

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stress merupakan kondisi seseorang yang mengalami tuntutan emosi berlebih, sehingga muncul kelelahan, mudah marah, gelisah dan kualitas kerja yang rendah (Richards, 2010). Penyebabnya ialah karena adanya tekanan dari internal maupun eksternal (Sarafino, 2014). Tekanan-tekanan tersebut dapat berupa fisik maupun psikologis (Ardani, 2017). Manusia mempunyai kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap stressor yang ada (Yusuf, 2014). Kemampuan untuk menyesuaikan diri tersebut merupakan bagian dari *self management*. *Self management* merupakan kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengelola dirinya (secara fisik, emosi, pikiran, jiwa, dan spiritual) sehingga mampu mengendalikan maupun menciptakan realitas kehidupan (Rinanda, 2016). Perawat memiliki peran yang sangat penting dalam pelayanan kesehatan. Berbagai tuntutan dari masyarakat menjadikan stressor tersendiri bagi perawat. Perawat dituntut untuk dapat merawat diri sendiri maupun orang lain. Akan tetapi, masih terdapat perawat yang belum mampu memajemen dirinya sendiri.

Stress kerja pada perawat makin hari kejadiannya semakin meningkat. Di Negara Amerika pada tahun 2014 stress kerja pada perawat mencapai 89,2%, diikuti oleh beberapa negara lain seperti Korea selatan 85,2% pada tahun 2017, Eropa 58,2% pada tahun 2011, India 50% pada tahun 2018 dan Australia 44,82% pada tahun 2016 (Khamisa, Peltzer, Ilic, & Oldenburg, 2016; Knezevic, Medicine, & Milosevic, 2011; Kwiatosz-muc, Fijałkowska-nestorowicz, Fijałkowska, Rn, &

Kowalczyk, 2017; Meyer, Li, Klaristenfeld, & Gold, 2014; Sailaxmi & Lalitha, 2018; Yim, Seo, Cho, & Kim, 2017). Sementara stress kerja perawat di Indonesia antara wilayah satu dengan wilayah lainnya sangat bervariasi dan masih tergolong tinggi, yaitu antara 52,5% - 82,8% (Afra & Putra, 2017; Aini & Purwaningsih, 2013; Finarti, Bachri, & Arifin, 2017; Mahalta, 2017; Posangi, Rattu, & Thio, 2016; Urip, 2015; Wahyu, 2015).

Perawat merupakan tenaga profesional yang memiliki kemampuan, kewenangan dan bertanggung jawab melaksanakan asuhan keperawatan (Wardah, Febrina & Dewi, 2017). Dalam menjalankan kewenangan dan tanggungjawab tersebut perawat dituntut berpengalaman tinggi dalam melaksanakan prosedur yang kompleks serta memiliki kompetensi dan menguasai teknologi baru. Perawat harus memiliki memori, kognitif, dan skill yang tinggi. Perawat juga dituntut agar selalu meningkatkan kemampuannya. Sehingga berbagai situasi dan tuntutan kerja yang di alami perawat tersebut dapat menjadi sumber potensial stress kerja perawat (Fuada, Wahyuni & Kurniawan, 2017). Jika perawat tidak mampu menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan tersebut, maka akan muncul berbagai gejala diantaranya ialah depresi, kelelahan kronis, mudah marah, gelisah, impotensi dan kualitas kerja yang rendah (Richards, 2010), perubahan-perubahan biokimia, fisik, kognitif dan tingkah laku (Yusuf, 2014).

Berbagai strategi untuk menghadapi dan mengatasi stress yang dapat dilakukan oleh perawat diantaranya ialah strategi dalam perilaku dan strategi secara kognitif. Strategi perilaku yang dapat ditempuh ialah dengan memecahkan persoalan secara tenang, agresi, regresi, menarik diri dan mengelak. Sementara

strategi kognitif dapat melalui represi, menyangkal kenyataan, fantasi, rasionalisasi, intelektualisasi, pembentukan reaksi dan proyeksi (Ardani, 2017). Strategi-strategi tersebut diharapkan mampu mengendalikan maupun menciptakan realitas kehidupan (Rinanda, 2016). Sehingga tidak menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial perawat (Sarafino, 2014), dan perawat mampu beradaptasi atau menyesuaikan diri dengan berbagai tuntutan atau stressor yang ada (Yusuf, 2014).

Berdasarkan hasil pengamatan terhadap 13 perawat di ruang rawat inap RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang didapatkan data bahwa ada 8 orang perawat yang mengatakan tanpa disadari sering mudah marah tanpa sebab yang jelas dan emosinya menjadi tidak stabil. Mereka menjelaskan bahwa latar belakang kondisi pasien yang seringkali membuat situasi kerja terasa melelahkan. Berangkat dari latar belakang tersebut, maka peneliti tertarik untuk meneliti “hubungan tingkat stress dengan kemampuan *self management* perawat di ruang *Intensive Psychiatric Care Unit* (IPCU) RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang”.

B. Pembatasan dan Rumusan Masalah

Pembatasan masalah pada penelitian ini ialah hanya meneliti kemampuan *self management* dan tingkat stress perawat. Sedangkan rumusan masalah pada penelitian ini ialah apakah ada hubungan kemampuan *self management* dengan tingkat stress perawat di ruang *Intensive Psychiatric Care Unit* (IPCU) RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini ialah untuk menganalisis hubungan kemampuan *self management* dengan tingkat stress perawat di ruang *Intensive Psychiatric Care Unit* (IPCU) RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kemampuan *self management* perawat di ruang *Intensive Psychiatric Care Unit* (IPCU) RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang
- b. Mengidentifikasi tingkat stress perawat di ruang *Intensive Psychiatric Care Unit* (IPCU) RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang
- c. Menganalisis hubungan hubungan kemampuan *self management* dengan tingkat stress perawat di ruang *Intensive Psychiatric Care Unit* (IPCU) RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang.

D. Manfaat

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih terhadap perkembangan dan kemajuan keperawatan khususnya dalam mengelola stress kerja.

2. Praktis

- a. Bagi responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman bagi responden dalam mengenali stress kerja.

b. Bagi lokasi penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi data ilmiah yang perlu ditindaklanjuti untuk mengatasi permasalahan yang ada, sehingga kualitas pelayanan dapat ditingkatkan.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini memberikan pengalaman dan pengetahuan tersendiri bagi peneliti dalam memahami dan menerapkan ilmu riset untuk menggali dan memecahkan masalah khususnya mengenai stress kerja perawat.

