

**HUBUNGAN ANTARA *ROLE OVERLOAD* DENGAN
STRES KERJA PADA PERAWAT**

NASKAH PUBLIKASI

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Dalam Mencapai Derajat Sarjana S-1**



Disusun oleh:

RISKI NUGRAENI
F 100100130

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

SURAT PERNYATAAN

Bismillahirrahmanirahim

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Riski Nugraeni

NIM : F 100 100 130

Fakultas/Jurusan : Psikologi/ Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Judul : HUBUNGAN ANTARA ROLE OVERLOAD DENGAN STRES KERJA
PADA PERAWAT.
:

Menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan skripsi dari jasa pembuatan skripsi. Apabila saya mengutip dari karya orang lain, maka saya mencantumkan sumbernya sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Saya bersedia menerima sanksi apabila melakukan plagiat dalam menyusun karya ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan segala kesungguhan.

Surakarta, 22 mei 2014

Yang Menyatakan,



Riski Nugraeni
085640937266



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. A.Yani Tromol Pos I – Pabelan, Kartasura Telp. (0271) 717417 Fax : 615448
Surakarta 57102

Surat Persetujuan Artikel Publikasi Ilmiah

Yang bertanda tangan di bawah ini pembimbing skripsi:

Pembimbing Utama : Drs. Mohammad Amir, M.Si.

Telah membaca dan mencermati naskah artikel publikasi ilmiah yang merupakan ringkasan skripsi akhir dari mahasiswa:

Nama : Riski Nugraeni

NIM : F 100100130

Fakultas : Psikologi

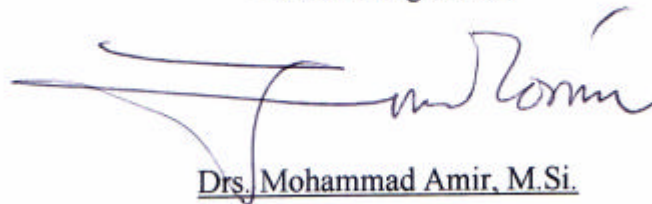
Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA *ROLE OVERLOAD* DENGAN
STRES KERJA PADA PERAWAT

Naskah artikel tersebut, layak dan dapat disetujui untuk dipublikasikan.

Demikian persetujuan ini dibuat, semoga dapat digunakan seperlunya.

Mengetahui

Pembimbing Utama



Drs. Mohammad Amir, M.Si.

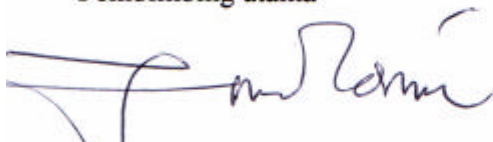
**HUBUNGAN ANTARA *ROLE OVERLOAD* DENGAN
STRES KERJA PADA PERAWAT**

Yang diajukan oleh :

RISKI NUGRAENI
F 100100130

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji
Pada tanggal : Juni 2014
Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat

Pembimbing utama



Drs. Mohammad Amir, M.Si.

Penguji I

Permata Ashfi Raihana, S.Psi., MA

Penguji II



Dra. Zahrotul Uyun, M.Si

Surakarta, Juni 2014
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Fakultas Psikologi
Dekan,



Dr. Taufik, M.Si

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA *ROLE OVERLOAD* DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT

RISKI NUGRAENI

F 100100130

Riskinu@gmail.com

Stres yang dihadapi perawat ketika bekerja akan sangat mempengaruhi kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien, sehingga sangat penting mengetahui penyebab dari stres kerja perawat. Permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: adakah hubungan antara kelebihan beban kerja (*role overload*) dengan tingkat stres kerja perawat?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *role overload* dengan tingkat stres kerja pada perawat di Puskesmas Kartasura. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara *role overload* dengan stres kerja. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat di Puskesmas Kartasura dan sampel diambil sebanyak 31 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *role overload* dan stres kerja. Perhitungan analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment*.

Hasil penelitian menunjukkan *role overload* perawat di Puskesmas Kartasura adalah tinggi hal ini ditunjukkan oleh nilai rerata empirik yang lebih besar dari rerata hipotetik ($123,58 > 95$). Rerata empirik stres kerja adalah 118,90 dan rerata hipotetik adalah 92,5. Hal ini menunjukkan bahwa *role overload* dan stres kerja perawat di Puskesmas Kartasura adalah tergolong tinggi. Kesimpulan: (1) Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *role overload* dengan stres kerja perawat, hal ini dapat diketahui dari $r_{xy} = 0,709$ dengan $p < 0,01$. Artinya semakin tinggi *role overload*, maka semakin tinggi pula stres kerja perawat. Dapat disimpulkan bahwa jika perawat memiliki *role overload* yang tinggi, maka ia akan memiliki stres kerja yang tinggi. Sebaliknya jika perawat memiliki *role overload* yang rendah baik, maka ia akan memiliki stres kerja yang rendah pula. Besar peran *role overload* dalam meningkatkan stres kerja perawat adalah sebesar 50,3%. Hal ini menunjukkan bahwa selain *role overload*, masih ada variabel lain yang berpengaruh terhadap stres kerja perawat. (2) Kondisi *role overload* perawat di Puskesmas Kartasura tergolong tinggi. Terbukti dari mean empirik sebesar 123,58 lebih tinggi dari mean hipotetik yaitu 95; (3) Kondisi stres kerja yang dimiliki perawat di Puskesmas Kartasura termasuk tinggi. Hal ini dapat dilihat dari rerata empirik sebesar 118,90 lebih tinggi daripada rerata hipotetik sebesar 92,5.

Kata kunci: *stres, stres kerja, role overload, perawat*

PENDAHULUAN

Beban kerja seorang perawat sangatlah berat, di satu sisi seorang perawat harus menjalankan tugas yang menyangkut kelangsungan hidup pasien yang dirawat, di sisi lain keadaan psikologis perawat sendiri juga harus tetap terjaga. Kondisi seperti inilah yang dapat menimbulkan rasa tertekan pada perawat, menimbulkan stres pada perawat. Sesuai dengan pendapat Cooper (dalam Supardi, 2007), sumber stres antara lain: (1) Lingkungan kerja: Kondisi kerja yang buruk berpotensi menyebabkan pekerja mudah sakit, mengalami stres, dan menurunkan produktivitas kerja; (2) *Overload*: *Overload* dapat dibedakan menjadi kuantitatif dan kualitatif. *Overload* kuantitatif adalah bila target kerja melebihi kemampuan pekerja yang bersangkutan, akibatnya mudah lelah dan berada dalam ketegangan tinggi. *Overload* kualitatif adalah bila pekerja memiliki tingkat kesulitan atau kerumitan yang tinggi; (3) *Deprivational stress*: pekerjaan yang tidak lagi menantang atau menarik bagi pekerja. (4) Pekerjaan berisiko tinggi: Adalah pekerjaan yang berisiko tinggi dan berbahaya bagi keselamatan.

Shaw dan Weekly (Supardi, 2007) menegaskan bahwa *work overload* (kelebihan beban kerja) berpengaruh secara positif terhadap *perceive pressure* (perasaan tertekan). Sementara itu Zagladi (2004) menemukan bahwa beban kerja yang berlebihan (*role overload*) berpengaruh positif terhadap *burnout*, yaitu kelelahan emosional atau berkurangnya sumber emosional di dalam diri seperti rasa kasih, empati, dan perhatian.

Stres yang dihadapi perawat ketika bekerja akan sangat mempengaruhi kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien, sehingga sangat

penting mengetahui penyebab dari stres kerja perawat. Dengan pernyataan diatas dapat dirumuskan hubungan antara kelebihan beban kerja (*role overload*) dengan tingkat stres kerja perawat.

Semakin berat beban kerja seorang perawat maka berpengaruh semakin tingginya tingkat stres kerja. Beban kerja yang dirasakan oleh perawat dapat menentukan berat ringannya stress kerja yang dialami oleh perawat tersebut. Diperlukan adanya pembagian kerja yang sesuai dengan tugas fungsi dan pokok perawat agar beban kerja yang diberikan dapat sesuai dengan situasi sehingga stress kerja yang dirasakan dapat ditekan seminimal mungkin. Hal ini penting agar dalam menjalankan tanggungjawabnya dalam melaksanakan asuhan keperawatan perawat dapat bekerja secara maksimal dan dapat memberikan pelayanan yang komperhensif dan profesional.

Berdasarkan dari pemaparan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian adalah: apakah *role overload* memiliki hubungan dengan stres kerja?. Mengacu pada permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk mengkaji secara empiris dengan mengadakan penelitian yang berjudul: “Hubungan antara *Role Overload* dengan Stres Kerja pada Perawat di Puskesmas Kartasura”

Metode Penelitian

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh perawat di Puskesmas Kartasura. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari perawat di Puskesmas Kartasura. Teknik sampling yang digunakan adalah *random sampling*. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan kuantitatif dengan skala sebagai alat pengumpulan data. Ada dua

macam skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala stres kerja dan skala *role overload*.

Pengukuran stres kerja dilakukan dengan menggunakan skala stres kerja yang dibuat penulis berdasar pada teori Beehr dan Newman dalam Rice (1999) yang mencakup aspek psikologis, fisik, perilaku, dan organisasional. Skor pada skala yang semakin tinggi menunjukkan semakin tinggi tingkat stresnya, sebaliknya skor skala semakin rendah menunjukkan semakin rendah tingkat stresnya.

Role overload diungkap dengan menggunakan skala pengukuran yang disusun oleh Charles dan Shanley (1997). Skala tersebut dibuat berdasarkan dari 4 aspek-aspek *role overload* yaitu: merawat terlalu banyak pasien dan menghadapi keterbatasan tenaga (aspek kuantitatif), serta mengalami kesulitan dalam mempertahankan standar yang tinggi dan merasa tidak mampu memberi dukungan yang dibutuhkan teman sekerja (aspek kualitatif). Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka *role overload* semakin tinggi. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh, maka *role overload* semakin rendah. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa analisis statistik. Berdasarkan hal tersebut teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *korelasi product moment*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara *role overload* dengan stres kerja, yaitu semakin tinggi kemampuan *role overload*, maka semakin tinggi pula stres kerja perawat. Hal ini

bisa dilihat dari nilai korelasi antara variabel *role overload* dengan stres kerja yaitu $r_{xy} = 0,709$ ($p < 0,01$). Artinya stres kerja perawat akan meningkat jika perawat memiliki *role overload* yang tinggi.

Hal ini sesuai dengan pendapat Supardi (2007) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan stres kerja perawat di ruang rawat inap. Bila banyaknya tugas tidak sebanding dengan kemampuan baik fisik maupun keahlian dan waktu yang tersedia maka akan menjadi sumber stres. Semakin berat beban kerja seorang perawat maka berpengaruh semakin tingginya tingkat stres kerja. Beban kerja yang dirasakan oleh perawat dapat menentukan berat ringannya stress kerja yang dialami oleh perawat tersebut.

Beban kerja yang berlebih secara fisikal ataupun mental, yaitu harus melakukan terlalu banyak pekerjaan, merupakan sumber stres kerja. Unsur yang menimbulkan beban berlebih secara kuantitatif ialah kondisi kerja, yaitu setiap tugas diharapkan dapat diselesaikan secara cepat dan tepat. Selanjutnya desakan waktu menyebabkan banyak kesalahan atau menyebabkan kondisi kesehatan seseorang berkurang, maka ini merupakan cerminan adanya beban berlebih kuantitatif. Sedangkan beban berlebihan secara kualitatif merupakan pekerjaan yang dilakukan oleh manusia makin beralih titik beratnya pada pekerjaan otak. Pekerjaan makin menjadi majemuk. Kemajemukan yang harus dilakukan seorang tenaga kerja dapat dengan mudah berkembang menjadi beban berlebihan kualitatif jika kemajemukannya memerlukan kemampuan teknis dan intelektual yang lebih tinggi daripada yang dimiliki. Pada titik tertentu kemajemukan pekerjaan tidak lagi produktif, tetapi menjadi destruktif. Pada titik tersebut perawat telah

melewati kemampuannya untuk memecahkan masalah dan menalar dengan cara yang konstruktif. Timbullah kelelahan mental dan reaksi-reaksi emosional dan fisik. Kelelahan mental, sakit kepala, dan gangguan-gangguan pada perut merupakan hasil dari kondisi kronis dari beban berlebih secara kualitatif (Everly & Girdano dalam Munandar, 2001).

Berdasarkan uraian di atas dapat dinyatakan bahwa kondisi beban kerja yang meningkat dapat menimbulkan gangguan dan ancaman. Kondisi ini akan menyebabkan perawat menjadi pelupa, lebih banyak kesalahan dalam aktivitas dan mengalami penurunan kemampuan. Perubahan kondisi dan beban kerja akan menimbulkan reaksi pekerja untuk dapat menyesuaikan diri dalam kondisi yang ada. Apabila pekerja kurang mampu beradaptasi dengan kondisi beban kerja yang ada maka akan cenderung mengalami stres kerja.

KESIMPULAN

Berdasarkan pada hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara *role overload* dengan stres kerja perawat. Artinya semakin tinggi *role overload*, maka semakin tinggi pula stres kerja perawat. Dapat disimpulkan bahwa jika perawat memiliki *role overload* yang tinggi, maka ia akan memiliki stres kerja yang tinggi. Sebaliknya jika perawat memiliki *role overload* yang rendah baik, maka ia akan memiliki stres kerja yang rendah pula.
2. Kondisi *role overload* perawat di Puskesmas Kartasura tergolong tinggi.

3. Kondisi stres kerja yang dimiliki perawat di Puskesmas Kartasura termasuk tinggi.
4. Besar peran *role overload* terhadap stres kerja perawat adalah sebesar 50,3%. Hal ini menunjukkan bahwa selain *role overload*, masih ada variabel lain yang berpengaruh terhadap stres kerja perawat.

SARAN-SARAN

1. Bagi Perawat
 - a. Untuk menurunkan *role overload* agar tidak menjadi beban, maka perawat harus percaya diri bahwa perawat memiliki keahlian untuk menjalankan tugas
 - b. Perawat harus dapat membagi tugas dengan rekan kerjanya sehingga waktu kerja dapat disesuaikan
 - c. Agar tidak mengalami stres kerja, perawat harus dapat mengurangi kecemasan dan ketegangan, jangan mudah marah, menghilangkan sesuatu yang membuat gelisah, mengusir kebosanan, nyaman dan puas dengan hasil pekerjaan
 - d. Perawat agar tidak mengalami stres kerja perlu meningkatkan kreativitas kerja, bersemangat dalam bekerja, optimis dengan hasil kerja, serta percaya diri untuk mampu mengatasi beban kerja
2. Bagi Puskesmas
 - a. Manajemen Puskesmas hendaknya menghindari atau menghilangkan hal-hal yang dapat menimbulkan beban kerja berlebih pada perawat dengan

menambah jumlah perawat dan pemberlakuan shift kerja yang tidak terlalu panjang

- b. Manajemen Puskesmas hendaknya menghindari atau menghilangkan hal-hal yang dapat menimbulkan stres kerja pada perawat dengan memberikan ruang perawat yang nyaman, peralatan kerja yang memadai, dan membina suasana keakraban dan kekeluargaan di antara sesama perawat
 - c. Manajemen Puskesmas perlu memberikan kesempatan kepada perawat untuk meningkatkan kemampuannya dalam menghadapi beban kerja yang semakin kompleks dengan memberikan pelatihan-pelatihan
3. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan melakukan penelitian tentang faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi stres kerja selain *role overload*, misalnya lingkungan fisik dan lingkungan sosial yang kurang mendukung, faktor pribadi, konsep diri, dan faktor-faktor lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Anoraga, P. (2004). *Psikologi Kerja*, Penerbit Rineka Cipta. Jakarta
- Bhanugopan, R. dan Fish, A. (2006), An empirical investigation of job burnout among expatriates, *Personnel Review*, Vol. 35, No. 4, hal. 449-468.
- Charles, A and Shanley, E. (1997). *Social Psychology For Nurses*, First Pusblished in Great Britain
- Munandar, Ashar Sunyoto (2001) *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia
- Rice, P.L. (1999). *Stress and Health*. United States of America: Brooks/Cole Publishing company.
- Shaw, J. B., Weekly, J. A. (1985). *The Effect of Objective Work Load Variations of Psychological Strain and Post Work Load Performance*. *Journal of Management*, Vol. 11, No. 1, pp. 97-108.
- Supardi. (2007). Analisa Stres Kerja Pada Kondisi dan Beban Kerja Perawat dalam Klasifikasi Pasien di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Tingkat II Putri Hijau Kesdam I/Bb Medan. *Jurnal Peneliitan Pascasarjana Magister Psikologi*. Universitas Sumatera Utara Medan. Vol XII No. 2 Hal 71-79
- Zagladi, A. L. (2004). Pengaruh Kelelahan Emosional Terhadap Kepuasan Kerja dan Kinerja Dalam Pencapaian Komitmen Organisasional Dosen Perguruan Tinggi Swasta. *Jurnal Penelitian*. Program Pasca Sarjana Universitas Brawijaya. Vol. VII No. 1 Hal. 79-84