



JURNAL KEPERAWATAN STIKES HANG TUAH TANJUNGPINANG

<https://jurnal.stikesht-tpi.ac.id/>
DOI: <https://10.59870/jurkep.v12i2.142>

Hubungan Resiliensi dan Tingkat Stres dengan Kinerja Perawat *The Relationship Between Resilience and Stress Levels with Nurse Performance*

Ernawati

^aSekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hang Tuah Tanjungpinang
E-mail Korespondensi: indimavies2016@gmail.com

Abstrak

Perawat memiliki banyak tugas yang harus dilakukan dibandingkan profesi lain. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan resiliensi dan stres kerja dengan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban. Penelitian ini merupakan penelitian asosiatif kausal dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 38 responden, yaitu 25% dari total perawat dengan teknik cluster random sampling. Alat pengumpulan data adalah lembar kuesioner. Analisa data menggunakan uji statistik korelasi *Spearman rho* dengan nilai kemaknaan $p < 0,05$. Hasil uji statistik korelasi *Spearman rho* terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan kinerja dengan derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$, diperoleh hasil $p = 0,000$ dimana ($p \leq 0,05$), dengan kekuatan ($r = 1,000$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, dan diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan kinerja dengan derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$, diperoleh hasil $p = 0,000$ dimana ($p \leq 0,05$), dengan kekuatan ($r = 0,945$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan resiliensi dan stress kerja dengan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban tahun 2020.

Kata kunci: *Resiliensi, Tingkat Stres, Kinerja Perawat*

Abstract

Nurses have many tasks to do compared to other professions. The purpose of this study was to analyse the relationship between resilience and job stress with nurse performance at Engku Haji Daud Tanjung Uban Hospital. This research is a causal associative research using a quantitative approach. The sample in this study amounted to 38 respondents, namely 25% of the total nurses with cluster random sampling technique. The data collection tool was a questionnaire sheet. Data analysis used the *Spearman rho* correlation statistical test with a significance value of $p < 0.05$. The results of the *Spearman rho* correlation statistical test there is a significant relationship between resilience and performance with a degree of significance $\alpha = 0.00$, the results obtained $p = 0.000$ where ($p \leq 0.05$), with the strength ($r = 1.000$) which is very strong and the direction of the positive relationship means that the correlation coefficient is significant, so that H_0 is rejected and H_a is accepted, and it is known that there is a significant relationship between work stress and performance with a degree of significance $\alpha = 0.00$, obtained the result of $p = 0.000$ where ($p \leq 0.05$), with the strength ($r = 0.945$) which is very strong and the direction of the positive relationship means that the correlation coefficient is significant, so that H_0 is rejected and H_a is accepted, which means that there is a relationship between resilience and work stress with nurse performance at Engku Haji Daud Tanjung Uban Hospital in 2020..

Keywords: *Resilience, Stress Levels, Nurse Performance*

1. PENDAHULUAN

Memperoleh derajat kesehatan yang setinggi-tingginya merupakan salah satu tujuan kesehatan kerja, melalui usaha preventif, promotif dan kuratif terhadap penyakit dan gangguan kesehatan akibat kerja atau lingkungan kerja baik secara fisik, mental dan sosial bagi masyarakat pekerja (Notoatmojo, 2011).

Permasalahan stres kerja merupakan permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian karena masalah tersebut akan berdampak pada produktivitas dan juga kinerja dari karyawan. Stres kerja dapat berupa perasaan atau emosi yang tertekan, tidak senang terhadap suatu keadaan pekerjaan atau keadaan di dalam lingkungan kerja yang dihadapi oleh mental, fisik, emosional dan spiritual yang pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik (Kriswandaru, 2010). Resiliensi disebut sebagai kemampuan untuk "mempertahankan stabilitas psikologis dalam menghadapi stres" (Keye & Pidgeon, 2013). Selanjutnya Fernanda Rojas (2015) menyatakan resiliensi sebagai kemampuan menghadapi tantangan, resiliensi akan tampak ketika seseorang menghadapi pengalaman yang sulit dan tahu bagaimana menghadapi atau beradaptasi dengannya.

Resiliensi adalah ide yang mengacu pada kapasitas sistem dinamis untuk bertahan atau pulih dari gangguan, Masten, 2007 (dalam Cicilia, 2017). Meningkatkan resiliensi adalah tugas yang penting karena hal ini dapat memberikan pengalaman bagi manusia dalam menghadapi tantangan dan kesulitan hidup. Dengan meningkatkan resiliensi, manusia dapat mengembangkan keterampilan hidup seperti bagaimana berkomunikasi, kemampuan yang realistis dalam membuat rencana hidup dan mampu mengambil langkah yang tepat bagi hidupnya (Fernanda & Rojas, 2015).

Stres kerja merupakan masalah utama bagi karyawan dan organisasi, serta dapat menyebabkan kelelahan, sakit, perputaran tenaga kerja, dan ketidakhadiran. Stres kerja pun terjadi di negara-negara Asia yang sudah masuk kategori negara maju, seperti yang terjadi di Singapura dimana kekurangan staf, tuntutan kerja yang tinggi, dan konflik di tempat kerja menjadi penyebab utama stres kerja, Lim, *et al.* 2010 (dalam, Yana 2015).

Keperawatan adalah profesi dengan berbagai situasi yang menimbulkan stres ditempat kerja. Sumber stres dalam profesi keperawatan berhubungan dengan interaksi terhadap pasien dan profesi kesehatan lain. Perawat memiliki banyak tugas yang harus dilakukan dibandingkan profesi lain. Hasil penelitian Persatuan Perawat Nasional Indonesia pada tahun 2011 menunjukkan 50,9% perawat Indonesia mengalami stres kerja, dengan gejala sering pusing, kurang ramah, merasa lelah, kurang istirahat akibat beban kerja berat dan penghasilan tidak memadai. Menurut data Kementerian kesehatan RI tahun 2019 jumlah perawat Indonesia mencapai 345.508 orang, dengan demikian angka stres kerja pada perawat cukup besar.

Perawat yang tangguh cenderung akan pulih dari keadaan yang buruk atau trauma dan menggambarkan karakteristik yang membantu mereka mengatasi tantangan hidup di lingkungan. Proses dinamis ini yang menunjukkan kemampuan perawat dalam menanggapi keadaan hidup, profil kepribadian individu, dan merupakan penanda kehidupan yang baik serta menunjukkan kepribadian yang matang secara psikologis (Eley, *et al.*, 2013). Perawat yang mampu melakukan koping yang baik terhadap stres akan mampu menciptakan suasana kehidupan kerja yang baik sehingga mampu meningkatkan kinerja dan kepuasan kerja perawat. Peningkatan kinerja dan kepuasan kerja akan meningkatkan daya saing terhadap kompetitif perumaha sakitan saat ini, Mangkunegara, 2004 (dalam Cecilia, 2017). Berdasarkan penelitian Afrian (2016), ketidaksukaan individu terhadap pekerjaan berdampak pada motivasi dan kepuasan kerja yang dimiliki oleh pasien tersebut. Perawat yang tidak mampu mengatasi masalahnya cenderung akan kurang mempunyai motivasi dalam bekerja sehingga berimbas pada kinerja yang kurang baik.

Saat penelitian ini yaitu pada awal tahun 2020, dunia sedang dihadapkan dengan merebaknya virus COVID-19 membuat beban kerja perawat semakin bertambah, petugas medis tidak bisa seperti masyarakat pada umumnya melindungi dirinya dari dalam rumah. Mereka mempertaruhkan nyawa menangani pasien dengan COVID-19 dengan resiko penularan yang sangat besar. Perawat tidak hanya gelisah dalam merawat pasien COVID-19, pikiran mereka juga terusik dengan terbatasnya alat

pelindung diri (APD). Artinya, kesehatan mental perawat dan tenaga medis lainnya berada dalam kondisi serius dan berbahaya. Hal ini menjadi faktor yang menambah stres kerja bagi perawat.

Di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban Kepulauan Riau terdapat 152 pada tahun 2020 saat dilakukan wawancara dengan 10 orang perawat 7 diantaranya mengalami gejala stres, sebagian besar mengatakan rutinitas kerja monoton dan membosankan, suasana kerja yang tidak menunjang, hubungan interpersonal perawat dengan dokter, pengembangan karir buruk, peran dalam organisasi, masalah dalam keluarga, masalah ekonomi dan jarak tempuh yang jauh ke tempat kerja menjadi beban yang cukup berat bagi perawat ditambah lagi dengan munculnya fenomena virus COVID-19 yang membuat beban kerja dan kekhawatiran perawat semakin bertambah dikarenakan keterbatasan alat pelindung diri (APD) setiap kali bekerja. Tidak sampai disitu, setelah pulang kerumahpun mereka khawatir akan membawa virus bagi keluarga. Hal ini lah yang semakin menambah stres kerja bagi perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Resiliensi Dan Tingkat Stres Dengan Kinerja Perawat Di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban Tahun 2021”.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian asosiatif kausal dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi pada penelitian ini yaitu seluruh perawat yang bekerja di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban yang berjumlah 152 responden. Teknik sampling dalam penelitian ini menggunakan *cluster random sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 38 responden, yaitu 25% dari total perawat menggunakan rumus Arikunto.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisa univariat

1) Karakteristik responden

Tabel 4.1
Distribusi frekuensi karakteristik perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban

No	Karakteristik responden	f	%
1	Jenis kelamin		
	Laki-laki	8	21,05
	Perempuan	30	78,95
	Total	38	100
2	Umur		
	< 25 Tahun	4	10,53
	26-35 Tahun	18	47,37
	36-45 Tahun	16	42,10
	Total	38	100
3	Pendidikan		
	DIII Kep/ Keb	16	42,10
	DIV Kep/ Keb	4	10,53
	SI Kep	8	21,05

	Ners	10	26,32
	Total	38	100
4	Status Kepegawaian		
	TKHL	12	31,58
	PNS	26	68,42
	Total	38	100
5	Masa Kerja		
	< 1 tahun	4	10,53
	1-5 tahun	12	31,58
	6-10 tahun	14	36,84
	>10 tahun	8	21,05
	Total	38	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat diketahui distribusi responden yang diteliti berjenis kelamin perempuan (78,95%) dan laki-laki (21,05%); umur <25 tahun (10,53%), 26-35 tahun (47,37%), 36-45 tahun (42,10%); pendidikan DIII Keperawatan/ Kebidanan (42,10%), DIV keperawatan/ Kebidanan (10,53%), S1 Keperawatan (21,05%), Ners (26,32%); Status kepegawaian TKHL (31,58%), PNS (68,42%) dan masa kerja < 1 tahun (10,53%), 1-5 tahun (31,58%), 6-10 tahun (36,84%), >10 tahun (21,05%).

2) Gambaran Resiliensi Perawat RSUD Engku Haji Daud

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Resiliensi Perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban

No	Resiliensi Perawat	f	%
1	Resiliensi rendah	8	21,05
2	Resiliensi sedang	10	26,32
2	Resiliensi tinggi	20	52,63
	Total	38	100

Berdasarkan tabel 4.2 diatas, dapat diketahui bahwa resiliensi perawat RSUD Engku Haji Daud pada kategori resiliensi rendah (21,05%), resiliensi sedang (26,32%) dan resiliensi tinggi sebanyak (52,63%).

3) Gambaran Stress Kerja Perawat RSUD Engku Haji Daud

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Stress kerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban

No	Stess Kerja	f	%
1	Stress kerja tinggi	8	21,05
2	Stress kerja sedang	12	31,58
3	Stress kerja rendah	18	47,37
	Total	38	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat diketahui distribusi frekuensi stress kerja perawat RSUD Engku Haji Daud berada pada kategori stress kerja tinggi sebesar (26,32 %), stress kerja sedang sebesar (31,58%) dan pada kategori stress kerja rendah sebesar (42,10 %)

4) Gambaran Kinerja Perawat di RSUD Engku Haji Daud

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban

No	Kinerja perawat	f	%
1	Kinerja tidak baik	8	21,05
2	Kinerja sedang	10	26,32
3.	Kinerja baik	20	52,63
Total		38	100

Berdasarkan tabel 4.4 diatas, dapat diketahui distribusi frekuensi kinerja perawat RSUD Engku Haji Daud berada pada kategori kinerja tidak baik sebesar (21,05 %), kinerja sedang sebesar (31,58%) dan pada kategori kinerja baik sebesar (47,37 %)

b. Analisa bivariat

1) Tabulasi silang Resiliensi dengan Kinerja Perawat

Tabel 4.5

Tabulasi silang resiliensi dan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban

Resiliensi	Kinerja	
	r	1,000
	p	0,000
	n	38

Berdasarkan tabel 4.5 diatas dapat diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan kinerja dengan derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$, diperoleh hasil $p=0,000$ dimana ($p \leq 0,05$), dengan kekuatan ($r = 1,000$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Hubungan resiliensi dengan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban tahun 2020.

2) Tabulasi Silang Stres kerja dengan Kinerja Perawat

Tabel 4.6

Tabulasi silang stress kerja dan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban

		Kinerja
Stress kerja	r	0,945
	p	0,000
	n	38

Berdasarkan tabel 4.6 diatas dapat diketahui terdapat hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan kinerja dengan derajat kemaknaan $\alpha = 0,00$, diperoleh hasil $p=0,000$ dimana ($p \leq 0,05$), dengan kekuatan ($r = 0,945$) yaitu sangat kuat dan arah hubungan positif artinya koefisien korelasi adalah signifikan, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Hubungan stress kerja dengan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban tahun 2020.

4. KESIMPULAN

Sebagian besar perawat dengan resiliensi tinggi menghasilkan kinerja baik sebesar (52,63%) dan sebagian besar perawat dengan stress kerja rendah menghasilkan kinerja baik sebesar (47,37%). Nilai signifikan analisa hubungan resiliensi dan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud adalah sebesar 0,000 ($p \text{ value} = 0,000$), dimana pada taraf signifikansi 5%, $p < 0.05$ dapat disimpulkan H_a (hipotesis alternatif) diterima dan nilai signifikan analisa hubungan stress kerja dan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud adalah sebesar 0.000 ($p \text{ value} = 0.000$), dimana pada taraf signifikansi 5%, $p < 0.05$ dapat disimpulkan H_a (hipotesis alternatif) diterima yang berarti ada hubungan resiliensi dan stress kerja dengan kinerja perawat di RSUD Engku Haji Daud Tanjung Uban tahun 2020.

5. SARAN

Berdasarkan dari hasil kesimpulan yang diperoleh pada bagian sebelumnya, maka hal-hal sebagai berikut perlu diperhatikan sebagai saran dalam penelitian ini:

a. Bagi praktik Keperawatan

Agar pihak manajemen dapat menilai dan menyesuaikan beban kerja sehingga tidak mengakibatkan peningkatan stress kerja dan menurunkan resiliensi perawat yang dapat mempengaruhi kinerja perawat. Perawat disarankan untuk menyadari kapasitas masing-masing terkait kemampuan fisik dan psikis untuk menyelesaikan berbagai pekerjaan sehari-hari, sehingga resiliensi diri dapat ditingkatkan.

b. Bagi Institusi pendidikan Keperawatan

Agar membantu mahasiswa dalam memahami dan mengembangkan pengetahuan terkait resiliensi dan stress kerja yang berhubungan dengan kinerja perawat baik khususnya dari sudut pandang neurologi-psikologi dan manajemen.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Agar dapat meneliti lebih lanjut terkait peningkatan pengaruh resiliensi maupun stress kerja terhadap kinerja bagi perawat dilihat dari sudut perawat itu sendiri maupun dari segi manajerial. Agar peneliti selanjutnya dapat mengembangkan kuesioner yang dapat secara rinci menilai persepsi perawat terkait resiliensi, stress kerja dan kinerja perawat di rumah sakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cecilia & Helmi F. A. 2017. *Self Efficacy dan Resiliensi: Sebuah Tinjauan Meta Analisis*. Bulletin Psikologi 2017 Vol 25 No 1. Diakses Tanggal 20 Maret 2020.
- Eley, Diann S. dkk. 2013. *The Relationship Between Resilience and Personality Traits in Doctors: Implications For Enhancing Well Being*. Jurnal PeerJ. 22 Maret 2020.
- Fernanda Rojas, L. 2015. *Factors affecting academic resilience in middle school students: A case study*. Gist Education and Learning research Journal, 11(11), 63-78.
- Keye, M D, & Pidgeon, A. M. 2013. *An Investigation of the relationship between resilience, mindfulness, and academic self-Efficacy*. Open Journal Of Social Sciences, 1(6), 1-4. Doi: 10.4236/jss.2013.16001.
- Kriswandaru.2010. *Stres kerja* /<http://archive.kaskus.co.id/thread/4437750/0/share-artikel-stres-kerja> (Diakses 17 Maret 2020).
- Mangkunegara, A. A, Anwar Parabu. 2014. *Quality of life and Work in Europe*. University of Gothenburg Sweden:Palgrave Macmillan.
- Notoadmojo, S. 2011. *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yana, Dewi. 2015. *Stres Kerja pada Perawat Instalasi Gawat Darurat di RSUD Pasar Rebo Tahun 2014*. Jurnal Administrasi Kebijakan Kesehatan, Vol.1, No.2. 22 Maret 2020.