

BEBERAPA FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRESS KERJA PADA TENAGA KESEHATAN DI FASILITAS KESEHATAN

Rida' Millati¹

¹Fakultas Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin
email: rida.millati@umbjm.ac.id

***I Made Rio Dwijayanto**

²Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara
*email: riodj@uwn.ac.id

Ryryn Suryaman Prana Putra³

³Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin
email: ryrynspp@unhas.ac.id

Yuni Astuti⁴

⁴Prodi Diploma III Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Semarang
email: noe.nunik@gmail.com

Coresspondence Author: I Made Rio Dwijayanto; riodj@uwn.ac.id

Abstract: Puskesmas have various tasks and work programs that are quite complex in their working areas. These tasks involve various aspects of health services, ranging from disease prevention, health promotion, to treatment for various community groups. Based on a preliminary study conducted at five Puskesmas located in Ciputat Sub-district, South Tangerang City, namely Puskesmas Kampung Sawah, Puskesmas Ciputat, Puskesmas Sawah Baru, Puskesmas Situ Gintung, and Puskesmas Jombang, through interviews with several health workers, it was revealed that they feel fully responsible for all the work received at the Puskesmas. Each health worker at the health center also has to deal with quite a lot of additional tasks, which often exceed the capacity of their main job. This indicates an excessive workload, which leads to high work stress. The purpose of this study was to determine several factors associated with work stress in health workers in health facilities. The research design used in this study was cross sectional. The study was conducted in the Ciputat District Working Area of South Tangerang City which consists of five Puskesmas, namely Puskesmas Kampung Sawah, Puskesmas Ciputat, Puskesmas Sawah Baru, Puskesmas Situ Gintung, and Puskesmas Jombang. The research was conducted in June 2023. The population in this study were all health workers at the Puskesmas of Ciputat District, South Tangerang City, totaling 82 people. The research sample amounted to 82 people who were selected using total sampling. The research instrument used a research questionnaire. Data analysis was conducted univariate and bivariate. The results showed an association between leadership style (p value: 0.022) and interpersonal relationships (p value: 0.036) on the incidence of stress. It is recommended to the health center to be able to apply a good leadership style to every employee of the health center, especially health workers by providing equal work and fair behavior towards health workers in order to prevent the onset of work stress in health workers and can improve good interpersonal relationships among coworkers and health workers in order to create harmony and a sense of harmony at work and minimize the occurrence of work stress in the work environment.

Keywords: Leadership Style, Interpersonal Relationships, Stress.

Abstrak: Puskesmas memiliki berbagai tugas dan program kerja yang cukup kompleks di wilayah kerjanya. Tugas-tugas tersebut melibatkan berbagai aspek pelayanan kesehatan, mulai dari pencegahan penyakit, promosi kesehatan, hingga pengobatan untuk berbagai kelompok masyarakat. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di lima Puskesmas

yang terletak di wilayah Kecamatan Ciputat, Kota Tangerang Selatan, yaitu Puskesmas Kampung Sawah, Puskesmas Ciputat, Puskesmas Sawah Baru, Puskesmas Situ Gantung, dan Puskesmas Jombang, melalui wawancara dengan beberapa tenaga kesehatan, terungkap bahwa mereka merasa bertanggung jawab penuh atas seluruh pekerjaan yang diterima di Puskesmas. Setiap tenaga kesehatan di Puskesmas tersebut juga harus menghadapi tugas tambahan yang cukup banyak, yang seringkali melebihi kapasitas pekerjaan utama mereka. Hal ini menunjukkan adanya beban kerja yang berlebihan, yang mengarah pada stres kerja yang cukup tinggi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui beberapa faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Wilayah Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan yang terdiri dari lima Puskesmas, yaitu Puskesmas Kampung Sawah, Puskesmas Ciputat, Puskesmas Sawah Baru, Puskesmas Situ Gantung, dan Puskesmas Jombang. Penelitian dilakukan pada bulan Juni tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tenaga kesehatan di Puskesmas wilayah Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan berjumlah 82 orang. Sampel penelitian berjumlah 82 orang yang dipilih menggunakan total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara gaya kepemimpinan (*p value*: 0,022) dan hubungan interpersonal (*p value*: 0,036) terhadap kejadian stress. Disarankan kepada puskesmas untuk dapat menerapkan gaya kepemimpinan yang baik kepada setiap pegawai puskesmas, terutama tenaga kesehatan dengan memberikan pekerjaan yang merata dan perilaku yang adil terhadap tenaga kesehatan guna mencegah timbulnya stres kerja pada tenaga kesehatan serta dapat meningkatkan hubungan interpersonal yang baik sesama rekan kerja maupun tenaga kesehatan agar tercipta kerukunan dan rasa harmonis dalam bekerja serta meminimalisir terjadinya stress kerja di lingkungan kerja.

Kata Kunci: Gaya Kepemimpinan, Hubungan Interpersonal, Stress.

A. Pendahuluan.

Sumber daya manusia yang memiliki kompetensi tinggi merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam menentukan kualitas pelayanan di Puskesmas. Di Puskesmas, sumber daya manusia terbagi menjadi dua kelompok utama, yaitu tenaga kesehatan dan tenaga non-kesehatan. Tenaga kesehatan di Puskesmas meliputi berbagai profesi yang memiliki peran krusial dalam memberikan pelayanan medis kepada masyarakat. Beberapa jenis tenaga kesehatan yang bekerja di Puskesmas antara lain adalah dokter layanan primer, dokter gigi, perawat, bidan, tenaga kesehatan masyarakat, tenaga kesehatan lingkungan, ahli teknologi laboratorium medik, tenaga gizi, tenaga fisioterapi, dan tenaga kefarmasian. Masing-masing profesi ini memiliki tugas dan tanggung jawab yang berbeda, namun semuanya bekerja dengan tujuan yang sama, yaitu memberikan layanan kesehatan yang terbaik kepada masyarakat. Dalam hal ini, kualitas sumber daya manusia yang terampil, profesional, dan terlatih menjadi faktor penentu dalam menjamin efektivitas pelayanan di Puskesmas. Sumber daya manusia yang kompeten di Puskesmas juga mendukung tercapainya standar pelayanan kesehatan yang ditetapkan oleh pemerintah, yang akan berimbas pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat secara keseluruhan (Kemenkes RI, 2014).

Sebagai lembaga yang berfungsi sebagai pusat pelayanan kesehatan masyarakat di tingkat pertama, Puskesmas memiliki berbagai tugas dan program kerja yang cukup kompleks di wilayah kerjanya. Tugas-tugas tersebut melibatkan berbagai aspek pelayanan kesehatan, mulai dari pencegahan penyakit, promosi kesehatan, hingga pengobatan untuk berbagai kelompok masyarakat. Seiring dengan banyaknya program kerja dan tanggung

jawab yang harus dijalankan, tenaga kesehatan yang bekerja di Puskesmas sering kali dihadapkan pada beban kerja yang cukup berat. Akibatnya, mereka rentan mengalami stres kerja yang cukup tinggi. Stres kerja ini bukan hanya berasal dari volume tugas yang banyak, tetapi juga bisa disebabkan oleh tekanan untuk memberikan pelayanan kesehatan yang optimal dengan keterbatasan sumber daya yang ada. Tenaga kesehatan, terutama yang bekerja di Puskesmas, termasuk dalam kategori profesi yang memiliki tingkat stres kerja yang tinggi. Hal ini disebabkan oleh tuntutan pekerjaan yang tidak hanya melibatkan keterampilan medis, tetapi juga keterampilan dalam menghadapi situasi yang seringkali darurat, serta interaksi langsung dengan berbagai lapisan masyarakat yang memiliki kebutuhan dan permasalahan kesehatan yang beragam. Stres yang dialami oleh tenaga kesehatan ini perlu mendapatkan perhatian serius karena dapat memengaruhi kualitas pelayanan yang diberikan, serta kesejahteraan mental dan fisik tenaga kerja itu sendiri.

Stres kerja dapat didefinisikan sebagai perasaan negatif yang muncul secara subyektif dalam diri individu sebagai respons terhadap berbagai faktor internal maupun eksternal yang ada dalam lingkungan organisasi tempat individu tersebut bekerja (Wijono, 2018). Ketika seseorang mengalami stres kerja, perasaan cemas dan tertekan sering kali muncul sebagai reaksi terhadap tuntutan pekerjaan yang dirasa berat atau tidak sesuai dengan kapasitas individu. Stres kerja ini dapat memengaruhi kondisi fisik dan mental seseorang, dengan gejala yang bervariasi. Beberapa gejala umum yang dapat muncul akibat stres kerja antara lain adalah emosi yang tidak stabil, perasaan cemas yang berlebihan, dan rasa tidak tenang yang sulit diatasi. Individu yang mengalami stres kerja juga sering merasa cenderung menyendiri, menghindari interaksi sosial, serta merasa gelisah dan cemas tanpa alasan yang jelas. Selain itu, kualitas tidur juga dapat terganggu, yang menyebabkan sulit tidur atau tidur yang tidak nyenyak. Gejala fisik lainnya yang sering terjadi adalah peningkatan tekanan darah dan masalah pencernaan, yang menjadi indikasi bahwa stres kerja mempengaruhi kesehatan tubuh secara keseluruhan (Mangkunegara, 2015). Semua gejala ini, jika tidak ditangani dengan baik, dapat berdampak buruk pada kinerja individu serta kualitas hidup secara keseluruhan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di lima Puskesmas yang terletak di wilayah Kecamatan Ciputat, Kota Tangerang Selatan, yaitu Puskesmas Kampung Sawah, Puskesmas Ciputat, Puskesmas Sawah Baru, Puskesmas Situ Gintung, dan Puskesmas Jombang, melalui wawancara dengan beberapa tenaga kesehatan, terungkap bahwa mereka merasa bertanggung jawab penuh atas seluruh pekerjaan yang diterima di Puskesmas. Setiap tenaga kesehatan di Puskesmas tersebut juga harus menghadapi tugas tambahan yang cukup banyak, yang seringkali melebihi kapasitas pekerjaan utama mereka. Hal ini menunjukkan adanya beban kerja yang berlebihan, yang mengarah pada stres kerja yang cukup tinggi. Selain itu, dampak dari kondisi ini juga tercermin dalam gejala-gejala fisik dan mental yang dialami oleh para tenaga kesehatan, seperti perasaan pusing, kelelahan fisik yang terus-menerus, serta kesulitan dalam berkonsentrasi saat bekerja. Tidak jarang, mereka juga menjadi lebih sensitif dan merasa kurang istirahat setelah menyelesaikan berbagai pekerjaan yang menumpuk. Perasaan ini semakin meningkat seiring dengan bertambahnya tugas dan tanggung jawab yang harus dijalankan, yang pada gilirannya berpotensi menurunkan produktivitas dan kualitas kerja dalam memberikan pelayanan kepada pasien. Dampak negatif dari permasalahan tersebut menunjukkan bahwa tenaga kesehatan di Puskesmas wilayah Kecamatan Ciputat, Kota Tangerang Selatan, sangat mungkin mengalami stres kerja yang dapat mempengaruhi baik kesehatan mereka maupun kualitas pelayanan yang diberikan kepada masyarakat. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui beberapa faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada tenaga kesehatan di fasilitas kesehatan.

B. Metodologi Penelitian.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Wilayah Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan yang terdiri dari lima Puskesmas, yaitu Puskesmas Kampung Sawah, Puskesmas Ciputat, Puskesmas Sawah Baru, Puskesmas Situ Gintung, dan Puskesmas Jombang. Penelitian dilakukan pada bulan Juni tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tenaga kesehatan di Puskesmas wilayah Kecamatan Ciputat Kota Tangerang Selatan berjumlah 82 orang. Sampel penelitian berjumlah 82 orang yang dipilih menggunakan *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner penelitian. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.

C. Hasil dan Pembahasan

Distribusi Frekuensi Stres Kerja, Gaya Kepemimpinan dan Hubungan Interpersonal

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Stres Kerja, Gaya Kepemimpinan dan Hubungan Interpersonal

No	Variabel uji	Frekuensi	Persentase(%)
1	Stres Kerja		
	Tidak Mengalami Stres	38	46,3
	Mengalami Stres	44	53,7
	Jumlah	82	100,0
2	Gaya Kepemimpinan		
	Baik	59	72,0
	Kurang Baik	23	28,0
	Jumlah	82	100,0
3	Hubungan Interpersonal		
	Baik	47	57,3
	Kurang Baik	35	42,7
	Jumlah	82	100,0

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 82 responden, terdapat 44 responden (53,7%) mengalami stress. Adapun menurut gaya kepemimpinan, terdapat 23 responden (28,0%) yang menilai adanya gaya kepemimpinan yang kurang baik dan menurut hubungan interpersonal, terdapat 35 responden (42,7%) yang menilai adanya hubungan interpersonal yang kurang baik.

Hubungan Gaya Kepemimpinan Terhadap Stres Kerja

Tabel 2. Hubungan Gaya Kepemimpinan Terhadap Stres Kerja

Gaya Kepemimpinan	Stres Kerja				Total		P value
	Tidak Mengalami Stress		Mengalami Stress				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	32	54,2	27	45,8	59	100	0,022
Kurang Baik	6	26,1	17	73,9	23	100	
Jumlah	38	46,3	44	53,7	82	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 59 responden yang menilai adanya gaya kepemimpinan yang baik, terdapat 27 responden (45,8%) mengalami stress. Adapun dari 23 responden yang menilai adanya gaya kepemimpinan yang kurang baik, terdapat 17 responden (73,9%) mengalami stress. Hasil uji statistik menggunakan *Chi Square* diperoleh nilai $P\ value = 0,002 < \alpha 0,05$, Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan

antara gaya kepemimpinan terhadap stress kerja.

Hasil penelitian ini didukung oleh Rusdi (2019), yang juga menemukan adanya hubungan signifikan antara gaya kepemimpinan dan tingkat stres kerja. Dalam penelitian tersebut, ditemukan nilai *p* (*p*-value) sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel ini sangat kuat dan signifikan secara statistik. Hal ini mengindikasikan bahwa gaya kepemimpinan yang diterapkan dalam suatu organisasi atau lingkungan kerja dapat memengaruhi tingkat stres yang dialami oleh karyawan. Penelitian ini semakin memperkuat pemahaman kita mengenai pentingnya peran gaya kepemimpinan dalam menciptakan suasana kerja yang sehat, serta dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis para pekerja. Dengan demikian, penerapan gaya kepemimpinan yang tepat dapat menjadi salah satu strategi penting dalam mengurangi stres kerja di berbagai organisasi.

Merujuk pada hasil penelitian yang ada, gaya kepemimpinan terbukti menjadi salah satu faktor yang berkaitan erat dengan terjadinya stres di kalangan tenaga kesehatan. Gaya kepemimpinan ini pada umumnya dibagi menjadi dua kategori, yaitu gaya kepemimpinan yang baik dan yang kurang baik. Penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara gaya kepemimpinan dengan munculnya stres kerja, yang dapat dilihat dari fakta bahwa 73,9% responden melaporkan mengalami stres akibat menilai gaya kepemimpinan yang mereka terima cenderung kurang efektif. Hal ini menunjukkan bahwa ketika gaya kepemimpinan yang diterapkan tidak mendukung atau kurang mampu memberikan arahan yang jelas, menciptakan komunikasi yang terbuka, atau tidak memperhatikan kesejahteraan para tenaga kesehatan, maka tingkat stres kerja cenderung meningkat. Dengan demikian, penting bagi organisasi, terutama yang bergerak di bidang kesehatan, untuk memperhatikan dan mengoptimalkan gaya kepemimpinan yang diterapkan agar dapat mengurangi tingkat stres yang dialami oleh para tenaga kerja.

Hubungan Hubungan Interpersonal Terhadap Stres Kerja

Tabel 3. Hubungan Hubungan Interpersonal Terhadap Stress Kerja

Hubungan Interpersonal	Stres Kerja				Total		P value
	Tidak Mengalami Stress		Mengalami Stress				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	36	76,6	11	23,4	47	100	0,036
Kurang Baik	2	6,0	33	94,0	35	100	
Jumlah	38	46,3	44	53,7	82	100	

Tabel di atas menunjukkan, dari 47 responden yang menilai adanya hubungan interpersonal yang baik, terdapat 11 responden (23,4%) mengalami stress. Adapun dari 35 responden yang menilai adanya hubungan interpersonal yang kurang baik, terdapat 33 responden (94,0%) mengalami stress. Hasil uji statistik menggunakan *Chi Square* diperoleh nilai *P value* = 0,036 < α 0,05, Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara hubungan interpersonal terhadap stress kerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan yang diungkapkan oleh Fhatin (2019), yang juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara hubungan interpersonal dan stres kerja pada pegawai di Puskesmas Betung Kota, dengan nilai *p* (*p*-value) sebesar 0,027. Hal ini mengindikasikan bahwa kualitas hubungan interpersonal di tempat kerja berpengaruh terhadap tingkat stres yang dialami oleh para pegawai. Dalam suatu organisasi, komunikasi yang efektif dan hubungan sosial yang baik antar sesama pekerja sangatlah penting. Jika hubungan interpersonal terjalin dengan baik, maka hal ini dapat menciptakan suasana kerja yang harmonis dan mendukung perkembangan sikap serta pola pikir positif di antara para pekerja. Sebaliknya, hubungan yang buruk atau tidak terjalin dengan efektif dapat menghambat kolaborasi dan menciptakan ketegangan, yang pada

gilirannya meningkatkan tingkat stres. Oleh karena itu, menjaga kualitas komunikasi dan hubungan sosial di tempat kerja menjadi kunci penting untuk mencegah stres kerja yang berlebihan dan menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat dan produktif.

Merujuk pada hasil penelitian, hubungan interpersonal terbukti menjadi salah satu faktor yang berhubungan erat dengan terjadinya stres kerja. Hubungan interpersonal ini pada umumnya dikategorikan menjadi dua, yaitu hubungan yang baik dan hubungan yang kurang baik. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas hubungan interpersonal dengan tingkat stres yang dialami oleh pekerja. Sebanyak 94% responden yang melaporkan mengalami stres kerja juga menilai bahwa hubungan interpersonal di lingkungan kerja mereka kurang baik. Hal ini mengindikasikan bahwa ketika hubungan antar rekan kerja atau antara atasan dan bawahan tidak terjalin dengan baik, tingkat stres yang dirasakan oleh karyawan akan semakin tinggi. Komunikasi yang buruk, kurangnya dukungan sosial, dan ketegangan dalam interaksi sehari-hari dapat menjadi faktor penyebab utama munculnya stres. Oleh karena itu, penting bagi organisasi untuk memastikan bahwa hubungan interpersonal di tempat kerja dibangun dengan baik, sehingga dapat mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres kerja dan menciptakan lingkungan kerja yang lebih kondusif bagi kesejahteraan karyawan.

D. Penutup.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan terdapat hubungan antara gaya kepemimpinan dan hubungan interpersonal terhadap kejadian stress pada tenaga kesehatan. Disarankan kepada puskesmas untuk dapat menerapkan gaya kepemimpinan yang baik kepada setiap pegawai puskesmas, terutama tenaga kesehatan dengan memberikan pekerjaan yang merata dan perilaku yang adil terhadap tenaga kesehatan guna mencegah timbulnya stres kerja pada tenaga kesehatan serta dapat meningkatkan hubungan interpersonal yang baik sesama rekan kerja maupun tenaga kesehatan agar tercipta kerukunan dan rasa harmonis dalam bekerja serta meminimalisir terjadinya stress kerja di lingkungan kerja.

Daftar Pustaka.

- Goni, David D., Febi K. Kolibu, and Paul A.T. Kawatu. 2019. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Tenaga Kesehatan di Puskesmas Mubune Kecamatan Likupang Barat Minahasa Utara. *Jurnal KESMAS*. Volume 8 Number 6
- Karminah, K., Aneng Y., dan Muhammad Husein. 2021. Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Tenaga Kesehatan Menghadapi COVID-19 di Puskesmas Dayeuhluhur Kabupaten Cilacap. *Jurnal Keperawatan Galuh*. Vol. 3 No. 2.
- Kemendes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 75 Tahun 2014 Tentang Pusat Kesehatan Masyarakat.
- Laurensius Arliman S. (2021) *Pengaturan Kelembagaan Hak Asasi Manusia Terhadap Anak Di Indonesia*, Disertasi, Fakultas Hukum Universitas Andalas, Padang.
- Maria Margareta Hutajulu. (2025) *Penerapan Taat Asas Kepastian Hukum Dalam Pembentukan Peraturan Internal (Hospital By Laws) Dan Kode Etik Rumah Sakit (Studi Pada Rumah Sakit Yos Sudarso Padang)*, Tesis, Fakultas Hukum Uninversitas Ekasakti, Padang.
- Mangkunegara, A. P., 2015. Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Rusdi. 2019. Hubungan Beban Kerja dan Gaya Kepemimpinan Dengan Tingka Stres Pada Tenaga Kesehatan di Puskesmas Handil Baru. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*. Vol. 4 No. 2.
- Wijono, S., 2018. Kepemimpinan Dalam Perspektif Organisasi. Jakarta: Prenadamedia Group.