

## ***Literature Review: Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Tingkat Stress pada Tenaga Kesehatan***

**Asep Hilman Hermawan\*, Caecelia Makaginsar, Nurul Romadhona**

Prodi Pendidikan Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*asephil2000@gmail.com, caecelia@gmail.com, nromadhonadr@gmail.com

**Abstract.** Work stress is a condition experienced by a person caused by pressure at work and can change the normal psychological or physical function of the workforce. Since 2019 Indonesia has been hit by the rampant Covid-19 outbreak which has caused uncontrollable patients who come to the hospital in the healing process. The year 2020 is a condition where the State of Indonesia is experiencing bad times related to the Covid-19 outbreak. So many health workers such as doctors, nurses, and other health workers who experience stress at work. This research method uses literature studies that come from several journals, books, articles and several other relevant sources. The literature study conducted was then analyzed critically to find answers to the purpose of journal writing. This journal aims to determine the relationship between age and gender with stress levels in health workers. The results and conclusions based on the literature study that has been carried out are that there is a relationship between age and gender with stress levels in the health team.

**Keywords:** *Gender, Health, Stress, Age.*

**Abstrak.** Stress kerja merupakan suatu keadaan yang dialami oleh seseorang yang disebabkan oleh tekanan dalam bekerja dan dapat merubah fungsi normal secara psikologis ataupun fisik pada tenaga pekerja. Sejak tahun 2019 Indonesia sudah dilanda oleh maraknya wabah Covid-19 yang menyebabkan tidak terkendalinya pasien yang datang ke rumah sakit dalam proses penyembuhan. Pada tahun 2020 merupakan kondisi dimana Negara Indonesia sedang mengalami masa-masa buruk terkait wabah Covid-19. Sehingga banyak tenaga kesehatan seperti dokter, suster, dan tenaga kesehatan lainnya yang mengalami stress saat bekerja. Metode penelitian ini menggunakan studi literatur yang berasal dari beberapa jurnal, buku, artikel dan beberapa sumber relevan lainnya. Studi literatur yang dilakukan kemudian dianalisis secara kritis untuk menemukan jawaban dari tujuan penulisan jurnal. Jurnal ini bertujuan untuk mengetahui hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress pada tenaga kesehatan. Hasil dan kesimpulan berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan adalah bahwa terdapat hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress pada tim kesehatan.

**Kata Kunci:** *Jenis Kelamin, Kesehatan, Stress, Umur.*

## A. Pendahuluan

Tenaga kesehatan adalah orang-orang yang menjadi garda terdepan untuk menghadapi penyakit yang sedang melanda pasien. Seperti yang diketahui bahwa pada saat ini Indonesia dan seluruh penjuru dunia sedang dilanda dengan wabah Covid-19 yang menimbulkan berbagai dampak bagi semua industri dan semua golongan masyarakat khususnya adalah tim kesehatan. Hal ini dikarenakan tenaga kesehatan merupakan salah satu profesi yang akan menangani pasien yang terjangkit wabah Covid-19. Pada kenyataannya, pemerintah telah melakukan upaya terkait penyebaran virus Covid-19 dengan menerapkan 3M yaitu mencuci tangan (baik sesudah beraktivitas maupun sebelum beraktivitas), menjaga jarak dengan minimal 1 meter, dan memakai masker. Tujuan penerapan peraturan tersebut adalah meminimalisir terkait penyebaran virus Covid-19. Menurut WHO (2017) memaparkan bahwa di penjuru dunia tenaga kesehatan tidak tersebar rata. Negara-negara dengan kebutuhan relatif rendah memiliki jumlah pekerja kesehatan terbanyak, sedangkan negara-negara dengan beban penyakit terbesar harus puas dengan tenaga kerja kesehatan yang jauh lebih kecil salah satunya Indonesia.



**Gambar 1.** Tren Kasus Aktif Covid-19 di Indonesia

Berdasarkan grafik diatas dapat diketahui sejak bulan Maret 2020 Hingga Agustus 2021 kasus aktif Covid-19 mengalami peningkatan secara terus menerus. Peningkatan drastis terkait virus Covid-19 terjadi pada bulan Juni hingga bulan Agustus 2021. Dimana puncak kasus terkait Covid-19 bisa mencapai lebih dari 550.000 subyek. Kemudian dari bulan Agustus 2021 hingga bulan Januari 2022 terjadi penurunan terkait kasus aktif covid-19. Hal tersebut dikarenakan pemberian vaksinasi gratis oleh pemerintah kepada masyarakat sudah dilakukan, bahkan vaksin tersebut sudah mulai sampai ke desa-desa kecil yang ada di Indonesia. Kasus aktif mengenai Covid-19 ini tercatat akhir pada tanggal 16 Januari 2022 berdasarkan sumber kementerian kesehatan adalah 8.605 subyek di seluruh Indonesia.

Stress adalah situasi yang tampak sulit dan juga berbahaya sehingga dapat membuat tubuh mengalami reaksi yang tidak biasa. Hormon adrenalin yang terdapat didalam tubuh dapat diproduksi secara reflek ketika seseorang mengalami stress. Dalam bekerja, seseorang bisa saja mengalami stress yang disebabkan oleh faktor sosial dan faktor psikologis. Sehingga stress kerja merupakan suatu keadaan yang dialami oleh seseorang yang disebabkan oleh tekanan dalam bekerja dan dapat merubah fungsi normal secara psikologis ataupun fisik pada tenaga pekerja.

Sekitar 50% sampai dengan 60% merupakan tingkatan stress yang dialami oleh pekerja kesehatan yang dipaparkan oleh ILO (*International Labour Organization*) pada tahun 2014. Berdasarkan *research* yang telah dilakukan bahwa pekerja kesehatan kerap mengalami stress dan terus mengalami peningkatan. Ada beberapa faktor yang menimbulkan stress bagi seorang tenaga kesehatan. Faktor tersebut dapat berupa faktor sosial dan juga dapat berupa faktor psikologis dari seorang tenaga kesehatan. Tujuan dari pekerjaan yang dilakukan oleh tim tenaga

kesehatan haruslah tercapai. Karena tujuan tersebut berkaitan dengan kesehatan pasien baik di puskesmas ataupun di rumah sakit. Beban kerja yang berlebih adalah salah satu dari faktor sosial. Selain itu, masalah konflik peran dan tanggung jawab terhadap orang lain juga memiliki pengaruh terhadap stress kerja.

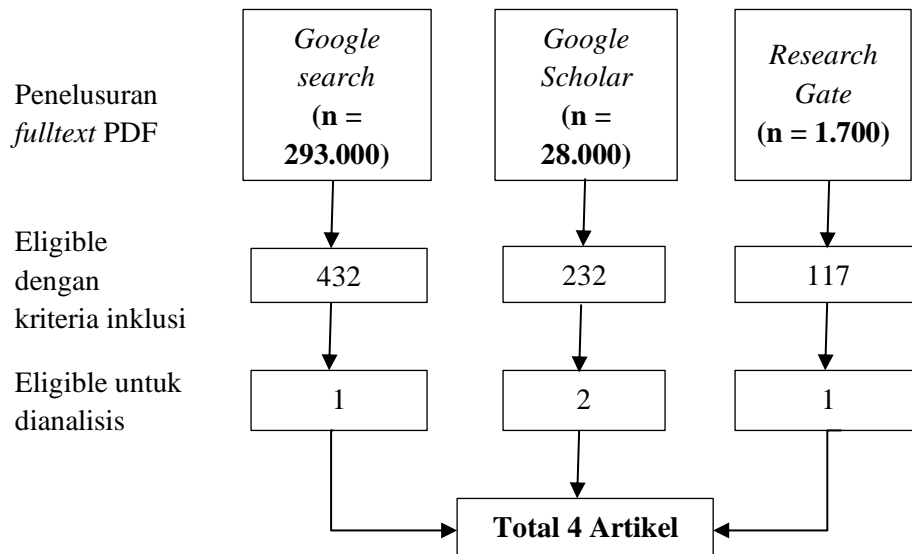
Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Awalia, dkk. (2021) memaparkan bahwa umur tidak memiliki pengaruh terhadap tingkat stress. Sedangkan jenis kelamin memiliki pengaruh terhadap tingkat stress tenaga kesehatan. Responden yang dijadikan subyek penelitian adalah tenaga kesehatan yang memiliki rentang usia 20-35 tahun. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa perawat muda memiliki tingkat stress yang tidak bisa terkontrol, khususnya yang terjadi pada masa pandemi Covid-19. Karena tidak hanya satu atau dua saja pasien yang datang ke rumah sakit untuk berobat, tetapi terdapat ratusan pasien Covid-19 yang datang ke rumah sakit untuk berobat.

Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik untuk mengambil judul “Hubungan Usia dan Jenis Kelamin dengan Tingkat Stress pada Tenaga Kesehatan”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis terkait hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress pada tenaga kesehatan. Sehingga diharapkan dari penelitian ini yaitu pembaca atau *reader* dapat dijadikan sumber rujukan dan dilakukan analisis lebih lanjut secara mendalam.

## B. Metodologi Penelitian

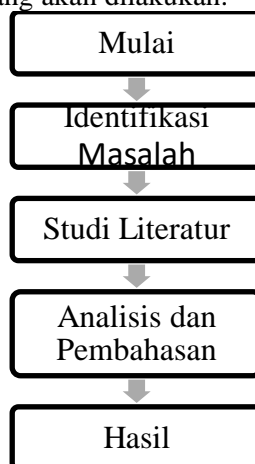
Jenis penelitian yang digunakan adalah *literature review* (tinjauan pustaka). Menurut Cooper (2010), penelitian ini mengkaji atau meninjau secara kritis temuan yang terdapat pada literatur berorientasi akademik (*academic-oriented literature*) seperti jurnal nasional dan internasional, sejumlah buku, atau majalah yang berkaitan dengan masalah dan tujuan penelitian. Fokus utama penelitian ini adalah menyelidiki hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress pada tenaga kesehatan. Adapun sifat dari penelitian ini adalah analisis deskriptif, yaitu dengan menguraikan data yang telah diperoleh, kemudian memaparkannya dalam bentuk tulisan yang jelas dan mudah dipahami pembaca.

Pengumpulan data *literature review* dilakukan melalui tiga langkah. Pertama, penelusuran artikel publikasi pada *google*, *google scholar*, dan *research gate* menggunakan kata kunci yang dipilih diantaranya “hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress” dan “faktor yang mempengaruhi stress selama masa pandemi pada tenaga kesehatan”. Meliputi artikel penelitian yang telah diterbitkan pada rentang tahun 2011-2021 dan dapat diakses *fulltext* dalam format pdf atau *scholarly (peer reviewed journals)*. Kedua, judul dan abstrak dilakukan *skringing* menurut kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria jurnal yang direview adalah artikel jurnal penelitian asli yang menggunakan bahasa Indonesia atau bahasa Inggris dengan subyek hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress. *Literature review* ini disintesis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data hasil ekstraksi yang sejenis untuk menjawab tujuan. Jurnal penelitian yang sesuai dengan kriteria inklusi kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit jurnal, judul penelitian, metode dan ringkasan hasil atau temuan. Ketiga, dilakukan analisis isi masing-masing artikel jurnal berdasarkan garis besar atau inti dari penelitian tersebut dengan mengurai dalam sebuah kalimat. Kemudian, jika sudah terkumpul dicari persamaan dan perbedaan pada masing-masing penelitian lalu dibahas dan dibandingkan apabila ada jurnal yang saling berhubungan. Adapun penambahan artikel jurnal maupun *textbook* lain bersifat memperkuat ketajaman pembahasan hasil penelitian. Dengan demikian, peneliti sudah dapat menarik kesimpulan.



**Gambar 2.** Skema Pemilihan Artikel

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis terkait hubungan umur dan jenis kelamin dengan tingkat stress pada tenaga kesehatan. Jenis artikel yang dituliskan menggunakan penelitian kualitatif dengan menggunakan studi literatur. Studi literatur yang dilakukan dalam penulisan artikel ini meliputi analisis dan juga telaah terkait buku, artikel, jurnal, atau sumber relevan lainnya yang berkesinambungan dengan judul. Menurut Zed (2014) studi literatur adalah metode penelitian yang dilakukan dengan cara mengumpulkan beberapa sumber yang relevan, yang kemudian diikuti dengan langkah pencatatan dan baca sehingga menjadi hasil penelitian. Jurnal-jurnal, beberapa artikel, atau buku-buku bisa dijadikan sumber penelitian. Fenomena yang ada yang diperkuat dengan adanya sumber-sumber yang mukhtahir merupakan penelitian yang akan dilakukan kali ini. Kemudian Nazir (2014) berpendapat bahwa studi literatur dapat juga disebut dengan studi pustaka. Studi pustaka yang dimaksudkan disini adalah kegiatan yang berhubungan dengan penelitian yang bertujuan untuk menganalisis terkait dokumen-dokumen, beberapa buku, beberapa laporan, beberapa catatan, beberapa literatur yang relevan untuk memecahkan masalah dari yang sedang dihadapi oleh peneliti. Berikut adalah Gambar 3 terkait metode penelitian yang akan dilakukan.



**Gambar 3.** Diagram Alir Metode Penelitian

Sumber: Rumetna, 2018.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan pencarian data dengan menggunakan metode literature review, ditemukan 4 artikel yang eligible untuk dianalisis dan kemudian disajikan pada tabel 1.

**Tabel 1.** Hubungan Umur dan Jenis Kelamin dengan Tingkat Stress pada Tenaga Kesehatan

No	Judul/Tahun/ Peneliti	Tujuan	Metode Penelitian/Analisis	Hasil
1.	Hubungan Umur dan Jenis Kelamin dengan Stress Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom/2021/Awalia, dkk.	Mengetahui faktor yang mempengaruhi stress kerja	Penelitian cross sectional study adalah desain penelitian yang dipakai dalam penelitian tersebut. Populasi penelitian ini adalah seluruh perawat di ruang rawat inap RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom, pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik sampling total sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner online, dan data diolah dengan analisis bivariate menggunakan chisquare dan analisis multivariate menggunakan regresi logistic dengan p value=0,05	Umur tidak memiliki pengaruh terhadap tingkat stress. Sedangkan jenis kelamin memiliki pengaruh terhadap tingkat stress tenaga kesehatan
2.	Health Workers Stress Levels Detect Covid-19/ 2021/ Nasus dkk.	Mengidentifikasi tingkat stress pada petugas kesehatan berdasarkan jenis kelamin dan usia terkait mendeteksi virus Covid-19	Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif. Metode yang dipakai adalah metode deskriptif. Petugas kesehatan merupakan subyek penelitian yang dilakukan. Pengumpulan data diperoleh dari data primer dan data sekunder.	Masyarakat dengan jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stress yang lebih besar dibandingkan dengan masyarakat yang berjenis kelamin laki-laki. Kemudian untuk variabel usia dewasa awal memiliki tingkat stress yang lebih besar dibandingkan dengan usia lansia.
3.	Faktor Penyebab Stres pada Tenaga Kesehatan dan Masyarakat saat Pandemi Covid-19/ 2020/ Handayani, dkk.	Memberikan bukti klinis dan masukan untuk peningkatan kewaspadaan dan manajemen diri agar terhindar dari stres di masa pandemi Covid-19	Metode yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan tinjauan sitematis dari berbagai sumber yang relevan seperti Mulrow, Clarke, Devereaux, Tetzlaff, Liberati, Altman, Ioannidis, dan lain sebagainya.	Kondisi psikologis tenaga kesehatan dan masyarakat selama pandemi Covid-19 belum menjadi fokus utama pemerintah di berbagai negara, namun penelitian menunjukkan bahwa mayoritas masyarakat di dunia mengalami gejala stres ringan dan para tenaga kesehatan juga mengalami stres akibat beban pekerjaan, stigma,

				dan kekhawatiran terinfeksi.
4.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkatan Stres pada Tenaga Kesehatan Di RS Universitas Tanjungpura Pontianak Tahun 2015/ Perwitasari, dkk.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stress pada tenaga kesehatan	Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif. Pendekatan potong lintang merupakan metode yang digunakan dalam penelitian ini.	Jenis kelamin mempengaruhi tingkat stress pada tenaga medis. Perempuan 30% lebih banyak mengalami stress dibandingkan dengan laki-laki. Pada usia produktif yaitu berkisar 28 tahun sampai dengan 30 tahun mengalami kejadian stress lebih tinggi dibandingkan dengan usia lansia.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan usia dan jenis kelamin dengan tingkat stress pada tenaga kesehatan. Variabel X dari penulisan ini adalah usia dan jenis kelamin sedangkan variabel Y dari penelitian ini adalah tingkat stress pada tenaga kesehatan. Stress adalah situasi yang tampak sulit dan juga berbahaya sehingga dapat membuat tubuh mengalami reaksi yang tidak biasa. Hormon adrenalin yang terdapat didalam tubuh dapat diproduksi secara reflek ketika seseorang mengalammi stress. Dalam bekerja, seseorang bisa saja mengalami stress yang disebabkan oleh faktor sosial dan faktor psikologis. Sehingga stress kerja merupakan suatu keadaan yang dialami oleh seseorang yang disebabkan oleh tekanan dalam bekerja dan dapat merubah fungsi normal secara psikologis ataupun fisik pada tenaga pekerja.

Berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa usia memiliki dampak terkait tingkat stress pada tenaga kesehatan. Umumnya tingkat stress yang disebabkan oleh faktor usia terjadi pada masa dewasa dibandingkan dengan masa usia lansia. Pada usia dewasa, tenaga kesehatan baru mulai terjun ke dunia pekerjaan. Sehingga akan menemukan hal-hal yang baru terkait dunia pekerjaan baik di puskesmas ataupun di rumah sakit. Sehingga pada usia dewasa, tenaga kesehatan masih perlu adaptasi dengan lingkungan pekerjaan dan menampung berbagai pengalaman yang ada di dunia kesehatan. Berbeda halnya dengan usia lansia yang memiliki banyak pegalaman dalam dunia pekerjaan medis, sehingga tingkat stress yang dialami oleh usia lansia lebih kecil dibandingkan dengan usia dewasa.

Pada era pandemi Covid-19 ini, usia dewasa memiliki juga memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan dengan usia lansia. Hal ini dengan maraknya pasien Covid-19 di Indonesia, dimana tenaga media harus siap siaga dalam menalangi kasus Covid-19. Berdasarkan Studi Literatur yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa usia dewasa memiliki beberapa tekanan dalam menalangi kasus Covid-19. Kurangnya tenaga medis yang ada di Indonesia juga menjadi salah satu faktor dari rasa stress yang dialami oleh tenaga medis pada usia dewasa. Seperti yang kita ketahui bahwa tenaga medis merupakan garda terdepan bagi masyarakat Indonesia dalam menalangi kasus Covid-19.

Kemudian jenis kelamin juga memiliki dampak terhadap tingkat stress pada tenaga kesehatan. Berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa perempuan memiliki tingkat stress lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan dalam bekerja perempuan lebih banyak menggunakan perasaan, sedangkan laki-laki dalam bekerja menggunakan akal dan pikiran.

Sekitar 50% sampai dengan 60% merupakan tingkatan stress yang dialami oleh pekerja kesehatan yang dipaparkan oleh ILO (*International Labour Organization*) pada tahun 2014. Berdasarkan research yang telah dilakukan bahwa pekerja kesehatan kerap mengalami stress dan terus mengalami peningkatan. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa stress yang dihadapi oleh tenaga kesehatan adalah dengan istirahat sekitar 5-10 menit dalam 1 jam, tidak terbiasa mengeluh, melakukan pekerjaan bukan sebagai tanggung jawab, tetapi melakukannya dengan tulus dan ikhlas.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan data dan analisis yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa jenis kelamin dan usia memiliki pengaruh terhadap tingkat stress pada tenaga medis. Tenaga medis perempuan memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga medis pada laki-laki. Kemudian usia juga memiliki pengaruh terhadap tingkat stress tenaga medis. Berdasarkan studi literatur yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa usia dewasa lebih tinggi mengalami stress dibandingkan dengan usia lansia.

#### Acknowledge

Peneliti ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu dalam penulisan artikel penelitian ini.

#### Daftar Pustaka

- [1] <https://investor.id/infografis/jumlah-kasus-aktif-covid19-sampai-16-januari-2022> diakses pada 17 Januari 2022
- [2] Dimkatni, N. W., Sumampouw, O. J. and Manampiring, A. E. (2020) 'Apakah Beban Kerja, Stres Kerja dan Kualitas Tidur Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit?', *Journal of Public Health*, 1(March), pp. 9–14.
- [3] D, M. S. T. and Larasati, T. A. (2015) 'FaktorFaktor Sosial yang Mempengaruhi Stres Kerja', *Majority*, 4(9).
- [4] Zed, M. 2014. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- [5] Nazir, M. 2014. *Metode Penelitian*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- [6] Rumetna, M. S. (2018). Pemanfaatan Cloud Computing Pada Dunia Bisnis: Studi Literatur. *Jurnal Teknologi Informasi dan Ilmu Komputer (JTIK)*, 5(3). 305-314.
- [7] Awalia, M. J., Medyati, N. J., & Giay, Z. J. (2021). Hubungan Umjur Dan Jenis Kelamin Dengan Stress Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan)*, 5(2). 477-
- [8] Nasus, E., Tulak, G. T., & Bangu, B. (2021). Health Workers Stress Levels Detect Covid-19. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 6(1), 94-102.
- [9] <sup>1</sup> Handayani, R. T., Kuntari, S., Darmayanti, A. T., Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2020). Faktor penyebab stres pada tenaga kesehatan dan masyarakat saat pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 353-360.
- [10] Perwitasari, D. T. (2016). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkatan stres pada tenaga kesehatan di RS universitas tanjungpura pontianak tahun 2015. *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 2(3). 553-561.
- [11] Musyarofah, S., Maghfiroh, A., & Abidin, Z. (2021). Studi Kecemasan pada Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 81-86.
- [12] Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemi covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201.
- [13] Rinawati, F., & Alimansur, M. (2016). Analisa faktor-faktor penyebab gangguan jiwa menggunakan pendekatan model adaptasi stres stuart. *Jurnal ilmu kesehatan*, 5(1), 34-38.
- [14] Tamara, T. A., & Wulandari, R. D. (2021). PERBEDAAN INDIVIDU SEBAGAI FAKTOR PENYEBAB STRES KERJA PADA TENAGA KESEHATAN AKIBAT PANDEMI COVID-19: NARRATIVE LITERATURE REVIEW. *IKESMA*, 17(1), 22-32.
- [15] Dimkatni, N. W., Sumampouw, O. J. and Manampiring, A. E. (2020) 'Apakah Beban Kerja, Stres Kerja dan Kualitas Tidur Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit?', *Journal of Public Health*, 1(March), pp. 9–14.