

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) bahwa perawat tidak bisa memberikan pelayanan yang terbaik bagi rumah sakit dan pada akhirnya akan mempengaruhi daya saing mereka di pasar dan lebih dari itu bahkan dapat membahayakan kelangsungan organisasi rumah sakit. Pengaruh stress kerja pada perawat memiliki pengaruh terhadap profesionalitas perawat dalam melayani pasien. Ketika indikasi stress ini sudah muncul pada perawat, maka mereka cenderung akan memiliki kinerja yang buruk dalam hal kualitas perawatan pasien, seperti kurang konsentrasi, mudah lelah dan bahkan terkadang muncul perilaku-perilaku yang kurang profesional, sehingga pelayanan terhadap pasien menjadi kurang optimal. Bentuk perilaku kerja yang kurang profesional akan nampak pada bentuk pelayanan yang akan diberikan kepada pasien (Isnainy *et al.*, 2019).

International Labour Organization (ILO) bahwa stres terkait pekerjaan merupakan masalah kesehatan yang paling sering dilaporkan, sebanyak 50-60% dari semua hari kerja yang hilang dikaitkan dengan stres akibat pekerjaan di rumah sakit. Jumlah orang yang menderita kondisi stres yang disebabkan atau diperburuk oleh pekerjaan cenderung mengalami peningkatan dari waktu ke waktu (Awalia *et al.*, 2021).

Profesi perawat merupakan pekerjaan yang memiliki beban kerja tinggi tugas perawat yang harus memberikan asuhan keperawatan komperhensif hingga pelaksanaan perencanaan kepulauan pasien membutuhkan manajemen waktu dan pekerjaan yang baik. Stres yang disebabkan oleh beban kerja dapat mempengaruhi kualitas pelayanan asuhan keperawatan seperti pelaksanaan discharge planning. Salah satu penanganan stres yang dilakukan adalah dengan manajemen stres (Juhaina *et al.*, 2019).

Pekerjaan sebagai perawat memerlukan manajemen stress yang bagus karena perawat memberikan asuhan keperawatan kepada manusia sebagai makhluk *holistic* yang memandang manusia sebagai makhluk bio psiko social spiritual. Stresor pekerjaan yang dialami oleh perawat Ruang *Intensive* di mungkinkan karena perawat Ruang *Intensive* dihadapkan pada pasien dengan kondisi jiwa yang terancam sehingga membutuhkan perhatian yang khusus selama 24 jam/hari. Kondisi ini memerlukan energi fisik yang lebih besar dengan asuhan keperawatan yang khusus pula. Selain itu kebutuhan pasien kritis menuntut kecepatan dan ketepatan melakukan tindakan yang tidak selalu dibutuhkan pada situasi keperawatan lain di ruang keperawatan biasa. Ruangan *Intensive* merupakan salah satu lingkungan kerja yang memiliki kecenderungan stress yang tinggi (Riyana *et al*, 2022).

Kesehatan jiwa masih menjadi permasalahan serius di Indonesia dan masalah tersebut cenderung terus meningkat sehingga diperlukan

tindakan dan penanggulangan yang komprehensif dan berkesinambungan. Falsafah, ciri dan misi pelayanan keperawatan kesehatan jiwa mengacu pada paradigma keperawatan tentang fenomena sentral yaitu manusia, lingkungan, kesehatan dan keperawatan untuk dapat memberikan keperawatan kesehatan jiwa yang holistik, komprehensif dan berkesinambungan. Kesehatan jiwa adalah bagian dari kesehatan secara menyeluruh, bukan sekedar terbebas dari gangguan jiwa, tetapi pemenuhan kebutuhan perasaan bahagia, sehat, serta mampu menangani tantangan hidup. Secara medis kesehatan jiwa diterjemahkan sebagai suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik, intelektual dan emosional yang optimal dari seseorang. Perkembangan tersebut berjalan selaras dengan keadaan orang lain (Solehah, 2021).

Kecerdasan Emosional membantu perawat dalam memberikan pelayanan yang benar, baik, dan efektif di rumah sakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional perawat di rumah sakit swasta di Provinsi Sulawesi Selatan. Sebanyak 123 perawat yang bekerja di ruang VIP, UGD dan ruang perawatan dilibatkan dalam penelitian ini yang tersebar di Rumah sakit Swasta di Provinsi Sulawesi Selatan (Perang, 2022).

Berdasarkan hasil dan analisis data yang telah dilakukan pada penelitian ini yakni bertujuan untuk melihat pengaruh relaksasi otot progresif terhadap tingkat stress pada perawat DM tipe 2 di Rumah Sakit

Bhayangkara Makassar. Sebelum diberikan intervensi tingkat stress perawat akan diukur menggunakan *Perceived Stress Scale* (PSS) kemudian diberikan intervensi, setelah itu diukur kembali dengan menggunakan *Perceived Stress Scale* (PSS). Pengukuran dilakukan sebanyak 2 kali, pengukuran pertama sebagai data *pre-test* pada hari pertama. Pengukuran kedua sebagai data *post-test* pada hari kedua (Hilda *et al*, 2023).

Kedisiplinan merupakan suatu hal yang menjadi tolak ukur untuk mengetahui apakah peran seorang manajer atau pimpinan secara keseluruhan dapat dilaksanakan dengan baik atau tidak. Disiplin juga merupakan bentuk dari pengendalian diri perawat dan pelaksanaan yang teratur dalam menunjukkan tingkat kesungguhan kerja perawat pada suatu puskesmas, dimana para Perawat yang tidak mematuhi peraturan yang telah ditetapkan Puskesmas akan mendapatkan sanksi. Oleh karena itu tindakan disiplin ini tidak bisa diterapkan secara sembarangan, sehingga memerlukan pertimbangan yang bijak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kedisiplinan perawat di PKM Maros Baru Kab.Maros (Arnianti, 2020).

Menurut Aflahatinufus (2022) hasil penelitian dari *Mindful Hypnotherapy* (MH) menunjukan bahwa efektif untuk menurunkan stres dan nilai stres yang menurun lebih unggul dari pada intervensi yang tidak menggunakan hipnosis atau intervensi *mindfulness* saja. Kekurangan dari intervensi *Mindful Hypnotherapy* (MH) yaitu pada waktu

pelaksanaan intervensi yang lebih lama (delapan sesi dengan durasi satu jam) dibandingkan dengan teknik hipnoterapi lainnya yang rata-rata hanya membutuhkan waktu 30 menit. Meskipun demikian, *Mindful Hypnotherapy* (MH) sangat disarankan untuk menjadi salah satu intervensi dalam menurunkan stres pada perawat karena *Mindful Hypnotherapy* (MH) dapat diadaptasikan kedalam waktu yang lebih singkat dan tempat yang dapat disesuaikan sendiri sehingga sangat *flexible*. Oleh karena itu, para perawat yang menggunakan *Mindful Hypnotherapy* (MH) sebagai intervensi untuk mengurangi stres ini nantinya tidak akan merasa jenuh.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di RSUD Labuang Baji Kota Makassar peneliti mendapatkan data jumlah 20 perawat rentan usia 35-45 tahun keatas, yang menghabiskan waktu 10 jam sehari untuk bekerja. Hasil wawancara yang dilakukan bahwa perawat yang bekerja di masing-masing ruangan ada beberapa perawat yang mengalami stres akibat dari tuntutan keluarga pasien serta tekanan yang diberikan ke perawat agar bekerja lebih baik secara fisik dan mental.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penelitian ini ingin mengkaji Efek Manajemen Stres Terhadap Stres Pada Perawat RSUD Labuang Baji Kota Makassar Tahun 2024. Adapun rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah perawat mengelola stres yang timbul dalam pekerjaan mereka?
2. Apakah intervensi *mindfulness* berpengaruh dalam mengurangi tingkat stres pada perawat?
3. Apakah pengaruh intervensi *mindfulness* terhadap kepuasan kerja dan kesejahteraan mental perawat?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dilakukannya penelitian untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh intervensi *mindfulness* terhadap stres pada perawat di RSUD Labuang Baji Kota Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat stress pada perawat.
- b. Untuk mengetahui tingkat stress pada perawat sebelum dan sesudah intervensi *mindfulness*.
- c. Untuk mengetahui pengaruh intervensi *mindfulness* terhadap tingkat stress pada perawat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi peneliti untuk mengembangkan kemampuan diri dalam melakukan penelitian serta

dapat mengimplementasikan berbagai ilmu yang telah diperoleh sebagai bekal masa depan.

2. Manfaat Bagi Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan tambahan referensi dan rujukan bagi peneliti lainnya, tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) yang berkaitan dengan intervensi *mindfulness* pada perawat.

3. Manfaat Bagi Praktisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan oleh RSUD Labuang Baji Kota Makassar dan para perawat yang berkaitan dengan pentingnya menjaga Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) serta pentingnya kesehatan mentalnya.