

Pengaruh Beban Kerja Fisik Terhadap Stress Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Majalaya

Ratna Ekawati

Jurusan Manajemen STIE STEMBI Bandung
ratnaekawati@stembicid

Iis Siti Sarifah

Jurusan Manajemen STIE STEMBI Bandung
syarifahiisiti24@yahoo.com

Abstrak

Tujuan Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui, menguji dan mempelajari pengaruh Beban Kerja Fisik terhadap stress kerja pada perawat di rawat inap RSUD Majalaya.

Desain/Metode Pendekatan kuantitatif dengan metode deduktif dan induktif, unit analisis dalam penelitian adalah perawat, dengan jumlah sampel 41 orang, menggunakan teknik Non Probability sampling dengan teknik sampling jenuh dan metode Regresi Linier sederhana.

Temuan Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara beban kerja fisik terhadap stress kerja perawat ruang rawat inap RSUD Majalaya, yang artinya semakin tinggi beban kerja fisik yang dirasakan oleh perawat maka akan dapat meningkatkan stress kerjanya begitu pula sebaliknya apabila beban kerja fisik rendah maka akan semakin rendah pula stress kerja yang mungkin akan dialami oleh perawat di Rawat Inap.

Implikasi Perawat yang berada di Ruang Rawat Inap RSUD Majalaya.

Originalitas Beban kerja fisik terhadap stress kerja perawat di rawat inap RSUD Majalaya.

Tipe Penelitian Studi Kasus

Kata Kunci : Beban kerja fisik, Stress Kerja Perawat

I. Pendahuluan

Perawat sangat di perlukan dalam suatu rumah sakit karena tenaga perawat sangatlah penting, yang berfokus pada menjaga, mengobati, memberi semangat, mengembalikan kesehatan yang optimal baik individu, keluarga dan masyarakat. Kualitas pelayanan keperawatan tidak terlepas dari peran klasifikasi pasien di ruang rawat inap, karena dengan klasifikasi tersebut pasien merasa lebih dihargai sesuai dengan haknya dan dapat diketahui bagaimana kondisi dan beban kerja perawat dimasing-masing ruang perawatan. Kondisi dan beban kerja di ruang rawat inap perlu diketahui agar dapat ditentukan kebutuhan kuantitas dan kualitas tenaga perawat yang diperlukan dalam

ruang rawat inap sehingga tidak terjadi beban kerja yang tidak sesuai yang akhirnya menyebabkan stress kerja (Ilyas, 2002) perawat merupakan faktor penting dalam Rumah Sakit dengan adanya perawat maka pasien akan terpenuhi hak nya di dalam rumah sakit, namun peran perawat tidak boleh terlalu mempunyai beban yang terlalu berat karena akan menimbulkan stress kerja dan akan membuat pasien tidak terpenuhi hak nya.

Beban kerja terhadap perawat akan berdampak buruk terhadap pasien nya, jadi perawat harus bisa meminimalisir terjadinya beban kerja di pundak perawat, karena perawat mempunyai peran

penting baik bagi pasien maupun Rumah Sakitnya, Menurut Herrianto(2010) Beban kerja merupakan jumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh seseorang atau sekelompok orang selama periode waktu tertentu dalam keadaan normal.

Perawat juga harus sanggup mengatasi stres karena dalam dunia keperawatan tidak boleh melakukan kekeliruan sedikitpun. Perawat dalam melakukan pekerjaannya harus dapat menyesuaikan diri agar dapat melaksanakan pekerjaannya tanpa mengorbankan mutu pekerjaannya Menurut Sri (2006) . Perawat bertanggung jawab terhadap tugas fisik, administratif dan menghadapi keluhan klien dalam menjalani proses keperawatan seperti kecemasan, ketegangan, kejenuhan klien dan keluarga dalam kondisi sakit kritis atau keadaan terminal menurut Danang (2009). Perawat mempunyai tugas yang berkepentingan bagi pasien-pasien nya apalagi bagi pihak Rumah Sakit, jadi perawat harus sanggup menaati kebijakan-kebijakan Rumah sakit terhadap pasien nya, tidak boleh perawat mempunyai beban berlebih, dan juga bisa menjaga badan nya agar bisa mengendalikan stress kerja.

Semakin berkembangnya zaman, semakin tinggi pula tuntutan hidup yang harus dimiliki seseorang. Tuntutan hidup tidak hanya berasal dari diri sendiri, namun juga dari lingkungan sekitarnya. Jika seseorang tidak mampu untuk mengatasi tuntutan dalam hidupnya, maka besar kemungkinan orang tersebut akan mengalami stres yang dapat mengakibatkan gangguan kejiwaan. Gangguan kejiwaan merupakan gangguan pada orang normal ditandai dengan kemurungan, kesedihan, kepatahan semangat yang ditandai dengan perasaan tidak sesuai, menurunnya kegiatan dan pesimisme menghadapi masa yang akan datang (Meta, 2011). Dengan semakin meningkatnya orang yang mengalami stres dan berujung pada gangguan kejiwaan, maka kebutuhan akan pelayanan kesehatan khususnya rehabilitasi kejiwaan akan semakin bertambah dan meningkat. Hal tersebut mengakibatkan bertambahnya beban kerja pada perawat. Semakin bertambahnya beban kerja pada perawat maka dapat mengakibatkan terjadinya stres kerja serta kelelahan yang dirasakan. Orang-orang yang mengalami gangguan kejiwaan membutuhkan penanganan khusus hingga mereka dapat beraktivitas kembali secara normal. Dibutuhkan sumber daya manusia yang cukup berkompeten untuk menangani penyakit kejiwaan tersebut.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) dalam Prihatini menyatakan bahwa 50,9% perawat di empat provinsi di Indonesia mengalami stres kerja yang antara lain disebabkan oleh beban kerja yang tinggi. Stress kerja pada perawat sesuai urutannya adalah beban kerja sebesar 82%, pemberian upah yang tidak adil 58%, kondisi kerja 52%, tidak diikuti dalam pengambilan keputusan 45%. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Diah Pitaloka menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna antara kondisi kerja dan beban kerja terhadap stres kerja perawat di ruang Rawat Inap RSUD Kabanjahe.

RSUD Majalaya adalah RSUD milik Pemerintah Daerah Kabupaten Bandung, awalnya adalah Puskesmas yang dibangun tahun 1951 dan mulai dipergunakan Tahun 1955, karena perkembangannya menjadi Rumah sakit Tipe – D sejak Tahun 1980, dan pada Tahun 1988 Rumah Sakit mengalami transformasi menjadi Rumah Sakit Kelas – C karena telah memenuhi persyaratan sebagai Rumah Sakit dengan 4 Spesialisasi Dasar, sesuai dengan SK. Menkes No. 105/MENKES/SK/II/1988. Pada Tahun 2009 RSUD Majalaya Terakreditasi 5 pelayanan (SK Menteri Kesehatan Nomor YM.01.10/III/3501/09 Bina Pelayanan Medik Kementerian RI, tanggal 8 September 2009). RSUD Majalaya mempunyai beberapa ruangan rawat inap, namun pada penelitian ini hanya menggunakan 4 ruang rawat inap saja yaitu ruangan Aster (10 Orang), Cempaka (11 Orang), Kenangan (10 Orang), dan melati (10 Orang).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui, menguji dan mempelajari pengaruh Beban Kerja Fisik terhadap stress kerja pada perawat di Ruang rawat inap RSUD Majalaya

II. Kajian Teori

Beban Kerja Fisik

Definisi Beban Kerja Fisik

Menurut tarwaka (2014:107), kerja fisik adalah kerja yang memerlukan energy fisik pada otot manusia yang akan berfungsi sebagai sumber tenaga. Kerja fisik disebut juga “manual operation” performansi kerja sepenuhnya akan tergantung pada upaya manusia yang berperan sebagai sumber tenaga maupun pengendali tenaga. Beban kerja fisik dikemukakan oleh (Taylor, 2006) beban kerja fisik ditimbulkan oleh pekerjaan yang didominasi oleh aktivitas fisik. Beban kerja fisik relatif lebih mudah diukur untuk tenaga kerja langsung karena adanya output yang mudah terukur. Namun pengukuran beban kerja fisik dapat pula diterapkan untuk tenaga kerja tidak langsung dengan pendekatan yang sedikit berbeda. Kerja fisik akan mengakibatkan pengeluaran energi yang berhubungan dengan konsumsi energi. Konsumsi energi pada saat kerja biasanya ditentukan dengan cara tidak langsung yaitu dengan pengukuran kecepatan denyut jantung atau konsumsi oksigen.

Berat ringannya beban kerja fisik yang diterima oleh seorang tenaga kerja dapat digunakan untuk menentukan berapa lama seorang tenaga kerja dapat melakukan aktivitas kerjanya sesuai dengan kemampuan atau kapasitas kerja yang bersangkutan. Di mana semakin berat beban kerja fisik, maka akan semakin pendek waktu seseorang untuk bekerja tanpa kelelahan dengan gangguan fisiologis yang berarti atau sebaliknya. Kerja fisik dikelompokkan oleh David dan Miller (2000: 360):

- a) Kerja total seluruh tubuh, yang mempergunakan sebagian besar otot biasa melibatkan dua pertiga atau tiga perempat oleh otot tubuh
- b) Kerja sebagian otot, yang membutuhkan lebih sedikit energi expenditure karena otot yang dipergunakan lebih sedikit.
- c) Kerja otot statis, yaitu otot yang dipergunakan untuk menghasilkan gaya, tetapi tanpa kerja mekanik membutuhkan kontraksi sebagian otot.

Indikator

Beban kerja fisik dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Menurut Manuaba (2000: 203), faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja fisik antara lain :

- 1) Faktor eksternal, yaitu beban yang berasal dari luar tubuh pekerja, seperti :
 - a. Tugas-tugas yang bersifat fisik, seperti stasiun kerja, tata ruang, tempat kerja, alat dan sarana kerja, kondisi kerja, sikap kerja, dan tugas-tugas yang bersifat psikologis, seperti kompleksitas pekerjaan, tingkat kesulitan, tanggung jawab pekerjaan.
 - b. Organisasi kerja, seperti lamanya waktu bekerja, waktu istirahat, shift kerja, kerja malam, sistem pengupahan, model struktur organisasi, pelimpahan tugas dan wewenang.
 - c. Lingkungan kerja adalah lingkungan kerja fisik, lingkungan kimiawi, lingkungan kerja biologis dan lingkungan kerja psikologis.
- 2) Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam tubuh itu sendiri akibat dari reaksi beban kerja eksternal. Faktor internal meliputi faktor somatis (jenis kelamin, umur, ukuran tubuh, status gizi, dan kondisi kesehatan) dan faktor psikis (motivasi, persepsi, kepercayaan, keinginan dan kepuasan).

Stress Kerja

Definisi Stress Kerja

Menurut Greenberg (2006) stres kerja adalah konstruk yang sangat sulit didefinisikan, stres dalam pekerjaan terjadi pada seseorang, dimana seseorang berlari dari masalah, sejak beberapa pekerja membawa tingkat pekerjaan pada kecenderungan stres, stres kerja sebagai kombinasi antara

sumber-sumber stres pada pekerjaan, karakteristik individual, dan stresor diluar organisasi. Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidak seimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berfikir, dan kondisi seseorang karyawan.

Disamping itu Ivancevich, (2006) mengatakan bahwa stres dapat digambarkan sebagai perasaan tenang, gelisah, atau khawatir. Secara ilmiah, semua perasaan ini merupakan manifestasi dari pengalaman stres, suatu respons terprogram yang kompleks untuk mempersiapkan ancaman yang dapat menimbulkan hasil yang positif maupun negatif.

Sedangkan menurut Astianto (2014) stres kerja merupakan bagian dari stres dalam kehidupan sehari-hari. Dalam bekerja potensi untuk mengalami stres cukup tinggi, antara lain dapat disebabkan oleh ketegangan dalam berinteraksi dengan atasan, pekerjaan yang menuntut konsentrasi tinggi, beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan, kondisi kerja yang tidak mendukung, persaingan yang berat dan tidak sehat, dan lain sebagainya.

Berdasarkan penelitian Hurrell, dkk (1988 dalam Munandar, 2008) stress kerja disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya:

- a. Faktor intrinsik dalam pekerjaan
 - Tuntutan fisik : bising, getaran, paparan, dan hygiene
 - Tuntutan tugas: kerja shift, beban kerja, dan paparan terhadap risiko dan bahaya.
- b. Peran individu dalam Organisasi

Pekerja mempunyai kelompok tugas yang harus dilakukan sesuai dengan aturan-aturan yang ada dan sesuai yang diharapkan atasannya, namun pekerja tidak selalu berhasil memainkan perannya sehingga timbul konflik peran dan ambiguitas peran

- a. Pengembangan karir
- b. Hubungan dalam pekerjaan
- c. Struktur dan iklim Organisasi
- d. Tuntutan dari luar organisasi
- e. Ciri-ciri kepribadian yang khusus

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa stres kerja ialah kombinasi sumber-sumber stres pada pekerjaan, karakteristik individual, dan stresor diluar organisasi dan stres kerja merupakan perasaan tertekan yang dialami karyawan dalam menghadapi pekerjaan, yang muncul bila terdapat kesenjangan antara kemampuan individu dengan tuntutan dari pekerjaannya. Keadaan berbahaya terhadap emosional dan fisik yang di hasilkan dari interaksi pekerja dan lingkungan dimana terdapat tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan pekerja dan sumber daya yang dimiliki. Perawat memiliki tuntutan emosional yang tinggi pada pekerjaannya dalam mengontrol emosi perawat mengalami stres yang lebih tinggi. Di samping itu perawat memiliki sumber utama stres yaitu menyaksikan kematian pasien dan dalam keadaan sekarat, konflik dengan rekan kerja, kurangnya dukungan pengawas dan kelebihan beban kerja, perawat memiliki kecenderungan untuk mengalami stres dalam menghadapi kebutuhan pasien yang harus tepat waktu dan efektif.

Indikator

Individu akan mengalami gejala stress positif seandainya mendapatkan kesempatan untuk naik jabatan atau menerima hadiah (*reward*). Sebaliknya, jika individu merasa dihambat oleh berbagai sebab di luar kontrol dalam mencapai tujuannya, maka individu akan mengalami gejala stress yang negatif. Beehr dan Newman (dalam Waluyo, 2009: 164-165) menyebutkan gejala-gejala stress yaitu:

- a. Gejala psikologis
 1. kecemasan, ketegangan, kebingungan dan mudah tersinggung
 2. perasaan frustrasi, rasa marah, dan dendam (kebencian)
 3. sensitive dan *hyperreactivity*

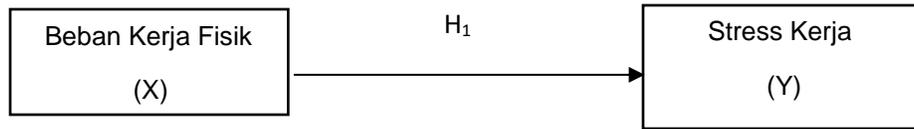
4. memendam perasaan, penarikan diri, dan depresi
 5. komunikasi yang tidak efektif
 6. perasaan terkucil dan terasing
 7. kebosanan dan ketidakpuasan kerja
 8. kelelahan mental, penurunan fungsi intelektual, dan kehilangan konsentrasi
 9. kehilangan spontanitas dan kreativitas
 10. menurunnya rasa percaya diri
- b. Gejala Fisiologis
1. Meningkatnya denyut jantung, tekanan darah, dan kecenderungan mengalami penyakit kardiovaskular
 2. Meningkatnya sekresi dari hormon stress (seperti: adrenalin dan nonadrenalin)
 3. Gangguan gastrointestinal (gangguan lambung)
 4. Meningkatnya frekuensi dari luka fisik dan kecelakaan
 5. Kelelahan secara fisik dan kemungkinan mengalami sindrom kelelahan yang kronis
 6. Gangguan pernapasan, termasuk gangguan dari kondisi yang ada
 7. Gangguan pada kulit
 8. Sakit kepala, sakit pada punggung bagian bawah, ketegangan otot
 9. Gangguan tidur
 10. Rusaknya fungsi imun tubuh, termasuk risiko tinggi kemungkinan terkena kanker
- c. Gejala Perilaku
1. Menunda, menghindari pekerjaan, dan absen dari pekerjaan
 2. Menurunnya prestasi (performance) dan produktivitas
 3. Meningkatnya penggunaan minuman keras dan obat-obatan
 4. Perilaku sabotase dalam pekerjaan
 5. Perilaku makan yang tidak normal (kebanyakan) sebagai pelampiasan, mengarah ke obesitas.
 6. Perilaku makan yang tidak normal (kekurangan) sebagai bentuk penarikan diri dan kehilangan berat badan secara tiba-tiba, kemungkinan berkombinasi dengan tanda-tanda depresi.
 7. Meningkatnya kecenderungan perilaku beresiko tinggi, seperti menyetir dengan tidak hati-hati dan berjudi
 8. Meningkatnya agresivitas, vandalisme, dan kriminalitas
 9. Menurunnya kualitas hubungan interpersonal dengan keluarga dan teman
 10. Kecenderungan untuk melakukan bunuh diri.

Hubungan Antar Variabel

Hubungan beban kerja dengan stress kerja

Dari banyak faktor penyebab stres kerja Menurut Sunyanto (Chandra, 2017) beban kerja sering disebut sebagai salah satu faktor pemicunya. Dimana faktor stres kerja terbagi menjadi enam yaitu: Penyebab fisik, suhu dan kelembaban, beban kerja, sifat pekerjaan, kebebasan, kesulitan. Stres pada lingkungan kerja keperawatan adalah faktor penyebab kekurangan perawat secara kronis di rumah sakit, yang merupakan masalah kesehatan secara umum, dimana sangat terkait dengan penyimpangan dalam keselamatan pasien sehingga terjadi penurunan kualitas kesehatan (Dendaas, 2011). Jadi saling berhubungan apabila perawat mengalami banyak beban kerja yang dipikul nya maka kemungkinan besar perawat tersebut bisa terkena stress.

Paradigma Penelitian



Gambar 1

Paradigma Penelitian

Hipotesis Penelitian

H1: beban kerja fisik diduga secara parsial berpengaruh signifikan terhadap Stress Kerja perawat.

III. Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode pendekatan Deduktif dan Induktif. Penelitian ini termasuk sebagai penelitian asosiatif, dimana penelitian mencari hubungan atau pengaruh variable bebas (X) terhadap variable terikat (Y). Data diperoleh dari sebagian perawat di Ruang Rawat inap RSUD Majalaya. Responden diambil dengan menggunakan 4 Ruang Rawat inap yaitu Aster, cempaka, kenangan, dan melati dengan jumlah sampel sebanyak 41 responden. Dengan menggunakan teknik pengambilan data yaitu dengan pengambilan melalui kusioner skala likert 1-5. unit analisis yang digunakan adalah individu, dengan pengambilan sampel menggunakan Teknik Non Probability Sampling dengan teknik Sampling Kuota. Jenis data yang digunakan merupakan data primer atau langsung dengan metode Regresi linier sederhana.

Operasional Variabel

Tabel 1
Operasional Variabel

No	Variabel	Sumber	Dimensi	Indikator	Ukuran	Item
1.	Beban Kerja Fisik (X)	Menurut Manuaba (2000 : 203)	1. Faktor Eksternal	a. Tugas-tugas yang bersifat fisik. b. Organisasi kerja	1. tempat kerja 2. Alat dan sarana kerja 3. kondisi kerja 4. kompleksitas kerja 5. tingkat kesulitan 6. tanggungjawab pekerjaan 7. lama waktu kerja 8. waktu istirahat 9. shift kerja 10. kerja malam	1
			2. Faktor Internal	a. faktor somatic b. faktor psikis	1. status gizi 2. kondisi kesehatan 3. motivasi 4. kepercayaan 5. kepuasan	2

2.	Stress Kerja (Y)	Menurut Beehr dan Newman (dalam Waluyo, 2009: 164-165)	1. Gejala psikologis	1. kecemasan, ketegangan, kebingungan dan mudah tersinggung 2. perasaan frustrasi, rasa marah, dan dendam (kebencian) 3. sensitive dan <i>hyperreactivity</i>	1. kecemasan 2. perasaan frustrasi 3. sensitive 4. hilang konsentrasi	3
			2. Gejala Fisiologis	1. Meningkatnya denyut jantung, tekanan darah, dan kecenderungan mengalami penyakit kardiovaskular 2. Meningkatnya sekresi dari hormon stress (seperti: adrenalin dan nonadrenalin) 3. Gangguan gastrointestinal (gangguan lambung)	1. Gangguan Lambung 2. Ketegangan otot 3. Gangguan tidur	4

IV. Hasil dan Pembahasan Identitas Responden

Tabel 2
berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis kelamin	Frekuensi	Presentasi
1.	Laki-laki	11	27%
2.	Perempuan	30	73%
Total		41	100%

Sumber: Data olahan

Dari Tabel 2 di atas dari 41 responden diperoleh bahwa responden Laki-laki sebanyak 11 orang atau 27% dan perempuan sebanyak 30 orang atau 62%. Dapat disimpulkan bahwa perawat di ruang rawat inap RSUD Majalaya mayoritas adalah Perempuan yaitu mencapai 30 orang atau 62% dibandingkan dengan Laki-laki yang hanya mencapai 11 orang atau 27%.

Tabel 3
berdasarkan umur

No	Umur	Frekuensi	Presentasi
1.	< 19 th	-	-
2.	20-25th	5	12%
3.	26-30th	8	20%
4.	>30 th	28	68%
Total		41	100%

Sumber: Data Olahan

Berdasarkan Tabel 3 di atas dari 41 responden diperoleh bahwa responden yang umurnya kurang dari 19 tahun tidak ada, responden yang berusia 20-25 tahun sebanyak 5 orang atau 12%, responden yang berusia 26-30 tahun sebanyak 8 orang atau 20%, dan responden yang berusia lebih dari 30 tahun sebanyak 28 orang atau 68%. Dapat disimpulkan bahwa usia yang paling muda perawat yang bekerja di RSUD Majalaya yaitu usia 20-25 Tahun sebanyak 5 atau 12%, sedangkan usia yang paling tua lebih dari 30 tahun sebanyak 28 orang atau 68%.

Tabel 4
berdasarkan status Perkawinan

No	Status	Frekuensi	Presentasi
1.	Belum Menikah	5	13%
2.	Menikah	34	83%
3.	Janda/Duda	2	4%
Total		41	100%

Sumber: Data Olahan

Berdasarkan Tabel 3 di atas dari 41 responden diperoleh bahwa responden yang masih berstatus belum menikah sebanyak 5 orang atau 13%, responden yang berstatus sudah menikah sebanyak 34 orang atau 83%, sedangkan responden yang berstatus janda/duda sebanyak 2 orang atau 4%. Dapat disimpulkan bahwa responden paling banyak adalah yang berstatus Menikah sebanyak 34 orang atau 83%.

Tabel 5
berdasarkan pendidikan

No	Pendidikan	Frekuensi	Presentasi
1.	D3 Keperawatan	16	39%
2.	S1 Keperawatan	9	22%
3.	S2 Keperawatan	1	2%
4.	S3 Keperawatan	-	-
5.	NERS	15	37%
6.	NERS Konsultan	-	-
7.	NERS Spesialis	-	-
Total		41	100%

Sumber: Data Olahan

Berdasarkan Tabel di atas dari 41 responden diperoleh bahwa responden yang berpendidikan terakhir D3 Keperawatan sebanyak 16 orang atau 39%, responden yang berpendidikan terakhir S1 Keperawatan sebanyak 9 orang atau 22%, responden yang berpendidikan terakhir S2 Keperawatan sebanyak 1 orang atau 2%, responden yang berpendidikan terakhir NERS sebanyak 15 orang atau 37%. Dan responden yang berpendidikan S3 Keperawatan, NERS Konsultan, dan NERS Spesialis tidak ada. Dapat disimpulkan bahwa perawat di Ruang Rawat inap RSUD Majalaya mayoritas masih berpendidikan D3 Keperawatanyaitu mencapai 16 orang atau 39%.

Tabel 6
Berdasarkan Masa Kerja

No	Masa Kerja	Frekuensi	Presentasi
1.	< 5 Tahun	5	12%
2.	5 – 10 Tahun	15	37%
3.	> 10 Tahun	21	51%
Total		41	100%

Sumber: Data Olahan

Berdasarkan Tabel di atas dari 41 responden diperoleh bahwa responden yang memiliki masa kerjanya kurang dari 5 Tahun sebanyak 5 orang atau 12%, responden yang memiliki masa kerja dari 5-10 Tahun sebanyak 15 orang atau 37%, Dan responden yang memiliki masa kerjanya lebih dari 10 Tahun sebanyak 21 orang atau 51%. Dapat disimpulkan bahwa responden paling lama masa kerjanya adalah lebih dari 10 tahun yaitu dengan 21 orang atau 51%.

Tabel 7
berdasarkan Shift Kerja

No	Shift Kerja	Frekuensi	Presentasi
1.	07.00-14.10 (Shift Pagi)	20	49%
2.	13.30-20.30 (Shift Siang)	10	24%
3.	20.00-07.00 (Shift Malam)	11	27%
Total		41	100%

Sumber: Data Olahan

Berdasarkan Tabel di atas dari 41 responden diperoleh bahwa responden yang bekerja dengan Shift Pagi (07.00-14.10) sebanyak 20 orang atau 49%, responden yang bekerja dengan Shift Siang (13.30-20.30) sebanyak 10 orang atau 24%, dan responden yang bekerja dengan Shift Malam (20.00-07.00) sebanyak 11 orang atau 27%. Dapat disimpulkan bahwa responden yang paling banyak bekerja adalah di Shift pagi (07.00-14.10) yaitu 20 orang atau 29%.

Uji Validitas

Hasil Uji Validitas

Tabel 6
Uji Validitas Beban Kerja Fisik

Item Pertanyaan	R Hitung	R tabel	Kesimpulan
X.1	0,504	0,3081	Valid
X.2	0,605	0,3081	Valid
X.3	0,700	0,3081	Valid
X.4	0,725	0,3081	Valid
X.5	0,471	0,3081	Valid
X.6	0,512	0,3081	Valid
X.7	0,592	0,3081	Valid
X.8	0,598	0,3081	Valid
X.9	0,732	0,3081	Valid
X.10	0,485	0,3081	Valid
X.11	0,472	0,3081	Valid
X.12	0,706	0,3081	Valid
X.13	0,609	0,3081	Valid
X.14	0,618	0,3081	Valid
X.15	0,656	0,3081	Valid

Sumber: Data Olahan

Dari tabel di atas terlihat bahwa seluruh item pertanyaan dalam variabel beban kerja fisik mempunyai nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka dapat diketahui bahwa seluruh item pertanyaan dalam variabel beban kerja fisik dinyatakan valid.

Tabel 8
Uji Validitas Kepercayaan Pelanggan E-commerce

Item Pertanyaan	R Hitung	R tabel	Kesimpulan
Y.1	0,800	0,3081	Valid
Y.2	0,700	0,3081	Valid
Y.3	0,781	0,3081	Valid
Y.4	0,769	0,3081	Valid
Y.5	0,437	0,3081	Valid
Y.6	0,458	0,3081	Valid
Y.7	0,591	0,3081	Valid

Sumber: Data Olahan

Dari tabel di atas terlihat bahwa seluruh item pertanyaan dalam variabel beban kerja fisik mempunyai nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka dapat diketahui bahwa seluruh item pertanyaan dalam variabel beban kerja fisik dinyatakan valid.

Uji Reliabilitas

Tabel 9
Uji Reliabilitas

Variabel	R Hitung	R Tabel	Kesimpulan
Beban Kerja Fisik	0,930	0,3081	Reliabel
Stress Kerja Perawat	0,867	0,3081	Reliabel

Sumber: Data Olahan

Dari tabel di atas terlihat bahwa seluruh variabel beban kerja fisik, dan Stress Kerja Perawat mempunyai nilai r hitung lebih besar dari r tabel, maka dapat diketahui bahwa seluruh variabel dinyatakan reliabel.

Uji Asumsi Klasik

1. Uji Multikolinier

Tabel 10
uji multikolinier

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
(Constant)		
X	1.000	1.000

Sumber: Data Olahan

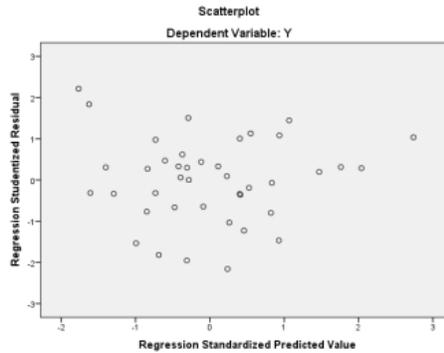
Kesimpulan dari tabel diatas terlihat bahwa nilai VIF < 10 dan nilai Tolerance > 0,1 maka dapat disimpulkan tidak terjadi Multikolinier dalam penelitian ini.

2. Uji Autokorelasi

Uji Autokorelasi ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada korelasi diantara data (pengamatan) yang berurutan dalam satu variabel. Untuk mengetahuinya dapat dilihat melalui nilai Durbin-Watson pada output SPSS yaitu 2,078. Pada n=41 (ukuran responden) dan k=1 (banyaknya variabel bebas) dan alpha=5%. Maka diperoleh nilai dU sebesar 1,5490 dan nilai 4-dU sebesar 2,451 dengan demikian disimpulkan bahwa tidak terjadi autokorelasi atau tidak adanya hubungan antar residu.

3. Uji Heteroskedastisitas

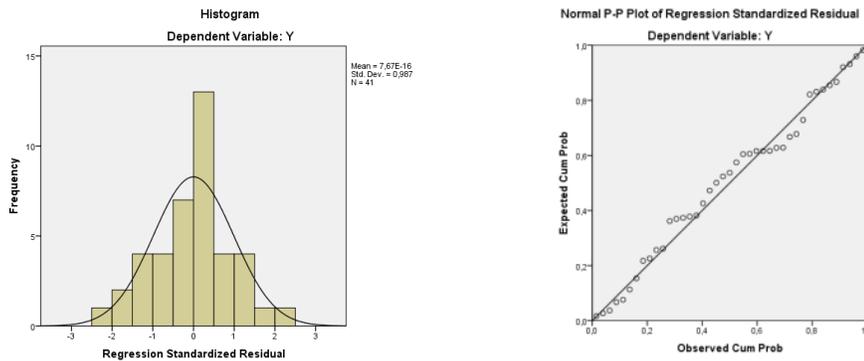
Uji Heteroskedastisitas ini bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi terjadi ketidaksamaan varians dan residual suatu pengamatan ke pengamatan yang lain.



Gambar 3
Scaterplot

Terlihat bahwa penyebaran data dalam gambar scatterplot menyebar, yang berarti tidak terjadi heteroskedastisitas.

4. Uji Normalitas Data



Gambar 4
Histogram dan Normal P-plot

Terlihat bahwa batang histogram maupun penyebaran titik dalam normal p-plot mengikuti garis normalnya yang artinya data dalam penelitian berdistribusi normal.

Analisis regresi sederhana

Dari hasil output spss 23.0 memperoleh persamaan regresi sebagai berikut

$$Y = a + bX$$

$$Y = 8,505 + 0,233 X$$

Persamaan tersebut dapat kita interpretasikan seperti dibawah ini:

1. Nilai Konstanta sebesar 8,505 adalah nilai variable stress kerja jika beban kerja fisik bernilai 0

2. Koefisien regresi beban kerja fisik dari perhitungan linier sederhana didapat nilai coefficients adalah 0,233. Hal ini berarti setiap ada peningkatan beban kerja fisik maka stress kerja juga akan meningkat dengan anggapan konstan sebesar 8,505.

Uji Hipotesis menggunakan Uji t atau Uji parsial

Untuk menguji pengaruh beban kerja fisik terhadap stress kerja perawat di rawat inap RSUD Majalaya digunakan uji statistic t (uji t). apabila nilai t Hitung > nilai t Tabel, maka H0 Ditolak dan H1 diterima, sebaliknya apabila nilai t Hitung < nilai t Tabel, maka H0 diterima dan H1 ditolak. Hasil pengujian hipotesis secara parsial dapat dilihat dalam table berikut:

Tabel 11
Uji t

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	8,505	3,448		2,467	,018
X.TOTAL	,233	,072	,459	3,229	,003

a. Dependent Variable: Y.TOTAL

Sumber: Data Olahan

Diketahui bahwa t table dalam penelitian ini untuk derajat kebebasan $df=41-1-1$ dengan signifikansi 5% adalah 2,022. Sedangkan perhitungan t_{hitung} sebagaimana terlihat dalam tabel diatas, diketahui bahwa nilai t_{hitung} adalah 3,229 sedangkan nilai t_{tabel} adalah 2,022 yang lebih kecil dibandingkan dengan t_{hitung} . Artinya terdapat pengaruh signifikan antara variabel beban kerja fisik(X) terhadap variabel stress kerja perawat (Y). atau dengan kata lain H_a yang berbunyi “ada pengaruh yang signifikan antara beban kerja fisik terhadap stress kerja perawat di Ruang rawat inap RSUD Majalaya” tidak dapat ditolak.

Koefisien determinasi

Analisa koefisien determinasi dilakukan untuk mengetahui seberapa besar nilai presentase kontribusi variabel bebas terhadap variabel terikat. Dari hasil perhitungan didapatkan nilai koefisien sebagai berikut :

Tabel 12
Koefisien determinasi

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,459 ^a	,211	,191	3,85841	2,078

a. Predictors: (Constant), X.TOTAL

b. Dependent Variable: Y.TOTAL

Sumber: Data Olahan

Dari tabel di atas terlihat bahwa nilai koefisien determinasi adalah sebesar 0,211, ini artinya bahwa variasi perubahan variabel stress kerja perawat (Y) dipengaruhi oleh variabel bebas beban kerja fisik (X) sebesar 21,1%. Jadi besarnya pengaruh beban kerja fisik adalah sebesar 21,1% sedangkan sisanya 78,9% dipengaruhi oleh faktor lain diluar penelitian ini. Faktor lain menurut Hurrell, dkk (1988 dalam Munandar, 2008) stress kerja disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya:

- a. Faktor intrinsic dalam pekerjaan
- b. Peran individu dalam Organisasi
- c. Pengembangan karir
- d. Hubungan dalam pekerjaan
- e. Struktur dan iklim Organisasi
- f. Tuntutan dari luar organisasi
- g. Ciri-ciri kepribadian yang khusus

V. Penutup

Kesimpulan

Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara beban kerja fisik terhadap stress kerja perawat ruang rawat inap RSUD Majalaya, yang artinya semakin tinggi beban kerja fisik yang dirasakan oleh perawat maka akan dapat meningkatkan stress kerjanya begitu pula sebaliknya apabila beban kerja fisik rendah maka akan semakin rendah pula stress kerja yang mungkin akan dialami oleh perawat di Rawat Inap.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi perawat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka penelitian ini diharapkan pada pihak manajemen RSUD Majalaya dapat menangani penyebab-penyebab dari stress. Pihak rumah sakit dapat melakukan pendekatan dengan perawat serta pemberian program konseling pada perawat dengan maksud untuk membantu perawat tersebut agar dapat menangani masalah secara lebih baik dengan cara menceritakan apa saja yang menjadi beban kerja dan pikiran perawat selama bekerja sehingga hal tersebut dapat dibicarakan nantinya dengan pihak rumah sakit agar mendapatkan jalan terbaiknya.

2. Bagi Instansi RSUD Majalaya

Melalui penelitian ini diharapkan dapat membuat perawat untuk lebih mengelola beban fisik terhadap stress mereka sehingga para perawat dapat mengantisipasi stress kerja yang mereka alami selama bekerja di RSUD Majalaya. Misalnya apabila perawat ditegur oleh atasan perawat tidak langsung merasa marah tetapi mengintrospeksi diri apa yang salah pada tugas yang dikerjakan, perawat juga harus mengatur pola makan dan cukup istirahat untuk menunjang kesehatannya, saat merasa tertekan perawat dapat melakukan relaksasi dengan menarik napas panjang sehingga perawat dapat merasa lebih tenang dan rileks dan perawat tidak merasa tegang atau marah.

3. Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan meneliti faktor lain yang dapat mempengaruhi stress kerja perawat. Dalam hal ini peneliti telah melakukan penelitian dan telah mendapatkan hasil yang signifikan untuk pengaruh beban kerja fisik terhadap stress kerja perawat dengan nilai R square 21,1% yang artinya ada hubungan yang signifikan bahwa 21,1% stress kerja dipengaruhi oleh beban kerja fisik. Peneliti lain dapat melakukan penelitian dengan menguji variable lainnya seperti untuk variable X diganti dengan motivasi kerja, kepuasan kerja atau dukungan social sehingga penelitian ini bukan hanya untuk beban kerja saja tetapi untuk variable lainnya dan

mendapatkan hasil yang berbeda pula.

Daftar Pustaka

- A descriptive correlational study, *Journal Health Environments Research an Design*, 5 (1), 23-42.
- Amelia. W. S, Meta, dan Sri. E, I. (2011). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Yang Tinggal di Panti Wreda Wening Wardoyi Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol.9. No.1.
- Bppsdmk.kemkes.go.id/info_sdmk/info/fasyankes?unit=3204016. RSUD Majalaya
- Danang, P (2009). Hubungan Stres Kerja Dengan Adaptasi Pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Pandan Arang. Diakses pada tanggal 23 Maret 2014.
- Dendaas, N. (2011). Environmental congruence and work-related stress in acute care hospital/surgical unit:
- Fitria I J. (2019). Modul Laboratorium Statistik 2. Bandung
- Greenberg. & Jerrold, S. (2006). *Comprehensive Stress Management Ninth Edition*. New York: EGC.
- Herrianto, R, 2010. *Kesehatan Kerja*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Ilyas, yaslis, (2002) kinerja: teori, penilaian dan penelitian, Jakarta pusat. Kajian ekonomi kesehatan masyarakat UI
- Kasmarani M K (2012). PENGARUH BEBAN KERJA FISIK DAN MENTAL TERHADAP STRES KERJA PADA PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT (IGD) RSUD CIANJUR Vol 1, No 2, Hal 767 – 776
- Munandar, A. (2008) *psikologi industry dan organisasi*. Jakarta: Penerbit Universitas Indonesia.
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) *Profil Perawat nasional di Indonesia*, Jakarta: PPNI
- Sri praptianingsih, *Kedudukan Hukum perawat dalam upaya pelayanan kesehatan di Rumah Sakit*, Raja Grafindo Persada, Jakarta 2006
- Tarwaka. 2014. *Ergonomic industry (dasar-dasar pengetahuan ergonomic dan aplikasi di tempat kerja)*. Surakarta: harapan press