

Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Tenaga Kesehatan Masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan

Ardiana Priharwanti, Teguh Irawan*, Nida Mafaza Zulfa, Muflihatun Ni'mah,
Tiara Anisa Salma, Isna Wida Khafidho, Nur Isnaeni, Iqro Ciciani, Muhammad Labib

Email: trikuris@yahoo.co.id

Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan, Indonesia
Jln. Sriwijaya No.3 Kota Pekalongan Jawa Tengah, 51119
No. HP 085640868784

DOI:

[10.37402/jurbidhip.vol11.iss1.297](https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol11.iss1.297)

Riwayat artikel:

Diterima
16/11/2023
Direvisi
19/02/2024
Diterbitkan
23/02/2024

Abstrak

Stres kerja adalah keadaan ketidakseimbangan fisik yang menyebabkan ketegangan fisik dan psikologis yang mempengaruhi cara berpikir, emosi dan kondisi tenaga kerja. Stres kerja pada lingkungan tenaga kesehatan tergolong cukup tinggi, begitu juga dengan tenaga kesehatan masyarakat yang bekerja di puskesmas. Stres kerja berpengaruh terhadap beban kerja yang terlalu tinggi. Faktor yang mempengaruhinya yaitu beban kerja. Tujuan dilakukannya dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel tenaga kesehatan masyarakat yang berjumlah 26 responden di 14 Puskesmas Kota Pekalongan. Berdasarkan hasil analisis dari Uji Korelasi Pearson, diperoleh nilai signifikan (p) antara beban kerja dengan stres kerja adalah 0,019 atau $p\text{-value} < 0,05$. Jika melihat interpretasi di atas maka hasil uji menunjukkan bahwa hasil uji dinyatakan hubungan signifikan atau terdapat hubungan antara beban kerja dan stres kerja pada tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan.

Kata kunci: beban kerja; stres kerja; tenaga kesehatan masyarakat.

Ardiana Priharwanti
*Teguh Irawan**
et al

Abstract

Work stres is a state of physical imbalance that causes physical and psychological tension that affects the way of thinking, emotions and working conditions. Work stres among health workers is quite high, as are the public health workers who work in puskesmas. Work stres affects the workload which is too high. The influencing factor is the workload. The purpose of this research is to find out whether there is a relationship between workload and work stres in public health workers at the Pekalongan City Health Center. This study used a quantitative method with a sample of 26 public health workers in 14 Community Health Centers in Pekalongan City. Based on the results of the analysis of the Pearson Correlation Test, a significant value (p) was obtained between workload and work stres which was 0.019 or p-value <0.05. If you look at the interpretation above, the test results show that the test results stated that there was a significant relationship or that there was a relationship between workload and work stres in public health workers at the Pekalongan City Health Center.

Keywords: *workload; work stress; public health workers.*

1. Pendahuluan

Segala jenis pekerjaan dapat menimbulkan stres terhadap pekerja. Stres kerja bisa dirasa oleh semua pekerja. Ada beberapa profesi yang banyak menimbulkan munculnya Stres dibandingkan dengan pekerjaan lain. Salah satu kelompok pekerja yang rawan stres adalah petugas kesehatan masyarakat. stres kerja merupakan situasi kerja yang dinamis, saat pekerja dihadapkan pada peluang, persyaratan atau batasan yang penting dan bekerja setara dengan hasil yang akan dicapai dalam situasi yang tidak pasti.⁽¹⁾

Menurut Sagala (2020), ketidaksesuaian pengetahuan dan kompetensi, atau tekanan dan kebutuhan, yang menjadi stres kerja. Seseorang tidak bisa menggunakan kemampuan dan pengetahuannya sehingga menimbulkan masalah. Hal tersebut berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam menangani tekanan kerja yang dialaminya. Ketika seseorang merasa stres, ia tidak bisa melaksanakan tuntutan pekerjaan dengan baik. Dengan demikian, gangguan psikologis dan fisiologis seseorang dapat disebut keadaan stres seseorang.⁽²⁾ Belum tentu semua orang mampu mengatasi pekerjaan yang tinggi, namun ada beberapa orang yang mampu.⁽³⁾ Penilaian subyektif adalah kemampuan seseorang untuk menghadapi peristiwa yang membuat stres. Data WHO menyimpulkan bahwa stres adalah epidemi global. Sebuah laporan PBB menyebut stres kerja sebagai penyakit abad ke-20.

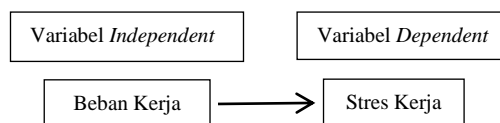
Menurut Permendagri Nomor 12 Tahun 2018, beban kerja adalah besaran pekerjaan yang harus dipikul oleh suatu jabatan/unit organisasi dan merupakan hasil kali

antara jumlah pekerjaan dengan waktu. Beban kerja merupakan sejumlah kegiatan yang membutuhkan keahlian dan harus dikerjakan dalam jangka waktu tertentu dalam bentuk fisik maupun psikis.⁽⁴⁾ Dalam penelitian yang dilakukan oleh Andrianti (2019) menemukan hubungan beban kerja dengan stres kerja.⁽⁵⁾ Beban kerja yang terlalu berlebihan atau terlalu sedikit dapat menimbulkan gangguan atau penyakit akibat bekerja. Amalia (2022) menyatakan bahwa individu dengan beban kerja yang terlalu banyak akan mengalami kelelahan baik secara psikis maupun fisik dan akan menimbulkan stress,⁽⁶⁾ Hal ini disebabkan karena tingkat keahlian yang dituntut terlalu tinggi, kecepatan kerja yang mungkin terlalu tinggi, volume kerja yang mungkin terlalu banyak dan sebagainya.⁽⁷⁾ Sedangkan beban kerja yang terlalu sedikit dimana pekerjaan yang terjadi karena pengulangan gerak dapat menimbulkan kebosanan.⁽⁸⁾ Kesadaran akan beban kerja merupakan persepsi individu terhadap berbagai tuntutan pekerjaan dan aktivitas yang membutuhkan aktivitas mental, seperti mengingat kebutuhan, berkonsentrasi, menganalisis masalah, mengatasi kejutan, dan membuat keputusan cepat terhadap masalah yang berkaitan dengan kebugaran. Tenaga kesehatan masyarakat akan mengalami bahwa beban kerja yang berbeda, dan seseorang mampu dalam menangani pengalaman dan pekerjaan, perbedaan pemahaman, dan perbedaan pemahaman tentu saling terkait. Tujuan dilakukannya dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara beban kerja

dengan stres kerja pada tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan menggunakan teknik korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara dua variabel.⁽⁹⁾ Pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu non probability sampling dengan sampel penelitian adalah tenaga kesehatan masyarakat yang ada di puskesmas kota pekalongan yang berjumlah 26 orang. Variabel yang digunakan pada penelitian ini berupa variabel *dependent* dan *independent*, Variabel *dependent* pada penelitian ini adalah stres kerja sedangkan variabel *independent* nya yaitu beban kerja.



Grafik 1. Indikator hubungan variabel

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner meliputi instrumen data demografi dan instrumen beban kerja tenaga SKM yang terdiri dari 15 pertanyaan. Metode pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini yaitu dengan melakukan wawancara dan pengisian kuesioner terhadap responden. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini berupa analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan spearman rho yang diolah menggunakan software SPSS. Data dikatakan signifikan jika memiliki nilai $p\text{-value}$ $0 < p < 0.05$ dan dikatakan tidak signifikan jika memiliki nilai $p\text{-value} > 0.05$.

3. Hasil dan Pembahasan Analisis Univariat

Analisis ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik dari masing-masing variabel yang telah diteliti dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase masing-masing kelompok.⁽¹⁰⁾

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Beban Kerja

Tingkat Kerja	Beban	N	%
Beban kerja berat		16	61,5
Beban kerja ringan		10	38,5

Berdasarkan data penelitian pada 26 Responden menunjukkan sebanyak beban kerja berat 16 orang dengan presentase 61,5% dan beban kerja ringan 10 orang dengan presentase 38,5%. Hasil tersebut juga selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Runtu & Hamel (2018) pada uji univariat mengungkapkan bahwa mayoritas staff mengalami beban kerja yang berat sebanyak 23 responden (56,15%), sementara sebagian kecil mengalami beban kerja yang ringan, yakni 18 responden (43,9%).⁽¹¹⁾ Hal ini dikarenakan petugas kesehatan masyarakat merasa memiliki beban pekerjaan yang berat dan tidak sesuai dengan job desk sebagaimana petugas kesehatan masyarakat harus lakukan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Padila & Andri (2022) juga menyatakan bahwa beberapa faktor yang dapat menyebabkan stres adalah adanya tuntutan tinggi terhadap tingkat keahlian, kecepatan, kerja yang harus dilakukan dalam volume besar, dan berbagai faktor lainnya yang berkaitan dengan beban kerja yang berlebihan.⁽¹²⁾ Beban kerja harus dijadikan perhatian khusus

oleh setiap puskesmas, sebab beban kerja tenaga kesehatan menjadi suatu bagian yang dapat mengoptimalkan kinerja dan dapat menyebabkan turunnya tenaga kesehatan masyarakat. Dengan menganalisa beban kerja akan membantu tercapainya tujuan dari puskesmas.

Terlalu banyak beban kerja menimbulkan stres kerja bagi tenaga kesehatan kesehatan masyarakat. Jika beban kerja yang diterima tubuh terlalu banyak, hal itu menyebabkan kelelahan fisik, psikis, dan menyebabkan efek emosional seperti gangguan pencernaan, sakit kepala, dan mudah tersinggung. Beban Kerja Petugas Kesehatan Masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan memiliki pekerjaan tingkat sulit tinggi, tugas yang diberikan tidak terduga, waktunya singkat dan ada juga beberapa petugas kesehatan yang tetap menyelesaikan pekerjaannya pada saat istirahat.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Stres Kerja

Tingkat Stres Kerja	N	%
Stres kerja berat	14	53,8
Stres kerja ringan	12	46,2

Berdasarkan tabel 2 hasil penelitian dari 26 Responden menunjukkan sebanyak 14 orang responden (53,8) mengalami stres kerja berat, sebanyak 12 orang responden (46,2%) stres kerja ringan. Hasil tersebut juga selaras pada penelitian yang dilakukan oleh Badri (2020) yang mendapatkan hasil bahwa responden yang memiliki stres kerja berat yaitu lebih banyak dengan jumlah 25 responden (53,2%) sedangkan responden yang memiliki tingkat kerja ringan sebanyak 22 responden

(46,8%).⁽¹³⁾ Hal ini menunjukkan stres kerja yang dialami oleh tenaga kesehatan masyarakat merupakan penyebab dari beban kerja. Stres kerja bisa timbul karena beban kerja yang diberikan terlalu banyak.

Stress dalam lingkungan bekerja adalah suatu hal yang tidak dapat kita hindari, hal yang bisa kita lakukan adalah bagaimana cara mengelola, mengatasi, atau mencegahnya agar stres tersebut tidak mengganggu produktivitas kerja⁽¹⁴⁾. Stres kerja yang dialami oleh tenaga kesehatan masyarakat disebabkan karena beban kerja yang tinggi. Beban kerja yang berlebihan dan mempunyai tingkat kesulitan yang tinggi sehingga tenaga kesehatan masyarakat mengalami stres kerja. Ada beberapa tenaga kesehatan masyarakat yang sulit tidur apabila belum menyelesaikan pekerjaan dan merasa gelisah ketika pekerjaannya belum selesai. Kondisi kesehatan yang seperti ini juga bisa mengakibatkan stres kerja dan terdapat tenaga kesehatan masyarakat yang merasa jantung berdebar kencang dan tegang pada saat bekerja. Terutama tenaga kesehatan masyarakat yang menunda-nunda tugas yang diberikan dan tidak menyelesaikan pekerjaan tepat waktu.⁽¹⁵⁾

Analisis Bivariat

Analisis ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Uji yang dipakai dalam analisis bivariat adalah dengan menggunakan uji korelasi Pearson karena data terdistribusi normal (Parametric).

Tabel 3. Uji Korelasi Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja

Variabel	Stres Kerja			Keterangan
	Koef. Korelasi (r)	Sig. (p)	Jumlah (n)	
Beban Kerja	0,457	0,019	26	Korelasi positif, ada hubungan yang signifikan

Dari tabel 3, diperoleh nilai *significant* (p) antara beban kerja dengan stres kerja yaitu 0,019 atau *p-value* <0,05. Jika melihat interpretasi di atas maka hasil uji menunjukkan bahwa hasil uji dinyatakan hubungan signifikan atau adanya hubungan beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan. Hasil tersebut juga selaras pada penelitian yang dilakukan oleh Ku'e, Kaseger, & Kiling (2022) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja.⁽¹⁶⁾ Beban kerja berperan dalam meningkatkan tingkat stres di kalangan tenaga kesehatan. Dimana terdapat korelasi positif antara beban kerja yang diterima oleh tenaga kesehatan dan tingkat stres kerja, yang artinya semakin tinggi beban kerja yang mereka tanggung, semakin tinggi pula tingkat stresnya.⁽⁵⁾

4. Kesimpulan

Tingkat beban kerja pada tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas wilayah kota pekalongan memiliki tingkat beban kerja berat, artinya tenaga kesehatan masyarakat kesehatan masyarakat memiliki kemampuan yang rendah untuk mengendalikan beban kerja yang diberikan. Berdasarkan analisis tingkat stres memiliki tingkat stres berat yaitu

61,5%. Hal ini terjadi karena beban kerja yang berat sehingga tingkat stres juga berat artinya pada saat mendapat pekerjaan yang berlebih para tenaga kesehatan masyarakat tidak dapat mengatasi beban pekerjaan dengan mengatur emosi secara baik, hal itu menyebabkan stres kerja tenaga kesehatan masyarakat yang tinggi.

Hasil dari Uji Korelasi Pearson memperoleh nilai *significant* (p) antara beban kerja dan stres kerja adalah 0,019 atau *p-value* < 0,05. Jika melihat interpretasi di atas maka hasil uji menunjukkan bahwa hasil uji dinyatakan hubungan signifikan atau adanya hubungan beban kerja dan stres kerja pada tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan.

5. Saran

- a. Untuk Tenaga kesehatan masyarakat
Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, diharapkan tenaga kesehatan masyarakat dapat menjaga kontrol emosi secara positif dalam menghadapi beban kerja dengan tetap menganggap bahwa ini adalah komitmen yang harus diselesaikan, sehingga potensi penyebab stres kerja tidak muncul pada diri petugas tenaga kesehatan masyarakat.
- b. Untuk instansi
Diharapkan agar setiap pimpinan dapat memantau petugas tenaga kesehatan masyarakat dengan melakukan masyarakat dengan melakukan penilaian maupun survei isalah satunya pimpinan bisa turun secara langsung untuk lebih dekat kepada petugas tenaga kesehatan masyarakat. Kegiatan ini

dilaksanakan supaya tidak menimbulkan kesenjangan antara pimpinan puskesmas dan tenaga kesehatan masyarakat di Puskesmas. Puskesmas mampu melakukan aktivitas diluar ruangan seperti outbound maupun gathering yang rutin bertujuan untuk dapat meningkatkan solidaritas dan dapat mengurasi perasaan canggung antar tenaga kesehatan masyarakat terutama pimpinan dan tenaga kesehatan masyarakat itu sendiri untuk mengendalikan antara beban kerja dan juga stres kerja kepada tenaga kesehatan masyarakat.

6. Daftar Pustaka

- [1] Tonapa EP, Kawatu PAT, Kapantow NH. Hubungan Antara Beban Kerja dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Tenaga Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19 di Puskesmas Bandar Khalipah Kabupaten Deli Serdang. *J Kesmas*. 2022;11(5):150–7.
- [2] Sagala. HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PEGAWAI KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA BINJAI. Universitas Islam Negeri Sumatra Utara Medan; 2020.
- [3] NIOSH. Exposure to Stress Occupational Hazards in Hospitals. NIOSH. USA; 2008.
- [4] Dhania DR. PENGARUH STRES KERJA, BEBAN KERJA TERHADAP KEPUASAN KERJA (STUDI PADA MEDICAL REPRESENTATIF DI KOTA KUDUS). *J Psikol Univ Muria Kudus*. 2010;I(1).
- [5] Andrianti et al. Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Ppda Perawat di Rumah Sakit Raflesia Kota Bengkulu. *J Vokasi Keperawatan*. 2019;2(2).
- [6] Amalia IR. Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Karyawan di Unit Operasional PT Bank SUMUT Cabang Medan. Universitas Medan Area. Universitas Medan Area; 2022.
- [7] Analalaki AM, Abas M, Pambudhi YA. Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Anggota Kepolisian Satreskrim. *J Sublimapsi*. 2022;3(2):150–61.
- [8] Dewi. Hubungan Antara Persepsi Terhadap Beban Kerja dengan Komitmen Organisasi Karyawan Divisi Pelaksanaan Produksi PT. Solo Kawistara Garmindo. Universitas Diponegoro. Universitas Diponegoro; 2013.
- [9] Arikunto. Manajemen Penelitian. Edisi Revi. Jakarta: Rineka Cipta; 2005.
- [10] Nugroho. Analisis Data Penelitian Bidang Kesehatan. Yogyakarta: Gosyeng Publishing; 2020.
- [11] Runtu V V, Hamel R PL. Hubungan Beban Kerja Fisik Dengan Stres Kerja Perawat Diruang Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado. *J Keperawatan*. 2018;6(1):1–7.
- [12] Padila P, Andri J. Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat di Masa Pandemi Covid-19. *J Keperawatan Silampari*. 2022;5(2):919–26.

- [13] Badri IA. Hubungan kepemimpinan camat dengan peningkatan kualitas pelayanan. *Adm Publik*. 2020;5(1):379.
- [14] Mahawati E, Yuniwati I, Ferinia R, Rahayu PP, Fani T, Sari AP, et al. Analisis Beban Kerja Dan Produktivitas Kerja dan Produktivitas Kerja. Yayasan Kita Menulis. 2021. 188 p.
- [15] Carima W. Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja Tenaga Kesehatan. *Schema J Psychol Res*. 2022;59–70.
- [16] Serly Ku'e, Henny Kaseger, Maykel Alfian Kiling HA. Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Instalasi Gawat Darurat Rsud Kota Kotamobagu Relationship of Workload With Work Stress on Nurses in the Emergency Installation of Kotamobagu City Hospital. *J Ilm Sesebuana*. 2022;6(1):8–12.