

Hubungan Tingkat Stress dengan Insomnia pada Perawat Instalasi Gawat Darurat di RSUD DR.MOEWARDI

Aulia Ramadhani Putri Setyabudi¹, Nurlaila Fitriani²
Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah
Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia
Nurlailafitriani@ums.ac.id

Submitted: 25 Februari 2021, Revised: 22 Maret 2022, Accepted: 31 Maret 2022

Abstrak

Background: Nurses who work in the Emergency Room have high risks, heavy workloads, high levels of tension and demand for good skills when dealing with patients with various conditions. Emergency room nurses are at risk of experiencing stress, the stress caused by nurses can have an impact on causing insomnia. **Aim :** This study aims to determine the relationship between the level of stress with insomnia in emergency room nurses at RSUD Dr.Moewardi . **Methodology:** This type of research is quantitative with a descriptive collaborative design using a cross sectional approach. The study was conducted on nurses in the Emergency Room as many as 67 respondents. The sampling technique used in this research is total sampling. Research questionnaires used in this study include Depression Anxiety Stress Scale and Insomnia Severty Index. **Result:** The results of the study between stress levels and insomnia showed $p = 0.000 < 0.05$, which means that there is a relationship between stress levels and insomnia. The value of $r = 0.768$ which indicates a strong correlation value. **Conclusion :** The hospital which is a place that provides health services, it is hoped that the results of this study can be used as information and reference material related to the relationship between stress levels and insomnia in emergency room nurses at RSUD Dr. Moewardi and the nurse who first touches the patient in the hospital is expected to be able to manage stress and insomnia levels so that they can provide good health services.

Keywords: Insomnia, Nurse, Stres Level

Abstrak

Latar Belakang : Perawat yang bekerja di Instalasi Gawat Darurat memiliki resiko tinggi, beban kerja yang berat, tingkat ketegangan tinggi dan tuntutan skill yang baik saat menangani pasien dengan berbagai kondisi. Perawat instalasi gawat darurat beresiko mengalami stress, stress yang ditimbulkan perawat dapat berdampak menimbulkan insomnia. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan tingkat stress dengan insomnia pada perawat instalasi gawat darurat di RSUD Dr. Moewardi. **Metode :** Jenis penelitian ini yaitu kuantitatif dengan rancangan deskriptif koleratif menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada perawat Instalasi Gawat Darurat sebanyak 67 responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian adalah *total sampling*. Kuisisioner penelitian yang digunakan dalam penelitian ini meliputi Depression Anxiety Stress Scale and Insomnia Severty Index.**Hasil :** Hasil penelitian antara tingkat stress dengan insomnia menunjukkan $p = 0,000 < 0,05$ yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stress dengan insomnia. **Saran :** Diharapkan hasil penelitian ini perawat yang first touch pasien di rumah sakit diharapkan mampu mengelola tingkat stres dan insomnia sehingga dapat memberikan pelayanan kesehatan yang baik

Kata Kunci : Insomnia, Perawat, Tingkat stress

Pendahuluan

Stresor yang dialami perawat di Instalasi Gawat Darurat baik secara fisik maupun emosional yaitu berupa beban kerja berlebih, mengurus pasien dengan kondisi kritis, dan paling berpengaruh adalah lingkungan kerja yang dapat meliputi shift kerja, konflik antar staff, kurang kerjasama tim dan keterampilan individu perawat yang kurang. Permasalahan lain pada perawat di Instalasi Gawat Darurat sehingga memicu stress berupa kekerasan dari pasien atau keluarga saat terjadi kematian atau kegagalan dalam meresusitasi pasien dan kejadian yang menyebabkan trauma pada perawat saat menangani pasien dengan kondisi kritis. Penelitian yang dilakukan di salah satu Instalasi Gawat darurat di Pamekasan sebanyak 22 orang perawat IGD, 8 orang yaitu (36%) perawat pada tingkat stress sangat berat dan tidak ada satupun pada tingkat stress normal (0%) (Puspitasari dkk., 2021). Dampak stress pada perawat di Instalasi gawat darurat yaitu pada kemampuan perawat dalam menangani pasien dengan kondisi kritis, mengalami gangguan tidur, kehilangan nafsu makan, selanjutnya pada pekerjaan berdampak pada turunnya nilai moral pada perawat, ketidakhadiran perawat, menurunnya produktivitas dalam bekerja dan pergantian staff yang sering (Ahwal & Arora, 2015).

Perawat di Instalasi Gawat Darurat memiliki tingkat stress yang tinggi sehingga berdampak pada kecemasan, depresi dan gangguan tidur penyebabnya bekerja di Instalasi Gawat Darurat memiliki tingkat ketegangan yang tinggi dibanding perawat yang bekerja di bangsal lain, pekerjaan yang dilakukan di Instalasi Gawat Darurat juga meningkatkan resiko stress pada perawat saat bekerja. Stress yang dialami perawat instalasi gawat darurat menimbulkan insomnia, dengan gejala perawat mengalami rasa kantuk yang tinggi disiang hari disebabkan shift kerja yang tidak teratur (Caltekin & Hamamci, 2021). Menurut penelitian, perawat yang bekerja di Instalasi Gawat Darurat, memiliki durasi tidur yang singkat rata rata 5,71 jam, dengan latensi tidur yang lama rata rata 33,49 menit, dan gejala insomnia, sebanyak 60% dari 100 perawat dilaporkan memiliki kualitas tidur yang buruk. (Tu et al., 2020). Survey yang dilakukan di 34 Rumah Sakit di China pada tenaga kesehatan yang 60,8% merupakan perawat, 34,0% mengalami insomnia, terutama perawat perempuan yang menjadi tenaga kesehatan digaris depan, dengan rentang usia 26 sampai 40 tahun, sudah menikah dan bekerja sebagai junior (Lai et al., 2020). Dampak Insomnia pada perawat di Instalasi Gawat Darurat adalah jika perawat mengalami kantuk disiang hari maka akan beresiko tinggi pada pekerjaan perawat yang membutuhkan perhatian lebih dalam menangani pasien dengan kondisi kritis (Caltekin & Hamamci, 2021).

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan jenis penelitian crosssectional study dilakukan di RSUD Dr.Moewardi pada bulan Desember 2021 dan Januari 2022, populasi dalam penelitian ini adalah perawat yang bekerja di instalasi gawat darurat RSUD Dr.Moewardi, berjumlah 67 perawat dengan pengambilan teknik pengambilan sampel total sampling, sehingga sampel yang diambil sebanyak 67 orang. Pengumpulan data dilakukan secara primer dan skunder, data primer didapat dari hasil kuisisioner mengenai tingkat stress dan insomnia perawat instalasi gawat darurat di RSUD Dr.Moewardi. Data skunder diperoleh dari data rekap di instalasi gawat darurat dan bagian sumber daya manusia RSUD Dr.Moewardi. Analisa data yaitu analisa univariat dan Analisa bivariat menggunakan uji Rank Spearman, dengan tingkat kemaknaan (α) = 0.05. Penelitian ini menggunakan dua skala pengukuran meliputi, Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42) yang telah diuji reabilitas dan validitasnya oleh Damanik & Evalina pada tahun 2006 terbukti valid dan reliabel dengan uji statistik Cronbach bernilai (α =.9483) dan Insomnia Severity

Index (ISI) telah diuji reabilitas dan validitasnya oleh Swanenghyun tahun 2015 dengan uji statistik Cronbach bernilai 0,989 terbukti valid dan reliabel, pada survey ini juga dilengkapi data demografi mengenai usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, masa kerja, lama bertugas di instalasi gawat darurat, status pernikahan, dan shift saat mengisi kuisioner Peneliti menjamin semua hak perawat yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Etik penelitian diperoleh dari komite etik RSUD Dr.Moewardi dengan Nomer : 1.032/XI/HREG/2021

Hasil

Responden memiliki rentang usia paling banyak 26-35 tahun, berjenis kelamin laki laki, pendidikan terakhir D3, rentang masa kerja 6-10 tahun, rentang lama bertugas di igd 6-10 tahun, status pernikahan menikah, dan paling banyak mengisi pada shift malam.

Tabel 1. Distribusi frekuensi, presentase karakteristik responden

No.	Karakteristik	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Usia		
	26-35 Tahun	31	46.3%
	36-45 Tahun	24	35.8%
	46-55 Tahun	16.4	16.4%
	56-65 Tahun	1.5	1.5%
2.	Jenis Kelamin		
	Laki Laki	37	55.2%
	Perempuan	30	44.8%
3.	Pendidikan terakhir		
	D3	38	56.7%
	Ners	28	41.8%
	S2	1	1.5%
4.	Masa Kerja		
	<6 Tahun	10	14.9%
	6-10 Tahun	32	47.8%
	>10 Tahun	25	37.3%
5.	Lama Bertugas		
	<6 Tahun	26	38.8%
	6-10 Tahun	32	47.8%
	>10 Tahun	9	13.4%
6.	Status Pernikahan		
	Menikah	60	89.6%
	Belum Menikah	7	10.4%
7.	Shift		
	Pagi	22	32.8%
	Siang	22	32.8%
	Malam	23	34.3%
	Total	67	100%

Tabel 2. Distribusi frekuensi Tingkat Stress dan Insomnia

Variabel	Frekuensi	Mean	Median	SD	SE	95%CI	
						Min-Max	Lower Upper
Stress		13.49	12.00	11.009	1.345	0-42	10.81 16.18
Normal	42						
Ringan	4						
Sedang	10						

Berat Sangat berat	6								
Insomnia Normal	33	8.87	9.00	5.739	0.701	0-19	7.47	10.27	
Sulit tidur Insomnia sedang	26								
	8								

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan dari 67 orang perawat sebagian besar perawat mengalami stress normal dan insomnia normal.

Tabel 3. Hasil analisis tingkat stress dengan insomnia

Tingkat Stress	Insomnia						Total	P value	R	
	Tidak ada insomnia signifikan		Batasan susah tidur		Insomnia sedang					
	f	%	f	%	f	%				
Normal	31	73.8%	10	23.8%	1	2.4%	42	100.0%	0.697	0,000
Ringan	0	0.0%	4	100.0%	0	100.0%	4	100.0%		
Sedang	2	20.0%	8	80.0%	0	100.0%	10	100.0%		
Berat	0	0.0%	4	66.7%	2	33.3%	6	100.0%		
Sangat Berat	0	0.0%	0	0.0%	5	100.0%	5	100.0%		
Total							67	100.0%		

Berdasarkan tabel 3 uji kolerasi menggunakan Pearson, diperoleh koefisien kolerasi (r) = 0.697 ($p = 0.000 < 0.05$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan insomnia pada perawat instalasi gawat darurat RSUD Dr.Moewardi, dimana semakin tinggi stress semakin tinggi insomnia.

Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala ruang IGD dan beberapa perawat yang bertugas, kepala ruang mengatakan IGD di RSUD Dr.Moewardi merupakan yang terbesar dan sebagai tempat rujukan bagi pasien dengan kondisi yang sering kali buruk, sehingga perawat harus siap 24 jam dalam menangani pasien, perawat beresiko stress dengan tuntutan kualitas kerja yang cepat dan tepat dalam memberikan asuhan keperawatan bagi pasien. Wawancara dengan perawat yang selesai bertugas melakukan tindakan mengatakan, perawat akan merasa stress jika menemui kasus baru pada pasien, yang belum diketahui pasti bagaimana cara penanganannya, dan kegagalan perawat dalam melakukan tindakan saat menangani pasien di IGD juga menjadi sumber stress bagi perawat yang dituntut profesional dalam bekerja.

Stres merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan atau tidak nyaman yang dialami individu karena keadaan yang mengganggu pikiran, emosional, tindakan atau perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi stress bersifat individual dan subjektif, sehingga cara mengatasi stress pada tiap individu berbeda (Moh Muslim, 2020). Instalasi gawat darurat yang merupakan salah satu pusat pelayanan rumah sakit yang membutuhkan kualitas kerja pada perawat yang terdidik dalam memberikan pelayanan kesehatan pada pasien, hal ini dapat menjadi sumber stressor pada perawat (Mulyani et al., 2017).

Faktor faktor yang mempengaruhi stress perawat adalah beban kerja dimasa pandemi, fasilitas penunjang pekerjaan yang tidak memadai dan pemikiran masyarakat pada perawat selama pandemi. Sedangkan faktor yang dimiliki perawat untuk menghadapi stress yaitu motivasi dari dalam diri dengan cara focus pada situasi terkini dan menerima keadaan, tanggung jawab dalam menjalankan tugas, profesi sebagai tenaga kesehatan, motivasi dalam keluarga, serta motivasi dan dukungan dari organisasi (Purwaningsih & Darma, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Musu & Saellan (2021) Perawat dengan lingkungan kerja yang beresiko tinggi yang dapat berdampak buruk pada fisik dan psikologis dapat menjadi stressor bagi perawat, pengalaman kerja perawat dan rutinitas kerja yang monoton dapat menimbulkan kejenuhan di lingkungan kerja. Masa pandemi Covid-19 yang masih berlangsung membuat perawat kesulitan bertemu dengan keluarga, karna khawatir akan menularkan penyakit, sehingga menambah stress perawat. Penelitian yang dilakukan Tazkirah dkk (2021) rasa khawatir yang dirasakan individu membuat stress, hasil kuisioner perawat paling banyak memilih jawaban 2 atau sering, dengan pertanyaan “saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri. Berbanding terbalik dengan penelitian ini, responden paling banyak memilih jawaban no 6 “Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya : Kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu)” dengan pilihan jawaban 1 atau “kadang kadang”

Berdasarkan hasil penelitian paling banyak perawat masuk dalam kategori tidak ada insomnia signifikan sebanyak 49,3% , batasan susah tidur 38,8% dan insomnia sedang 11,9%. Insomnia adalah kesulitan tidur selama lebih dari 30 menit pada malam hari, sulit mempertahankan tidur setelah tertidur dan merasa mengantuk di pagi hari. Faktor yang mempengaruhi insomnia diantaranya kerja shift, shift kerja di malam hari mengganggu jam biologis pada perawat sehingga fisik dan psikologis perawat dalam keadaan stress sehingga perawat yang bekerja shift mudah mengalami kantuk dan insomnia (Zhan et al., 2020). Hasil wawancara dengan perawat shift malam merupakan shift yang berat, dikarenakan perawat harus terus terjaga di malam hari dan siap dengan pasien yang datang dengan berbagai kondisi.

Insomnia menyebabkan masalah seperti kurang konsentrasi dan focus pada siang hari, hal ini dapat terjadi dalam rentang waktu minimal 3 bulan (Riemann et al., 2020). Faktor yang dimiliki perawat untuk menghadapi insomnia adalah dukungan sosial yang berpengaruh penting dalam mengurangi stress sehingga berdampak pada menurunnya keluhan tidur (D’ettorre et al., 2020). Penelitian yang dilakukan Kandemir et.,al (2021) menemukan bahwa perawat yang berada di garis depan mengalami insomnia disebabkan oleh beban kerja tinggi, tuntutan pekerjaan yang tinggi, lingkungan kerja, waktu kerja yang tidak terkontrol dengan baik, beban psikososial dan shift malam.

Hasil Analisa menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ dengan nilai kolerasi 0,768 sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan tingkat stress dengan insomnia pada perawat instalasi gawat darurat RSUD Dr.Moewardi dimana semakin tinggi stress semakin tinggi insomnia. Hasil tabulasi menunjukkan 73,8% perawat dengan stress normal berada pada tidak ada insomnia signifikan. Hasil wawancara dengan perawat mengatakan, perawat merasa stress jika tidak dapat menangani pasien dengan kondisi kritis, lingkungan kerja dengan tuntutan kualitas kerja yang tinggi, dan pasien dengan kondisi yang variatif menyebabkan perawat sering kali merasa stress namun hanya beberapa saat, perawat dapat manajemen stress dengan baik agar tidak berdampak buruk pada pekerjaan (Kirana & Dwiyantri, 2017).

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2018), penelitian dilakukan sebelum pandemic Covid-19 berlangsung, diperoleh semakin tinggi tingkat stress kerja maka semakin tinggi insomnia, begitupula sebaliknya semakin rendah stress kerja maka semakin

rendah insomnia. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variable memiliki kolerasi positif. Stres merupakan suatu kondisi yang tidak menyenangkan atau tidak nyaman yang dialami individu karena keadaan yang mengganggu pikiran, emosional, tindakan atau perilaku dalam kehidupan sehari-hari. Kondisi stress bersifat individual dan subjektif, sehingga cara mengatasi stress pada tiap individu berbeda (Moh Muslim, 2020). Instalasi gawat darurat memberi efek stress pada perawat dalam segi kondisi lingkungan kerja, stress pada perawat menimbulkan rasa tidak nyaman seperti tegang, cemas dan aspek psikologis maupun fisiologis lainnya. Stress pada perawat memiliki penyebab yang bervariasi diantaranya beban kerja yang tinggi, penggunaan alat pelindung diri dengan protocol yang ketat, banyaknya pasien covid, tenaga kesehatan yang kurang, membuat perawat lelah dan jenuh dengan pekerjaannya (Musu & Saelan, 2021). Kelebihan dalam penelitian ini adalah mengetahui tingkat stress dan insomnia pada perawat yang bekerja instalasi gawat darurat sehingga hasil penelitian ini dapat menjadi referensi terkait hubungan tingkat stress dan insomnia pada perawat di instalasi gawat darurat RSUD Dr. Moewardi. Kekurangan penelitian ini hanya mencakup mengenai tingkat stress dan insomnia pada perawat instalasi gawat darurat sehingga kurang luas dalam hasil penelitian.

Kesimpulan

Tingkat stress yang dialami responden sebagian besar dalam tingkat stress normal. Insomnia pada responden sebagian besar tidak ada insomnia signifikan. dan terdapat hubungan antara tingkat stress dengan insomnia pada perawat instalasi gawat darurat RSUD Dr. Moewardi.

Saran

Rumah sakit yang merupakan tempat yang memberikan pelayanan kesehatan, diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi dan referensi terkait hubungan antara tingkat stres dengan insomnia pada perawat ruang gawat darurat RSUD Dr. Moewardi dan perawat yang first touch pasien di rumah sakit diharapkan mampu mengelola tingkat stres dan insomnia sehingga dapat memberikan pelayanan kesehatan yang baik.

Daftar Pustaka

- Ahwal, S., & Arora, S. (2015). Workplace stress for nurses in emergency department. *IJETN*, 1(2), 17-21.
- d'Ettorre, G., Pellicani, V., Caroli, A., & Greco, M. (2020). Shift work sleep disorder and job stress in shift nurses: implications for preventive interventions. *La Medicina del Lavoro*, 111(3), 195.
- Kandemir, D., Temiz, Z., Ozhanli, Y., Erdogan, H., & Kanbay, Y. (2021). Analysis of mental health symptoms and insomnia levels of intensive care nurses during the COVID-19 pandemic with a structural equation model. *Journal of clinical nursing*.
- Kirana, V. D. C., & Dwiyantri, E. (2017). Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan pada Perawat dengan Metode Pengukuran DASS 21 dan IFRC. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 6(1), 133-140.
- Lai, J., et.,al (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA network open*, 3(3), e203976-e203976.
- Moh, M. (2020). Moh. Muslim: Manajemen Stress pada Masa Pandemi Covid-19" 193. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192-201.
- Mulyani, Y., & Ulfah, L. (2017). Hubungan mekanisme koping dengan stres kerja perawat IGD dan ICU di RSUD Ulin Banjarmasin. *AL-ULUM: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2).

- Musu, E. T., Murharyati, A., & Saelan, S. (2021). Gambaran Stres Kerja Perawat IGD di Masa Pandemi Covid-19 di Rumah Sakit Surakarta. *Jurnal Gawat Darurat*, 3(1), 1-10.
- Purwaningsih, C. I. I., & Darma, G. S. (2021). Menelisik Stres Kerja Tenaga Kesehatan Dimasa Pandemi Covid-19 di Rumah Sakit. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 18(3), 361-381.
- Riemann, D., Krone, L. B., Wulff, K., & Nissen, C. (2020). Sleep, insomnia, and depression. *Neuropsychopharmacology*, 45(1), 74-89.
- Sari, I. C., Rukayah, S., & Barsasella, D. (2017). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Bhakti Kartini Bekasi. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 4(15), 9-19.
- Sari, T. W. (2018). Hubungan Antara Stress Kerja dengan Insomnia. (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Tazkirah, R., Husna, C., & Safuni, N. (2021). Gambaran Tingkat Stres Perawat pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(1), 18-21
- Tu, Z. H., He, J. W., & Zhou, N. (2020). Sleep quality and mood symptoms in conscripted frontline nurse in Wuhan, China during COVID-19 outbreak: A cross-sectional study. *Medicine*, 99(26), e20769. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000020769>
- Tuwu, D. (2020). Kebijakan pemerintah dalam penanganan pandemi Covid-19. *Journal Publicuho*, 3(2), 267-278.
- Zhan, Y., et., al. (2020). Factors associated with insomnia among Chinese front-line nurses fighting against COVID-19 in Wuhan: A cross-sectional survey. *Journal of nursing management*, 28(7), 1525-1535