

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Rumah sakit merupakan salah satu institusi pelayanan kesehatan yang bertanggung jawab dalam memberikan pelayanan yang bermutu kepada masyarakat sesuai dengan standar yang sudah ditetapkan. Keberhasilan rumah sakit dalam menjalankan fungsinya ditandai dengan adanya peningkatan mutu pelayanan rumah sakit tersebut. Pelayanan keperawatan adalah bentuk pelayanan keperawatan profesional yang merupakan bagian internal dari pelayanan kesehatan itu sendiri.

Menurut Departemen Kesehatan tahun 2009, Puskesmas merupakan kesatuan organisasi fungsional yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan bersifat menyeluruh, terpadu, merata, dapat diterima dan dapat dijangkau oleh masyarakat.¹ Salah satu fungsi adanya puskesmas yaitu, untuk memberikan pelayanan kesehatan di daerah operasionalnya termasuk di Puskesmas Banjar Agung, dan

¹ <https://pengertiandefinisi.com/pengertian-puskesmas-beserta-fungsi-dan-kegiatannya> diakses pada 18 November 2019 pukul 21.00 WIB.

juga melayani para masyarakat yang membutuhkan pelayanan kesehatan baik pengobatan seperti biasanya maupun di ruang rawat inap.

Berdasarkan pedoman perhitungan kebutuhan tenaga kerja keperawatan di ruang rawat inap. Departemen Kesehatan Republik Indonesia menyatakan bahwa tenaga kerja keperawatan selain mengerjakan tugas utama, mereka juga harus mengerjakan tugas-tugas non keperawatan, seperti membuat jadwal perincian pasien pulang, kebersihan ruangan, serta kebersihan alat makan pasien.²

Dalam kehidupan sehari-hari, kita sering mendengar kata “stres”. Kata tersebut sering diucapkan apabila melihat seseorang dengan keadaan tertentu. Kata stres tersebut kadang diartikan sebagai rasa tertekan, bingung bahkan panik. Sebenarnya, stres itu tidak selamanya akan menimbulkan hal-hal yang negatif. Orang yang terkena stres dengan intensitas yang kecil dapat menjadi pendorong atau motivasi bagi seseorang agar dapat bergerak ke arah yang lebih baik.

² http://eprints.ums.ac.id/30514/18/Naskah_Publikasi.pdf diakses pada 19 November 2019 pukul 21.00 WIB.

Stres adalah suatu perasaan ragu terhadap kemampuannya untuk mengatasi sesuatu karena persediaan yang ada tidak dapat memenuhi tuntutan kepadanya.³ Stres itu bisa menimbulkan suatu kekacauan apabila dalam dirinya tidak bisa menerima keadaan tersebut karena stres itu sangat erat kaitannya dengan kehidupan sehari-hari, terkadang manusia itu kurang percaya diri dan merasa tidak mampu untuk mengatasi masalahnya. Mereka sering merasa takut, gelisah, cemas dan sebagainya. Stres dapat disebabkan oleh faktor konten pekerjaan dan konteks pekerjaan. Yang termasuk dalam faktor konten pekerjaan, yaitu karakteristik pekerjaan, beban kerja, kecepatan kerja, jam kerja dan pengawasan. Sedangkan faktor konteks pekerjaan meliputi pengembangan karier, upah, peran seseorang dalam organisasi tersebut, hubungan interpersonal, budaya organisasi, dan keseimbangan dalam bekerja.

Perawat memiliki kewenangan dan kemampuan untuk melakukan tindakan keperawatan berdasarkan ilmu yang dimilikinya dan diperoleh melalui pendidikan

³Zulfan Saam dan Sri wahyuni, *Psikologi Keperawatan*, (Jakarta: RajaGrafindoPersada, 2013), cetakankedua, h.125-126.

keperawatan.⁴ Perawat merupakan tenaga kesehatan yang telah lulus dari pendidikan perawat yang bertanggungjawab dan berwenang dalam memberikan pelayanan keperawatan secara mandiri atau bisa juga berkolaborasi dengan tenaga kesehatan yang lain dan harus sesuai dengan kewenangannya. Menurut salah satu perawat di Puskesmas Banjar Agung yang peneliti wawancara, bahwa perawat salah satu komponen yang penting dalam unit kesehatan karena perawat mempunyai peran penting dalam memberikan suatu pelayanan di Puskesmas Banjar Agung.

Awal yang menjadi pemicu stres pada seorang perawat yaitu, merasa dirinya tidak nyaman, bosan, dan merasa tertekan. Perawat tersebut sebenarnya mengalami stres kerja. Stres kerja adalah ketidakmampuan individu dalam memenuhi tuntutan-tuntutan pekerjaannya sehingga ia merasa tidak nyaman dan tidak senang. Selain hal itu, stres yang berlebihan akan berakibat buruk terhadap individu saat berhubungan dengan lingkungan secara normal.

Terkait dengan stres kerja perawat, beban kerja seorang perawat sangatlah besar. Di satu sisi seorang perawat

⁴ Deden Dermawan, *Pengantar keperawatan Profesional*, (Yogyakarta: Gosyen Publishing, 2013), h.6.

harus menjalankan tugas yang menyangkut keberlangsungan hidup pasien yang dirawat dan berobat jalan, di sisi lain keadaan psikologi perawat sendiri juga harus tetap terjaga agar tidak mengalami kelelahan dalam bekerja, karena dengan timbulnya kondisi seperti itu dapat menimbulkan rasa tertekan pada perawat.

Berdasarkan hasil *pre* observasi peneliti di lapangan, gambaran mengenai kondisi stres kerja pada perawat di Puskesmas Banjar Agung diantaranya disebabkan oleh beban kerja perawat yang tinggi, resiko terkena infeksi, faktor keluarga, tempat tinggal yang sedikit jauh dari Puskesmas, kemacetan di jalan raya, fasilitas di Puskesmas, dan atasan yang kurang mengapresiasi kinerja perawat. Ada beberapa dampak yang menyebabkan terjadinya stres kerja pada perawat di Puskesmas Banjar Agung, yaitu stres berdampak pada emosional, kognitif, fisiologis, dan perilaku. Dampak secara emosional bisa menyebabkan terjadinya cemas, depresi, tekanan fisik, dan psikologis. Untuk dampak kognitif dapat berakibat terhadap penurunan konsentrasi, dan berkurangnya kapasitas memori jangka pendek. Sedangkan untuk dampak pada fisiologis dapat berakibat

pada sistem pernapasan yang begitu cepat, peningkatan denyut jantung, dan pembengkakan pada pembuluh darah. Dan untuk dampak pada perilaku yaitu meningkatkan ketidakhadiran kerja, mengganggu pola tidur, dan mengurangi kualitas pekerjaan.

Apabila di Puskesmas Banjar Agung terjadi ketidakseimbangan antara pasien yang masuk dan perawat yang berjaga di ruang rawat inap secara *shift*, maka kondisi tersebut akan menimbulkan beban kerja kepada perawat. Sehingga perawat tersebut mudah mengalami stres, baik itu stres ringan, sedang ataupun berat yang mengganggu emosional perawat itu sendiri, serta proses berpikir dan kondisi fisik perawat. Stres yang berlebihan akan berakibat buruk terhadap kondisi perawat. Akibatnya kinerja seorang perawat menjadi fatal dan secara tidak langsung berpengaruh terhadap penurunan kerja di puskesmas Banjar Agung.

Jika stres itu timbul dalam waktu berkepanjangan maka akan berdampak pada penurunan konsentrasi perawat yang menjadi mudah marah terhadap pasien, dan mengurangi kualitas pekerjaan dalam memberikan asuhan keperawatan terhadap pasien. Setiap perawat pasti memiliki kemampuan

yang berbeda-beda dalam menahan stres, hal tersebut tergantung kepada jenis, lama dan frekuensi stres yang dialami oleh perawat.

Oleh karena itu, stres yang terjadi pada perawat di Puskesmas Banjar Agung apabila tidak segera ditangani dapat memengaruhi kinerja perawat pada pelayanan pasien. Kondisi ini baik secara langsung maupun tidak langsung dapat berpengaruh terhadap pandangan pasien maupun keluarga terhadap puskesmas yang akhirnya dapat merugikan puskesmas itu sendiri.

Dari permasalahan tersebut, bahwa perawat berhak mendapatkan penanganan dari tempat mereka bekerja, sebenarnya bisa saja perawat tersebut melakukan tindakan untuk mengurangi stres yang dialaminya, namun harus membutuhkan bantuan juga dari pihak lainnya. Seperti halnya dalam penelitian ini peneliti membantu perawat di Puskesmas Banjar Agung untuk menurunkan rasa stres kerja dengan menggunakan teknik kognitif, *home work*, dan desensitisasi yang termasuk dalam penerapan *rational emotive behavior therapy* agar beban yang dirasakannya sedikit berkurang serta mereka bisa menjalankan aktivitasnya

seperti biasanya lagi tanpa ada hambatan yang membebaninya. Dalam pemilihan teknik ini dianggap sesuai dalam memberikan penguatan dalam diri seorang perawat agar bisa menurunkan tingkat stres kerjanya serta ada suatu perubahan dalam diri perawat mengenai permasalahan dalam pekerjaannya.

Berdasarkan permasalahan di atas, penulis tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh *Rational Emotive Behavior Therapy* terhadap Penurunan Tingkat Stres Kerja Perawat di Puskesmas Banjar Agung. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, penulis mencoba menggunakan konseling dengan pendekatan *rational emotive behavior therapy*, karena menurut penulis pendekatan konseling ini cocok dalam mengurangikadartingkat stres kerja perawat. Dengan menggunakan pendekatan *rational emotive behavior therapy*, penulis ingin mencoba menurunkan tingkat stres kerja tersebut yang membuat pikirannya menjadi lebih rasional.

B. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, penulis membahas mengenai pengaruh *rational emotive behavior therapy* terhadap

penurunan tingkat stres kerja pada perawat di Puskesmas Banjar Agung. Agar pembahasan tidak terlalu meluas serta mempermudah dalam memahami skripsi ini, maka penulis hanya membahas bagaimana pengaruh REBT, kondisi stres kerja perawat, dan pengaruh *rational emotive behavior therapy* terhadap penurunan stres kerja pada perawat yang berfokus pada teknik konseling dan bertempat di Puskesmas Banjar Agung Kota Serang. Dengan tujuan agar pembahasan tidak keluar dari pokok permasalahan.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana penerapan *rational emotive behavior therapy* yang diberikan kepada perawat di Puskesmas Banjar Agung?
2. Bagaimana kondisi stres kerja perawat di Puskesmas Banjar Agung?
3. Bagaimana pengaruh *rational emotive behavior therapy* terhadap stres kerja perawat?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *rational emotive behavior therapy* terhadap stres kerja pada perawat di Puskesmas Banjar Agung, adapun tujuan khususnya adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui penerapan *rational emotive behavior therapy* yang diberikan kepada perawat di Puskesmas Banjar Agung.
2. Untuk mengetahui kondisi stres kerja perawat di Puskesmas Banjar Agung.
3. Untuk mengetahui pengaruh *rational emotive behavior therapy* terhadap stres kerja perawat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan ilmiah bagi perkembangan ilmu bimbingan dan konseling terutama bagian psikologi. Khususnya psikologi industri dan organisasi yang berhubungan dengan stres kerja perawat.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan perawat terutama dalam mengurangi tingkat stres kerja. Hasil penelitian ini dapat pula digunakan sebagai acuan dalam memperhatikan beban kerja perawat.

F. Sistematika Penulisan

Dalam penulisan skripsi ini, penulis membaginya dalam lima bab. Tiap babnya mempunyai pembahasan dan penekanan mengenai topik sebagai berikut:

Bab **Pertama**, pendahuluan. Pada bab ini membahas mengenai latar belakang masalah, batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

Bab **Kedua**, kajian teori yang berisi; paparan teori dengan menguraikan penjelasan mengenai penelitian terdahulu yang relevan dan penjelasan tentang mengapa dan bagaimana teori-teori yang ada itu dimanfaatkan dalam kegiatan penelitian yang dilakukan, penjelasan mengenai keterkaitan antara stres kerja perawat dengan *rational emotive behavior therapy*. Serta hipotesis yang merupakan

jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang harus diuji kebenarannya.

Bab **Ketiga**, metode penelitian yang menguraikan secara rinci mengenai; jenis metode penelitian, waktu dan tempat penelitian, populasi dan sampel, variabel penelitian, sumber data, teknik pengumpulan data, skala pengukuran dan instrumen, dan analisa data.

Bab **Keempat**, pembahasan hasil penelitian yang berisi; uraian mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan, dan analisis temuan-temuan hasil penelitian sesuai dengan etika ilmiah.

Bab **Kelima**, penutup yang berisi; kesimpulan dan saran-saran.