

GAMBARAN TINGKAT STRES KERJA PERAWAT DENGAN KERJA *SHIFT* DI INSTALASI GAWAT DARURAT RSUD KARANGASEM

Ni Nengah Nita Sulistyawati¹, Susy Purnawati², I Made Muliarta³

¹Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

²Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

Email: nitasulistyaw@gmail.com

ABSTRAK

Profesi keperawatan sekarang ini dituntut agar mampu meningkatkan kualitas layanan kesehatan dan bisa memberikan pelayanan kesehatan selama 24 jam. Dalam mewujudkannya rumah sakit menerapkan sistem kerja *shift*. Sistem kerja *shift* memiliki dampak bagi kesehatan fisik dan psikis. Tuntutan kerja yang tinggi bagi profesi perawat khususnya perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) dengan etos kerja yang berpacu pada waktu dalam menangani kasus-kasus kegawatdaruratan medis. Hal ini bisa mengakibatkan terjadinya stres kerja. Tujuan penelitian ini adalah melihat gambaran tingkat stres kerja perawat dengan kerja *shift* di ruang IGD RSUD Karangasem. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain *cross sectional* yang dilaksanakan pada bulan September 2016 hingga September 2017. Sampel dipilih menggunakan *total sampling* yaitu melibatkan seluruh perawat dengan kerja *shift* di ruang IGD RSUD Karangasem yang berjumlah 31 orang. Pengambilan data dilakukan secara langsung menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner OSI-RTM (*Occupational Stress Inventory-Revised Edition*). Penelitian ini menunjukkan rerata usia responden 28,5 tahun dengan usia maksimum 45 tahun dan usia minimum 22 tahun. 51,6% sampel adalah laki-laki, 61,3% sampel sudah menikah dan 48,4% bekerja selama 6 bulan-3 tahun. 87,1% perawat IGD RSUD Karangasem mengalami tingkat stres kerja sedang. Dapat disimpulkan bahwa gambaran tingkat stres kerja perawat IGD RSUD Karangasem yaitu mayoritas mengalami tingkat stres kerja sedang dengan tingkat stres kerja responden berdasarkan karakteristiknya yaitu terdistribusi merata laki-laki dan perempuan, responden belum menikah alami tingkat stres kerja sedang yang lebih tinggi dan mayoritas responden masa kerja 6 bulan – 3 tahun yang mengalami stres kerja sedang.

Kata Kunci: Stres Kerja, Perawat, Kerja Shift, IGD, RSUD

ABSTRACT

Nursing profession currently require to improve the quality of health service and able to provide health services for 24 hours for the community. Now hospital apply shift work system. Shift work system has impact to physical and psychological health. High work demands for nurses' profession, especially Emergency room nurses by work principal on time and speedy in handling medical emergency cases. All these factors can lead work stress in ER nurse. The purpose of this study is to know the overview of nurses work stress level with shift work in the emergency room (ER) Regional General Hospital Karangasem. This research is descriptive with cross sectional design conducted on September 2016 until September 2017. The sample selecting by total sampling involving all nurses with shift work in the ER of RSUD Karangasem amount 31 people. The data were collected using the OSI-RTM (*Occupational Stress Inventory-Revised Edition*) questionnaire. Results of the study showed that the average age of respondents are 28.5 years with the maximum age is 45 years and minimum age is 22 years. 51.6% of the sample was male, 61.3% of the sample was married and 48.4% worked for 6 months-3 years. 87.1% nurses of ER RSUD Karangasem experienced moderate work stress level. It can be concluded that the overview of nurses stress level in ER RSUD Karangasem are majority have experience moderate work stress level with work stress level of respondent based on its characteristic that is equally distributed men and women, unmarried respondent have higher job stress level and majority nurses in work period 6 month - 3 years experienced moderate work stress.

Keywords: Job stress, Nurse, Work Shift, ER, RSUD

PENDAHULUAN

Tuntutan kebutuhan manusia saat ini kian meningkat salah satunya dalam bidang kesehatan yang begitu kompleks. Hal ini berpengaruh pada meningkatnya tuntutan kerja para praktisi kesehatan dalam

memberikan pelayanan. Rumah sakit harus mampu memberikan pelayanan kesehatan secara holistik pada masyarakat. Agar mampu mewujudkan hal tersebut diperlukan

tenaga medis yang mampu memberikan pelayanan kesehatan sesuai kebutuhan medis pasien. Salah satu petugas pelayanan kesehatan di rumah sakit adalah perawat yaitu tenaga medis yang waktu kontak dengan pasien paling banyak dan memberikan pelayanan sesuai standar asuhan keperawatan untuk menunjang kesembuhan pasien.

Profesi keperawatan dalam melaksanakan tugas merawat pasien dituntut agar mampu meningkatkan kualitas layanan kesehatan dan siap sedia melayani selama 24 jam. Keadaan ini mendorong perawat agar bersikap lebih profesional dan lebih prima. Untuk mewujudkan semua tuntutan kesehatan tersebut maka rumah sakit menerapkan sistem kerja *shift* (sistem kerja bergilir).

Sistem kerja *shift* dengan *long working hours* akan berpengaruh pada kualitas tidur, peningkatan tuntutan kerja dan waktu terpapar faktor berbahaya di tempat kerja, serta menyebabkan perubahan fisiologis dan memberikan efek buruk pada kesehatan pekerja.¹ Mekanisme mengenai efek kerja *shift* terhadap masalah kesehatan masih belum jelas. Namun ada beberapa mediator potensial yang menjadi faktor risiko yaitu berubahnya ritme sirkadian, masalah tidur, stres kerja, dan perubahan gaya hidup seperti diet dan merokok. Mediator potensial jika disertai dengan stres akibat kerja akan langsung meningkatkan risiko terjadinya kecelakaan kerja pada pekerja *shift*.¹ RSUD Karangasem adalah salah satu rumah sakit yang terapkan sistem kerja *shift* pada perawat yang bertugas. Pengaturan waktu untuk tiap kerja *shift* yaitu kerja *shift* pagi pada pukul 08.00-14.00 WITA, kerja *shift* sore pukul 14.00-20.00 WITA dan kerja *shift* malam pada pukul 20.00-08.00 WITA. Sistem kerja *shift* di RSUD Karangasem yaitu menggunakan pola rota metropolitan (2-2-2) yaitu tiap *shift* berlangsung selama dua hari dan diakhir periode kerja *shift* malam diberikan libur selama dua hari.

Unit pelayanan di RSUD Karangasem yang salah satunya terapkan sistem *shift* rota metropolitan adalah IGD. IGD RSUD Karangasem menyediakan layanan kegawatdaruratan selama 24 jam kepada masyarakat. Sesuai dengan filosofi kegawatdaruratan medis yaitu *Time Saving it's Live Saving* yaitu pelayanan kesehatan di IGD haruslah cepat, efektif, dan efisien sesuai kebutuhan medis pasien. Pemberi pelayanan kesehatan di IGD salah satunya perawat harus berpacu dengan waktu untuk menyelamatkan nyawa dan mencegah cacat dalam kasus kegawatdaruratan. Hal ini menyebabkan perawat di IGD memerlukan energi dan fokus yang lebih besar untuk keberhasilan pelayanan kesehatan yang bergantung pada kecepatan pelayanan medis dan kualitas pertolongan. Perawat IGD juga mempunyai tanggung jawab yang besar dan

dituntut untuk bekerja profesional dalam memberikan layanan kesehatan.²

Profesi keperawatan dengan berbagai macam tuntutan kerja yang tinggi tersebut membutuhkan persiapan fisik, mental, keterampilan dan lingkungan kerja yang baik dan kondusif. Jika faktor-faktor tersebut tidak dipenuhi maka bisa akibatkan terjadinya stres kerja.³ Stres kerja di ruangan IGD jika tidak ditindaklanjuti akan timbulkan masalah kesehatan baik penyakit fisik dan psikologi serta berpengaruh pada kinerja perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan. Kondisi ini akan berdampak buruk pada citra pelayanan kesehatan yang diberikan rumah sakit secara langsung ataupun tidak langsung. Pelaksanaan penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tingkat stres kerja perawat yang bekerja dengan sistem kerja *shift* di IGD RSUD Karangasem. Adanya beberapa penelitian yang menunjukkan stres kerja pada perawat yang bekerja *shift* maka penulis berniat untuk melakukan penelitian ini kembali yang dilakukan pada lokasi yang berbeda yaitu di RSUD Karangasem, Bali. Diharapkan dengan diadakannya penelitian lanjutan ini bisa menghilangkan berbagai potensi yang dapat menimbulkan stres pada pekerja akibat pola kerja *shift*.

BAHAN DAN METODE

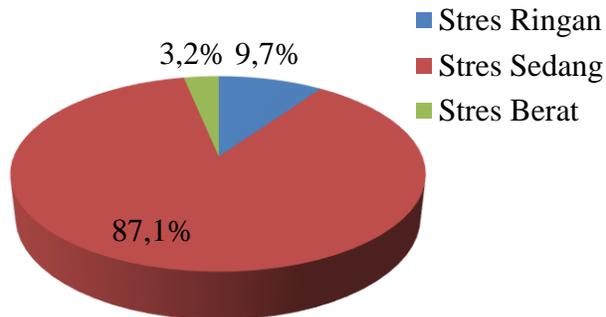
Penelitian deskriptif menggunakan desain *cross sectional* ini dilaksanakan bulan September 2016 hingga bulan September 2017 di IGD RSUD Karangasem. Sampel penelitian ditentukan dengan *total sampling* yang melibatkan semua perawat dengan kerja *shift* di ruang IGD RSUD Karangasem yaitu sebanyak 31 orang.

Alat pengukuran data yang digunakan adalah kuesioner OSI-R™ (*Occupational Stress Inventory-Revised Edition*) dengan penggunaan yang sudah dimodifikasi yaitu skor item minimum validitas dan realibilitas yang teruji adalah $r = 0,2$.⁴ Responden sebelum mengisi kuesioner diberikan penjelasan mengenai tujuan, prosedur penelitian, dan tata cara pengisian. Setelah semua responden mengisi kuesioner dilakukan analisis data dengan analisis univariat. Dalam penelitian ini data dianalisis secara deskriptif serta ditampilkan dalam tabel dan narasi. Sampel penelitian diuji dengan menggunakan analisis univariat.

DISKUSI

Hasil penelitian dari analisis univariat yang dilakukan menunjukkan bahwa karakteristik responden yaitu perawat IGD RSUD Karangasem mempunyai reratausia 28,5 tahun dengan usia termuda 22 tahun dan usia tertua 45 tahun, perawat berjenis kelamin lelaki lebih banyak yaitu 16 orang (51,6%) sedangkan perawat perempuan berjumlah 15 orang (48,4%). Karakteristik responden berdasarkan status

pernikahan yaitu mayoritas sudah berstatus menikah sejumlah 19 orang (61,3%) dan perawat yang belum menikah sejumlah 12 orang (38,7%). Data lainnya tunjukkan bahwa berdasarkan masa kerja sebagian besar responden bekerja dalam rentang 6 bulan-3 tahun yaitu sejumlah 15 orang (48,4%). Berikut ini adalah hasil analisis tingkat stres kerja pada perawat yang bekerja *shift* di IGD RSUD Karangasem.



Gambar 1 Distribusi Tingkat Stres Kerja Perawat dengan kerja *Shift* di IGD RSUD Karangasem, Agustus 2017 (n=31)

Gambar 1 menunjukkan bahwa dari 31 perawat dengan kerja *shift* di IGD RSUD Karangasem 27 orang atau 87,1% responden alami stres kerja tingkat sedang. Stres kerja tingkat ringan 9,7% dan stres kerja tingkat berat 3,2%. Hasil ini sesuai dengan penelitian lain oleh Jusminar mengukur tingkat stres kerja perawat di ICU RS. Kanker Dharmais yang menunjukkan bahwa 66,7% perawat ICU alami stres kerja tingkat sedang.⁵

Beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya tingkat stres kerja sedang yang tinggi pada responden yaitu pertama, perawat IGD sering harus menghadapi pasien dalam keadaan gawatdarurat, kritis, tidak stabil dan memerlukan penanganan kegawatdaruratan yang cepat dan tepat. Keadaan diatas bisa menjadi salah satu faktor pemicu stres kerja pada perawat di ruang IGD karena menuntut para perawat untuk selalu siap baik fisik, mental dan keterampilan. Selain itu etos kerja perawat IGD yang berpacu pada kecepatan dan kualitas pelayanan dalam menyelamatkan nyawa dan cegah kecacatan kasus-kasus kegawatdaruratan medis menyerap energi dan fokus perawat lebih besar. Dengan adanya beban kerja dan tuntutan yang tinggi tersebut sebabkan profesi perawat di IGD rentan untuk alami stres kerja.⁶

Faktor kedua adalah pengaruh pengaturan lama *shift* kerja berlangsung. Sistem *shift* kerja yang diterapkan di ruang IGD RSUD Karangsem adalah sistem rota metropolitan 2-2-2 yaitu *shift* pagi bertugas jam 08-14.00 dan *shift* sore bertugas jam 14.00-20.00

dengan rerata tiap *shift* bertugas selama 6 jam. Sedangkan *shift* malam bertugas jam 20.00-08.00 atau 12 jam kerja. Jika dijumlahkan rerata setiap perawat ruang IGD Karangasem bekerja selama 48 jam/minggu. Idealnya dalam satu minggu seorang pekerja mempunyai 40 jam kerja. Waktu kerja berlebih melewati kapasitas kerja akibat pengaturan lama kerja *shift* dapat menjadi pemicu terjadinya stres kerja perawat IGD RSUD Karangasem. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Maurits bahwa jumlah jam kerja berpengaruh pada tingkat stres kerja.⁷ Hasil penelitian lain juga mendukung kondisi ini menyebutkan bahwa tingginya beban kerja perawat dan pengaturan kerja *shift* bisa akibatkan terjadinya stres kerja.⁸ Selain itu jika dilihat dari lama kerja setiap *shift*, *shift* malam memiliki durasi kerja paling panjang yaitu 12 jam sedangkan *shift* lain selama 6 jam. Hal ini akan mempengaruhi kinerja perawat yang mendapat *shift* malam dalam memberikan pelayanan kepada pasien. Kerja *shift* malam perlu mendapatkan perhatian karena perlu mendapatkan perhatian karena berpengaruh pada kondisi fisiologis dan psikis seseorang. Beberapa efek kerja *shift* malam pada kesehatan yaitu mempengaruhi kualitas tidur, peningkatan tuntutan kerja, meningkatnya waktu terpapar faktor berbahaya di tempat kerja, menyebabkan perubahan fisiologis dan memberikan efek buruk pada kesehatan pekerja.¹ Tubuh manusia secara fisiologis berada dalam fungsi maksimum siang hari kemudian alami pelemahan disore hari dan akan turun dimalam hari.⁹ Terjadinya penurunan fungsi tubuh pada malam hari disertai dengan tuntutan dan tanggung jawab kerja yang tinggi di IGD dapat menimbulkan terjadinya stres kerja.¹⁰

Faktor ketiga berkaitan dengan pangkat atau jabatan yang disandang individu. Jika dilihat dari pangkat maka sebagian besar perawat IGD RSUD Karangasem adalah pegawai kontrak dan abdi yaitu 21 orang dari total 31 orang perawat. Pangkat atau jabatan dalam pekerjaan bermakna sebagai normal sosial di lingkungan kerja yang harus dituruti berdasarkan posisinya.¹¹ Pangkat atau jabatan bisa menimbulkan stres kerja ketika terdapat beban peran muncul ketika peran kerja yang berlebih atau cenderung kurang jika dilihat dari kedudukan jabatan. Selain itu ketidakjelasan peran dapat pula terjadi akibat ketidakpahaman individu pada ruang lingkup kerja, harapan dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab kerja.¹¹

Tabel 1 Distribusi Tingkat Stres Kerja Perawat dengan Kerja *Shift* Berdasarkan Jenis Kelamin di IGD RSUD Karangasem, Agustus 2017 (n=31)

	Tingkat Stres Kerja					
	Ringan		Sedang		Berat	
	f	%	f	%	f	%
Laki-laki	1	6,2	14	87,5	1	6,2
Perempuan	2	13,3	13	86,7	0	0

Tabel 1 menunjukkan bahwa berdasarkan jenis kelamin sebagian besar lelaki alami stres kerja tingkat sedang yaitu 14 orang atau 87,5%. Sisanya masing-masing 1 orang (6,2%) alami tingkat stres kerja ringan dan berat. Begitu pula dengan responden wanita yang mayoritas juga alami stres kerja tingkat sedang sejumlah 13 orang atau 86,7%. Sedangkan yang lain mengalami tingkat stres kerja ringan 3 orang (9,7%) dan tidak ada responden perempuan yang alami stres kerja berat (0%).

Jika dibandingkan tingkat stres kerja lelaki dan perempuan pada penelitian ini didapatkan perbandingan 87,5% : 86,7%. Perbandingan ini sesuai dengan hasil penelitian Maurits dan Widodo yang menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang konsisten antara lelaki dan perempuan dalam tendensi mengalami stres kerja.⁷ Stres kerja yang terjadi bergantung pada keberhasilan penyesuaian diri dengan lingkungan kerja dan mekanisme coping masing-masing individu.⁶ Penelitian lain oleh Jusnimar juga mendapatkan hasil distribusi stres kerja pada perawat laki-laki dan perempuan merata.⁵ Ketika seorang perempuan sudah berkeluarga akan timbul peran ganda yaitu peranan di tempat kerja dan peranan di rumah sebagai ibu dan istri. Hal itu berpengaruh pada tanggung jawab yang lebih besar dan tuntutan lebih tinggi sehingga tendensi untuk alami stres kerja menjadi lebih besar.¹² Namun dalam penelitian ini perbandingan jumlah responden lelaki dan perempuan tidak sama sehingga dalam penelitian selanjutnya jumlah responden perempuan dan laki-laki agar sama dan karakteristik responden disesuaikan sehingga bisa menggambarkan stres kerja yang terjadi.

Tabel 2 Distribusi Tingkat Stres Kerja Pada Perawat dengan Kerja *Shift* Berdasarkan Status Perkawinan di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Karangasem, Agustus 2017 (n=31)

	Tingkat Stres Kerja					
	Ringan		Sedang		Berat	
	f	%	F	%	f	%
Menikah	3	15,8	14	84,2	0	0
Belum Menikah	0	0	11	91,7	1	8,3

Berdasarkan tabel 2 di atas stres kerja perawat dilihat dari status perkawinan yaitu responden dengan status belum menikah alami stres kerja tingkat sedang sebanyak 11 orang atau 91,7% dan responden yang sudah menikah alami tingkat stres kerja sedang sejumlah 14 orang atau 84,2%. Sehingga responden yang belum menikah alami tingkat stres kerja tingkat sedang yang lebih tinggi dibandingkan yang menikah. Hasil ini berbeda dengan beberapa penelitian lain bahwa responden dengan status menikah alami stres kerja yang lebih tinggi dibandingkan responden yang belum menikah. Status pernikahan erat kaitan dengan tanggung jawab yang lebih besar yaitu munculnya peran ganda artinya selain sebagai suami atau istri juga mempunyai tanggung jawab lain di tempat kerja.^{4,5,13} Perbedaan ini kemungkinan diakibatkan bahwa perawat yang sudah menikah mendapatkan dukungan yang penuh dalam pekerjaannya sebagai perawat dan kemampuan dalam menyesuaikan diri dalam pekerjaan sehingga beban psikologis dalam pekerjaan dan keluarga dapat diatasi.

Tabel 3 Distribusi Tingkat Stres Kerja pada Perawat dengan Kerja *Shift* Berdasarkan Masa Kerja di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Karangasem, Agustus 2017 (n=31)

	Tingkat Stres Kerja					
	Ringan		Sedang		Berat	
	F	%	f	%	f	%
6 bulan – 3 tahun	0	0	14	93,3	1	6,7
4 – 6 tahun	1	14,3	6	85,7	0	0
7 – 10 tahun	1	25	3	75	0	0
>10 tahun	1	20	4	80	0	0

Berdasarkan tabel 3 di atas tunjukkan bahwa sebagian besar perawat bekerja dengan masa kerja 6 bulan – 3 tahun alami tingkat stres kerja sedang yang paling tinggi yaitu sejumlah 14 orang atau 93,3%. Hasil ini sejalan dengan penelitian lain oleh Martina di ruang rawat inap RSPG Cisarua Bogor dengan masa kerja 6 bulan – 3 tahun juga alami tingkat stres kerja tingkat sedang yang paling tinggi.⁴ Faktor yang mempengaruhi yaitu tidak ada pelatihan atau training yang diberikan keperawat baru, sehingga perawat baru akan berusaha sendiri untuk menyesuaikan diri dengan suasana kerja di ruang UGD. Faktor lainnya perawat baru belum bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja IGD diantaranya yaitu etos kerja yang bepacu dengan waktu dalam menangani kasus kegawatdaruratan medis dan diperlukannya kesiapsiagaan secara fisik, mental dan keterampilan dalam memberikan pelayanan pada pasien gawat darurat untuk menyelamatkan nyawa dan cegah kecacatan. Tingginya tuntutan kerja tersebut meningkatkan kejadian stres kerja pada perawat. Faktor lain yaitu adanya pendelegasian tugas dan tukar menukar *shift* kerja yaitu *shift* malam ke *shift* pagi atau sore dari perawat senior ke perawat junior di IGD RSUD Karangasem.

SIMPULAN

1. Karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu perawat pekerja *shift* di ruang IGD RSUD Karangasem didapatkan hasil reratausia responden 28,4 tahun dengan sebagian besar responden berjenis kelamin lelaki dan sudah menikah serta sebagian besar bekerja dalam rentang 6 bulan-3 tahun.
2. Perawat yang bekerja di IGD RSUD Karangasem mayoritas alami stres kerja tingkat sedang.
3. Distribusi stres kerja tingkat sedang perawat IGD RSUD Karangasem berdasarkan karakteristiknya yaitu berdasarkan jenis kelamin merata antara lelaki dan perempuan, dilihat dari status perkawinan tunjukkan responden yang belum menikah alami tingkat stres kerja sedang yang lebih tinggi dan perawat dengan masa kerja rentang 6 bulan-3 tahun yang sebagian besar alami stres kerja.

SARAN

Saran yang diberikan peneliti yaitu sebagai berikut:

1. Untuk Institusi Rumah Sakit perlu diadakannya kegiatan-kegiatan untuk mengurangi tingkat stres kerja perawat seperti refreshment bersama atau rekreasi lain untuk lebih mendekatkan hubungan personal antar perawat.
2. Untuk lembaga pelaksana pendidikan dijadikan sebagai bahan masukan dalam mengembangkan

pemahaman peserta didik mengenai mekanisme coping dan manajemen stres saat hadapi dunia kerja nanti.

DAFTAR PUSTAKA

1. Song, J.T., Lee, G., Kwon, J., Park, J.-W., Choi, H., & Lim, S. The Association between Long Working Hours and Self-Rated Health. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*, 2014; 26(1): 2.
2. Potter, PA & Perry, AG. *Fundamental of nursing: concept, process, and practice*. Mosby-Year Book Inc. 2005
3. Meltzer, LS & Huckabay, ML. 2004. Critical care nurse's perceptions of futile care and its effects on burnout. *American Journal of Critical Care*. 2004;13:202-208.
4. Martina, A. *Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Paru Dr. Moehammad Goenawan Partowidigdo Cisarua Bogor (RSPG)*. Skripsi. Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia 2012
5. Jusnimar. *Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Intensive Care Unit (ICU) di Rumah Sakit Kanker Dharmais*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. 2012
6. Strodeur. *Management, Organizational stress and emotional exhaustion among hospital nursing staff*. *Journal of Advanced Nursing*. 2001
7. Maurits, L. S. & Widodo, I. D. *Faktor dan Penjadwalan Shift* 2012 Kerja. <http://journal.uui.ac.id/index.php/jurnalteknoin/article/viewFile/792/710>
8. Wijaya. *Hubungan antara Shift Kerja dengan Gangguan Tidur & Kelelahan Kerja Perawat Instalasi Rawat Darurat RS DR. Sarddjito Yogyakarta*. Tesis. Yogyakarta: UGM. 2005
9. Etika, R.N., & Kirana, L. 2011. *Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang* 2011.
10. Ko, S. B. *Lifestyle Night Shift Work, Sleep Quality, and Obesity*, 2013; 3(2):110-116.
11. Almasitoh, Ummu Hany. 2011. *Stres Kerja Ditinjau dari Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial pada Perawat*. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Islam*. 2011;8(1):63-82
12. Saragih, E. H (2010, Mei 3). *Manajemen stress ditempat kerja*. diakses 12 August 2013 dari <http://ppm->

manajemen.ac.id/manajemen-stres-di-
tempat-kerja

13. Kodrat, K.F. Pengaruh Shift Kerja Terhadap
Kemungkinan Terjadinya Kelelahan pada
Pekerja Pabrik Kelapa Sawit PT. Labuhan
Batu. Tesis. Universitas Sumatera
Utara.2009