

## Faktor Penyebab Stres Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa: *Literatur Review*

Patricia Putri Carenina Manuk Dewa<sup>1</sup>, Christin Paula Lede<sup>2</sup>, Priskila Amelia Takalapeta<sup>3</sup>, Lusya Anggriani Leba<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

Alamat: Jl. Adisucipto Penfui, Kupang, NTT

Korespondensi penulis: [kareninamanuk@gmail.com](mailto:kareninamanuk@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** *Stress is a reality of everyday life that we cannot avoid. All professionals in hospitals are at risk of stress, but nurses have a higher level of stress. High levels of job stress also affect the performance, satisfaction, productivity, and caring behavior of nurses towards patients will be lower. Nurses are required to work skillfully, make decisions quickly, and precisely so that nurses can experience stress, which in turn can make nurses lose motivation, experience boredom which leads to decreased work performance and deteriorating patient care. This literature review aims to determine the various factors that cause stress in nurses in mental hospitals. The literature review used in writing this literature review is by searching for national literature using databases such as Google Scholar, or other search engines. At the beginning of the search with keywords: "Stress", "Nurse," "Mental Hospital" the journals obtained were more than 968,000 articles, after being filtered by looking at the inclusion criteria, 5 national articles were obtained from the 2017-2023 timeframe. The inclusion criteria for selecting literature review studies are that this research must provide information about the factors that cause stress in nurses in mental hospitals. Exclusion criteria, the main focus of this literature review is the factors that cause stress in nurses in mental hospitals. Based on 5 artikel that have been reviewed, it is found that work stress in nurses in mental hospitals is caused by various interrelated factors, such as excessive workload, emotional demands, poor work relationships, lack of social support, and unpleasant work environment.*

**Keywords:** *Stress, Nurses, Mental Hospital.*

**Abstrak.** Stres adalah realitas kehidupan sehari-hari yang tidak bisa kita hindari. Seluruh tenaga profesional di rumah sakit memiliki resiko stres, namun perawat memiliki tingkat stres yang lebih tinggi. Tingkat stres kerja yang tinggi juga berpengaruh terhadap kinerja, kepuasan, produktivitas, dan perilaku kepedulian perawat terhadap pasien akan semakin rendah. Perawat dituntut untuk bekerja terampil, membuat keputusan dengan cepat, dan tepat sehingga perawat dapat mengalami stres, yang pada akhirnya dapat membuat perawat kehilangan motivasi, pengalaman kebosanan yang menyebabkan penurunan kinerja kerja dan memburuknya perawatan pasien. Tinjauan literatur ini bertujuan untuk mengetahui beragam faktor penyebab stress pada perawat di Rumah Sakit Jiwa. Tinjauan literatur yang digunakan dalam penulisan literature review ini yaitu dengan mencari literatur-literatur Nasional yang dilakukan dengan menggunakan database seperti Google Scholar, ataupun mesin pencarian lainnya. Pada awal pencarian dengan keywords: "Stres", "Perawat," "Rumah Sakit Jiwa" jurnal yang didapatkan lebih dari 968.000 artikel, setelah disaring dengan melihat kriteria inklusi didapatkan 5 artikel Nasional dari rentang waktu 2017-2023. Kriteria inklusi untuk pemilihan studi literature review yaitu penelitian ini harus memberikan informasi tentang faktor penyebab stress pada perawat di RSJ. Kriteria eksklusi, fokus utama dari literatur review ini adalah faktor yang menyebabkan stres pada perawat di RSJ. Berdasarkan 5 artikel yang telah di review diketahui bahwa stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa disebabkan oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti beban kerja yang berlebihan, tuntutan emosional, relasi kerja yang buruk, kurangnya dukungan sosial, dan lingkungan kerja yang tidak menyenangkan.

**Kata Kunci:** Stres, Perawat, Rumah Sakit Jiwa.

## PENDAHULUAN

Stres kerja saat ini menjadi masalah global dan berdampak signifikan terhadap pekerja dan profesi secara global. Stres di tempat kerja menimbulkan risiko terhadap kesehatan dan keselamatan pekerja jika aktivitas melebihi sumber daya, kemampuan, dan keterampilan bekerja dikerjakan terus-menerus. Menurut *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa sekitar 450 juta orang di dunia mengalami stress kerja. Stres kerja adalah bermacam rangsangan atau tanggapan tubuh sendiri baik dari dalam maupun luar yang menimbulkan dampak buruk misalnya kesehatan menurun dan terjadi penyakit. Stres ini diciptakan oleh tubuh yang menerima stresor, yang kemudian direspons dalam bentuk berbagai respons emosional atau fisiologis.

Penelitian yang dilakukan *The National Institute Occupational Safety and Health* (NIOSH) menunjukkan bahwa pekerjaan-pekerjaan yang berhubungan dengan rumah sakit atau kesehatan memiliki kecenderungan tinggi untuk terkena stres kerja atau depresi sedangkan *American National Association for Occupational Health* (ANAHO) menempatkan kejadian stres kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres kerja pada pekerja. Perawat merupakan seseorang (seorang profesional) yang mempunyai kemampuan, tanggung jawab dan kewenangan melaksanakan pelayanan asuhan keperawatan pada berbagai jenjang pelayanan keperawatan (Safii, 2022).

Menurut *American Nurses Association* tahun 2017, menyatakan bahwa perawat di rumah sakit mengalami stres sebanyak 82%, sedangkan menurut *Health and Safety Executive* tahun 2019, menyatakan tingkat stres tertinggi terdapat pada tenaga kesehatan, guru, dan perawat dengan prevalensi 3.000 kasus per 100.000 pekerja. Menurut survei yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Distrik Ratchaburi di Thailand, terdapat 26,2% perawat termasuk kategori berisiko tinggi mengalami stres kerja. Sebuah penelitian terhadap 241 perawat di Latvia, dengan 41,9% mengidentifikasi risiko infeksi sebagai salah satu faktor terbesar penyebab stres kerja. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2017, pekerja menderita depresi sebesar 60,6% dan 57,6% lainnya menderita gangguan susah tidur. Masalah ini terkait dengan masalah psikologi. Hasil survei tahun 2018, Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) menemukan 50,9% stres kerja dialami perawat di Indonesia (Safii, 2022).

Hal ini bisa disebabkan oleh tugas-tugas perawat yang sering monoton dan kondisi ruangan yang sempit, biasa dirasakan oleh perawat yang bertugas di bagian bangsal. Tuntutan untuk bertindak cepat dan tepat dalam menangani pasien biasanya dihadapi oleh perawat di ruang gawat darurat atau bagian kecelakaan. Di samping itu perawat yang bertugas di rumah sakit jiwa menemukan kesulitan untuk berkomunikasi baik dengan pasiennya, dan tetap harus

tetap waspada akan tingkah pasien yang terkadang bisa saja dapat membahayakan bagi keselamatan jiwa si perawat. Selain itu perawat yang di Rumah Sakit Jiwa lebih banyak mengalami kemungkinan stres di tempat kerja diakibatkan perawat di Rumah Sakit Jiwa memiliki tenaga keperawatan lebih sedikit sementara asuhan keperawatan yang dilakukan cukup berat karena menangani pasien dengan gangguan kesehatan secara psikis, bukan secara fisik berbeda halnya dengan di Rumah Sakit Umum, perawat menangani pasien dengan gangguan kesehatan secara fisik dan bisa melakukan komunikasi dengan baik dan jelas sesuai kemauan pasien. Sementara itu dilihat dari sarana dan prasarana yang menunjang di rumah sakit jiwa sangat kurang dan terjadinya perbedaan rasio yang tidak seimbang antara pasien dan perawat. Rumah Sakit Jiwa sekali shift terdiri dari dua orang perawat yang masing-masing pasien 11-20 setiap ruangan dan jika dibandingkan yaitu 1:10 dengan satu perawat dan 10 pasien sedangkan untuk di rumah sakit umum perawat menangani pasien hanya pada saat pasien membutuhkan bantuan dan bisa dilakukan komunikasi dengan baik karena perawat tidak hanya terpaku pada satu ruangan sedangkan satu ruangan hanya terdiri dari 3 atau 5 pasien dengan jumlah perawat setiap shift 8 perawat (Sari et al., 2017)

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Dadang Hawari di RSJ AISYAH tahun 2018 menunjukkan bahwa faktor tertinggi yang menyebabkan stress kerja pada perawat yaitu karakter pasien sebesar 23 %, kemudian faktor beban kerja dan masalah administrasi yaitu 20 %, selanjutnya konflik antar staf sebesar 19 % dan yang terakhir faktor masalah perawatan pasien sebesar 18 %, kemudian berdasarkan studi kasus yang dilakukan di Rumah Sakit Jiwa Prof.Dr.Mohammad Ildrem pada 18 Februari tahun 2022, jumlah perawat yang aktif bekerja sebanyak 136 orang, setelah dilakukan wawancara kepada 5 orang perawat di ruangan mawar, didapati hasil 2 dari 5 perawat mengatakan mengalami stress kerja, akibat lingkungan kerja yang mengalami kebisingan oleh suara pasien yang menyanyi serta menjerit-jerit dan fasilitas di ruangan kurang memadai. Sehingga bekerja terasa lebih gerah dan panas. 3 orang perawat mengatakan stress kerja akibat beban kerja yang lumayan berlebihan, seperti perawat seringkali harus mengalami kesulitan dalam menghadapi situasi negatif di tempat kerja, misalnya berhadapan dengan pasien yang sedang menyerang atau resah, mengganti laken, memberi makan, menjemur dan memeriksa ttv serta mencatat hasil perkembangan status pasien dan karena aktivitas yang monoton di RSJ yang pada akhirnya dapat membuat perawat kehilangan motivasi, pengalaman kebosanan yang menyebabkan penurunan kinerja kerja dan memburuknya perawatan pasien (Safii, 2022)

## METODE

Penulisan ini menggunakan metode literature review yang melibatkan eksplorasi berbagai sumber informasi mengenai Faktor Penyebab Stres Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa. Literature review ini merupakan rangkaian penelitian yang memanfaatkan metode pengumpulan data dari berbagai referensi kepustakaan, baik berupa studi maupun penelitian yang mencakup berbagai aspek. Google Scholar digunakan sebagai sumber utama informasi kepustakaan dalam penelitian ini. Kriteria publikasi ilmiah yang digunakan sebagai referensi ada dalam rentang waktu enam tahun terakhir (2017-2023) dengan kata kunci “Stres”, “Perawat” dan “Rumah Sakit Jiwa”. Berdasarkan hasil penelusuran pada database Google Scholar, ditemukan sekitar 968.000 artikel yang sesuai dengan kata kunci “Stres” dan ditemukan 77.200 artikel dengan kata kunci “Perawat Rumah Sakit Jiwa”.

Selanjutnya, artikel di skringing dan ditemukan 5 artikel yang relevan dengan topik pembahasan. Kriteria inklusi pada tinjauan literatur review ini adalah; (1) Perawat rumah sakit jiwa. (2) Hasil yang diukur adalah faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres. Sedangkan untuk kriteria eksklusi sendiri antara lain; (1) Studi publikasi menggunakan Bahasa Inggris (2) Tidak full text (3) Artikel tidak sesuai dengan kata kunci penelusuran.

## HASIL

Berdasarkan hasil pencarian literature, ditemukan 5 artikel yang relevan dengan topik yang akan membahas tentang faktor penyebab stres pada perawat di rumah sakit jiwa. Hasil temuan didapatkan 5 artikel dengan responden yaitu perawat rumah sakit jiwa. Semua artikel berbahasa Indonesia.

No	Peneliti	Tahun	Metode penelitian	Judul	Hasil
1	Rahmatia.Sari, S.Yusran, Ririn.Teguh	2017	Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional study</i> . Penarikan sampel dilakukan dengan metode Purposive Sampling	Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2016	Berdasarkan hasil penelitian, tidak ada hubungan yang signifikan antara gaji dan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara. Perawat mengalami stres kerja karena beban kerja dan shift kerja, bukan karena gaji yang diterima. Disarankan agar perawat laki-laki membantu perawat perempuan dengan beban kerja tinggi, mengontrol perawat perempuan yang bekerja malam, mempertahankan komunikasi yang baik, dan memahami bahwa gaji bukanlah satu-satunya motivasi dalam pekerjaan(Sari et al., 2017)
2	Lalu Erwin Musyaddat Surati, Akmad Saufi	2017	Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah penelitian survei dengan pendekatan analisis kuantitatif.	Pengaruh Dukungan Sosial, Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja Perawat Rumah Sakit Jiwa	Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial, beban kerja, dan lingkungan kerja memiliki pengaruh signifikan terhadap stres kerja perawat di Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma Provinsi NTB. Dukungan sosial dan lingkungan kerja memiliki pengaruh negatif terhadap stres kerja, sementara beban kerja memiliki pengaruh

No	Peneliti	Tahun	Metode penelitian	Judul	Hasil
				Mutiara Sukma Provinsi Nusa Tenggara Barat	positif. Beban kerja dianggap sebagai faktor dominan yang mempengaruhi stres kerja perawat. Lingkungan kerja yang baik dapat membantu mengurangi stres kerja perawat. Manajemen RSJ Mutiara Sukma disarankan untuk memperhatikan faktor-faktor ini guna meningkatkan kinerja dan kepuasan kerja perawat.(Erwin Musyaddat & Saufi, 2017)
3	Laili Meiranda Mahlithosikha, Anik Setyo Wahyuningsih	2021	Metode penelitian yang digunakan dalam studi ini adalah metode analitik observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Stres Kerja Perawat di Unit Perawatan Jiwa Rumah Sakit Jiwa Daerah	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara usia dan jenis kelamin dengan stres kerja pada perawat di Unit Perawatan Jiwa RSJD dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Faktor-faktor lain yang berhubungan dengan stres kerja perawat di unit perawatan jiwa termasuk beban kerja, konflik interpersonal, dan konflik peran ganda. Perawat laki-laki cenderung mengalami lebih banyak konflik interpersonal dan stres kerja dibandingkan dengan perawat perempuan. Konflik peran ganda juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja perawat. Perawat yang sudah menikah tidak terlalu dipengaruhi stres kerja oleh dukungan pasangan. Tingkat pendidikan, status kepegawaian, masa kerja, dan shift kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap stres kerja perawat di unit perawatan jiwa RSJD dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah. Konflik interpersonal juga dapat menyebabkan penurunan kualitas pekerjaan dan mempengaruhi stres kerja perawat.(Meiranda Mahlithosikha & Setyo Wahyuningsih, 2021)
4	Ayu Anisa Maranden, Apriyana Irfayanti, Erich Christian Wayangkau	2023	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Abepura Kota Jayapura	Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang berkaitan dengan stres kerja perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Abepura adalah beban kerja dan dukungan sosial. Beban kerja merupakan faktor dominan yang berhubungan dengan stres kerja perawat di RSJD Abepura. Meskipun tidak ada hubungan signifikan antara shift kerja dan stres kerja, faktor beban kerja dan dukungan sosial mempengaruhi tingkat stres kerja perawat. Disarankan untuk melakukan rekrutmen tambahan perawat, meningkatkan hubungan antar rekan kerja, dan memberikan waktu istirahat yang cukup untuk mengurangi stres kerja (Maranden et al., 2023)
5	Ahmad Safii	2022	Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan pendekatan <i>cross-sectional</i>	Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Mohammad Ildrem Medan	Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor penyebab stres pada perawat di rumah sakit jiwa dapat dipengaruhi oleh shift kerja, masa kerja, dan lingkungan kerja. Shift kerja pagi dan hari cenderung lebih stres, masa kerja lebih dari 10 tahun juga dapat meningkatkan tingkat stress, dan lingkungan kerja yang nyaman dapat membantu mengurangi stress. Lingkungan kerja yang baik dapat meningkatkan kinerja dan membuat karyawan merasa nyaman dan kondusif dalam bekerja (Safii, 2022)

## **PEMBAHASAN**

Berdasarkan 5 jurnal yang telah di review, terdapat beberapa faktor yang secara konsisten diidentifikasi sebagai penyebab stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa, yaitu:

**Beban Kerja.** Beban kerja yang berlebihan merupakan salah satu faktor utama penyebab stres kerja pada perawat. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti jumlah pasien yang banyak dengan kondisi yang kompleks, kurangnya perawat yang bertugas, jam kerja yang panjang dan tidak menentu, tugas dan tanggung jawab yang melebihi kemampuan, beban kerja yang berlebihan dapat membuat perawat merasa kewalahan, lelah, dan frustrasi, sehingga berakibat pada peningkatan stres.

**Tuntutan Emosional.** Bekerja di rumah sakit jiwa menuntut perawat untuk memiliki kemampuan interpersonal yang baik dan mampu menangani pasien dengan berbagai kondisi mental yang berbeda. Hal ini dapat menjadi beban emosional yang berat bagi perawat, terutama ketika mereka harus menghadapi pasien yang agresif dan kasar, pasien yang mengalami depresi berat atau ansietas, pasien yang memiliki risiko bunuh diri. Kurangnya dukungan emosional dari rekan kerja atau atasan, tuntutan emosional yang tinggi dapat menyebabkan perawat merasa stres, cemas, dan tertekan.

**Relasi Kerja yang Buruk.** Relasi kerja yang buruk dengan rekan kerja, atasan, atau pasien dapat memperburuk stres kerja pada perawat. Hal ini dapat disebabkan oleh: kurangnya komunikasi dan kerjasama antar tim, konflik dan perselisihan dengan rekan kerja atau atasan, merasa tidak dihargai atau diakui atas pekerjaan mereka, serta kurangnya dukungan dari rekan kerja atau atasan. Relasi kerja yang buruk dapat membuat perawat merasa terisolasi, tidak didukung, dan frustrasi, sehingga memperparah stres yang mereka alami.

**Kurangnya Dukungan Sosial.** Dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman, dan rekan kerja dapat membantu perawat dalam mengatasi stres kerja. Namun, dalam beberapa kasus, perawat di rumah sakit jiwa mungkin tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup karena, bekerja pada shift malam atau akhir pekan, tinggal jauh dari keluarga dan teman, memiliki rekan kerja yang tidak suportif, kurangnya dukungan sosial dapat membuat perawat merasa sendirian dan terisolasi, sehingga memperparah stres yang mereka alami.

**Lingkungan Kerja yang Tidak Menyenangkan.** Lingkungan kerja yang tidak menyenangkan, seperti ruangan yang sempit dan tidak nyaman, fasilitas yang tidak memadai, kurangnya keamanan, paparan bahaya atau penyakit dapat meningkatkan stres kerja pada perawat.

## **KESIMPULAN**

Stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa disebabkan oleh berbagai faktor yang saling terkait, seperti beban kerja yang berlebihan, tuntutan emosional, relasi kerja yang buruk, kurangnya dukungan sosial, dan lingkungan kerja yang tidak menyenangkan. Upaya untuk mengatasi stres kerja pada perawat perlu dilakukan secara komprehensif dengan melibatkan berbagai pihak, seperti manajemen rumah sakit, tim medis, dan keluarga perawat.

## **SARAN**

Penelitian selanjutnya dapat dilakukan untuk mengkaji lebih dalam tentang mekanisme stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa, mengembangkan intervensi yang efektif untuk mengatasi stres kerja pada perawat, membandingkan tingkat stres kerja pada perawat di rumah sakit jiwa dengan jenis rumah sakit lainnya, serta mempelajari strategi coping yang digunakan oleh perawat untuk mengatasi stres kerja.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Noorce Ch. Berek, S.KM.,M.Kes selaku Dosen Pengampuh Mata Kuliah Psikologi Industri yang memberikan tugas dan arahan serta motivasi kepada kami untuk menyelesaikan literatur review ini
2. Seluruh yang berjasa membantu kami dalam menyelesaikan tugas ini yang tidak bisa kami sebutkan satu persatu.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Erwin Musyaddat, L., & Saufi, A. (2017). Kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja perawat Rumah Sakit Jiwa Mutiara Sukma Provinsi Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Magister Manajemen Universitas Mataram*.
- Maranden, A. A., Irijayanti, A., & Wayangkau, E. C. (2023). Faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Abepura Kota Jayapura. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 22(2), 221–228. <https://doi.org/10.14710/jkli.22.2.221-228>
- Meiranda Mahlithosikha, L., & Setyo Wahyuningsih, A. (2021). Stres kerja perawat di unit perawatan jiwa Rumah Sakit Jiwa Daerah. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v1i3.49087>
- Safii, A. (2022). Faktor-faktor penyebab stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Mohammad Ildrem Medan.

Sari, R., Yusran, S., & Ardiansyah, R. T. (2017). Faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2.