The results showed that 72,2% of nurses in the Intensive Care Installation experience mild levels of work stress, 22,2% experience average levels of work stress, 5,6% experience severe levels of work stress, 72,2%of nurses are less resistant to stress, and 27,8% resistant to stress.

The conclusion of this research is that nurses in the Intensive Care Installation experience mild levels of work stress and less resistant to stress.

Keywords: *work stress level, resistency to stress, Intensive Care Installation nurse*

PENDAHULUAN

Stres dialami oleh setiap orang dengan tidak mengenal jenis kelamin, usia, jabatan, kedudukan, atau status sosial ekonomi. Tanggapan dan tingkat stres dapat bervariasi pada setiap orang, karena stres merupakan proses persepsi yang bersifat individual.¹ Stres dapat memiliki konsekuensi negatif terhadap kesehatan, memengaruhi proses berpikir dan emosi, mengganggu untuk beradaptasi terhadap lingkungan, bahkan memengaruhi aktivitas dan pekerjaannya.²

Seseorang yang mengalami stres mungkin mengalami kelelahan fisik, emosional dan mental di lingkungan kerja. Banyak individu menghabiskan sebagian besar waktunya di tempat kerja dan stres kerja dengan cepat menjadi isu pelayanan kesehatan nasional. Strategi manajemen *stress on site* sangat penting untuk membantu menjaga kesehatan optimum pekerja di setiap sudut lapangan kerja.

Pemberian pelayanan kesehatan menjadi prioritas utama bagi banyak negara, termasuk Indonesia. Peningkatan kebutuhan akan tenaga kerja yang handal merupakan kebutuhan mendesak yang dialami instansi rumah sakit, baik swasta maupun pemerintah. Salah satu pelayanan sentral di rumah sakit adalah bagian Instalasi Perawatan Intensif. Tenaga kesehatan yang bertugas di dalamnya merupakan tim kesehatan yang terdiri dari dokter dan perawat yang telah mendapat pelatihan khusus untuk meliputi *Basic Life Support (BLS)* dan *Advanced Cardiac Life Support (ACLS)*.³

Perawat di Instalasi Perawatan Intensif berbeda dengan perawat bagian lain yang mana sebagai salah satu tim kesehatan harus memiliki pengetahuan dan keahlian khusus, meliputi kemampuan menangani kondisi pasien yang kritis, bekerja dengan cepat, tepat, teliti, dan senantiasa cermat dalam mengobservasi dan menilai keadaan umum pasien yang cenderung fluktuatif. Perawat di Instalasi Perawatan Intensif juga harus memiliki tingkat keterampilan yang kompleks karena bertanggung jawab mempertahankan homeostasis pasien untuk melewati kondisi kritis.⁴ Kondisi pasien yang kritis, beban kerja yang sangat tinggi,

serta lingkungan Instalasi Perawatan Intensif dapat menjadi sumber stres bagi perawat tersebut.

Stres menurut Hans Selye adalah respons tubuh yang sifatnya adaptif pada setiap perlakuan yang menimbulkan perubahan fisik atau emosi. Stres juga dapat didefinisikan sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional, dan spiritual manusia yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut. Perubahan sosial yang serba cepat dapat memengaruhi nilai moral, etika dan gaya hidup.⁵ Tidak semua orang mampu menyesuaikan diri dengan perubahan yang cepat, yang pada akhirnya akan mengganggu kondisi kesehatan fisik maupun mental.

Peristiwa-peristiwa dari dalam dan di luar tempat kerja dapat memicu terjadinya stres. Stres kerja yang dialami individu merupakan hubungan timbal balik antara sesuatu yang berada dalam diri individu dengan sesuatu yang berada di luar individu tersebut.⁶ Hubungan tersebut juga berlaku pada peristiwa-peristiwa yang menyebabkan stres kerja pada perawat di Instalasi Perawatan intensif.

Stres yang dialami perawat khususnya perawat Instalasi Perawatan Intensif dapat memberikan dampak yang negatif terhadap kesehatannya dan pada akhirnya dapat mempengaruhi kinerja dan mutu asuhan keperawatan. Oleh karena itu, penanganan dan manajemen yang tepat terhadap stres kerja perawat sangat dibutuhkan.

Berdasarkan fenomena-fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang tingkat dan daya tahan stres kerja perawat Instalasi Perawatan Intensif di RS Immanuel Bandung.

Tujuan Penelitian

Mengetahui tingkat stres dan daya tahan terhadap stres para perawat di Instalasi Perawatan Intensif sehingga pihak rumah sakit Imanuel dapat mengadakan evaluasi serta melakukan manajemen *stress on site* sehingga diharapkan kinerja perawat Instalasi Perawatan Intensif menjadi lebih baik.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan objek atau peristiwa yang bertujuan untuk mengetahui keadaan yang terjadi pada saat sekarang.

Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian ini adalah *cross sectional*. Peneliti melakukan observasi dan pengukuran variabel secara bersamaan atau sekali waktu.

Instrumen Penelitian

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan instrumen berupa kuesioner yang terbagi menjadi 3 kategori, yaitu:

- A. Evaluasi karakteristik individu yang terdiri dari 5 pertanyaan, yaitu usia, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan, dan lama kerja.
- B. Evaluasi stres dengan kuesioner baku skala Holmes-Rahe (*the Social Readjustment Rating Scale*) yang sudah disesuaikan oleh Hawari meliputi 36 pernyataan mengenai kejadian-kejadian dalam hidup (*life events*) yang dialami oleh responden dalam satu tahun terakhir. Masing-masing pernyataan memiliki skor tersendiri yang sudah ditetapkan. Skor dari setiap pernyataan dijumlahkan dan menjadi nilai total untuk alat ukur tingkat stres dengan interpretasi sebagai berikut: <149 = stres ringan, 150 – 299 = stres sedang, dan > 300 = stres berat.^{7,8}
- C. Evaluasi kekebalan tubuh dengan kuesioner baku skala Smith-Miller (*the Miller-Smith Lifestyle Assessment Inventory*) yang terdiri dari 20 pertanyaan mengenai aktivitas kehidupan sehari-hari responden. Jawaban dari setiap pertanyaan dalam kuesioner ini menggunakan sistem Gutman dan Likert, yang mana responden diminta untuk memilih salah satu jawaban yang tersedia, yaitu nilai 1 berarti selalu dikerjakan, nilai 2 berarti sering dikerjakan, nilai 3

berarti kadang-kadang dikerjakan, nilai 4 berarti tidak pernah dikerjakan, dan nilai 5 berarti tidak pernah dikerjakan. Nilai dari masing-masing pertanyaan dijumlahkan kemudian dikurangi angka 20. Berdasarkan perolehan nilainya, responden dibagi kedalam 3 kelompok, yaitu: < 30 = Kebal stres, 30-50 = Kurang kebal stres, dan > 50 = Tidak kebal Stres.⁹

Metode Pengumpulan Data

Data yang dikumpulkan berupa data primer, yaitu data yang didapatkan secara langsung dari para responden yang mengisi kuesioner.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat Instalasi Perawatan Intensif Rumah Sakit Immanuel Bandung.

Sampel dalam penelitian ini adalah *whole sample* yang melibatkan seluruh perawat Instalasi Perawatan Intensif Rumah Sakit Immanuel Bandung yang berjumlah 36 perawat, dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

- a. Kriteria inklusi
Perawat yang bekerja di Instalasi Perawatan Intensif dan bersedia menjadi responden
- b. Kriteria eksklusi
 - 1) Perawat yang menolak menjadi responden
 - 2) Perawat yang sedang cuti

Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data pada penelitian ini meliputi prosedur administrasi dan teknis.

- a. Prosedur administratif
Penelitian dilakukan setelah mendapat surat izin penelitian dari Fakultas Kedokteran Maranatha, dilanjutkan dengan menyerahkan surat izin penelitian kepada pihak Diklit Rumah Sakit Immanuel Bandung, kemudian diproses untuk mendapatkan persetujuan dari direktur dan kepala bidang keperawatan di Rumah Sakit Immanuel Bandung.

b. Prosedur teknis

Setelah mendapatkan izin dari pihak rumah sakit, peneliti meminta izin kepada kepala ruangan dan kepala perawat di Instalasi Perawatan Intensif dengan menyampaikan maksud dan tujuan penelitian. Kepala perawat memberikan daftar calon responden. Pembagian kuesioner disesuaikan dengan jadwal *shift* kerja responden yang bersangkutan. Peneliti meminta izin kepada responden untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian ini serta menjelaskan tujuan, manfaat dan prosedur penelitian kepada responden. Jika calon responden bersedia berpartisipasi maka calon responden mengisi dan menandatangani lembar *informed consent*. Peneliti membagikan

kuesioner dan menjelaskan cara pengisian. Instrumen penelitian yang sudah diisi, selanjutnya dikumpulkan untuk kemudian diolah dan dianalisis.

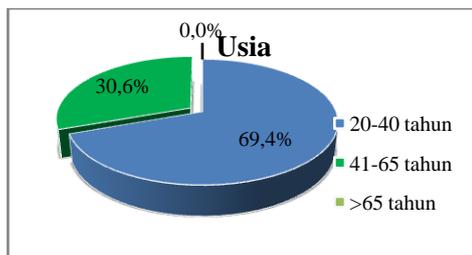
Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat yang bertujuan untuk menganalisis distribusi dan mendeskripsikan karakteristik variabel yang diteliti. Variabel data karakteristik individu responden dalam penelitian ini yang meliputi usia, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan, dan lama kerja ditampilkan dalam bentuk persentase (%), sedangkan tingkat stres dan daya tahan terhadap stres ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

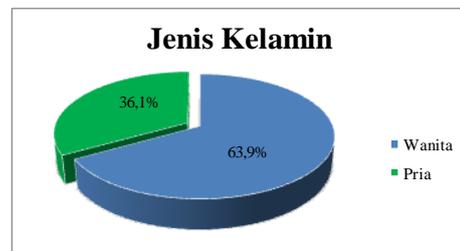
Gambaran Karakteristik Responden

Berikut disajikan gambaran karakteristik responden yang terdiri dari usia, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan terakhir dan masa kerja perawat di Instalasi Perawatan Intensif rumah sakit Immanuel Bandung tahun 2014.



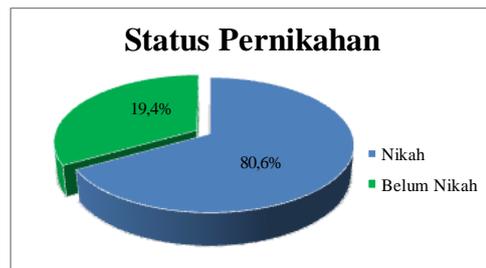
Gambar 4.1 Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Menurut *Erickson* fase dewasa dibagi menjadi tiga yaitu dewasa awal (20-40 tahun), dewasa tengah (41-65 tahun), dan dewasa akhir (>65 tahun).¹⁰ Berdasarkan gambar *pie chart* di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden adalah dewasa awal (20-40 tahun) sebanyak 69,4% dan sisanya dewasa tengah (41-65 tahun) sebanyak 30,6%.



Gambar 4.2 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin

Jika dilihat pada gambar *pie chart* tersebut, dapat diketahui bahwa mayoritas responden adalah wanita sebanyak 63,9% dan sisanya pria sebanyak 36,1%.



Gambar 4.3 Karakteristik Responden berdasarkan Status Pernikahan

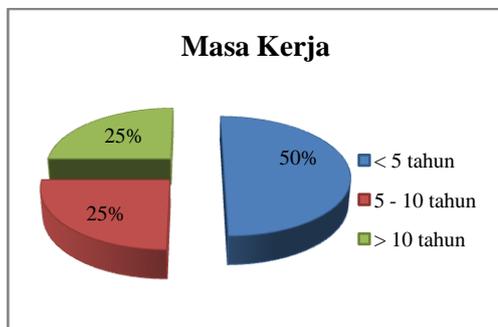
Berdasarkan gambar *pie chart* di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden

sudah menikah sebanyak 80,6% dan sisanya belum menikah sebanyak 19,4%.



Gambar 4.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir

Berdasarkan gambar *pie chart* di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir D3 sebanyak 61,1% dan sisanya S1 sebanyak 38,9%.



Gambar 4.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja

Berdasarkan gambar *pie chart* di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas responden telah bekerja sekitar kurang dari 5 tahun sebanyak 50,0% dan sisanya masing-masing 25,0% telah bekerja sekitar 5 – 10 tahun dan lebih dari 10 tahun.

Gambaran Tingkat Stres

Berikut merupakan gambaran tingkat stres perawat di Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung yang terbagi menjadi tiga tingkatan stres.

Tabel 4.1 Gambaran Tingkat Stres

Kategori	Frekuensi	%
Stres Ringan	26	72,2%
Stres Sedang	8	22,2%
Stres Berat	2	5,6%
Total	36	100%

Sumber: data olah SPSS v21.1

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa mayoritas para perawat instalasi perawatan intensif memiliki tingkat stres ringan sebanyak 72,2%, diikuti para perawat instalasi perawatan intensif yang memiliki stres sedang sebanyak 22,2% dan paling sedikit mengalami stres berat sebanyak 5,6%.

Gambaran Daya Tahan Stres

Tabel 4.2 menggambarkan daya tahan perawat di Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung terhadap stres yang terbagi menjadi tiga tingkatan, yaitu kebal stres, kurang kebal stres dan tidak kebal stres.

Tabel 4.2 Gambaran Daya Tahan terhadap Stres

Kategori	Frekuensi	%
Kebal Stres	10	27,8%
Kurang Kebal Stres	26	72,2%
Tidak Kebal Stres	0	0,0%
Total	36	100%

Sumber: data olah SPSS v21.1

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa mayoritas para perawat Instalasi Perawatan Intensif kurang kebal terhadap stres, yaitu sebanyak 72,2% dan sisanya diikuti para perawat Instalasi Perawatan Intensif yang kebal terhadap stres, yaitu sebanyak 27,8%.

Gambaran Tingkat Stres berdasarkan Karakteristik Individu

Berikut merupakan gambaran tingkat stres perawat di Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung yang dihubungkan dengan karakteristik individu yang meliputi usia, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan dan masa kerja.

Tabel 4.3 Gambaran Tingkat Stres berdasarkan Karakteristik Individu

Karakteristik Individu	Stres Ringan		Stres Sedang		Stres Berat	
	F	%	F	%	F	%
Usia						
20-40 tahun	16	44,4	7	19,4	2	5,6

41-65 tahun	10	27,8	1	2,8	0	0,0
>65 tahun	0	0,0	0	0,0	0	0,0
Jenis Kelamin						
Wanita	15	41,7	7	19,4	2	5,6
Pria	11	30,6	1	2,8	0	0,0
Status Pernikahan						
Nikah	21	58,3	7	19,4	1	2,8
Belum Nikah	5	13,9	1	2,8	1	2,8
Pendidikan						
D3	16	44,4	4	11,1	2	5,6
S1	10	27,8	4	11,1	0	0,0
Masa Kerja						
< 5 tahun	11	30,6	6	16,7	1	2,8
5 - 10 tahun	7	19,4	1	2,8	1	2,8
> 10 tahun	8	22,2	1	2,8	0	0,0

Ket.: F = frekuensi, % = persentase
 Sumber: data olah SPSS v21.1

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 36 perawat di ruang Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 16 orang (44,4%) yang berusia antara 20-40 tahun memiliki tingkat stres ringan, diikuti dengan usia 41-46 tahun yang juga memiliki stres ringan sebanyak 10 orang (27,8%) dan yang memiliki stres sedang dengan usia antara 41-65 tahun sebanyak 1 orang (2,8%).

Berdasarkan jenis kelamin dari 36 perawat di ruang Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 15 orang adalah wanita yang memiliki tingkat stres ringan (41,7%) sedangkan yang memiliki stres sedang sebanyak 7 orang (19,4%) dan 2 orang memiliki stres berat (5,6%).

Berdasarkan status pernikahan dari 36 perawat di ruang Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 21 orang yang sudah menikah mayoritas memiliki stres ringan (58,3%), 7 orang memiliki stres sedang dan sangat sedikit yang sudah menikah memiliki stres berat yaitu sebanyak 1 orang (2,8%) sedangkan 2 orang lainnya yang belum menikah dan sudah menikah masing-masing memiliki stres sedang dan berat (2,8%).

Berdasarkan tingkat pendidikan dari 36 perawat di ruang Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 16 orang yang

berpendidikan terakhir D3 mayoritas memiliki stres ringan (44,4%) dan sangat sedikit yang berpendidikan terakhir D3 memiliki stres berat yaitu sebanyak 2 orang (5,6%).

Berdasarkan masa kerja dari 36 perawat di ruang Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 11 orang yang memiliki masa kerja sekitar kurang dari 5 tahun mayoritas yang memiliki stres ringan (30,6%).

Gambaran Daya Tahan Stres berdasarkan Karakteristik Individu

Pada tabel 4.4 dapat dilihat gambaran daya tahan terhadap stres perawat di Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung yang dihubungkan dengan karakteristik individu yang meliputi usia, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan dan masa kerja.

Tabel 4.4 Gambaran Daya Tahan Stres Berdasarkan Karakteristik Individu

Karakteristik Individu	Kurang		Kebal	
	F	%	F	%
Usia				
20-40 tahun	4	11,1	21	58,3
41-65 tahun	6	16,7	5	13,9
>65 tahun	0	0,0	0	0,0
Jenis Kelamin				
Wanita	5	13,9	19	52,8
Pria	6	16,7	6	16,7
Status Pernikahan				
Nikah	8	22,2	21	58,3
Belum Nikah	2	5,6	5	13,9
Pendidikan				
D3	6	16,7	16	44,4
S1	4	11,1	10	27,8
Masa Kerja				
< 5 tahun	1	2,8	17	47,2
5 - 10 tahun	4	11,1	5	13,9
> 10 tahun	6	16,7	3	8,3

Ket.: F = frekuensi, % = persentase
 Sumber: data olah SPSS v21.1

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 36 perawat di Instalasi

Perawatan Intensif, sebanyak 21 orang (58,3%) yang berusia antara 20-40 tahun kurang kebal terhadap stres sedangkan yang berusia 41-65 tahun yakni sebanyak 5 orang kurang kebal terhadap stres (13,9%).

Berdasarkan jenis kelamin dari 36 perawat di Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 19 orang perawat wanita yang tidak kebal terhadap stres (52,8%) dan 6 orang perawat pria yang kebal terhadap stres dan kurang kebal masing-masing sebanyak 16,7%.

Berdasarkan status pernikahan dari 36 perawat di Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 21 orang yang sudah menikah mayoritas kurang kebal terhadap stres (58,3%) dan 2 orang yang belum menikah kebal terhadap stres (5,6%).

Berdasarkan pendidikan dari 36 perawat di Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 16 orang yang berpendidikan terakhir D3 mayoritas kurang kebal terhadap stres (44,4%) dan 4 orang yang berpendidikan S1 kebal terhadap stres (11,1%).

Berdasarkan masa kerja dari 36 perawat di Instalasi Perawatan Intensif, sebanyak 17 orang yang memiliki masa kerja sekitar kurang dari lima tahun mayoritas yang memiliki daya tahan terhadap stres yang kurang kebal (47,2%) dan hanya 1 orang yang bekerja kurang dari lima tahun kebal terhadap stres (2,8%).

Pembahasan

Tingkat stres kerja di Instalasi Perawatan Intensif dipengaruhi oleh beberapa faktor yang merupakan stresor. Faktor pertama yaitu beban kerja. Perawat yang bekerja di Instalasi Perawatan Intensif pada umumnya memiliki beban kerja berlebih, yang mana harus melakukan observasi pasien secara ketat, kontak langsung dengan pasien secara terus menerus dan beragamnya pekerjaan yang harus dilakukan. Hal ini dikarenakan kondisi pasien yang ditangani adalah pasien yang memerlukan penanganan secara total. Faktor kedua yaitu keseimbangan jumlah rasio tenaga perawat dan pasien dimana seharusnya perbandingan antara perawat instalasi perawatan intensif dan pasien adalah 1:1. Tidak seimbang rasio perawat dan pasien dapat meningkatkan beban kerja perawat sehingga kondisi ini dapat memicu terjadinya stres kerja bagi perawat.^{11,12}

Stresor-stresor pada perawat tersebut secara fisiologis akan ditangkap oleh panca indra kemudian mengaktifasi HPA (*Hypothalamic-Pituitary-Adrenal*) axis yang berujung pelepasan beberapa hormon yang akan memengaruhi keadaan organ vital sebagai mekanisme respon stres. Dalam hal ini, perawat yang bersangkutan sudah mengalami stres kategori ringan. Apabila stresor terus bertahan, tubuh akan terus melawan secara aktif, misalnya ACTH (*adrenocorticotropic hormone*) akan terus meningkat. Namun, bila keadaan stres ini berlangsung lama maka sumber daya tahan tubuh akan berkurang bahkan habis, gejala psikosomatis timbul dan tubuh menjadi rentan terhadap penyakit. Tingkatan stres telah berubah menjadi kategori stres sedang sampai berat. Hal tersebut dapat mengakibatkan menurunnya kinerja perawat.^{13,14}

Karakteristik responden yang dinilai dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status perkawinan, dan lama kerja. Berdasarkan hasil penelitian terhadap umur, dapat diketahui bahwa mayoritas umum responden adalah berusia diantara 20-40 tahun, sebagai mana dinyatakan oleh Erickson bahwa pada umur tersebut termasuk dalam tahap perkembangan dewasa awal.¹⁵ Untuk jenis kelamin, mayoritas responden adalah wanita dan untuk tingkat pendidikan mayoritas memiliki pendidikan terakhir D3 Keperawatan. Berdasarkan status perkawinan mayoritas responden sudah menikah dan untuk lama kerja mayoritas memiliki masa kerja 5-10 tahun.

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 36 perawat yang bekerja di Instalasi Perawatan Intensif rumah sakit Immanuel Bandung tahun 2014 memiliki tingkat stres ringan. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Jusnimar yang menyatakan bahwa perawat di ruang *Intensive Care Unit (ICU)* RS Kanker Dharmas Jakarta mengalami stres kerja kategori sedang.¹⁶

Hasil gambaran mengenai daya tahan terhadap stres yang telah dikemukakan sebelumnya diketahui bahwa perawat Instalasi Perawatan Intensif rumah sakit Immanuel Bandung sebagian besar kurang kebal terhadap stres.

Sementara itu, untuk tingkat stres berdasarkan umur menunjukkan bahwa mayoritas responden yang berumur 20-40 tahun (dewasa awal) memiliki stres ringan dan kurang kebal terhadap stres. Responden pada kelompok usia ini yang memiliki tingkat stres sedang dan berat pun lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok umur 41-65 tahun. Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Tobing yang menyatakan bahwa mayoritas perawat mengalami stres kerja pada kelompok umur dewasa awal.¹⁷ Hal ini berhubungan erat dengan maturitas atau tingkat kedewasaan seseorang. Semakin tua umur seseorang, maka akan semakin meningkat kedewasaannya, kematangan jiwanya dan lebih mampu dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawabnya.¹⁸ Seiring dengan bertambahnya umur maka akan meningkat pula kemampuan membuat keputusan, berpikir rasional, semakin bijaksana, mampu mengendalikan emosi, lebih toleran, dan terbuka dengan pandangan atau pendapat orang lain sehingga ketahanan dirinya terhadap stres akan meningkat.

Pada tingkat stres yang dihubungkan dengan jenis kelamin, dari penelitian ini didapatkan hasil bahwa wanita lebih tinggi tingkat stresnya dibandingkan pria dan kurang kebal terhadap stres, yang mana mayoritas responden mengalami stres ringan. Hal ini mungkin dikarenakan jumlah responden pada penelitian ini yang lebih banyak wanita dibandingkan pria, sehingga penelitian lebih lanjut dengan jumlah proporsi yang sesuai antara pria dan wanita sangat dibutuhkan untuk menggambarkan tingkat stres berdasarkan jenis kelamin. Sedangkan responden yang memiliki stres berat sangat sedikit yaitu masing-masing sebanyak dua orang, pria dan wanita. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Saikhunuddin yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat stres kerja perawat ICU.¹⁹ Tidak ada perbedaan yang konsisten pada laki-laki dan perempuan dalam hal kemampuan berfikir, menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja, motivasi, keterampilan dan analisis.²⁰

Sementara itu, tingkat stres kerja berdasarkan status perkawinan, pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian

besar responden yang sudah menikah memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dan kurang kebal terhadap stress dibandingkan yang belum menikah, dimana mayoritas responden memiliki stres ringan sedangkan yang memiliki stres sedang sebanyak 7 orang dan stres berat 1 orang. Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya oleh Puteri yang menyatakan bahwa sebagian besar perawat yang sudah menikah mengalami stres kerja. Status perkawinan mempunyai hubungan dengan tanggung jawab dan kinerja pegawai; bagi yang sudah menikah, pekerjaan menjadi hal yang lebih utama dibandingkan bagi yang belum menikah.²¹ Hal ini disebabkan seseorang yang sudah menikah memiliki peran dan tanggung jawab yang lebih dalam hal perannya sebagai suami/istri dibandingkan yang belum menikah. Selain itu, waktu kerja perawat adalah kerja *shift* sehingga kemungkinan berkurangnya waktu kebersamaan dalam keluarga yang dapat meningkatkan risiko untuk tercetusnya stres.

Tingkat stres kerja berdasarkan tingkat pendidikan dalam penelitian ini menunjukkan responden yang memiliki pendidikan terakhir D3 Keperawatan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dan kurang kebal terhadap stress dibandingkan responden yang memiliki pendidikan terakhir S1 Keperawatan yang mayoritas memiliki stres ringan, namun sebagian kecil stres sedang dan berat. Hal ini disebabkan karena semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin tinggi pula tingkat pengetahuan dan keterampilannya.²² Dengan semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka diharapkan daya nalar dan daya kritiknya akan semakin tinggi seiring dengan intelektualitasnya sehingga individu akan lebih dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Pada tingkat stress kerja berdasarkan masa kerja didapatkan responden yang masa kerjanya kurang dari lima tahun memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, dimana mayoritas tingkat stresnya ringan dan kurang kebal stres. Erns, Franco, Messmer & Gonzales dalam penelitiannya menyatakan bahwa perawat yang lebih senior dan lebih berpengalaman memiliki stres kerja yang ringan.²³ Hal ini disebabkan karena pengalaman kerja yang lebih lama akan meningkatkan keterampilan seseorang dalam

bekerja, semakin mudah dalam menyesuaikan pekerjaannya sehingga semakin bisa dalam menghadapi tekanan dalam bekerja.

Simpulan

Berdasarkan pada hasil analisis dan pembahasan, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat stres para perawat Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung tergolong ringan.
2. Daya tahan stres para perawat Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung tergolong kurang kebal terhadap stres.
3. Tingkat stres para perawat Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung mayoritas tergolong ringan dengan usia perawat antara 20-40 tahun, mayoritas wanita, sudah menikah dengan pendidikan D3 dan lama kerja dibawah 5 tahun.
4. Daya tahan stres para perawat Instalasi Perawatan Intensif di rumah sakit Immanuel Bandung mayoritas tergolong kurang kebal dengan usia perawat antara 20-40 tahun, mayoritas wanita, sudah menikah dengan pendidikan D3 dan lama kerja di bawah 5 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Riggio, R. E., 1990. *Introduction to Industrial/ Organizational Psychology*. USA
2. Handoko T., 2008. *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: BPFE
3. Depkes RI., 2006. *Standar Pelayanan Keperawatan ICU*. Direktorat Keperawatan dan Keteknisian Medik Direktorat Jendral Pelayanan Medik. Jakarta: Depkes RI.
4. Meltzer, L. S., & Huckabay, M. L., 2004. *Critical care nurse's perceptions of futile care and its effect on burnout*. American Journal of Critical Care
5. Selye, Hans. 1974. *Stress without distress*. Philadelphia: Lippincott Scott, Foresman and Company.
6. Atwater, E., 1983. *Psychology of Adjustment: Personal Growth in a Changing World, second edition*. USA: Prentice-Hall, Inc.
7. Holmes, T. H., Rahe, R. H. 1967. *Journal of Psychosomatic Research. Volume 11*. Northern Ireland: Pergamon Press
8. Hawari, Dadang., 2009. *Psikometri Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
9. Hawari, Dadang., 2009. *Psikometri Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI.
10. Ciccarelli, Saundra K. & Meyer. 2006. *Psychology*. New Jersey: Pearson education, Inc.
11. Stordeur, S, Dhoore, W. And Vandenberghe, C., 2001. *Leadership, Organisational stress and emotional exhaustion among hospital nursing staff*. *Journal of Advanced Nursing*.
12. Jusnimar. 2012. *Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Intensive Care (ICU) di RS Kanker Dharmais*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
13. Tobing. 2009. *Gambaran Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2007*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Sumatra Utara.
14. Siagian, S. P., 2001. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Erlangga
15. Ciccarelli, Saundra K. & Meyer. 2006. *Psychology*. New Jersey: Pearson education, Inc.
16. Jusnimar. 2012. *Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Intensive Care (ICU) di RS Kanker Dharmais*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
17. Tobing. 2009. *Gambaran Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sidikalang Kecamatan Sidikalang Kabupaten Dairi Tahun 2007*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Sumatra Utara.

18. Siagian, S. P., 2001. Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta: Erlangga
19. Saikhunuddin. 2009. Hubungan Faktor Individu dengan Tingkat Stres Kerja Perawat di ICU RSUD Ibnu Sina Kabupaten Gresik. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat. Universitas Airlangga.
20. Robbins, S. P., 2003. Perilaku Manusia. Edisi Bahasa Indonesia Jilid 1. Jakarta : PT Prenhallindo.
21. Robbins, S. P., 2003. Perilaku Manusia. Edisi Bahasa Indonesia Jilid 1. Jakarta : PT Prenhallindo.
22. Siagian, S. P., 2001. Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta: Erlangga
23. Erns, Franco, Messmer & Gonzalez. 2004. *Nurses job satisfaction, stress, and recognition in paediatric setting*. Diunduh dari <http://proquest.com>