

Tingkat Stres Berdasarkan Sif Kerja pada Perawat di Ruang Isolasi COVID-19

Refika Ima Nurul Uswah*, Siska Nia Irasanti, Yuliana Ratna Wati

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

*refikailmanu@gmail.com, siska_drg@rocketmail.com, yulianarw05@gmail.com

Abstract. COVID-19 is an acute respiratory disease that was first reported in Wuhan, China. High rates of infection and mortality increase social and mental pressure on health workers and cause mental health problems such as stress. Based on the results of research in Taiwan, nurses have a higher mean stress value than other health workers. Stress is a homeostatic imbalance condition caused by physical stimulation that results a changes in individuals. One of the stressors for nurses is work shift. The purpose of this study was to describe the work shift and the description of stress levels based on the work shift of nurses in the COVID-19 Isolation Room. Descriptive method with a cross-sectional design approach is used in this study, with 79 respondents taken by total sampling technique. The data was taken using a questionnaire instrument from Tayyib and Alsolami (2020), the questionnaire consists of 14 questions and has been modified by the researcher and has been tested valid and reliable .The results of this study showed that most of the nurses who experienced stress working on the morning and evening shifts were 27 nurses (71.05%) and 19 nurses (63.33%) and 5 out of 11 nurses (45.45%) in the afternoon shift. From these results, the hospital is expected to increase attention and evaluation regarding efforts to overcome stressors for nurses, especially during the COVID-19 pandemic.

Keywords: COVID-19, Stress, Work Shift.

Abstrak. COVID-19 adalah penyakit respiratori akut yang dilaporkan pertama kali ditemukan di Wuhan, China. Tingginya angka infeksi dan mortalitas meningkatkan tekanan sosial dan mental pada tenaga kesehatan dan dapat menimbulkan gangguan kesehatan mental seperti stres. Berdasarkan hasil penelitian di Taiwan, perawat memiliki nilai *mean* stres yang lebih tinggi dibandingkan tenaga kesehatan lain. Stres adalah kondisi tidak seimbang yang diakibatkan oleh adanya rangsangan fisik yang mengakibatkan perubahan pada individu. Salah satu stresor pada perawat adalah sif kerja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran sif kerja dan gambaran tingkat stres berdasarkan sif kerja pada perawat di Ruang Isolasi COVID-19. Metode deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional design* digunakan dalam penelitian ini, dengan 79 responden yang diambil dengan teknik total *sampling*. Data diambil dengan *instrument* kuesioner dari Tayyib dan Alsolami (2020), kuesioner terdiri dari 14 pertanyaan dan telah di modifikasi oleh peneliti dan telah teruji *valid* dan *reliabel*. Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar perawat yang mengalami stres bekerja pada sif pagi dan malam yaitu 27 perawat (71,05%) dan 19 perawat (63,33%) serta sif sore 5 dari 11 perawat (45,45%). Dari hasil ini, pihak Rumah Sakit diharapkan meningkatkan perhatian dan evaluasi mengenai upaya penganggulangan faktor yang menjadi stresor pada perawat terutama selama pandemi COVID-19.

Kata Kunci: COVID-19, Sif Kerja, Stres.

A. Pendahuluan

COVID-19 adalah penyakit infeksi respiratori akut yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2. Pertama kali dilaporkan di Wuhan, China pada awal Desember 2019, COVID-19 terus menyebar ke penjuru dunia dan akhirnya pada Maret 2020, COVID-19 ditetapkan sebagai kondisi *pandemic* oleh *World Health Organization* (WHO). Kasus terkonfirmasi di Indonesia sudah mencapai angka lebih dari 1 juta kasus per Januari 2021. Sedangkan, Provinsi Jawa Barat secara konsisten berada pada posisi kedua kasus COVID-19 tertinggi dan Kabupaten Sukabumi berada pada posisi ke-13 di Jawa Barat. Peningkatan angka infeksi serta mortalitas ikut andil untuk meningkatkan tekanan sosial dan mental pada tenaga kesehatan seperti terjadi pada kondisi wabah SARS dan MERS.

Stres merupakan kondisi ketidakseimbangan dari homeostasis yang diakibatkan oleh adanya rangsangan fisik maupun psikologis yang mengakibatkan suatu perubahan. Stres memiliki efek positif dan negatif pada individu yang mengalaminya. Individu yang mengalami tingkat stres rendah dan masih mampu untuk melakukan *coping mechanism* dapat menimbulkan motivasi ataupun dorongan terhadap individu tersebut. Sedangkan, apabila individu mengalami stres diatas rata-rata, hal tersebut dapat mengakibatkan individu tersebut tidak bisa bekerja dan atau menyebabkan masalah fisiologis yang serius.

Sif kerja diterapkan dengan tujuan untuk meningkatkan produktivitas dan efisiensi dari pekerja dengan cara bekerja selama 24 jam sehari. Penerapan sif kerja di Indonesia telah diatur dalam Undang-Undang RI No.13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, pembagian waktu kerja yaitu untuk 6 hari kerja, terdiri dari 7 jam dalam sehari atau 40 jam seminggu, untuk 5 hari kerja terdiri dari 8 jam dalam sehari atau 40 jam dalam seminggu, dengan ketentuan lembur tidak melebihi 3 jam dalam sehari atau 24 jam dalam seminggu dan terdapat persetujuan dari pekerja.

Standar waktu kerja pada saat pandemi cukup sulit untuk dilakukan, terutama untuk tenaga kesehatan seperti perawat. Penelitian yang dilakukan oleh Kou et al (2020) menemukan bahwa perawat memiliki nilai *mean* yang relatif lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga kesehatan lain yaitu 50.9. Berdasarkan penelitian Marthoenis (2021) juga mengemukakan bahwa dari 491 perawat yang bekerja di Rumah Sakit Rujukan COVID-19 Provinsi di Indonesia, terdapat adanya prevalensi sedang sampai parah untuk kondisi stres sebesar (6,3%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sif kerja serta gambaran tingkat stres berdasarkan sif kerja pada Perawat di Ruang Isolasi COVID-19 RSUD Sekarwangi Kab. Sukabumi.

B. Metodologi Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yang diambil adalah total *sampling* dan didapatkan 79 responden di Ruang Isolasi COVID-19 RSUD Sekarwangi Kab. Sukabumi. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dari Tayyib dan Alsolami (2020), kuesioner terdiri dari 14 pertanyaan dan telah di modifikasi oleh peneliti dan telah teruji *valid* dan *reliabel*. Analisis univariat dilakukan untuk menilai karakteristik responden, sif kerja dan tingkat stres berdasarkan sif kerja pada responden.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	F	%
---------------	---	---

Usia		
17-25 tahun	16	20.3
26-35 tahun	50	63.3
36-39 tahun	11	13.9
40-45 tahun	2	2.5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	43	54.4
Perempuan	36	45.6
Stasus Pernikahan		
Belum Menikah	26	32.9
Cerai	1	1.3
Sudah Menikah	52	65.8
Lama Kerja di RS		
<1 tahun	0	0.00
1-3 tahun	25	31.7
3-5 tahun	16	20.2
>5 tahun	38	48.1
Lama Kerja di Ruang Isolasi		
<6 Bulan	29	36.7
>1 Tahun	21	26.6
6 Bulan-1 Tahun	29	36.7
Penghasilan		
Diatas UMR	47	59.5
Dibawah UMR	32	40.5
Menderita penyakit dalam 1 minggu terakhir		
Ya	75	94.9
Tidak	4	5.1

Apabila Ya, Sebutkan		
COVID-19	1	25.0
GERD	1	25.0
Long COVID	1	25.0
Sakit Gigi	1	25.0
Pernah menderita penyakit berat		
Tidak	77	97.5
Ya	2	2.5
Apabila Ya, sebutkan		
Diabetes	1	50.0
Kolesterol	1	50.0
Pernah di diagnosis gangguan jiwa		
Ya	0	0
Tidak	79	100.0
Pernah di diagnosis COVID-19		
Tidak	44	55.7
Ya	35	44.3

Sumber: Data Penelitian, 2021.

Tabel karakteristik diatas menunjukkan bahwa perawat memiliki rata-rata usia 26–35 tahun (63.3%), sebanyak 43 perawat (54.5%) berjenis kelamin laki–laki dan lebih banyak yang sudah menikah dengan jumlah 52 dari 79 perawat. Perawat juga sebagian besar telah bekerja lebih dari 5 tahun sebanyak 38 perawat (48.1%) dengan penghasilan diatas UMR sebanyak 47 perawat (59.5%). Responden menyebutkan sebagian besar tidak menderita penyakit dalam 1 minggu terakhir sebesar 75 perawat (94.9%), tidak pernah menderita penyakit berat sebesar 77 perawat (97.5%), keseluruhan perawat (100%) tidak pernah didiagnosis dengan gangguan jiwa dan yang pernah terdiagnosis COVID-19 sebesar 35 perawat (44.3%).

Sif Kerja pada Perawat di Ruang Isolasi COVID-19

Tabel 2. Sif Kerja Perawat di Ruang Isolasi COVID-19

Sif Kerja	F	%
Pagi	38	48.1
Sore	11	13.9

Malam	30	38.0
Total	79	100.0

Tabel diatas menunjukkan pembagian sif kerja di Ruang Isolasi COVID-19 RSUD Sekarwangi Kab. Sukabumi. Hasil menunjukkan bahwa perawat sebagian besar pada sif pagi dan malam yaitu 38 perawat (48.1%) pada sif pagi dan 30 perawat (38.0%) pada malam hari serta 11 perawat (13,9%) pada sif sore.

Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Sif Kerja pada Perawat di Ruang Isolasi COVID-19

Dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 3. Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Sif Kerja pada Perawat di Ruang Isolasi COVID-19.

Tingkat Stres	Sif Pagi		Sif Sore		Sif Malam	
	(n=38)	%	(n=11)	%	(n=30)	%
Stres	27	71.05	5	45.45	19	63.33
Tidak stres	11	28.95	6	54.55	11	36.67

Sumber: Data Penelitian, 2021

Sif kerja merupakan suatu sistem gilir yang dibentuk dengan tujuan untuk peningkatan produktivitas di instansi maupun perusahaan dengan bekerja selama 24 jam sehari. Dalam pelaksanaannya, sif kerja dapat menjadi salah satu stresor timbulnya stres terutama pada perawat terutama dalam masa pandemi COVID-19. Ketika memberi pelayanan, perawat memiliki jadwal sif kerja yang berlangsung selama 8–12 jam selama seminggu penuh.

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa sebagian besar perawat di sif kerja pagi dan malam mengalami stress yaitu 27 perawat (71.05%) dan 19 perawat (63.33%), dan untuk sif sore terdapat 5 dari 11 perawat (45.45%) yang mengalami stres yang sejalan dengan penelitian oleh Dian Dwiana (2020) terdapat 8 dari 15 perawat (53.3%) yang bekerja di sif pagi mengalami stres dengan kategori sedang, 4 perawat pada sif sore dan 4 perawat pada sif malam mengalami kondisi yang sama. Sedangkan sebagian kecil lainnya mengalami stres pada kategori ringan dan berat.

Berdasarkan penelitian Apple et al (2021) menyebutkan bahwa skor tertinggi untuk skala stres adalah yang tertinggi dibanding skala depresi dan kecemasan yang terjadi pada perawat professional yang bekerja di unit COVID-19 di *Public University Hospital* di Wilayah Selatan Brazil. Terdapat 21 dari 52 perawat yang mengalami stres. Pada penelitian tersebut disebutkan juga bahwa terdapat 6 perawat yang bekerja pada sif pagi, 6 perawat pada sif sore dan 9 perawat pada sif malam yang mengalami stres.

Hasil penelitian ini menunjukkan perawat yang bekerja pada sif pagi lebih banyak mengalami stres daripada yang bekerja pada sif kerja lain dikarenakan seperti yang disebutkan oleh Dian Dwiana (2020), tugas dan juga produktivitas pada saat sif kerja pagi cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan waktu sif kerja yang lain.

Selama masa pandemi COVID-19 tenaga kesehatan seperti perawat telah banyak menghadapi tekanan besar, termasuk risiko tinggi infeksi, perlindungan yang tidak memadai dari kontaminasi, frustrasi, diskriminasi, isolasi, emosi negatif dari pasien, kurangnya kontak dengan keluarga dan kelelahan. Faktor dan situasi tersebut telah menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental seperti stres, kecemasan, gejala depresi, insomnia, *denial*, *anger issue*, dan ketakutan.

Penelitian yang dilakukan oleh Bilgic (2021) menyebutkan bahwa perawat bekerja

secara aktif di lingkungan kerja yang sangat sibuk dan dibawah risiko terinfeksi mengalami tingkat stres yang tinggi dan diikuti oleh tidur yang buruk. Berdasarkan penelitian Cinar et al (2021) ditentukan bahwa skor stres yang dialami perawat pada kondisi *pandemic* COVID-19 adalah $29,57 \pm 7.65$ (13–51) dan mereka mengalami stres sedang.

Tetapi, ditemukan juga bahwa 44,6% perawat gawat darurat mengalami stres diatas rata-rata. Berdasarkan temuan tersebut, terdapat beberapa kebutuhan yang diperlukan oleh perawat selama pandemi COVID-19 sebagian besar membutuhkan dukungan psikologis dan fisiologis. Berbagai upaya dilaporkan telah dilakukan di beberapa negara untuk memenuhi kebutuhan professional keperawatan kesehatan selama pandemi.

Upaya-upaya tersebut perlu dilakukan agar perawat terhindar dari masalah gangguan kesehatan mental maupun fisik yang akan mengganggu kinerja dan juga profesionalitas kinerja perawat. Di Wuhan, China upaya yang dilakukan untuk meringankan tenaga kesehatan yang bekerja di garis depan, jumlah personel ditambah, diberlakukan sistem sif kerja, informasi untuk mengurangi risiko penularan diberikan di platform *online*, dan konseling psikologis. Sedangkan di Turki, layanan konseling dan bimbingan psikologis untuk profesional kesehatan sudah mulai disediakan oleh organisasi profesional nasional.

D. Kesimpulan

Berdasarkan penemuan pada penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa:

1. Perawat di Ruang Isolasi COVID-19 RSUD Sekarwangi Kab. Sukabumi bekerja pada tiga sif yaitu sif pagi, sif sore dan malam.
2. Perawat di Ruang Isolasi COVID-19 RSUD Sekarwangi Kab. Sukabumi yang mengalami stres sebagian besar bekerja pada sif pagi dan malam.

Oleh karena itu, diharapkan pihak rumah sakit dapat memberikan perhatian dan melakukan evaluasi sebagai upaya untuk menanggulangi faktor-faktor yang dapat menjadi stresor pada perawat selama masa pandemi COVID-19 selain dari faktor sif kerja.

Acknowledge

Terima kasih kepada kedua pembimbing yang telah membimbing saya dan kepada para perawat di Ruang Isolasi COVID-19 RSUD Sekarwangi Kab.Sukabumi yang telah berkenan untuk menjadi responden pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Çınar D, Kılıç Akça N, Zorba Bahçeli P, Bağ Y. Perceived stress and affecting factors related to COVID-19 pandemic of emergency nurses in Turkey. *J Nurs Manag.* 2021;29(7):1916–23.
- [2] Kementerian Kesehatan RI. Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI. 2020 (serial online) [diunduh 27 Februari 2021]. p. 1. Tersedia dari: <https://infeksiemerging.kemkes.go.id/document/situasi-terkini-perkembangan-covid-19-29-januari-2021/view>.
- [3] Pemerintah Provinsi Jawa Barat. Sebaran Kasus - Pikobar [Pusat Informasi dan Koordinasi COVID-19 Jawa Barat]. 2020 (serial online) [diunduh 7 Februari 2021]. p. 1. Tersedia dari: <https://pikobar.jabarprov.go.id/distribution-case>.
- [4] Elbqry MG, Elmansy FM, Elsayed AE, Mansour B, Tantawy A, Eldin MB, et al. Effect of COVID-19 stressors on healthcare workers' performance and attitude at Suez Canal university hospitals. *Middle East Curr Psychiatry.* 2021 Dec 1;28(1).
- [5] Tucker JS, Sinclair RR, Mohr CD, Adler AB, Thomas JL, Salvi AD. A temporal investigation of the direct, interactive, and reverse relations between demand and control and affective strain. *Work Stress.* 2008;22(2):81–95.
- [6] Marchelia, Venny. Stress kerja ditinjau dari shift kerja pada karyawan. 2014;02(01):130–43.
- [7] Republik Indonesia. Undang-Undang Republik Indonesia No.13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan. Undang-Undang. 2003;(1):1–34. Tersedia dari: http://www.kemenerin.go.id/kompetensi/UU_13_2003.pdf

- [8] Kuo F-L, Yang P-H, Hsu H-T, Su C-Y, Chen C-H, Yeh I-J, et al. Survey on perceived work stress and its influencing factors among hospital staff during the COVID-19 pandemic in Taiwan. 2020;1(9).
- [9] Caruso CC. Negative impacts of shiftwork and long work hours. *Rehabil Nurs.* 2014;39(1):16–25.
- [10] Nursing C, Journal S. *Chmk nursing scientific journal* volume 4 nomor 2, april 2020. 2020;4(April).
- [11] Appel AP, Carvalho AR da S, Santos RP Dos. Prevalence and factors associated with anxiety, depression and stress in a COVID-19 nursing team. *Rev Gauch Enferm.* 2021;42(spe):e20200403.
- [12] Kang L, Li Y, Hu S, Chen M, Yang C, Yang BX, et al. The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *The Lancet Psychiatry.* 2020 Mar 1;7(3):e14.
- [13] Bilgiç Ş, Çelikkalp Ü, Mısırlı C. Stress level and sleep quality of nurses during the COVID-19 pandemic. *Work.* 2021;70(4):1021–9.
- [14] Fatmaningrum, R. S. (2021). *Korelasi Aktivitas Fisik dan Screen Time Selama Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung Tahun Akademik 2020–2021*. Vol. 1 No. 1 (2021): *Jurnal Riset Kedokteran*, 19-25.