

## GAMBARAN STRES KERJA PADA SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN SELAMA PANDEMI COVID-19 DI PUSKESMAS SELAT KABUPATEN KARANGASEM

Ni Made Rahayu Sri Adnyani, I Ketut Suarjana\*

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Udayana  
Jalan P.B Sudirman, Denpasar, Bali, 80232

### ABSTRACT

During the COVID-19 pandemic, Health Human Resources at the Public Health Center are required to perform additional tasks in an effort to overcome the COVID-19 pandemic, but the function of the Public Health Center as primary health service provider must continue achieve the specified targets. This matter puts physical and mental pressure on health human resources at the Selat Public Health Center which can trigger stress. The purpose of this study was to find out the description of work stress in health human resources during the COVID-19 pandemic at the Selat Public Health based on individual characteristics and work-related stressors. This research is an observational study using a cross sectional approach. The sample in this study were all of health human resources at the Selat Public Health Center, totaling 81 respondents, which were obtained through total sampling technique. The results showed that most of the respondents (48.1%) experienced severe work stress during the COVID-19 pandemic. As many as 77.8% of respondents felt a high workload during the COVID-19 pandemic. There is a relationship between gender ( $p=0.047$ ), education ( $p<0.01$ ), and type of worker ( $p<0.01$ ), workload ( $p<0.01$ ), physical work environment ( $p<0.01$ ), interpersonal conflict ( $p<0.01$ ), and role conflict ( $p<0.01$ ) with work stress during the COVID-19 pandemic. Most of the respondents experienced heavy work stress during the COVID-19 pandemic. It is suggested that the puskesmas can develop policies to manage stress, analyze workload objectively, and provide rewards to increase work motivation.

**Keywords:** COVID-19, Public Health Center, Health Human Resources, work stress,

### ABSTRAK

Di masa pandemi COVID-19, SDM kesehatan di Puskesmas dituntut untuk melakukan tugas tambahan dalam upaya penanggulangan pandemi COVID-19, namun fungsi Puskesmas sebagai penyedia layanan kesehatan primer harus tetap berjalan untuk mencapai target yang ditentukan. Hal tersebut memberikan tekanan fisik maupun mental bagi SDM kesehatan di Puskesmas Selat yang dapat memicu terjadinya stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stres kerja pada SDM kesehatan selama pandemi COVID-19 di Puskesmas Selat berdasarkan karakteristik individu dan *stressor* terkait pekerjaan. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh SDM kesehatan di Puskesmas Selat yang berjumlah 81 responden yang didapatkan melalui teknik total sampling. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (48,1%) mengalami stres kerja berat selama pandemi COVID-19. Sebanyak 77,8% responden merasakan beban kerja tinggi selama pandemi COVID-19. Terdapat hubungan antara jenis kelamin ( $p=0,047$ ), pendidikan ( $p<0,01$ ), dan jenis pekerja ( $p<0,01$ ), beban kerja ( $p<0,01$ ), lingkungan kerja fisik ( $p<0,01$ ), konflik interpersonal ( $p<0,01$ ), dan konflik peran ( $p<0,01$ ) dengan stres kerja selama pandemi COVID-19. Sebagian besar responden mengalami stres kerja yang berat selama pandemi COVID-19. Disarankan untuk pihak puskesmas dapat mengembangkan kebijakan untuk manajemen stres, menganalisis beban kerja secara objektif, dan memberikikan *reward* untuk meningkatkan motivasi kerja

**Kata kunci:** COVID-19, Puskesmas, SDM kesehatan, stres kerja

### PENDAHULUAN

Upaya adaptasi pelayanan kesehatan sudah dilaksanakan sejak mulainya pandemi COVID-19 masuk ke Indonesia dengan dukungan dari berbagai sumber daya yang ada salah satunya sumber daya manusia (SDM) kesehatan. SDM kesehatan di suatu pelayanan kesehatan terdiri dari

tenaga kesehatan dan tenaga non kesehatan/tenaga penunjang.

Menurut Satuan Tugas Penanganan COVID-19, SDM kesehatan yang bekerja difasilitas kesehatan merupakan kelompok yang berisiko tinggi tertular COVID-19 karena dalam bekerja berhadapan langsung dengan pasien. Krisis kesehatan terkait

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

COVID-19 menimbulkan perubahan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, depresi, rasa tidak aman yang dapat menjadi faktor penyebab terjadinya stres (Handayani *et al.*, 2020).

Stres kerja adalah respon fisik dan psikologis seseorang akibat dari tuntutan pekerjaan yang berlebihan secara internal dan eksternal (Yuli, 2021). Penelitian yang dilakukan di Turki menghasilkan bahwa sebanyak 182 tenaga kesehatan mengalami stres karena gangguan psikiatrik yang pernah dialami dan dipengaruhi oleh pola jam kerja yang tinggi di masa pandemic COVID-19 (Elbay *et al.*, 2020). Menurut penelitian lain yang dilakukan di China yang melibatkan 5062 partisipan tenaga kesehatan, sebanyak 1509 orang diantaranya mengalami stres pada masa pandemic COVID-19 (Zhu *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan di Indonesia, tercatat 55% responden tenaga kesehatan mengalami stres akibat wabah pandemi COVID-19 (Nasrullah *et al.*, 2020).

Di masa pandemi COVID-19, Puskesmas sebagai penyedia layanan kesehatan primer yang paling terdepan dalam melakukan upaya penanggulangan pandemi COVID-19. Puskesmas Selat adalah unit kerja yang berada di bawah Dinas Kesehatan Kabupaten Karangasem. Menurut hasil wawancara, SDM kesehatan di Puskesmas Selat secara aktif berkontribusi dalam upaya penanggulanagn pandemi COVID-19 seperti melaksanakan tugas tambahan berupa pelacakan kasus, pemantauan kasus, vaksinasi COVID-19, administrasi, pendistribusian alat dan bahan penunjang, dsb. Walaupun saat ini sumber daya

kesehatan lebih difokuskan pada penanggulangan pandemi COVID-19 tetapi fungsi Puskesmas sebagai penyedia layanan kesehatan primer harus tetap berjalan dan harus sesuai standar untuk mencapai target yang ditentukan. Hal tersebut memberikan tekanan fisik maupun mental bagi SDM kesehatan di Puskesmas Selat yang dapat memicu terjadinya stres kerja

Selain itu, terjadi peningkatan jumlah kunjungan di Puskesmas Selat di masa pandemi COVID-19, yakni berdasarkan data kunjungan Puskesmas Selat tahun 2020 dengan total kunjungan sebanyak 8112 meningkat jika dibandingkan dengan kunjungan pada tahun 2019 yang berjumlah 4.570. Hal tersebut mengakibatkan SDM Kesehatan di Puskesmas Selat harus bekerja lebih ekstra dan memicu terjadinya stres kerja. Dampak serius stres kerja yang dialami oleh SDM kesehatan pada masa pandemi COVID-19 membutuhkan strategi penanggulangan yang tepat agar tidak mempengaruhi mutu dan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan April hingga Mei 2022 di Puskesmas Selat Kabupaten Karangasem. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh SDM kesehatan di Puskesmas Selat yang berjumlah 81 responden yang didapatkan melalui teknik total sampling. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh dengan menggunakan

kuesioner. Penelitian ini menggunakan kombinasi dari dua kuesioner baku, yaitu *The Workplace Stress Scale* untuk mengukur tingkat stres kerja dan NIOSH *Generic Job Stress Questionnaire* untuk mengukur sumber stres yang berasal dari dalam maupun luar lingkungan kerja yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan *software* SPSS-26

yang menghasilkan distribusi frekuensi setiap variabel dan distribusi silang antara variabel stres kerja dengan variabel karakteristik individu dan *stressor* terkait pekerjaan. Penelitian ini telah diperiksa sesuai *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian dengan Keterangan Kelaikan Etik Nomor 885/UN14.2.2.VII.14/LT/2022 tertanggal 19 April 2022

## HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Proporsi (%)
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	27	33,3%
Perempuan	54	66,7%
<b>Umur</b>		
20-34 tahun	32	39,5%
36-65 tahun	49	60,5%
<b>Pendidikan</b>		
<SMA/Sederajat	7	8,6%
SMA/Sederajat	20	24,7%
Diploma	40	49,4%
Sarjana	12	14,8%
Pascasarjana	2	2,5%
<b>Status pernikahan</b>		
Menikah	78	96,3%
Belum menikah	3	3,7%
<b>Masa kerja</b>		
Baru (<6 tahun)	19	23,5%
Sedang (6-10 tahun)	17	21,0%
Lama (>10 tahun)	45	55,5%
<b>Status kesehatan</b>		
Memiliki penyakit penyerta	9	11,1%
Tidak memiliki penyakit penyerta	72	88,9%
<b>Jenis pekerja</b>		
Tenaga kesehatan	51	63,0%
Tenaga non kesehatan	30	37,0%

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 54 orang (66,7%) responden. berumur 36-65 tahun (60,5%), pendidikan terakhir Diploma yaitu

40 orang (49,6%), berstatus sudah menikah sebanyak 78 orang (96,3%), memiliki masa kerja lama (>10 tahun) berjumlah 45 orang (55,5%), tidak memiliki penyakit penyerta sebanyak 72 orang (88,9%), dan sebanyak

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

51 orang responden (63,0%) merupakan tenaga kesehatan

Tabel 2. Gambaran Stres Kerja pada SDM Kesehatan Selama Pandemi COVID-19 di Puskesmas Selat

Variabel	Frekuensi	Proporsi (%)
<b>Stres kerja</b>		
Ringan	20	24,7%
Sedang	22	27,2%
Berat	39	48,1%

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 39 orang (48,1%), sedangkan 20 orang (24,7%) mengalami stres kerja ringan, serta 22 orang (27,2%) lainnya mengalami stres kerja sedang selama pandemi COVID-19

Tabel 3 Gambaran *Stressor* Terkait Pekerjaan pada SDM Kesehatan Selama Pandemi COVID-19 di Puskesmas Selat.

<i>Stressor</i> Terkait Pekerjaan	Frekuensi	Proporsi (%)
<b>Beban kerja</b>		
Sesuai	18	22,2%
Tinggi	63	77,8%
<b>Lingkungan kerja fisik</b>		
Menunjang	59	72,8%
Tidak menunjang	22	27,2%
<b>Konflik interpersonal</b>		
Rendah	43	53,1%
Tinggi	38	46,9%
<b>Konflik peran</b>		
Rendah	45	55,6%
Tinggi	36	44,4%
<b>Dukungan sosial</b>		
Baik	61	75,3%
Kurang baik	20	24,7%

Berdasarkan Tabel 3, diperoleh bahwa pada masa pandemi COVID-19 sebagian besar responden memiliki beban kerja tinggi yaitu sebanyak 63 orang (77,8%) Sebanyak 59 orang responden (72,8%) merasa lingkungan kerja fisik sudah menunjang. Sebagian besar responden merasakan konflik interpersonal dan

konflik peran yang terjadi dimasa pandemi COVID-19 tergolong rendah yaitu sebesar 43 orang (53,1%) dan 45 orang (55,6%). Faktor dukungan sosial yang dirasakan oleh responden selama pandemi COVID-19 sebagian besar tergolong dalam kategori baik yaitu sebanyak 61 orang (75,3%).

Tabel 4 Gambaran Stres Kerja pada SDM Kesehatan di Puskesmas Selat Selama Pandemi COVID-19 Berdasarkan Karakteristik Individu

Karakteristik Individu	Stres kerja						Jumlah		Nilai-p
	Ringan		Sedang		Berat		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
<b>Jenis kelamin</b>									
Laki-laki	5	18,5	12	44,5	10	37	27	100	0,047
Perempuan	15	27,8	10	18,5	29	53,7	54	100	
<b>Umur</b>									
20-34 tahun	8	25	7	21,9	17	53,1	32	100	0,664
36-65 tahun	12	24,5	15	30,6	22	44,9	49	100	
<b>Pendidikan</b>									
<SMA/Sederajat	2	28,6	5	71,4	0	0	7	100	<0,01
SMA/Sederajat	10	50	6	30	4	20	20	100	
Diploma	4	10	7	17,5	29	72,5	40	100	
Sarjana	2	16,7	4	33,3	6	50	12	100	
Pascasarjana	2	100	0	0	0	0	2	100	
<b>Status pernikahan</b>									
Menikah	20	25,6	21	26,9	37	47,5	78	100	0,596
Belum menikah	0	0	1	33,3	2	66,7	3	100	
<b>Masa kerja</b>									
Baru (<6 tahun)	8	42,1	3	15,8	8	42,1	19	100	0,217
Sedang (6-10 tahun)	5	29,4	5	29,4	7	41,2	17	100	
Lama (>10 tahun)	7	15,6	14	31,1	24	53,3	45	100	
<b>Status kesehatan</b>									
Memiliki penyakit penyerta	1	11,1	3	33,3	5	55,6	9	100	0,602
Tidak memiliki penyakit penyerta	19	26,4	19	26,4	34	47,2	72	100	
<b>Jenis pekerja</b>									
Tenaga kesehatan	6	11,8	11	21,6	34	66,6	51	100	<0,01
Tenaga non kesehatan	14	46,7	11	36,7	5	16,6	30	100	

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden perempuan mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 29 orang (53,7%). Responden dengan kategori umur 20-34 tahun (53,15%) dan 36-65 tahun (44,9%) sebagian besar mengalami stres kerja berat Berdasarkan

tingkat pendidikan, diploma dan sarjana sebagian besar mengalami stres kerja berat yakni 29 orang (72,5%) dan 6 orang (50%). Responden yang memiliki status sudah menikah dan belum menikah cenderung mengalami tingkat stres kerja yang sama yaitu stres kerja berat yaitu responden

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

berstatus menikah sebanyak 37 orang (47,7%) dan responden berstatus belum menikah sebanyak 2 orang (66,7%). Berdasarkan variabel masa kerja, responden dengan masa kerja lama (>10 tahun) cenderung mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 39 orang (48,1%). Responden yang tidak memiliki penyakit penyerta maupun yang memiliki penyakit sebagian besar mengalami stress kerja berat

sebanyak 34 orang (47,2%) dan 5 orang (55,6%). Responden yang bekerja sebagai tenaga kesehatan cenderung mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 34 orang (66,7%). Hasil analisis *chi square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna secara statistik pada variabel jenis kelamin, pendidikan, dan jenis pekerja dengan stres kerja selama pandemi COVID-19 (nilai  $p < 0.05$ ).

Tabel 5 Gambaran Stres Kerja Berdasarkan *Stressor* Terkait Pekerjaan pada SDM Kesehatan di Puskesmas Selama Pandemi COVID-19

Stressor Terkait Pekerjaan	Stres kerja						Jumlah		Nilai-p
	Ringan		Sedang		Berat		N	%	
	N	%	N	%	N	%			
<b>Beban kerja</b>									
Sesuai	10	55,6	6	33,3	2	11,1	18	100	<0,01
Tinggi	10	15,9	16	25,4	37	58,7	63	100	
<b>Lingkungan kerja fisik</b>									
Menunjang	20	33,9	18	30,5	21	35,6	59	100	<0,01
Tidak menunjang	0	0,0	4	18,2	18	81,8	22	100	
<b>Konflik interpersonal</b>									
Rendah	17	39,5	17	39,5	9	21	43	100	<0,01
Tinggi	3	7,9	5	13,2	30	78,9	38	100	
<b>Konflik peran</b>									
Rendah	17	37,8	15	33,3	13	28,9	45	100	<0,01
Tinggi	3	8,3	7	19,4	26	72,3	36	100	
<b>Dukungan sosial</b>									
Baik	15	24,6	14	23	32	52,4	61	100	0,277
Kurang baik	5	25	8	40	7	35	20	100	

Tabel 5 menunjukkan bahwa di masa pandemi COVID-19 responden dengan beban kerja tinggi sebagian besar mengalami stres kerja berat sebanyak 37 orang (58,7%). Responden dengan persepsi lingkungan kerja fisik tidak menunjang sebagian besar mengalami stres kerja berat sebanyak 18 orang (81,8%). Responden yang memiliki

konflik interpersonal dalam kategori tinggi di tempat kerja sebagian mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 30 orang (78,9%). Berdasarkan variabel konflik peran, responden yang memiliki konflik peran dalam kategori tinggi di tempat kerja sebagian besar mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 26 orang (72,2%). Sedangkan responden dengan persepsi

memiliki dukungan sosial kurang baik cenderung mengalami stres kerja sedang yaitu sebanyak 8 orang (40%). Hasil analisis *chi square* menunjukkan bahwa terdapat

## PEMBAHASAN

### Stres Kerja

Penelitian ini menghasilkan bahwa sebagian besar SDM kesehatan di Puskesmas Selat mengalami stres kerja berat selama pandemi COVID-19. Dalam suatu organisasi, tingkat stres kerja ringan sampai sedang dianggap tidak berbahaya karena tingkat stres tersebut biasanya bersifat fungsional dan membawa kinerja karyawan yang lebih tinggi. Akan tetapi tingkat stres berat, bahkan stres ringan atau stres sedang yang berlangsung lama dapat menurunkan kinerja karyawan yang dapat merugikan perusahaan (Asih *et al*, 2018). Tingkat stres kerja berat yang dialami SDM kesehatan di Puskesmas Selat dapat disebabkan karena sebagian besar SDM kesehatan cenderung memberi respon terhadap stres yang bersifat negatif sehingga seseorang merasa kesulitan dalam melakukan suatu hal yang akhirnya berdampak terhadap kesehatan fisik dan mentalnya. Fraser dalam Rahman (2017) juga memberikan pendapat yang sama bahwa fenomena stres bersifat sangat individualistik, secara adaptif kondisi mental dan fisik akan berubah untuk menyesuaikan dengan stimulus/*stressor* yang diterima seseorang.

Semua pekerjaan berpotensi menimbulkan stres dalam tingkatan yang berbeda, stres dapat menyebabkan perubahan fungsi organ yang dapat berdampak pada kesehatan seseorang (Stafyla *et al*, 2013). Sebagian besar SDM

hubungan yang bermakna secara statistik pada variabel beban kerja, lingkungan kerja fisik, konflik interpersonal, dan konflik peran dengan stres kerja (nilai  $p < 0.05$ ).

kesehatan di Puskesmas Selat tidak mendapatkan reward/penghargaan yang sesuai terhadap kinerja baik yang saya lakukan di masa pandemi COVID-19. Oleh sebab itu, perlu adanya *reward/penghargaan* sebagai bentuk apresiasi bagi SDM kesehatan yang telah melakukan tugas dan tanggungjawab dengan baik. Hal tersebut akan mengurangi tekanan pekerjaan yang dialami oleh SDM kesehatan selama pandemi COVID-19. Dengan pemberian *reward* dapat meningkatkan motivasi kerja, meningkatkan pengembangan karir, meningkatkan kinerja, dan menumbuhkan rasa kecintaan dan kepuasan dalam melakukan pekerjaan sehingga akan mempengaruhi tingkat stres yang dirasakan karyawan. Penelitian yang dilakukan oleh Oqtaviana (2022) menghasilkan bahwa terdapat hubungan antara reward dengan stres kerja pada karyawan pra rumah sakit Ambulans Gawat Darurat 118 di masa pandemic COVID-19. Pemberian reward/penghargaan kepada pegawai pelayanan kesehatan dapat menurunkan tingkat stres kerja dalam melakukan pekerjaannya (Oqtaviana, 2022)

Selain itu, perlu adanya manajemen stres untuk mencegah meningkatnya tingkat stres yang dirasakan oleh SDM kesehatan agar tidak merugikan individu dan organisasi. Manajemen stres adalah kemampuan penggunaan sumber daya secara efektif untuk mengatasi gangguan atau permasalahan mental dan emosional yang muncul karena tanggapan (*respons*) yang bertujuan untuk mencegah timbulnya

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

stres pada pekerja, untuk memperbaiki kualitas hidup pekerja, dan untuk mencegah berkembangnya stres jangka pendek menjadi jangka panjang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Setianingsih *et al.* (2022) yang menghasilkan seluruh responden perawat UGD Puskesmas mengalami stres kerja berat pada masa pandemi COVID-19. Penelitian Musu & Saelan (2021) menghasilkan hal yang sama yaitu sebagian besar responden (75%) perawat IGD mengalami stress kerja berat dimasa pandemi COVID-19 di Rumah Sakit Surabaya. Tetapi hasil dari penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rauf (2021) yang mendapatkn hasil bahwa sebagian besar tenaga kesehatan (64,5%) di RS Wahidin Sudirohusodo Kota Makasar mengalami stres kerja dalam kategori ringan dimasa pandemi COVID-19.

### **Stressor Terkait Pekerjaan**

Berdasarkan hasil penelitian ini, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar SDM kesehatan memiliki beban kerja yang tinggi selama pandemi COVID-19. Meningkatnya tugas dan tanggungjawab SDM kesehatan selama pandemi COVID-19 sejalan dengan meningkatnya beban kerja yang dialami oleh SDM kesehatan. Hal tersebut terjadi karena beban kerja yang dimiliki melebihi kapasitas dan kemampuan dirinya.

Beban kerja yang berlebihan pada tenaga kesehatan dapat timbul karena ketidakseimbangan antara waktu kerja dan banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan (Kusumaningsih, 2020). Seperti di masa pandemi COVID-19 saat ini,

SDM kesehatan di Puskesmas Selat mendapatkan tugas tambahan dalam upaya pemerintah menanggulangi penyebaran virus COVID-19 seperti menjadi tim *tracer* dan vaksinator. Hal ini didukung oleh pernyataan yang dikemukakan oleh Cai *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa adanya pandemi COVID-19 menyebabkan peningkatan beban kerja baik beban kerja fisik maupun beban kerja mental pada tenaga kesehatan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rauf (2021) yang menghasilkan bahwa sebagian besar responden tenaga kesehatan RS Wahidin Sudirohusodo Kota Makasar mendapat beban kerja yang berat di masa pandemi COVID-19.

### **Stres Kerja Berdasarkan Karakteristik Individu**

SDM kesehatan perempuan cenderung mengalami tingkat stres kerja yang lebih tinggi daripada SDM kesehatan laki-laki dan terdapat adanya hubungan antara jenis kelamin dengan stress kerja ( $p = 0,047$ ). Secara psikologis perempuan lebih rentan mengalami stres kerja karena perempuan cenderung lebih emosional dalam menanggapi tuntutan pekerjaan yang ada sehingga sulit untuk mengontrol respon stres yang ada. Ketika menghadapi masalah perempuan cenderung menggunakan perasaan sedangkan laki-laki cenderung lebih menggunakan logika (Azteria *et al.*, 2020).

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maziyya *et al.* (2021) yang menghasilkan bahwa 60,7% responden perempuan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi daripada responden laki-laki tetapi tidak

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

adanya hubungan antara jenis kelamin dengan stress kerja pada penelitian ini. Namun hasil dari penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Cristenzeitin & Adi (2021) yang mendapatkan hasil bahwa sebagian responden (88,89%) perempuan tidak mengalami stress kerja dimasa pandemi COVID-19.

Variabel pendidikan juga memiliki hubungan yang bermakna dengan stress kerja pada SDM kesehatan ( $p < 0,01$ ). Semakin tinggi tingkat pendidikan SDM kesehatan di Puskesmas Selat maka stress kerja yang dirasakan semakin ringan, Akan tetapi pada pendidikan <SMA/Sederajat dan SMA/Sederajat cenderung mengalami stress kerja dalam kategori sedang dan ringan hal tersebut dapat terjadi karena berbagai faktor seperti beban kerja dan tanggung jawab pekerja yang tidak terlalu berat sehingga menimbulkan stress kerja yang cenderung ringan.

Adanya pandemi COVID-19 menimbulkan masalah-masalah baru yang belum pernah dihadapi sebelumnya, sehingga pekerja yang memiliki tingkat pendidikan tinggi ataupun rendah khususnya pekerja yang bekerja di rumah sakit mengalami efek psikologis negative yang sama (Handayani *et al.*, 2020) Hasil dari penelitian ini didukung oleh penelitian Aiska (2014) yang menghasilkan perawat dengan pendidikan D3 memiliki tingkat stress yang lebih tinggi daripada perawat yang berpendidikan Sarjana.

Berdasarkan variabel jenis pekerja juga diperoleh gambaran bahwa sebagian besar SDM kesehatan yang berprofesi sebagai tenaga kesehatan mengalami stress kerja

berat selama pandemi COVID-19. Terdapat hubungan yang bermakna antara jenis pekerja dengan stress kerja ( $p < 0,01$ ). Tenaga kesehatan cenderung mengalami kekhawatiran dimasa pandemi COVID-19 karena adanya peningkatan risiko terpapar, terinfeksi dan kemungkinan menularkan pada orang lain terutama pada keluarga dan orang-orang terdekat (Handayani & Hotmaria, 2021). Selain itu, tenaga kesehatan juga mengalami isu psikososial, seperti stigmatisasi dan diskriminasi dari kelompok tertentu di masyarakat sehingga dapat menjadi faktor pemicu terjadinya stress kerja. Tenaga kesehatan memiliki tingkat stress kerja yang lebih tinggi daripada tenaga non kesehatan juga dapat dikarenakan kurangnya pelatihan untuk mencegah transmisi dan keterbatasan alat pelindung diri serta kemungkinan mengalami diskriminasi di masyarakat (Rosyanti, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rudianto (2020) yang menghasikan bahwa tenaga kesehatan memiliki tingkat stress kerja yang lebih tinggi dibandingkan tenaga non kesehatan di RS X Yogyakarta selama pandemi COVID-19 tetapi nilai  $p = 0,430$  tidak terdapat hubungan antara jenis pekerja dengan stress kerja. Hasil dari penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasrullah *et al.* (2020), tercatat 55% responden tenaga kesehatan mengalami stress akibat wabah pandemi COVID-19.

### **Stres Kerja Berdasarkan Stressor Terkait Pekerjaan**

#### **1. Beban kerja**

Pada variabel beban kerja diperoleh gambaran bahwa SDM kesehatan dengan

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

beban kerja tinggi cenderung mengalami stres kerja berat dimasa pandemi COVID-19. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja ( $p < 0,01$ ). Beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental dan akan memicu terjadinya stres kerja. Hal tersebut juga didukung oleh pernyataan dari Fitriantini *et al.* (2019), jika beban kerja yang dirasakan responden tergolong tinggi atau berat maka responden tersebut cenderung mengalami stres dalam bekerja.

SDM kesehatan di Puskesmas Selat cenderung dituntut untuk bekerja sangat cepat dan keras selama pandemi COVID-19 yang mengakibatkan beban kerja yang dialami SDM kesehatan meningkat. Upaya yang dapat dilakukan oleh Puskesmas Selat dalam mengatasi beban kerja tinggi yaitu dapat dilakukan dengan melakukan analisis beban kerja yang objektif sesuai dengan situasi saat ini ketika SDM kesehatan mendapatkan tugas tambahan selama pandemi COVID-19 yang dapat dilakukan dengan metode *Workload Indicator Staff Needs* (WISN).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Solon *et al.*, (2021) yang menghasilkan hal yang sama yakni tenaga kesehatan dengan beban kerja tinggi sebagian besar mengalami stres kerja berat selama pandemic COVID-19 dan menghasilkan nilai ( $p < 0,01$ ) terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja. Penelitian Rauf (2021) pada tenaga kesehatan RS Wahidin Sudirohusodo Kota Makasar juga menghasilkan hasil yang sama yaitu sebagian besar responden dengan beban kerja berat cenderung mengalami stres kerja berat sebesar (51,8%).

## 2. Lingkungan kerja fisik

Sebagian besar SDM kesehatan yang mempersepsikan lingkungan kerja fisik kurang menunjang cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi di masa pandemi COVID-19. Terdapat hubungan antara lingkungan kerja fisik dengan stres kerja ( $p < 0,01$ ). Tingkat stres yang dialami oleh pekerja tergantung dari persepsi pekerja terhadap lingkungan kerjanya. Apabila pekerja mempersepsikan lingkungan kerjanya secara negatif maka stres kerja yang dialami akan meningkat. Sedangkan jika pekerja mempersepsikan lingkungan kerjanya secara positif maka stres kerja yang dialami cenderung lebih rendah (Martian & Suri, 2017).

SDM kesehatan di Puskesmas Selat merasakan suhu di area kerja pada musim kemarau cenderung tidak nyaman. Suhu di area kerja yang terlalu panas dapat mengganggu aktifitas sehingga dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan dapat menjadi salah satu *stressor* pada pekerja (Putri & Defasari, 2019). Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Susilo, 2012) pada penelitian yang dilakukan di PT. Indo Bali yang menyatakan bahwa lingkungan kerja fisik memiliki hubungan dengan stres kerja. Berdasarkan penelitian tersebut, semakin baik lingkungan kerja fisik, maka stres kerja akan semakin menurun. Tetapi penelitian Cristenzein & Adhi (2021) mendapatkan hasil berbeda yaitu nilai ( $p = 0,69$ ) tidak terdapat hubungan antara lingkungan kerja fisik dengan stres kerja dimasa pandemi COVID-19.

## 3. Konflik interpersonal

Pada variabel konflik interpersonal,

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

dapat diperoleh gambaran bahwa sebagian besar SDM kesehatan dengan konflik interpersonal tinggi mengalami stres kerja yang berat dimasa pandemi COVID-19. Terdapat hubungan antara konflik interpersonal dengan stress kerja ( $p < 0,01$ ). Konflik interpersonal terjadi akibat gangguan interaksi sosial antar rekan kerja atau pekerja dengan atasan yang terjadi akibat adanya perbedaan pandangan yang menimbulkan pertentangan di antara pekerja. Konflik interpersonal memberikan dampak yang signifikan pada stress kerja terutama dalam jangka waktu panjang (Benua, Lengkon *and* Pandowo, 2019).

SDM kesehatan di Puskesmas Selat cenderung mengalami perbedaan pendapat pada internal unit kerja di masa pandemi COVID-19. Hal tersebut dapat diatasi dengan menjalin komunikasi yang baik dan saling menghargai pendapat rekan kerja pada unit kerja sehingga dapat menekan terjadinya stress akibat konflik interpersonal. Penelitian ini sejalan dengan Habibie & Jefri (2018) yang menghasilkan terdapat hubungan antara konflik interpersonal dengan stress kerja pada pekerja di unit produksi PT. Borneo Melintang Buana Export.

#### 4. Konflik peran

Berdasarkan variabel konflik peran, diperoleh gambaran bahwa sebagian besar SDM kesehatan dengan konflik peran tinggi mengalami stress kerja yang berat dimasa pandemi COVID-19. Terdapat hubungan antara konflik peran dengan stress kerja ( $p < 0,01$ ). SDM kesehatan di Puskesmas Selat cenderung dituntut untuk menyelesaikan pekerjaan dengan cara yang berbeda selama pandemi COVID-19. Hal

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

tersebut menjadi tantangan bagi SDM kesehatan dalam melaksanakan pekerjaannya yang dapat memicu meningkatnya tingkat stress kerja yang dirasakan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Cristenzeitin & Adhi (2021) yang menghasilkan bahwa responden dengan konflik peran tinggi cenderung mengalami persentase stress kerja yang lebih besar tetapi pada penelitian ini tidak menunjukkan adanya hubungan konflik peran dengan stress kerja di masa pandemic COVID-19.

#### 5. Dukungan sosial

Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stress kerja ( $p = 0,277$ ). Selain itu, dapat diperoleh gambaran bahwa meskipun dukungan sosial yang diterima SDM kesehatan di Puskesmas Selat sudah baik tetapi sebagian besar SDM kesehatan masih mengalami stress kerja dalam kategori berat dimasa pandemi COVID-19. Hal tersebut dapat terjadi karena dukungan sosial yang dimiliki oleh SDM kesehatan di Puskesmas Selat tidak mampu mengurangi respon stress yang didapatkan dari faktor beban kerja yang tinggi, persepsi terhadap lingkungan kerja yang tidak menunjang, konflik interpersonal, dan konflik peran yang terjadi selama pandemi COVID-19.

Hasil pada penelitian ini sejalan dengan penelitian Rachman (2017) pada penelitiannya di bagian produksi PT. Indogravure. Tidak adanya hubungan antara dukungan sosial dengan stress kerja di PT. Indogravure disebabkan dukungan sosial yang dimiliki oleh pekerja tidak menyebabkan berkurangnya stress yang dirasakan akibat faktor lain, seperti beban kerja yang tinggi. Penelitian Saraswati (2017) tidak sejalan dengan penelitian ini

yang menghasilkan semakin baik dukungan sosial yang diterima responden maka akan menurunkan persentase stres kerja pada teknisi pesawat terbang unit *base maintenance* PT. X.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut: Sebagian besar responden mengalami stres kerja dalam kategori berat selama pandemi COVID-19. *Stressor* terkait pekerjaan pada SDM kesehatan di Puskesmas Selat menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki beban kerja yang tinggi selama pandemi COVID-19. Berdasarkan karakteristik responden diperoleh gambaran bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin, pendidikan, dan jenis pekerja dengan stres kerja selama pandemi COVID-19. Berdasarkan *stressor* terkait pekerjaan diperoleh gambaran bahwa terdapat hubungan antara beban kerja, lingkungan kerja fisik, konflik interpersonal, dan konflik peran dengan stres kerja selama pandemi COVID-19.

### SARAN

Saran bagi Puskesmas Selat yaitu sebaiknya mengembangkan kebijakan untuk manajemen stres kerja yang dialami SDM Kesehatan, melakukan analisis beban kerja secara objektif agar beban kerja yang dimiliki sesuai dengan kapasitas kerja SDM Kesehatan, dan memberikan *reward/* penghargaan terkait pengembangan karir agar SDM kesehatan lebih termotivasi dalam bekerja.

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya yang tertarik dalam melakukan penelitian yang serupa dapat menambahkan spesifikasi unit kerja responden ketika

pengumpulan data agar dapat mengetahui persentase stres kerja di setiap unit kerja SDM kesehatan, meneliti sumber stres kerja lain yaitu *stressor* ekstra organisasi untuk mendapatkan hasil yang lebih kompleks, dan melakukan analisis variabel yang paling berpengaruh terhadap stres kerja

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing, dosen penguji, keluarga, sahabat, Kepala Puskesmas Selat beserta pegawai, serta seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aiska (2014) 'Analisis Faktor-Faktor yang Berpengaruh pada Tingkat Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta', *Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Unive4rsitas Muhammadiyah Yogyakarta*.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H. and Dewo, R. (2018) *Stres Kerja*. Semarang: Semarang University Pers.
- Azteria, Veza and Hendarti, R. D. (2020) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stress Kerja pada Perawat Rawat Inap di RS X Depok pada Tahun 2020', *Prosiding Forum Ilmiah Tahunan (FIT) IAKMI*.
- Benua, Lengkong and Pandowo (2019) 'Pengaruh Gaya Kepemimpinan, Konflik Interpersonal dan Mutasi Kerja Terhadap Stres Kerja Pada PT. Pegadaian (Persero) Kanwil V Manado', *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi*, 7(3).
- Cai, H. *et al.* (2020) 'Psychological Impact and Coping Strategies of Frontline Medical Staff in Hunan Between January and March 2020 During

\*e-mail korespondensi : suarjana@unud.ac.id

- the Outbreak of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in Hubei, China', *Medical Science Monitor: International Medical Journal of Experimental and Clinical Research*.
- Cristenzein, L. R. and Adhi, K. T. (2021) 'Factors Related to Work Stress among Health Office Employees during Covid-19 Pandemic', *The Indonesian Journal Of Occupational Safety and Health*, 10(3), p. 389. doi: 10.20473/ijosh.v10i3.2021.389-401.
- Elbay, R. Y. *et al.* (2020) 'Depression, anxiety, stress levels of physicians and associated factors in T Covid-19 pandemics', *Elsevier Psychiatry Research*.
- Fitriantini, Agusdin and Nurmayanti (2019) 'Pengaruh Beban Kerja, Kepuasan Kerja dan Stress Kerja terhadap Turnover Intention Tenaga Kesehatan Berstatus Kontrak di RSUD Kota Mataram', *Journal of Management and Business*, 8(1), pp. 23–28.
- Habibie, J. and Jefri (2018) 'Analisis Faktor Risiko Stres Kerja pada Pekerja di Unit Produksi PT. Borneo Melintang Buana Export', *Journal of Nursing and Public Health*, 6(2).
- Handayani, P. and Hotmaria, N. (2021) 'Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat', *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 6(1), pp. 1–5. Available at: [https://digilib.esaunggul.ac.id/UE-U-Journal-11\\_1438/20303](https://digilib.esaunggul.ac.id/UE-U-Journal-11_1438/20303).
- Handayani, R. T. *et al.* (2020) 'Faktor Penyebab Stres Pada Tenaga Kesehatan Dan Masyarakat Saat Pandemi Covid-19', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), pp. 353–360.
- Kusumaningsih, D. (2020) 'Hubungan beban kerja fisik dan mental perawat dengan penerapan pasien safety pada masa pandemi Covid 19 di Upt puskesmas rawat inap Kabupaten Pesawaran', *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2), pp. 108–118.
- Martian and Suri (2017) 'Pengaruh Pencahayaan Ruang Kerja Terhadap Stres Kerja Karyawan Biro Perencanaan dan Kerjasama Universitas Sumatera Utara', *Jurnal Diversita*, 3(2), p. 9.
- Maziyya *et al.* (2021) 'Hubungan Beban Kerja, Work-Family Conflict, dan Stres Kerja pada Pekerja di Wilayah Pulau Jawa Saat Pandemi COVID-19 di Tahun 2020.', *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 31(4), pp. 337–346.
- Musu, E. T. and Saelan, A. M. (2021) 'Gambaran Stres Kerja Perawat IGD di Masa Pandemi Covid-19 di Rumah Sakit Surakarta', *Jurnal Gawat Darurat*, 3(1).
- Nasrullah, D. *et al.* (2020) 'Dampak Psikologis Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Menghadapi Pandemi Corona Virus (COVID-19) di Indonesia', *Kementrian Riset dan Teknologi - Badan Riset dan Inovasi Nasional Republik Indonesia*.
- Oqtaviana, P. (2022) 'Hubungan antara Beban Kerja, Motivasi, dan Reward dengan Tingkat Stres Kerja pada Karyawan Pra Rumah Sakit Ambulans Gawat Darurat di Masa Pandemi COVID-19 Tahun 2021', *Dohara Publisher Open Acces Journal*, 1(07).
- Putri and Defasari, A. (2019) 'Hubungan beban kerja fisik dan status hidrasi terhadap tingkat Heat Strain pada pekerja bagian produksi PT. Aneka Adhilogam Karya Klaten'.
- Rachman (2017) 'Faktor Determinan terhadap Stres Kerja pada Pekerja Bagian Produksi di PT

- Indogravure Tahun 2017', *Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah*.
- Rahman, S. (2017) 'Faktor-Faktor yang Mendasari Stres pada Lansia', *Departemen Psikologi Universitas Pendidikan Indonesia*.
- Rauf, R. A. (2021) 'Determinan Stres Kerja Tenaga Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19 di RSUP dr. Wahidin Sudirohusodo Kota Makassar', *Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar*.
- Rosyanti (2020) 'Dampak Psikologi Dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien Covid-19 Pada Tenaga Profesional Kesehatan', *Health Information Jurnal Penelitian*, 12(1), pp. 2083–0840.
- Saraswati, M. (2017) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Teknisi Pesawat Terbang Unit Base Maintenance di PT. X Tahun 2017', *UIN Syarif Hidayatullah*.
- Satuan Tugas Penanganan COVID-19 (2021) *No Title*. Available at: <https://covid19.go.id/> (Accessed: 4 January 2022).
- Setianingsih, Lestari Eko Darwati, R. W. (2022) 'Stres Kerja Perawat UGD Puskesmas Pada Masa Pandemi Covid-19', *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5, pp. 218–224. Available at: <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj%0ASTRES>.
- Solon, M. *et al.* (2021) 'Dampak Beban Kerja Terhadap Tingkat Stres Pada Tenaga Kesehatan Selama Masa Pandemi Covid 19', *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), pp. 94–101. doi: 10.52774/jkfn.v4i2.74.
- Stafyla, Kaltsidou and Spyridis. (2013) 'Gender Differences in work Stress, Related to Organizational Conflict and Organizational Constrains: An Empirical Research', *International Journal of Economic Science and Applied Research*, 6(1), pp. 91–101.
- Susilo (2012) 'Analisis Pengaruh Faktor Lingkungan Fisik dan Non Fisik Terhadap Stress Kerja Pada PT. Indo Bali di Kecamatan Negara, Kabupaten Jimbaran, Bali', *Tekmapro: Journal of Industrial Engineering and Management*, 2(2).
- Yuli (2021) 'Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan di Tengah Pandemi COVID-19 di PT. Telekomunikasi Indonesia (Witel Tangerang)', *Prosiding: Ekonomi dan Bisnis*, 1(1).
- Zhu, Z. *et al.* (2020) 'COVID-19 in Wuhan: Immediate Psychological Impact on 5062 Health Workers'.