

RINGKASAN

**Universitas Muslim Indonesia
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Peminatan Promosi Kesehatan
Skripsi, 16 Juli 2025**

**Fitra Salsabila
141 2021 0029**

“Hubungan Strategi Koping Dengan Tingkat Stress dan Kecemasan Pada Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Dadi Kota Makassar”

(XVI + 158 halaman + 12 table + 12 Lampiran)

Setiap manusia pasti dapat mengalami stres dan kecemasan pada saat-saat tertentu dalam hidupnya tanpa melihat waktu dan tempat. Masalah stres dan kecemasan tidak bisa terlepas dari kehidupan manusia terutama bagi yang memiliki pekerjaan yang langsung, seperti halnya petugas kesehatan salah satu contohnya yaitu perawat jiwa yang secara langsung menghadapi pasien yang memiliki tingkat stres dan kecemasan yang berbeda-beda. Maka dari itu pentingnya strategi koping dalam kehidupan seseorang untuk mengelola stres dan cemas kita.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Strategi Koping Dengan Tingkat Stres dan Kecemasan Pada Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Dadi Kota Makassar. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data yaitu observasi, angket kuisioner dan dokumentasi dari Rumah Sakit Khusus Dearah Dadi Kota Makassar responden dalam penelitian ini didapatkan 58 orang.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berdasarkan tingkat stres didapatkan 21 orang mengalami stres ringan dan 37 orang mengalami tingkat stres sedang dan tingkat kecemasan didapatkan 40 orang mengalami cemas ringan dan 18 orang mengalami cemas sedang. Adapun staregi koping yang mereka lakukan yaitu menggunakan strategi emosional fokus koping untuk mengelola dan meredakan emosi negatif sedangkan problem fokus koping untuk mengatasi dan menghadapi sumber stres dan kecemasan.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan strategi emosional fokus coping dengan tingkat stres pada perawat ($p = 0,003 < 0,005$). Terdapat hubungan antara strategi emosional fokus coping dengan tingkat stres pada perawat ($p = 0,000 < 0,005$). Tidak ada hubungan strategi problem fokus koping terhadap tingkat stres pada perawat ($p = 0,009 < 0,005$). Terdapat hubungan antara strategi problem fokus koping dengan tingkat kecemasan pada perawat ($p = 0,000 < 0,005$).

Kesimpulan penelitian ini bahwa Sebagian besar perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah Dadi mengalami tingkat stres dan kecemasan yang bervariasi, mulai dari ringan

hingga sedang. Stres dapat disebabkan oleh beban kerja tinggi, kondisi pasien, tekanan administratif, dan jam kerja yang panjang. Penggunaan strategi emosional fokus coping (EFC) memiliki korelasi dengan tingkat kecemasan. Perawat yang lebih sering menggunakan emosional fokus coping maladaptif (misalnya menghindari masalah) cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi. Strategi problem fokus coping (PFC) berperan dalam menurunkan kecemasan perawat. Saran dari penelitian ini penjadwalan kerja yang lebih fleksibel dan rotasi tugas dapat membantu mengurangi tekanan kerja berlebih. Penting untuk melakukan pemantauan berkala terhadap kondisi psikologis perawat. Pelatihan teknik relaksasi seperti mindfulness atau pernapasan dalam dapat membantu menurunkan kecemasan. Ciptakan suasana kerja yang suportif dan komunikatif antar staf.

Daftar Pustaka : (2019-2025)

Kata Kunci : Strategi koping, Tingkat Stres, Tingkat Kecemasan