

HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN TINGKAT STRES KERJA PERAWAT

Anastasia, S.K, Mariyono SW, Syahirul A
Program Studi Ilmu Keperawatan, FK UGM, Yogyakarta

ABSTRACT

Background: A nurse who works at emergency ward is very susceptible with stress. Work stress which is faced by the nurse will very influence the quality of nursing care to the patient. The nurse needs emotional intelligence for arranging mind ambience, managing stress, holding out in the frustration, and controlling mind desire (happiness, sadness, and anger).

Methods: The study was aimed to identify the correlation between emotional intelligence and work stress level of nurse at emergency ward, Dr. Soeradji Tirtonegoro Hospital, Klaten. The study was of descriptive analytic correlation by means of quantitative framework employing a cross sectional method. Data of respondents' emotional intelligence level and work stress level was gathered through questionnaires. The number of research subjects involved in this study was all 25 nurse practitioners of emergency ward who met the criteria of: not on leave nor assigned for higher education, available becoming respondent, and not as a leader room. This study was done within July 29th 2006 - August 9th 2006.

Results: The majority level of nurses' emotional intelligence was in moderate category, as many as 80% respondents. The majority level of nurses' work stress was in moderate category, as many as 76% respondents. The result of pearson product moment correlation was $r=-0,465$ and $p=0,019$.

Conclusion: There was a significant and negative correlation of emotional intelligence level to the work stress level.

Keywords: work stress, emotional intelligence, emergency ward, nurse

PENDAHULUAN

Tuntutan pekerjaan yang tinggi seringkali membuat seseorang stres berat. Kondisi ini masih bisa diperparah dengan faktor lingkungan yang tidak mendukung sehingga sangat banyak pekerja yang merasa stres di tempat kerjanya.¹ Keperawatan gawat darurat mempunyai sifat multidimensi antara lain responsibilitas, fungsi, peran dan keterampilan yang memerlukan latar belakang pengetahuan yang spesifik. Dimensi tersebut dapat dimanifestasikan melalui karakteristik peran, proses, dan tingkah laku dari perawat gawat darurat yang meliputi pengkajian, diagnosa, intervensi, dan manajemen kasus yang diperlukan bagi pasien dengan berbagai penyakit cedera.²

Penelitian dari *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) menetapkan perawat merupakan profesi yang berisiko sangat tinggi terhadap stres.³ Profesi perawat mempunyai risiko yang sangat tinggi terpapar oleh stres karena perawat memiliki tugas dan tanggungjawab yang cukup tinggi terhadap keselamatan nyawa manusia. Selain itu ia juga mengungkapkan pekerjaan perawat mempunyai beberapa karakteristik yang dapat menciptakan tuntutan kerja yang tinggi dan menekan.⁴ Hasil

penelitian Numerof dan Abram's menyatakan bahwa perawat di instalasi perawatan intensif dan unit gawat darurat memiliki tingkat stres lebih tinggi dibanding dengan perawat di unit lain.⁵ Stres kerja yang dihadapi oleh perawat akan sangat mempengaruhi kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien.⁶

Emosi sangat erat kaitannya dengan kecerdasan emosional yang merupakan kemampuan seseorang untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati (kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan), tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan mengendalikan stres.⁷

Instalasi Rawat Darurat (IRD) Rumah Sakit Umum Pusat (RSUP) Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten sebagai pintu gerbang pelayanan kesehatan kepada masyarakat, yang memiliki tenaga perawat 26 orang terdiri dari 20 orang pegawai tetap dan 6 orang pegawai tidak tetap, dengan jumlah perawat tiap *shift*nya empat orang (kecuali *shift* pagi ditambah perawat magang), setiap bulan rata-rata menangani 1500 kasus pasien atau 50 kasus pasien dalam satu hari mulai dari tingkat tidak gawat sampai sangat gawat.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara kepada dua orang perawat IRD, mereka mengatakan bahwa saat ini stres kerja yang dialami perawat IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten sangat tinggi akibat banyaknya pasien yang harus ditangani dan terkadang harus menampung pasien GAKIN (keluarga miskin), ruang perawatan penuh, dan keadaan ini tidak diimbangi dengan penambahan staf perawat, sehingga perawat harus bekerja lebih keras. Melihat banyaknya kasus, pasien dan kondisi kerja yang tidak stabil tiap harinya, dipertukan kecerdasan emosional dari perawat IRD dalam melakukan tugasnya sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan.

Makin kompleksnya tugas-tugas perawat di IRD membuat perawat sangat rentan mengalami distres dalam bekerja, sehingga perawat perlu memiliki kecerdasan emosional yang tinggi di dalam menghadapi berbagai kondisi kerja. Melihat kondisi diatas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Hubungan kecerdasan emosional dengan tingkat stres kerja perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten."

BAHAN DAN CARA PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan *descriptive analitis correlasion* dengan metode pendekatan *cross sectional*. Data yang dikumpulkan bersifat kuantitatif.⁸ Variabel yang digunakan untuk penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel

terikat dimana variabel bebas adalah kecerdasan emosional dan variabel terikat adalah tingkat stres kerja perawat IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten. Data kecerdasan emosional responden dikumpulkan dengan kuesioner yang dibuat oleh Hariwijaya⁹, dan data tentang tingkat stres kerja menggunakan instrumen dari Looker dan Gregson.¹⁰

Penelitian dilakukan mulai tanggal 29 Juli 2006 sampai 9 Agustus 2006. Subjek penelitian berjumlah 25 orang yaitu semua perawat yang bekerja di IRD dengan kriteria: tidak sedang dalam masa cuti atau mendapat tugas belajar, bersedia menjadi responden dan bukan kepala ruang. Uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *Product Moment* dari Pearson dengan *level of confidence interval* 95% atau tingkat kesalahan 5 % ($\alpha = 0,05$).

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik Responden

Dari hasil penelitian didapat karakteristik responden sebagai berikut dalam Tabel 1.

Tabel 1 menunjukkan umur responden sebagian besar antara 21-30 tahun yaitu sebanyak 44%. Pendidikan sebagian besar responden yaitu AKPER sebanyak 88%. Responden sebagian besar pernah mengikuti pelatihan kegawatdaruratan 1 kali yaitu sebanyak 48%. Jenis kelamin responden sebagian besar pria sebanyak 64%. Masa kerja responden terbanyak lebih dari 5 tahun yaitu sebanyak 40%. Sebagian besar responden berstatus sebagai

Tabel 1. Karakteristik Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten Bulan Juli-Agustus 2006 (n=25)

Karakteristik	Frekuensi n=25	Persentase
Usia (tahun)		
21-30	11	44%
31-40	10	40%
41-50	4	16%
Pendidikan terakhir		
AKPER	22	88%
SPK	3	12%
Mengikuti pelatihan kegawatdaruratan		
Belum pernah	11	44%
1 kali	12	48%
2 kali	2	8%
Jenis kelamin		
Pria	16	64%
Wanita	9	36%
Lama Kerja		
< 1 tahun	7	28%
1-2 tahun	3	12%
3-4 tahun	5	20%
> 5 tahun	10	40%
Status pegawai		
Pegawai tetap	19	76%
Pegawai tidak tetap	6	24%
Penghasilan		
< Rp500.000,00	6	24%
Rp500.000,00-Rp1.000.000,00	3	12%
Rp1.000.000,00 - Rp2.000.000,00	16	64%
Status		
Sudah menikah	17	68%
Belum menikah	8	32%

pegawai tetap yaitu 76%. Pendapatan/gaji yang diterima dari rumah sakit sebagian besar responden antara 1-2 juta yaitu 64%. Responden sebagian besar sudah berkeluarga yaitu sebanyak 68%.

b. Tingkat Kecerdasan Emosional Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten

Tingkat kecerdasan emosional responden dapat dilihat pada Tabel 2. Pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa dari 25 responden, sebagian besar yaitu 80% memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang. Adanya variasi ini menunjukkan bahwa emosi seseorang selalu dipengaruhi berbagai faktor baik dari dalam pribadi maupun faktor lingkungan.¹¹ Kecerdasan emosional sendiri dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain: negara, suku, agama, pandangan politik, individu (kepribadian, usia, jenis kelamin) dan lain sebagainya.⁸

Dikatakan lebih lanjut bahwa individu yang memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang biasanya dicirikan dengan memiliki kepribadian yang kompleks; di satu sisi ingin bergaul dengan orang-orang, di sisi lain banyak sekali hambatannya; terlalu memikirkan orang lain; kadang-kadang merasa malu, tetapi kalau terpaksa baru mau maju. Oleh karena itu, butuh dorongan yang kuat baru bisa keluar dari benteng yang dibuatnya. Memiliki tanggung jawab yang standar, tidak lebih dan tidak kurang dalam perspektif umum; bekerja sesuai kemampuannya dan tidak merasa perlu bekerja keras dan selalu memimpikan menjadi pemimpin.⁹

Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar (80%) responden memiliki satu atau lebih karakteristik di atas, sehingga sangat dibutuhkan kerja sama, saling pengertian dan kondisi yang saling mendukung antara perawat satu dengan perawat yang lain juga antara atasan dan bawahan guna meningkatkan penampilan kerja sesuai yang diharapkan.

c. Tingkat Stres Kerja Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten

Tingkat stres kerja responden dapat dilihat pada tabel 3. Tabel 3 menunjukkan sebagian besar yaitu 76% tingkat stres kerja perawat dalam kategori sedang. Daya tahan seseorang terhadap stres tergantung kondisi somato, psiko dan sosial orang tersebut.¹²

Individu yang memiliki tingkat stres kerja sedang biasanya dicirikan dengan menunjukkan gejala stres; bukan seorang *workaholic* (gila kerja) tetapi punya kecenderungan untuk menjadi seperti itu; menunjukkan perilaku tipe A ringan dan secara umum bisa mengatasi stres dengan sangat baik.⁸

Tujuh puluh enam persen responden yang memiliki tingkat stres kerja sedang secara umum bisa mengatasi stres dengan sangat baik. Akan tetapi terdapat 24% responden yang memiliki tingkat stres kerja tinggi dicirikan dengan: menunjukkan banyak tanda stres, seorang *workaholic* (gila kerja), menunjukkan perilaku tipe A dan tidak bisa mengatasi stres dengan baik.⁹

Penting sekali dibahas mengenai dampak stres kerja yang berada pada tingkat sedang dan tinggi, pada tingkat sedang mungkin tidak akan bermasalah karena mereka bisa mengatasi stres dengan sangat baik tetapi pada responden yang memiliki tingkat stres kerja tinggi perlu dikaji faktor-faktor penyebabnya.¹³ Stres kerja yang tinggi dapat disebabkan oleh banyak faktor antara lain faktor lingkungan, faktor organisasi dan faktor individu.⁶

d. Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres Kerja Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten

Pada Tabel 4 terlihat bahwa sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional sedang

Tabel 2. Tingkat Kecerdasan Emosional Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten Bulan Juli-Agustus 2006 (n=25)

Kategori	Frekuensi	Persentase
Kecerdasan Emosional rendah	3	12%
Kecerdasan Emosional sedang	20	80%
Kecerdasan Emosional tinggi	2	8%
Kecerdasan Emosional sangat tinggi	-	-
Total	25	100%

Tabel 3. Tingkat Stres Kerja Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten Bulan Juli-Agustus 2006 (n=25)

Kategori	Frekuensi	Persentase
Stres Kerja rendah	-	-
Stres Kerja sedang	19	76%
Stres Kerja tinggi	6	24%
Stres Kerja sangat tinggi	-	-
Total	25	100%

dan stres kerja sedang sebanyak 68%. Hasil perhitungan normalitas sebaran untuk variabel kecerdasan emosional nilai $p=0,050$ dan variabel stres kerja nilai $p=0,716$ yang berarti tersebar normal. Data yang telah diuji normalitas selanjutnya diolah dengan statistik parametris diuji korelasi menggunakan korelasi *Product Moment* dari Pearson (*2-tail*) mengenai hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres kerja dengan $n=25$ dan tingkat kesalahan 5 % ($\alpha=0,05$) didapatkan hasil r hitung= $-0,465$ dan $p=0,019$ sehingga dapat ditarik kesimpulan secara statistik ada hubungan yang negatif dan bermakna antara kecerdasan emosional dengan stres kerja.

Tabel 4. Hubungan Antara Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres Kerja Perawat di IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten Bulan Juli Agustus 2006 (n=25)

Kecerdasan Emosional	Stres Kerja		Total	r	p
	Sedang	Tinggi			
	f (%)	f (%)	f (%)	-0,465	0,019
Rendah	1 (4%)	2 (8%)	3 (12%)		
Sedang	17 (68%)	3 (12%)	20 (80%)		
Tinggi	1 (4%)	1 (4%)	2 (8%)		
Total	19 (76%)	6 (24%)	25 (100%)		

Dari uji statistik di atas didapat bahwa hipotesis dapat ditegakkan yaitu ada hubungan negatif dan bermakna antara tingkat kecerdasan emosional dengan tingkat stres kerja. Hal ini berarti makin tinggi tingkat kecerdasan emosional maka makin rendah tingkat stres kerja.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Looker dan Gregson yang menyatakan bahwa emosi seseorang akan mempengaruhi ekspresi respon stres orang tersebut. Selebihnya juga dikatakan bahwa stres bukanlah lingkungan melainkan emosi/keadaan di dalam diri seseorang, cara yang seseorang pakai untuk berinteraksi dengan lingkungan akan menentukan seberapa besar dan tipe stres apa yang seseorang ciptakan untuk diri orang itu.¹⁰

Dengan memiliki *Emotional Quotient* (EQ) yang tinggi, seseorang dapat memotivasi diri, tidak mudah frustrasi dan yang terpenting mampu mengendalikan bahkan mengusir stres.¹⁴ Kecerdasan emosional merupakan kemampuan seseorang untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati (kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan), tidak melebihi-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan mengendalikan stres.⁷ Hal yang sama diungkapkan oleh Hariwijaya⁹ bahwa agar kecerdasan emosional terjaga dengan baik, seseorang harus bisa melepaskan emosi negatif seperti marah dan frustrasi sehingga tidak menyebabkan stres.

Tingkat stres kerja perawat yang sebagian besar yaitu 76% berada dalam kategori sedang dapat disebabkan karena perawat sudah dapat mengurangi jumlah dan jenis tuntutan pekerjaan serta membangun sumber-sumber kemampuan diri untuk mengatasi masalah atau tuntutan kerja yang dihadapi.

Perawat yang memiliki tingkat stres kerja dengan kategori tinggi sebanyak 24% dapat disebabkan karena jumlah tuntutan yang semakin meningkat atau perawat memandang tuntutan kerja yang dihadapi sebagai masalah yang sulit atau mengancam. Stres kerja yang tinggi juga dapat disebabkan karena terlalu sedikitnya tuntutan kerja yang dihadapi perawat, yang dapat menyebabkan kebosanan dan frustrasi. Kebosanan dan frustrasi umumnya muncul ketika seseorang memasuki masa pensiun atau diberi pekerjaan yang tidak sesuai dengan kemampuan-kemampuan mereka.¹⁰ Lazarus dalam Berry dan Houston⁵ menyatakan bahwa meskipun golongan umur berbeda, akan tetapi jika sama-sama memiliki tipe kepribadian A maka akan lebih rentan terkena stres.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang negatif dan bermakna antara tingkat kecerdasan emosional dengan tingkat stres kerja. Tingkat kecerdasan emosional perawat IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten dalam kategori sedang. Tingkat stres kerja perawat IRD RSUP Dr. Soeradji Tirtonegoro Klaten dalam kategori sedang.

Melihat gambaran tingkat kecerdasan emosional yang sedang maka, perlu dipandang perlu melakukan pelatihan tentang kecerdasan emosional dengan menggunakan metode simulasi yang aplikatif oleh pihak RS, sehingga tingkat kecerdasan emosional perawat IRD yang sedang dapat menjadi tinggi. Gambaran tingkat stres kerja yang sedang maka dipandang RS perlu melakukan pelatihan tentang manajemen stres yang baik.

Mengingat keterbatasan dalam penelitian ini antara lain hanya menggunakan kuesioner, untuk itu kepada peneliti berikutnya agar lebih menyempurnakan penelitian dengan metode yang lebih lengkap baik dengan penambahan metode observasi dan wawancara dalam menilai tiap variabel penelitian.

Dalam penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional didapatkan hubungan yang bermakna dengan tingkat stres kerja sehingga perlu adanya penelitian untuk mengenali secara dalam tentang faktor yang dapat mempengaruhi stres kerja perawat IRD.

KEPUSTAKAAN

1. GloriaNet. Tips Dunia Kerja: 7 Kiat Meningkatkan Kecerdasan Emosional di Kantor. 2006. <http://www.glorianet.org/lowongan/tip-35htm/> Diakses pada 2 Februari 2006.
2. Sheehy, Susan B. *Emergency Nursing: Principles and Practice*. Mosby Year Book. St. Louis. 1992.
3. Schultz & Schultz. *Psychology and Work Today; an Introduction To Industrial and Organizational*. 1994.
4. Selye, H. *Selye's Guide to Stress Research*. Van Nastrand Company. Inc. USA. 1983.
5. Bery, L.M; Houston, J.P. *Psychology at Work*. WBC Brown and Benchmark. Indianapolis. 1993.
6. Robbin, S.P. *Organizational Behavior Concept, Controversies, and Application*. 8th ed. Prentice Hall Inc. New Jersey. 1998.
7. GloriaNet. Dunia Kerja: Kenali Gejala Orang Stres di Kantor. 2006. <http://www.glorianet.org/lowongan/arti-103.html>. Diakses pada 27 Februari 2006.
8. Sugiyono. *Statistika Untuk Penelitian*. CV Alfabeta. Bandung. 2005.
9. Hariwijaya. *Tes EQ: Tes Kecerdasan Emosional*. Pustaka Pelajar. Yogyakarta. 2005.
10. Looker, T; Gregson, O. *Managing Stress: Mengatasi Stres Secara Mandiri*. Baca! Baca Buku, Buku Baik. Yogyakarta. 2005.
11. Goleman, D. *Emotional Intelligence; Kecerdasan Emosional, Mengapa EI Lebih Penting Daripada IQ*. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta. 2004.
12. Maramis, W.F. *Catatan Ilmu Kedokteran*. Airlangga University Press. Surabaya. 1999.
13. Sheridan, C.L; Rachmacher, S.A. *Health Psychology, Challenging The Biomedical Model*. John Wiley and Son Inc. Canada. 1992.
14. Iis. *Adversity Quotient Pengukuran Menghadapi Kesulitan*. 2002. Senin, 23 Agustus 2004. Sriwijaya Post New Copyright @ Sriwijaya Post. Diakses pada 2 Februari 2006.