

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pada era globalisasi seperti sekarang ini, manusia dan pekerjaan merupakan dua sisi yang saling berkaitan dan tidak bisa dilepaskan; keduanya saling mempengaruhi satu sama lain. Manusia membutuhkan pekerjaan untuk bertahan hidup. Pekerjaan merupakan suatu tugas dan tanggungjawab sebagai suatu mata pencaharian untuk mencukupi kehidupan sehingga mendapatkan nafkah atas hasil kerjanya. Setiap pekerjaan memiliki tanggungjawab dan kesulitan di bidangnya masing-masing; banyak pekerjaan yang membutuhkan dedikasi yang tinggi, salah satu contoh pekerjaan tersebut yaitu pekerjaan di bidang kesehatan.

Pekerjaan di bidang kesehatan ini tidak boleh dipandang sebelah mata karena sangat berisiko dan rentan terjangkit berbagai penyakit. Salah satunya yaitu perawat. Henderson (dalam Koziar, Erb, Berman & Snyder, 2010) mengemukakan “perawat adalah seseorang yang membantu individu lain, sehat maupun sakit, dalam melakukan suatu aktivitas yang bermanfaat bagi kesehatan atau pemulihan kesehatan individu tersebut”. *American Nurses Association (ANA)* dalam Koziar dkk.(2010) menyatakan “perawat adalah penegak diagnosis dan penanganan respons manusia terhadap permasalahan kesehatan yang aktual dan potensial”. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perawat adalah orang membantu menangani masalah kesehatan serta melakukan proses pemulihan pada seseorang dalam keadaan sehat maupun sakit.

Seseorang mempunyai banyak kendala dalam menjalani kehidupannya. Kendala yang dialami oleh seseorang dapat timbul dari

berbagai macam permasalahan yang dialami sehari-hari, seperti permasalahan berkomunikasi dalam menjalin relasi antar individu, permasalahan rumah tangga atau keluarga, permasalahan pendidikan, permasalahan ekonomi dan juga permasalahan yang timbul di lingkungan pekerjaan. Berbagai macam permasalahan itu masing-masing mempunyai kesulitan tersendiri bagi individu yang menjalaninya. Salah satunya adalah permasalahan yang timbul di lingkungan pekerjaan. Perawat yang mengalami stres cenderung mengalami kelelahan fisik, emosional, dan mental saat berada di lingkungan kerjanya. Kejadian-kejadian yang terjadi di dalam maupun luar lingkungan kerja dapat memicu terjadinya stres pada perawat. Menurut hasil penelitian Widodo (2010), ditemukan bahwa:

Kemampuan seseorang dalam bersikap di lingkungan kerja dapat memberikan pengaruh yang besar terhadap penyebab stres kerja . Faktor sikap kerja merupakan faktor yang dominan penyebab stres pada perawat yang disebabkan karena adanya kondisi yang dihadapi individu sehari-hari baik yang berkaitan dengan pekerjaan maupun kehidupan pribadi. Salah satu yang menjadi pemicu stres adalah pekerjaan yang dituntut tanggung jawab penuh atas keselamatan orang lain.

Saat bekerja, perawat dituntut untuk bersikap cepat, tanggap, dan terampil dalam mengambil keputusan. Perawat dituntut selalu memberikan pelayanan utama, karena perawat berinteraksi langsung dengan pasien dan harus mengetahui setiap kebutuhan pasien. Tak jarang seorang perawat menemui kendala dalam pekerjaannya. Kendala tersebut dapat datang dari lingkungan tempat seorang perawat bekerja ataupun dalam diri perawat itu sendiri. Gunarsa dan Gunarsa (dalam Sunaryo, 2004:126-130) mengemukakan, perawat dituntut untuk mampu menimbang perasaan orang

lain, rekan kerja, pasien, dan keluarga pasien. Selain itu perawat juga dituntut untuk menjadi pribadi yang baik dan ramah dalam berbagai kondisi dalam kondisi yang sulit. Banyaknya tuntutan pekerjaan bisa menjadi salah satu penyebab stres yang dialami oleh perawat. Saat pengambilan data awal, kondisi tersebut dirasakan oleh subjek C yang merupakan perawat ruang rawat inap yang menangani penyakit kronis, sebagai berikut ini :

“ ..saat ada pasien yang datang dalam kondisi jelek (kritis), kami para perawat berusaha sebaik mungkin untuk menolong pasien itu, tapi kalo’ pasien meninggal, itu yang membuat kami merasa terbebani soalnya itu tanggung jawab kami sebagai seorang tenaga medis, saya merasa memiliki beban tersendiri saat pasien tidak tertolong.”

Kondisi yang dialami perawat juga dapat dialami oleh setiap orang dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan pekerjaan maupun kehidupan pribadi, yang dapat memicu terjadinya stres. Stres merupakan suatu reaksi yang terjadi ketika seseorang dihadapkan pada situasi yang mengancam baik keadaan fisik maupun psikologisnya (Atkinson, dkk dalam Saputra, L., 2000). Menurut Maramis (dalam Suryono, 2014) stres adalah suatu keadaan tertekan, saat seseorang dituntut untuk menyesuaikan dan menyeimbangkan kondisi dalam dirinya. Berdasarkan pengertian di atas dapat disimpulkan stres merupakan keadaan seseorang merasa tertekan saat dihadapkan pada situasi yang mengancam kondisi fisik maupun psikologis, yang diiringi dengan adanya tuntutan penyesuaian diri terhadap pemicu terjadinya stres. Stres dapat menimbulkan berbagai macam penyakit fisik mulai dari gangguan ringan sampai yang berat. Melemahnya kekebalan tubuh membuat seseorang mudah terkena penyakit. Stres dapat muncul dari kondisi individu itu sendiri. Siswanto (2007) menyatakan bahwa “konflik

yang berhubungan dengan peran dan tuntutan tanggung jawab yang dirasakan berat bisa membuat orang merasa tegang”. Seseorang mempunyai caranya sendiri dalam menyelesaikan masalah; ada orang yang dengan sangat mudah dapat menyelesaikan masalahnya dan ada juga yang sulit untuk menyelesaikan permasalahannya.

Menurut Rasmun (2004), ada orang yang dengan mudah dapat menyesuaikan diri terhadap stres yang dialami dan ada orang yang sulit dalam menyesuaikan diri terhadap stresnya. Artinya, setiap orang mempunyai penyesuaian tersendiri terhadap stres. Hal tersebut terjadi karena setiap orang mempunyai tingkat toleransi yang berbeda pada stres. Stres dapat mempengaruhi kesehatan seseorang secara fisik dan psikologis. Kondisi seperti ini dapat memberikan pengaruh langsung terhadap fisik seseorang, gejala yang timbul biasanya menurunnya imun tubuh, susah tidur, susah berkonsentrasi, dan sebagainya. Stres juga dapat memberikan pengaruh pada kesehatan psikologis biasanya gejala yang timbul yaitu menurunnya daya ingat, cemas berlebihan dan mudah emosi (Sarafino, 2008). Kondisi ini dapat memberikan pengaruh terhadap pekerjaan seseorang.

Seorang perawat yang mengalami stres di tempat kerja dapat diketahui dari gejala yang ditimbulkan. Gejala yang ditimbulkan dari stres yang dialami oleh perawat tersebut adalah kepala terasa pusing, badan mudah lemas, dan merasa kelelahan. Saat pengambilan data awal, kondisi tersebut dirasakan oleh subjek J yang merupakan perawat ruang rawat inap yang menangani penyakit non-kronis saat mengalami stres, sebagai berikut:

“ ya kalau lagi ngerasa stres, biasanya leher belakang sampek pundak ku itu kerasa berat kayak ada seng

nancep gitu, terus kepala juga rasa e nyut-nyutan pusing”.

Hal ini juga didukung oleh penelitian Hariyono, Suryani, dan Wulandari (2009) sebanyak 55,8 % perawat mengalami kelelahan saat bekerja. Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi kondisi lingkungan, terutama pada lingkungan kerja yang akhirnya dapat mengganggu kinerja seorang perawat. Stres yang dialami oleh perawat saat bekerja dapat mengganggu kinerja perawat dalam menjalankan tugas maupun kewajibannya. Stres yang dialami perawat dapat berdampak pada perubahan fisik, psikologis dan tingkah laku sehingga menyebabkan perawat menjadi tidak mampu mengendalikan emosi, tidak ramah, dan tidak sabar saat menangani pasien. Perawat yang mengalami stres tinggi akan cenderung memiliki emosi negative sehingga akan memiliki kecenderungan untuk menyalahkan diri sendiri maupun orang lain. Hal ini apabila terjadi dalam waktu yang lama dapat menyebabkan *burnout*. *Burnout* yang dialami perawat saat bekerja akan sangat mempengaruhi pelayanan tindakan keperawatan pada pasien. hal ini seperti pada penelitian Tawale, Budi, dan Nurcholis (2011) mengenai Hubungan antara Motivasi Kerja Perawat dengan Kecenderungan *Burnout* pada Perawat di RSUD Serui- Papua. Hasil penelitian Tawale dkk yaitu motivasi kerja perawat memberikan kontribusi kecenderungan perawat ruang rawat inap mengalami *burnout* sebanyak 27,7 % , terdapat 72,3% faktor lain yang berpengaruh terhadap kecenderungan perawat mengalami *burnout*.

Smet (dalam Maulana 2009: 3) mengemukakan, penyakit merupakan gangguan fungsi adaptasi pada kondisi biologis dan psikologis seseorang. Rajab (2008) mengemukakan, penyakit merupakan suatu keadaan dimana terdapat suatu gangguan terhadap bentuk dan fungsi tubuh

sehingga tidak dapat berada dalam keadaan tidak normal. Penyakit kronis merupakan suatu episode yang berlangsung lama dan menahun (Rajab, 2008). Dapat disimpulkan bahwa penyakit kronis adalah suatu keadaan dalam diri seseorang yang mengalami gangguan pada fungsi adaptasi tubuh yang terjadi dalam waktu lama dan tidak dapat disembuhkan secara optimal. Macam-macam penyakit kronis adalah paru-paru, kanker, diabetes, asma, AIDS (*Acquired Immune Deficiency Syndrome*), dan Alzheimer (Brannon & Feist, 2004). Penyakit kronis dapat menimbulkan berbagai permasalahan serta banyak perubahan pada diri pasien dan juga anggota keluarga yang lain (Kozier dkk, 2010). Pasien yang mengalami penyakit kronis biasanya merasa sedih, adanya ketakutan akan mati dan hilangnya harapan akan masa depan, merasa putus asa, depresi, dan merasa bersalah (Damayanti, 2010). Di sisi lain, penyakit akut adalah suatu penyakit yang terjadi secara tiba-tiba dan tidak berlangsung lama, biasanya hanya dalam hitungan minggu atau bulan. Macam-macam penyakit akut adalah demam berdarah, serangan jantung mendadak, gagal nafas, sepsis, pendarahan pada otak dan lain-lainnya (Murdiana, 2007).

Perawat yang menangani penyakit kronis dapat mengalami stres karena penyakit kronis adalah penyakit yang berlangsung dalam jangka waktu yang lama yang tidak diketahui sembuhnya, sehingga dapat menjadi stressor bagi perawat yang merawat. Tugas seorang perawat bukan hanya membantu kinerja dokter dan merawat pasien saja akan tetapi juga sebagai seorang motivator atau konselor dan menjadi seorang pendidik yang baik untuk pasien (Kozier dkk, 2010). Perawat sebagai motivator atau konselor bagi pasien karena membantu pasien untuk mengenali serta menghadapi masalah-masalah psikologis yang sedang dialaminya saat sakit demi meningkatkan perkembangan kondisi pasien. sebaliknya, perawat sebagai

pendidik yang baik untuk pasien yaitu membantu pasien untuk mengenali keadaannya dan melakukan prosedur pengasuhan kesehatan yang perlu dijalankan demi pemulihan serta pemeliharaan kesehatan pasien (Kozier dkk, 2010).

Pada umumnya pasien penyakit kronis mengalami kecemasan akan kehilangan kesehatan, daya tarik, harga diri serta adanya ancaman dalam ketidak mandirian bahkan ketakutan akan kematian (Wiwie & Nasrun, 2004). Pasien penyakit kronis memerlukan pendekatan lebih, berfokus pada kebutuhan pasien untuk mengurangi kecemasan yang sedang dialami dan meningkatkan *coping* psikologis pasien (Wulandari & Widiyanto, 2002). Dalam kondisi seperti ini seorang perawat harus bisa menjadi seorang motivator bagi pasiennya, agar pasien tetap bersemangat dalam menjalani pengobatan. Apabila seorang pasien tidak memiliki semangat untuk memperjuangkan kesembuhannya, maka hal tersebut akan menjadi beban pikiran untuk perawat. Perawat merasa terbebani saat pasien tersebut dalam kondisi akan meninggal dunia dan perawat sudah mengerahkan segala potensi dan kemampuan agar pasien tetap bertahan hidup.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti menyimpulkan bahwa pekerjaan di bidang kesehatan, khususnya seseorang yang berprofesi sebagai perawat memiliki tuntutan dan tanggung jawab yang sangat besar akan keselamatan jiwa orang lain. Perawat dituntut bekerja secara cepat dan terampil dalam mengambil keputusan, memberikan pelayanan terbaik untuk pasien, serta teliti dan tepat waktu. Tak jarang seorang perawat mengalami kendala dalam setiap pekerjaannya. Apabila seorang perawat tidak dapat mengatasi kendala tersebut maka akan mengalami stres yang terus meningkat. Stres yang tinggi dapat mempengaruhi kinerja perawat menjadi tidak optimal. Oleh karena itu , peneliti merasa tertarik untuk meneliti

perbedaan stres pada perawat ruang rawat inap penyakit kronis dibandingkan dengan stres pada perawat ruang rawat inap penyakit non kronis.

1.2. Batasan Masalah

Banyak faktor yang mempengaruhi stres pada perawat, tetapi penelitian ini ingin berfokus pada perbedaan stres yang dialami perawat ruang rawat inap penyakit kronis dibandingkan dengan stres pada perawat ruang rawat inap non kronis.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “apakah ada perbedaan stres pada perawat ruang rawat inap penyakit kronis dibandingkan dengan stres pada perawat ruang rawat inap penyakit non kronis?”.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui perbedaan stres yang dialami perawat ruang rawat inap penyakit kronis dibandingkan dengan perawat ruang rawat inap penyakit non kronis.

1.5. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat-manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan teoritik pada bidang psikologi klinis yaitu pada kajian tentang stres pada perawat

ruang rawat inap penyakit kronis dibandingkan dengan stres pada perawat ruang rawat inap penyakit non kronis.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Bagi Perawat (subjek penelitian ini)

Membantu perawat dalam mempelajari serta mengenali bahwa bekerja di bidang kesehatan memiliki banyak resiko pada kesehatan diri sehingga dapat mengantisipasi timbulnya stres.

b. Bagi Rumah Sakit

Membantu memberikan masukan kepada pihak rumah sakit untuk melakukan kebijakan dalam mengelola stres kerja yang dialami oleh perawat sehingga diharapkan dapat melakukan manajemen stres untuk menjadi bagian dari lingkungan kerja bagi perawat.