

## HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT CEMAS PADA PERAWAT DI RSJD DR. AMINO GONDOHUTOMO SEMARANG

Zulfa Luqyana Aprilia Basuki<sup>1\*</sup>, Suprihartini<sup>2</sup>, Gharini Sumbaga Narhadina<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Program Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Semarang

<sup>\*</sup>Email Korespondensi: zulfaluqyana22@gmail.com

**Abstract: The Relationship Between Workload and Anxiety Levels in Nurses at Dr. Amino Gondohutomo Mental Hospital.** This study aimed to examine the relationship between workload and anxiety levels among nurses at RSJD Dr. Amino Gondohutomo. The research involved the hospital's 100 nurses as the study population, with participants selected using purposive sampling. Data were collected through two instruments: a workload scale consisting of six indicators with a reliability score of 0.692, and an anxiety scale comprising 20 items with a reliability score of 0.829. The data were then analyzed using the Spearman rho correlation test. The findings revealed that most nurses reported experiencing a light workload (78 nurses or 78%), while the majority also fell into the normal anxiety category (79 nurses or 79%). However, statistical analysis demonstrated a very strong and significant positive correlation between workload and anxiety, with a correlation coefficient of  $r=0.877$  and  $p<0.001$ . In conclusion, the heavier the workload nurses face, the higher their level of anxiety tends to be. This suggests that workload is not only a physical demand but also has a direct impact on nurses' psychological well-being.

**Keywords :** Workload, Anxiety Level, Nurses

**Abstrak: Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Cemas pada Perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo.** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dan tingkat kecemasan yang dialami perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo. Seluruh perawat yang berjumlah 100 orang menjadi populasi dalam studi ini, namun tidak semuanya diteliti. Peneliti menggunakan teknik purposive sampling untuk memilih responden yang sesuai dengan tujuan penelitian. Data dikumpulkan menggunakan dua alat ukur. Pertama, skala beban kerja yang memuat enam indikator dengan reliabilitas 0,692. Kedua, skala kecemasan yang terdiri dari 20 pernyataan dengan reliabilitas 0,829. Selanjutnya, hubungan antara kedua variabel dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman rho. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa mayoritas perawat berada pada kategori beban kerja ringan, yakni sebanyak 78 orang (78%). Sementara itu, sebagian besar juga menunjukkan tingkat kecemasan normal, yaitu 79 orang (79%). Meski demikian, hasil uji statistik membuktikan adanya korelasi positif yang sangat kuat dan signifikan antara beban kerja dan kecemasan, dengan nilai koefisien korelasi  $r=0,877$  dan  $p<0,001$ . Kesimpulannya, semakin berat beban kerja yang dirasakan perawat, semakin tinggi pula kecemasan yang mereka alami. Hal ini mengindikasikan bahwa beban kerja bukan hanya persoalan fisik semata, tetapi juga berdampak langsung pada kondisi psikologis perawat.

**Kata Kunci :** Beban Kerja, Tingkat Kecemasan, Perawat

### PENDAHULUAN

Perawat kesehatan jiwa memiliki gangguan psikologis maupun perilaku. peran penting dalam memberikan Dalam praktiknya, perawat sering layanan kepada pasien dengan menghadapi kondisi pasien dengan

perilaku agresif, penolakan terhadap perawatan, hingga tindakan kekerasan. Situasi ini tidak hanya menuntut keterampilan klinis, tetapi juga kesiapan fisik dan mental yang tinggi.

Beban kerja yang dialami perawat kesehatan jiwa mencakup aspek fisik dan mental. Beban kerja fisik meliputi aktivitas yang membutuhkan kekuatan otot seperti pemindahan pasien dan penyusunan administrasi medis, serta menghadapi resistensi pasien. Sementara itu, beban kerja mental melibatkan tuntutan pengendalian emosi, sistem kerja shift, serta interaksi intens dengan pasien dan keluarga (Egla Taruk Lembang et al., 2023; Ullah & Budiani, 2023). Beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan dampak fisiologis seperti kelelahan otot, sakit kepala, dan gangguan pencernaan, serta dampak psikologis berupa kecemasan, kurang tidur, dan keengganan bekerja (Özkan & Aktaş Ünlü, 2021).

Kecemasan pada perawat kesehatan jiwa sering dipicu oleh kondisi kerja yang penuh tekanan, seperti menghadapi pasien dengan perilaku kekerasan fisik maupun verbal, penolakan pengobatan, hingga pelecehan seksual (Salny & Malfasari, 2019). Data penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan perawat jiwa cukup tinggi, di mana 25,5% mengalami kecemasan sedang dan 51,1% mengalami kecemasan ringan (Simbolon & Hasniah, 2017). Selain itu, pada masa pandemi Covid-19, peningkatan beban kerja terbukti berhubungan dengan meningkatnya tingkat kecemasan perawat (Indriati et al., 2022). Hal ini sejalan dengan teori stres kerja yang menyatakan bahwa beban fisik dan mental yang berlebihan dapat memicu respon stres dan kecemasan kronis (Nasir et al., 2020).

Namun, penelitian yang secara khusus menilai hubungan antara beban kerja dengan tingkat kecemasan pada perawat di rumah sakit jiwa, khususnya di RSJD Dr. Amino Gondohutomo, masih terbatas. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan

penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut untuk memperoleh gambaran yang lebih kontekstual dan spesifik.

Berdasarkan hal tersebut, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dengan tingkat kecemasan pada perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengelolaan tenaga keperawatan, khususnya dalam upaya mengurangi kecemasan akibat beban kerja berlebih serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan jiwa.

## METODE

Penelitian ini mengadopsi pendekatan observasional analitik dengan menerapkan cross-sectional design, di mana memungkinkan pengumpulan data dalam satu periode tertentu guna mengidentifikasi keterkaitan antara variabel yang diteliti. Adapun waktunya berlangsung pada tanggal 17 Desember – 23 Desember 2024. Populasi penelitian ini yaitu perawat bangsal jiwa yang bekerja di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang. *Purposive sampling* menjadi teknik yang diterapkan dalam menentukan sampel yang diambil dengan melihat adanya kriteria inklusi maupun eksklusi. Pada kriteria inklusi yang digunakan yakni perawat rawat inap jiwa yang bekerja di RSJD Dr. Amino Gondohutomo, maupun yang menyetujui untuk menjadi responden. Kriteria eksklusi meliputi responden yang mempunyai riwayat gangguan mental yang terdiagnosis oleh dokter, dan responden yang memiliki riwayat penyakit gagal ginjal, diabetes, maupun penyakit kronik lainnya. Setelah dilakukan pemilihan kriteria inklusi dan eksklusi, maka ditetapkan untuk responden penelitian berjumlah 100 perawat. Pada pelaksanaannya akan dilakukan setelah terbitnya *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Rumah Sakit Jiwa Daerah Dr. Amino Gondohutomo Semarang dengan no. 420/11099.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahap. Pertama, dilakukan uji normalitas data untuk mengetahui distribusi data menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov atau Shapiro-Wilk. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis hubungan antara beban kerja dan tingkat kecemasan dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman

(*Spearman rank correlation*). Uji Spearman digunakan karena data yang dianalisis berskala ordinal dan tidak memenuhi asumsi distribusi normal.

## HASIL

Diperoleh pada tabel 1 karakteristik responden yang mengikuti mencakup jenis kelamin, usia, bangsal maupun lamanya bekerja.

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik	Frekuensi	Mean ± Std. Deviasi
Jenis Kelamin		
Laki - Laki	31 (31%)	
Perempuan	69 (69%)	
Usia		39.9 ± 7.11 tahun
Lama Bekerja		12.58 ± 0.76 tahun
Tingkat Cemas		
Normal	79 (79%)	
Ringan	13 (13%)	
Sedang	8 (8%)	
Berat	0 (0%)	
Beban Kerja		
Ringan	78 (78%)	
Sedang	14 (14%)	
Berat	8 (8%)	
Bangsal		
Rawat Inap non Intensif	90 (90%)	
Rawat Inap Intensif (UPIP)	10 (10%)	

Dari tabel 1 ditemukan persebaran karakteristik responden bahwasanya mayoritas memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 69 responden (69%) dibandingkan dengan responden laki-laki sebanyak 31 orang (31%). Selain itu, responden ini mempunyai rerata usia  $39.9 \pm 7.11$  tahun maupun rerata lama sudah bekerja di RSJD Dr. Amino Gondohutomo selama  $12.58 \pm 0.76$  tahun. Mayoritas sampel memiliki tingkat cemas yang normal (79%), diikuti cemas ringan (13%) dan cemas sedang (8%). Beban kerja pada penelitian ini di dominasi dengan beban kerja ringan (78%), sedang (14%)

maupun tinggi (8%). Sampel pada penelitian ini diambil dari (90%) perawat ruang rawat inap psikiatri non intensif dan (10%) perawat ruang rawat inap intensif psikiatri (UPIP).

Uji linearitas dengan menggunakan *scatter plot* didapatkan hasil signifikan yang linear dan positif antara variabel beban kerja terhadap tingkat cemas. Hubungan positif ini berarti bahwasanya jika beban kerja pada perawat mengalami peningkatan, tingkat cemas juga akan meningkat. Setelah dilakukan uji linearitas maka dapat dilakukan uji analisis hubungan menggunakan *spearman rho*.

**Tabel 2. Hasil Uji Analisis Hubungan Beban Kerja terhadap Tingkat Cemas**

Tingkat Beban Kerja	Tingkat Cemas				Nilai p	Nilai r (korelasi)
	Normal	Ringan	Sedang	Berat		
Ringan	76	2	0	0	<0.001	0.877
Sedang	3	11	0	0		
Berat	0	0	8	0		

Pada tabel 2 dapat dilihat Hasil uji Spearman menunjukkan terdapat korelasi positif yang sangat kuat antara beban kerja dan tingkat kecemasan ( $r = 0,877$ ;  $p < 0,001$ ). Responden dengan beban kerja ringan sebagian besar memiliki tingkat kecemasan normal (76 orang), sedangkan responden dengan beban kerja sedang didominasi oleh kecemasan ringan (11 orang). Pada kelompok beban kerja berat, seluruh responden mengalami kecemasan tingkat sedang (8 orang).

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan tingkat kecemasan perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo, dengan nilai p-value sebesar  $<0,001$  dan koefisien korelasi sebesar  $0,877$ . Nilai tersebut menunjukkan hubungan yang sangat kuat dengan arah positif, yang berarti semakin tinggi beban kerja yang dirasakan perawat, maka semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dialami.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Fadilla & Nurmalasari (2024) yang menyatakan bahwa peningkatan beban kerja pada tenaga kesehatan berhubungan dengan meningkatnya kecemasan. Selain itu, penelitian Indriati et al. (2022) pada masa pandemi Covid-19 juga menunjukkan bahwa perawat dengan beban kerja tinggi mengalami tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan dengan perawat dengan beban kerja lebih rendah. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian lain yang menegaskan bahwa tuntutan kerja yang tinggi, terutama dalam lingkungan pelayanan kesehatan jiwa, berkontribusi terhadap

peningkatan tekanan psikologis pada perawat.

Secara teoritis, beban kerja yang berlebihan dapat memicu stres kerja baik secara fisik maupun psikologis. Kelelahan akibat tuntutan kerja yang tinggi dapat menurunkan konsentrasi, meningkatkan iritabilitas, serta mengganggu keseimbangan emosional. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat berkembang menjadi kecemasan apabila berlangsung secara terus-menerus dan tidak diimbangi dengan mekanisme koping yang adaptif.

Implikasi praktis dari penelitian ini menunjukkan pentingnya manajemen beban kerja yang efektif dalam lingkungan rumah sakit jiwa. Upaya yang dapat dilakukan antara lain pengaturan jumlah tenaga perawat yang sesuai dengan beban kerja, penerapan sistem rotasi shift yang lebih seimbang, serta pemberian waktu istirahat yang cukup. Selain itu, dukungan psikologis bagi perawat seperti konseling, pelatihan manajemen stres, dan penyediaan lingkungan kerja yang suportif juga diperlukan untuk menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross-sectional* sehingga tidak dapat menjelaskan hubungan sebab-akibat secara langsung maupun perubahan kondisi kecemasan dari waktu ke waktu. Selain itu, penelitian ini hanya dilakukan pada perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo dan tidak mencakup perawat di unit lain seperti Instalasi Gawat Darurat (IGD), sehingga hasil penelitian belum dapat

digeneralisasikan untuk seluruh perawat di Indonesia.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara beban kerja dan tingkat kecemasan perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo ( $p < 0,001$ ;  $r = 0,877$ ). Mayoritas perawat memiliki beban kerja ringan dan tingkat kecemasan dalam kategori normal. Semakin tinggi beban kerja yang dialami, semakin tinggi pula tingkat kecemasan yang dirasakan perawat. Oleh karena itu, diperlukan pengelolaan beban kerja yang efektif untuk menjaga kesehatan mental tenaga keperawatan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aliftitah, S. (2018). Hubungan beban kerja dengan stres kerja pada perawat di ruang ICU RSUD dr. H. Moh. Anwar Sumenep. *Jurnal Kesehatan*, 8.
- Apipah, N. (2016). Hubungan beban kerja dengan kinerja perawat di ruang rawat inap kelas III RSUD Purbalingga (Skripsi). Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Fadilla, R. A., & Nurmalasari, M. (2024). Hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja perawat. *Jurnal Ilmu Multi Science Kesehatan*, 16(1).
- Giacobbe, P., & Flint, A. (2018). Diagnosis and management of anxiety disorders. *Continuum: Lifelong Learning in Neurology*, 24(3), 893–919.
- Indriati, F. N., Usman, A., Mayasari, A., & Widowati, R. (2022). Analisis hubungan beban kerja dengan tingkat kecemasan perawat pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal*, 10(1), 53–59.
- Lembang, E. T., Roga, A. U., & Junias, M. S. (2023). Beban kerja dan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang. *SehatMas Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 2(4), 956–965.
- Maharja, R. (2015). Analisis tingkat kelelahan kerja berdasarkan beban kerja fisik perawat di instalasi rawat inap RSUD Haji Surabaya. *Indonesia Journal of Occupational Safety and Health*, 4(1), 93.
- Michael, G., Girsang, E., Chiuman, L., & Adrian. (2022). Beban kerja mental perawat dengan metode rating scale mental effort (RSME). *Window Health: Jurnal Kesehatan*, 5(1), 419–432.
- Monsalve, C., San Luis, C., Gómez, J., Albendín, L., Aguayo, R., & Cañadas, G. (2018). Burnout syndrome and its prevalence in primary care nursing: A systematic review and meta-analysis. *BMC Family Practice*, 19, 1–7.
- Nasir, M., Trujillo, D., Levine, J., Dwyer, J. B., Rupp, Z. W., & Bloch, M. H. (2020). Glutamate systems in DSM-5 anxiety disorders: Their role and a review of glutamate and GABA psychopharmacology. *Frontiers in Psychiatry*, 11, Article 548505.
- Nurhidayad, R. (2016). Faktor penyebab stres pada tenaga perawat di instalasi gawat darurat (Skripsi literature review), 1–23.
- Özkan, S., & Aktaş Ünlü, H. (2021). The effect of workload caused by the pandemic on depression, anxiety and stress levels in surgical and operating room nurses. *Journal of Basic and Clinical Health Sciences*, 5, 134–143.
- Saedpanah, K., Ghasemi, M., Akbari, H., Adibzadeh, A., & Akbari, H. (2023). Effects of workload and job stress on the shift work disorders among nurses: PLS SEM modeling. *European Journal of Translational Myology*, 33(1).
- Salny, N., & Malfasari, E. (2019). Nurses' stress and anxiety in acute and intermediate ward at Mental Health Hospital Riau.

- Caring Indonesia Journal Nurses Science*, 1(1), 25–35.
- Sigit, S. A., Mahdarsari, M., & Aklima. (2022). Hubungan beban kerja mental perawat terhadap penerapan keselamatan pasien. *Jurnal Ilmu Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(2), 99–105.
- Simbolon, P. A. S., & Hasniah. (2017). Kecemasan perawat dalam merawat pasien dengan perilaku kekerasan. *Jurnal Ilmu Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 5(2), 1.
- Ullah, B. B., & Budiani, M. S. (2023). Hubungan antara hardiness dan emotional labor pada perawat rumah sakit umum daerah. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 12(1), 11–23.