

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stres kerja sudah menjadi salah satu masalah kesehatan terbesar yang mempengaruhi para pekerja hampir di seluruh dunia (Zhang *et al.*, 2021). Hal ini dapat dipengaruhi oleh perubahan sosial, ekonomi, politik, dan teknologi. Perubahan-perubahan yang terjadi ini akan mengubah kondisi atau keadaan kerja, terutama tuntutan kerja yang dapat meningkatkan risiko kerja. Tuntutan yang tinggi akan berubah menjadi ancaman yang besar karena dapat mengganggu kesehatan dan keselamatan para pekerja sehingga membuat mereka rentan terhadap stres kerja.

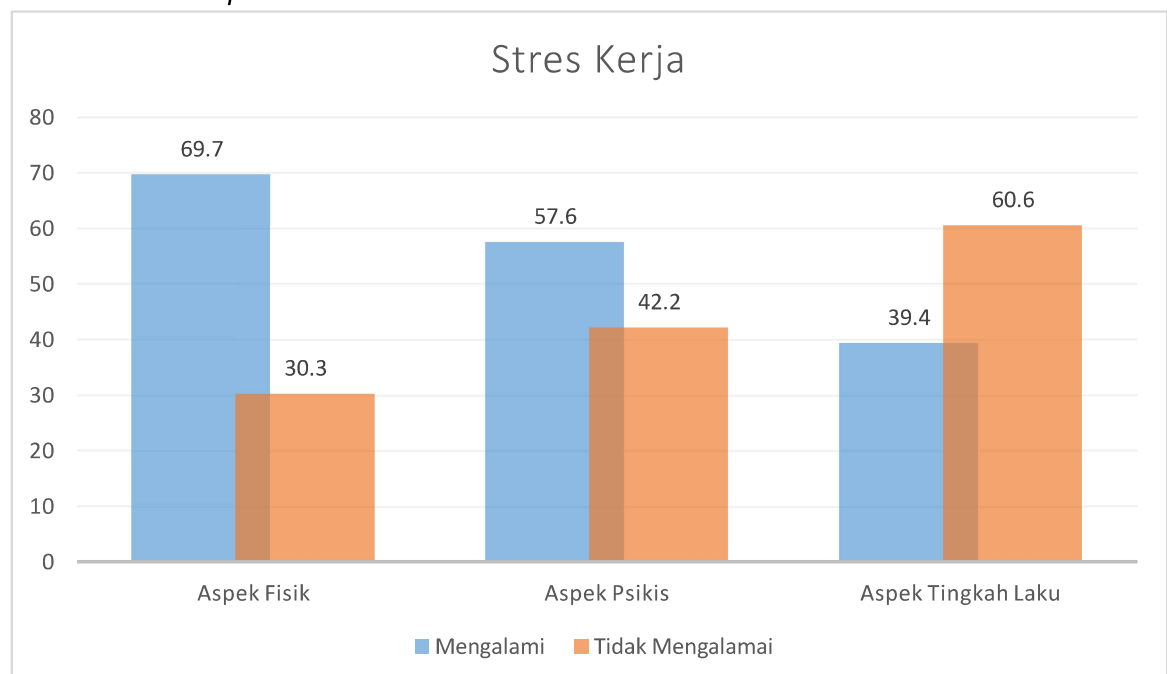
Survei yang dilakukan oleh *Health and Safety Executive* (HSE) menyatakan bahwa pada tahun 2021/2022 sebanyak 914.000 pekerja mengalami stres, depresi, atau kecemasan terkait dengan pekerjaan. Kondisi ini terus meningkat dari tahun 2017/2018 yang hanya sebesar 595.000 kasus. Sebesar 44% stres dan depresi yang disebabkan oleh pekerjaan dan 57% dari ketidakhadiran ditempat kerja karena sakit (*Health and Safety Executive*, 2020). Di Indonesia sendiri stres kerja menjadi masalah yang cukup serius. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, menyatakan bahwa jumlah gangguan mental sebanyak 10,36%, selanjutnya angka stres kerja sebanyak 58,89% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Elbay *et al* (2020) dengan melibatkan 442 tenaga kesehatan, ditemukan 182 (41,2%) tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja.

Survei yang dilakukan peneliti kepada 33 tenaga kesehatan di Rumah Sakit Umum Daerah Ruteng menunjukkan bahwa kebanyakan tenaga kesehatan

mengalami stres kerja jika dilihat dari aspek fisik, psikis, dan aspek tingkah laku (Hutahaean, 2023). Hasil survei menunjukkan sebesar 69,7% sering mengalami sakit kepala setelah selesai bekerja, 56,7% merasa tertekan atau cemas karena tuntutan pekerjaan, dan 39,4% merasa mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dengan rekan kerja atau atasan kerja. Untuk lebih jelas dapat dilihat di diagram berikut:

Gambar 1

Grafik Hasil Pra-penelitian



Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa banyak dari para pekerja termasuk tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja selama mereka bekerja. Semakin sering terpapar stres maka akan menimbulkan berbagai dampak bagi para tenaga kesehatan, seperti gangguan tidur, diabetes, hipertensi, penyakit psikosomatik, sindrom kelelahan, depresi, penggunaan zat psikoaktif, penurunan produktivitas, ketidakhadiran, ketidakpuasan kerja, serta rendahnya kualitas hidup ditempat kerja (Ribeiro *et al.*, 2018). Dengan adanya gangguan-gangguan tersebut

dapat mempengaruhi para tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan kepada pasien mereka, komitmen para pekerja terhadap pekerjaannya, kinerja dan produktivitas, kepuasan pasien, serta reputasi dari tempat mereka bekerja.

Menurut Greenberg (dalam Riznanda & Kusumadewi, 2023), stres kerja adalah gabungan dari berbagai sumber stres yang berasal dari tempat kerja, karakteristik dari individu yang bersangkutan, ataupun tekanan yang berasal dari luar lingkungan tempat individu tersebut bekerja. Menurut Novaritapraja (2020), stres kerja adalah tanggapan atau respons yang berbahaya secara fisik ataupun emosional yang muncul saat tuntutan dari pekerjaan tidak sejalan dengan kemampuan, sumber, serta kebutuhan dari pekerja itu sendiri

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja salah satunya adalah dukungan sosial (Sari *et al.*, 2020). Dukungan sosial adalah pemahaman atau pengalaman seseorang yang terlibat dalam suatu kelompok atau lingkungan dimana orang-orang saling mendukung satu sama lain (Hou *et al.*, 2020). House dan Khan (dalam Lestari & Primadineska, 2021), mengatakan bahwa dukungan sosial adalah kegiatan yang memiliki tujuan untuk membantu yang melibatkan emosi, pemberian informasi, bantuan instrumen, serta penilaian positif pada individu dalam menghadapi permasalahannya. Dukungan sosial memiliki pengaruh bagi individu dalam berinteraksi dengan lingkungan yang adadi sekitarnya.

Bagi pekerja di sektor kesehatan yang penuh dengan tekanan, dukungan sosial merupakan hal yang penting dan sangat berperan dalam kehidupan sehari-hari, terutama bagi individu yang mempunyai peran ganda. Penelitian yang dilakukan oleh Afwina (2019) dengan melibatkan dokter residen di Rumah Sakit Umum Pusat H. Adam Malik Medan, menemukan bahwa dokter residen yang

mendapatkan dukungan sosial yang tinggi cenderung dapat menekan tingkat stres kerja di tempat kerja. Hal lainnya juga diungkapkan oleh Michie dan Williams (dalam Amarnah, 2017), bahwa dukungan sosial yang buruk dapat menjadi penyebab penyakit psikologis dan ketidakhadiran ditempat kerja serta dapat menjadi penyebab utama stres pada tenaga kesehatan. Berdasarkan fakta yang ada, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dapat memberikan pengaruh pada tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan.

Ada beberapa penelitian yang dapat menambah dukungan terhadap permasalahan yang menjadi fokus dalam penelitian ini, peneliti menemukan beberapa studi yang telah mengulas terkait dengan masalah yang diangkat. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki hubungan atau relevansi dengan penelitian ini. Walaupun memiliki keterkaitan, namun ada perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sari *et al* (2020) di Rumah Sakit TK II DR. Soepraoen Malang, menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan tingkat stres perawat, artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka semakin rendah tingkat stres kerja. Maijefri *et al* (2022) menemukan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres kerja pada perawat selama masa pandemi Covid-19. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Hutahaeen (2023) dengan subjek penelitiannya perawat di Instalasi Bedah Sentral RSUP Haji Adam Malik Medan, menyatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah stres kerja.

Dari penelitian-penelitian yang sudah dilakukan di atas, semua subjek penelitian yang terlibat hanya perawat dan tidak dengan tenaga kesehatan lainnya yang bekerja di rumah sakit serta penelitian dilakukan pada masa pandemi Covid-

19. Pada penelitian sebelumnya sampel yang digunakan rata-rata sangat kecil yaitu hanya 36 dan 39 orang perawat sehingga tidak bisa mewakili populasi perawat secara keseluruhan.

Melihat keadaan ini peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan variabel yang serupa yaitu hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja. Penelitian ini menggunakan subjek yang berbeda begitu juga dengan tempat penelitiannya, serta peneliti ingin melihat keadaan atau tingkat stres pada tenaga kesehatan setelah masa pandemi Covid-19. Hal ini dapat menjadi pembeda dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit Umum Daerah Ruteng, Manggarai, Flores-NTT?

C. Tujuan

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat dukungan sosial dengan tingkat stres yang diterima oleh tenaga kesehatan di Rumah Sakit Umum Daerah Ruteng, Manggarai, Flores-NTT.

D. Manfaat

Ada dua manfaat yang terdapat dalam penelitian ini, yaitu:

a. Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa berkontribusi dalam ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang ilmu psikologi dengan memberikan data empiris yang sudah diuji mengenai dukungan sosial dan stres kerja dengan cara melibatkan semua tenaga kesehatan yang bekerja di Rumah Sakit Umum Daerah Ruteng sebagai subjek penelitian bukan hanya perawat saja serta dengan subjek penelitian yang lebih banyak dari penelitian sebelumnya.

b. Praktis

Penelitian ini dapat meningkatkan kesejahteraan pada tenaga kesehatan dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di Rumah Sakit Umum Daerah Ruteng, Manggarai, Flores-NTT.