

**STRATEGI MANAJEMEN STRES KERJA PERAWAT, DALAM MENINGKATKAN PRODUKTIVITAS KERJA DI KAMAR BEDAH RUMAH SAKIT SILOAM MANADO****Amelia Magdalena Kawengian**

Universitas Strada Indonesia

Email Korespondensi: [ameliamagdalentakawengiangmail.com](mailto:ameliamagdalentakawengiangmail.com)

Disubmit: 25 Maret 2026

Diterima: 22 Juni 2026

Diterbitkan: 01 Juli 2026

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v8i7.25391>**ABSTRACT**

*Background* Operating room nurses work in a high-pressure environment characterized by complex procedures, time demands, and significant patient safety risks. These conditions may lead to work stress that can affect nurses' productivity. Therefore, effective stress management strategies are required to maintain performance and perioperative service quality. *Objective*, this study aimed to explore in depth the work stress management strategies of nurses in improving productivity in the Operating Room Unit of Siloam Hospital Manado. *Methods*, This study employed a qualitative design with a phenomenological approach. Four informants were selected purposively, consisting of a recovery nurse, operating assistant nurse, instrument nurse, and in-charge nurse. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation, and analyzed using thematic analysis. *Results*, Four major themes emerged: (1) experiences of work stress caused by high workload, time pressure, and patient safety responsibilities; (2) the impact of stress on productivity including decreased concentration, physical fatigue, and disrupted team performance; (3) individual stress management strategies through emotional, social, spiritual, and problem-focused coping; and (4) organizational support through supportive leadership, team briefings, and task distribution. Work stress among operating room nurses is a multidimensional phenomenon affecting work productivity. Adaptive coping strategies and organizational support play crucial roles in managing stress and maintaining nurses' performance.

**Keywords:** Work Stress, Operating Room Nurses, Stress Management, Work Productivity, Phenomenology.

**ABSTRAK**

Perawat kamar bedah merupakan tenaga kesehatan yang bekerja pada lingkungan dengan tingkat tekanan tinggi, kompleksitas tindakan, serta risiko keselamatan pasien yang besar. Kondisi tersebut berpotensi menimbulkan stres kerja yang dapat memengaruhi produktivitas perawat. Oleh karena itu, diperlukan strategi manajemen stres yang efektif guna menjaga kinerja dan mutu pelayanan perioperatif. Tujuan, Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam strategi manajemen stres kerja perawat dalam meningkatkan produktivitas di Unit Kamar Bedah RS Siloam Manado. Metode, Penelitian menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Informan

berjumlah 4 orang yang dipilih secara purposive, terdiri dari perawat recovery, asisten operasi, perawat instrumen, dan incharge nurse. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil, Penelitian menghasilkan 4 tema utama, yaitu: (1) pengalaman stres kerja akibat beban kerja tinggi, tekanan waktu, dan tanggung jawab keselamatan pasien; (2) dampak stres terhadap produktivitas berupa penurunan konsentrasi, kelelahan fisik, dan gangguan kinerja tim; (3) strategi manajemen stres individu melalui coping emosional, sosial, spiritual, dan problem-focused coping; serta (4) dukungan organisasi melalui kepemimpinan suportif, briefing tim, dan pembagian tugas kerja. Kesimpulan, Stres kerja perawat kamar bedah merupakan fenomena multidimensional yang berdampak pada produktivitas kerja. Strategi coping adaptif dan dukungan organisasi terbukti berperan penting dalam mengelola stres serta menjaga kinerja perawat.

**Kata Kunci:** Stres Kerja, Perawat Kamar Bedah, Manajemen Stres, Produktivitas Kerja, Fenomenologi.

## PENDAHULUAN

Kamar bedah (Operating Room/OR) merupakan unit pelayanan dengan tingkat kompleksitas, tekanan, dan risiko keselamatan yang tinggi. Perawat kamar bedah memiliki peran krusial dalam menjaga keselamatan pasien, memastikan kesiapan alat, mempertahankan sterilitas, serta berkoordinasi secara intens dengan dokter bedah dan tim anestesi. Kondisi kerja yang menuntut ketepatan, kecepatan, dan konsentrasi tinggi menjadikan perawat kamar bedah sangat rentan mengalami stres kerja. Stres kerja pada perawat didefinisikan sebagai respons psikologis dan fisiologis akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan individu untuk mengatasinya (Labrague & De Los Santos, 2021). Apabila tidak dikelola dengan baik, stres kerja berpotensi menurunkan produktivitas perawat, meningkatkan kelelahan kerja, serta berdampak pada mutu dan keselamatan pelayanan bedah.

Secara global, masalah stres kerja pada perawat kamar bedah menunjukkan prevalensi yang tinggi. Penelitian dalam lima tahun terakhir

melaporkan bahwa lebih dari 50% perawat kamar bedah mengalami stres kerja tingkat sedang hingga tinggi, dengan dampak langsung pada penurunan kinerja dan produktivitas kerja (Zhang et al., 2020; Galanis et al., 2021). Studi Labrague et al. (2022) juga menemukan bahwa stres kerja berkorelasi signifikan dengan menurunnya produktivitas, meningkatnya kesalahan kerja, dan menurunnya kualitas kolaborasi tim. Produktivitas perawat kamar bedah yang menurun dapat terlihat dari keterlambatan persiapan operasi, penurunan efisiensi kerja, meningkatnya kelelahan, serta berkurangnya kemampuan fokus dalam situasi kritis. Skala masalah ini menunjukkan bahwa stres kerja bukan hanya isu individual, tetapi menjadi masalah organisasi yang berdampak pada performa unit kamar bedah secara keseluruhan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa manajemen stres kerja merupakan strategi penting untuk meningkatkan produktivitas perawat. Manajemen stres mencakup strategi individual seperti coping emosional,

mindfulness, regulasi emosi, dan penguatan spiritual, serta strategi organisasi seperti pengaturan beban kerja, dukungan kepemimpinan, briefing, debriefing tim bedah, dan lingkungan kerja yang suportif (Kim & Lee, 2021; Labrague et al., 2023). Studi terbaru menegaskan bahwa menunjukkan produktivitas kerja yang lebih tinggi, fokus kerja yang lebih baik, serta kualitas pelayanan yang lebih optimal (Galanis et al., 2021). Namun, efektivitas strategi tersebut sangat dipengaruhi oleh konteks kerja, budaya organisasi, dan pengalaman subjektif perawat.

Pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi dipandang tepat untuk penelitian ini, karena memungkinkan peneliti menggali secara mendalam pengalaman hidup (lived experience) perawat kamar bedah dalam menghadapi stres kerja dan menerapkan strategi manajemen stres untuk mempertahankan produktivitas. Pendekatan fenomenologi digunakan karena permasalahan stres kerja di kamar bedah bersifat kontekstual, kompleks, dan dipengaruhi oleh makna subjektif perawat terhadap pekerjaannya (Creswell & Poth, 2018). Melalui pendekatan ini, penelitian diharapkan mampu menghasilkan pemahaman komprehensif mengenai hubungan stres kerja dan produktivitas perawat, serta merumuskan rekomendasi strategi manajemen stres yang kontekstual dan aplikatif.

Perawat kamar bedah memegang peran sentral dalam menunjang keberhasilan tindakan pembedahan. Mereka tidak hanya bertanggung jawab pada aspek teknis keperawatan perioperatif, tetapi juga dituntut untuk mampu bekerja secara cepat, tepat, dan kolaboratif dengan dokter bedah, dokter anestesi, serta tenaga kesehatan lainnya. Kondisi kerja

tersebut menjadikan perawat kamar bedah rentan mengalami stres kerja, terutama ketika beban kerja tinggi, jumlah kasus meningkat, jadwal operasi padat, serta keterbatasan sumber daya manusia dan sarana prasarana.

Fenomena yang sering ditemukan di kamar bedah antara lain meningkatnya jumlah tindakan operasi dengan kompleksitas tinggi, perubahan jadwal operasi yang mendadak, tuntutan kesiapan alat dan pasien dalam waktu singkat, serta tekanan dari berbagai pihak untuk menjaga mutu dan keselamatan pasien. Kondisi ini dapat memicu kelelahan fisik dan mental pada perawat kamar bedah. Apabila stres kerja tidak dikelola dengan baik, maka dapat berdampak pada penurunan konsentrasi, kelelahan emosional, menurunnya motivasi kerja, serta berpotensi menurunkan produktivitas kerja perawat.

Produktivitas kerja perawat di kamar bedah tidak hanya diukur dari jumlah tindakan atau kecepatan kerja, tetapi juga mencakup kualitas pelayanan, kepatuhan terhadap standar prosedur operasional, keselamatan pasien, serta kemampuan bekerja sama dalam tim. Stres kerja yang berkepanjangan berpotensi menurunkan produktivitas tersebut, yang pada akhirnya dapat memengaruhi mutu pelayanan kesehatan dan citra rumah sakit.

Rumah Sakit Siloam Manado sebagai salah satu rumah sakit rujukan dengan layanan bedah yang terus berkembang menghadapi tantangan dalam mengelola sumber daya manusia

unit ini memerlukan strategi manajemen yang tepat untuk membantu perawat dalam mengelola stres kerja secara efektif. Manajemen stres kerja yang baik

diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan perawat sekaligus mendorong peningkatan produktivitas kerja.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa stres kerja pada perawat dipengaruhi oleh faktor individu, organisasi, dan lingkungan kerja. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan manajerial yang komprehensif dan kontekstual sesuai dengan kondisi unit kerja. Namun, hingga saat ini, kajian mendalam mengenai strategi manajemen stres kerja perawat kamar bedah khususnya di Rumah Sakit Siloam Manado masih terbatas. Penelitian dengan pendekatan kualitatif menjadi penting untuk menggali pengalaman, persepsi, serta strategi yang diterapkan dalam mengelola stres kerja perawat di kamar bedah.

Berdasarkan pengamatan awal dan diskusi informal dengan perawat kamar bedah, ditemukan beberapa kondisi yang menggambarkan adanya tekanan kerja yang signifikan, seperti jadwal operasi yang padat dan sering mengalami perubahan mendadak, tuntutan kesiapsiagaan perawat dalam sistem on-call, serta kebutuhan untuk bekerja dalam durasi waktu yang panjang dengan tingkat konsentrasi tinggi. Kondisi tersebut sering kali menimbulkan kelelahan fisik dan emosional, yang dapat memengaruhi komunikasi tim, ketepatan kerja, serta kesiapan perawat dalam memberikan pelayanan optimal. Situasi ini menunjukkan bahwa stres kerja merupakan fenomena nyata yang dialami perawat kamar bedah dan perlu dikelola secara sistematis melalui strategi manajemen yang tepat.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Strategi Manajemen Stres Kerja Perawat

dalam Meningkatkan Produktivitas Kerja di Kamar Bedah Rumah Sakit Siloam Manado. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai strategi manajemen stres kerja yang diterapkan serta kontribusinya terhadap peningkatan produktivitas kerja perawat

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian tentang Strategi Manajemen Stres Kerja Perawat dalam Meningkatkan Produktivitas di Kamar Bedah Rumah Sakit Siloam Manado menjadi penting dan mendesak untuk dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan kebijakan dan intervensi manajemen stres yang efektif guna meningkatkan produktivitas perawat serta mutu pelayanan kamar bedah.

#### KAJIAN PUSTAKA

Stres kerja merupakan respon fisik dan psikologis individu terhadap tuntutan pekerjaan yang melebihi kapasitas individu. Teori stres dari Richard Lazarus dan Susan Folkman menjelaskan bahwa stres terjadi melalui proses appraisal kognitif, yaitu bagaimana individu menilai situasi sebagai ancaman atau tantangan. Dalam konteks keperawatan, stres kerja menjadi fenomena yang umum terjadi akibat kompleksitas tugas, tekanan waktu, serta tanggung jawab terhadap keselamatan pasien.

Studi terbaru menunjukkan bahwa lingkungan kerja perawat yang dinamis dengan tuntutan tinggi, manajemen waktu, dan hubungan interpersonal menjadi faktor utama pemicu stres. Selain itu, penelitian pada perawat ICU menunjukkan bahwa tingkat stres berada pada kategori sedang hingga tinggi, dengan faktor utama berupa beban kerja, konflik interpersonal,

dan tekanan emosional. Hal ini menegaskan bahwa stres kerja pada perawat bersifat multidimensional dan dipengaruhi oleh faktor individu maupun organisasi.

Produktivitas kerja perawat merupakan kemampuan dalam memberikan pelayanan secara efektif, efisien, dan sesuai standar. Produktivitas tidak hanya diukur dari kuantitas kerja, tetapi juga kualitas pelayanan, keselamatan pasien, dan koordinasi tim. Stres kerja memiliki hubungan yang erat dengan produktivitas. Penelitian menunjukkan bahwa stres yang tidak terkelola dapat menurunkan keterlibatan kerja (work engagement) serta berdampak negatif pada kinerja perawat. Dalam model Job Demands-Resources (JD-R), beban kerja yang tinggi tanpa dukungan sumber daya yang memadai dapat menurunkan performa kerja.

Selain itu, konflik pekerjaan dan kehidupan pribadi juga berkontribusi terhadap stres dan menurunkan kualitas kerja perawat. Oleh karena itu, pengelolaan stres menjadi kunci dalam meningkatkan produktivitas perawat.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman perawat dalam mengelola stres kerja serta dampaknya terhadap produktivitas di kamar bedah. Pendekatan fenomenologi digunakan untuk memahami makna pengalaman subjektif perawat terkait stres kerja dalam praktik klinis. Pendekatan ini memungkinkan peneliti menggali persepsi, emosi, dan strategi coping yang digunakan informan dalam

menghadapi tekanan kerja di kamar bedah.

Penelitian dilaksanakan di kamar bedah Rumah Sakit Siloam Manado. Pengumpulan data dilakukan pada periode (isi bulan dan tahun penelitian Anda, misalnya: Januari-Maret 2025). Pengumpulan data dilakukan melalui:

1. Wawancara mendalam (in-depth interview)  
Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur menggunakan pedoman wawancara. Setiap wawancara berlangsung selama ±30-60 menit dan direkam dengan persetujuan informan.
2. Observasi non-partisipatif  
Peneliti melakukan pengamatan terhadap aktivitas kerja perawat di kamar bedah untuk memahami konteks kerja dan situasi yang memicu stres.
3. Dokumentasi  
Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung berupa catatan lapangan dan dokumen terkait.

Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (human instrument). Instrumen pendukung berupa pedoman wawancara semi-terstruktur yang dikembangkan berdasarkan tujuan penelitian dan kajian pustaka.

Analisis data menggunakan model interaktif dari Miles dan Huberman, yang meliputi:

1. Reduksi data  
Data hasil wawancara ditranskripsi, kemudian diseleksi dan difokuskan sesuai dengan tujuan penelitian.
2. Penyajian data (data display)  
Data disajikan dalam bentuk narasi, matriks, dan kategori tema.

3. Penarikan kesimpulan (conclusion drawing) Peneliti mengidentifikasi pola, hubungan, dan tema utama dari data yang telah dianalisis. Analisis dilakukan secara simultan sejak pengumpulan data hingga tahap akhir penelitian. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari komite etik penelitian kesehatan (isi nomor etik Anda). Sebelum pengumpulan data, informan diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian dan diminta menandatangani informed consent. Kerahasiaan identitas informan dijaga dengan menggunakan kode (R1-R15).

## HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Informan

Penelitian ini melibatkan 15 informan yang merupakan perawat kamar bedah. Sebagian besar informan berada pada usia produktif (25-40 tahun), memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun, dan bekerja dalam sistem shift. Informan terdiri dari perawat instrumen dan perawat sirkuler yang memiliki pengalaman dalam menangani berbagai jenis tindakan operasi, baik elektif maupun emergensi.

Hasil Analisis Tematik

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan analisis tematik, diperoleh empat tema utama, yaitu:

1. pengalaman stres kerja,
2. dampak stres terhadap produktivitas,
3. strategi manajemen stres individu,
4. dan dukungan organisasi.

### Tema 1: Pengalaman Stres Kerja Perawat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat kamar bedah

mengalami stres kerja yang dipicu oleh beban kerja tinggi, tekanan waktu, serta tanggung jawab terhadap keselamatan pasien. Kondisi ini terutama dirasakan pada situasi operasi darurat (cito) yang membutuhkan tindakan cepat dan tepat.

Beberapa informan mengungkapkan:

“Kadang kalau pasien kritis dan waktu sangat sempit, saya merasa sangat tertekan karena harus cepat tapi tidak boleh salah.” (R1)

“Tekanan paling terasa saat operasi cito, apalagi kalau kondisi pasien tidak stabil.” (R2)

“Harus kerja cepat tapi tetap teliti, itu yang sering membuat stres.” (R3)

“Kalau tim kurang atau alat belum siap, tekanan kerja jadi meningkat.” (R4)

Temuan ini menunjukkan bahwa stres kerja perawat tidak hanya berasal dari beban kerja, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi lingkungan kerja dan kesiapan tim.

### Tema 2: Dampak Stres terhadap Produktivitas Kerja

Stres kerja yang dialami perawat berdampak langsung terhadap produktivitas kerja. Dampak yang dirasakan meliputi penurunan konsentrasi, kelelahan fisik, serta gangguan dalam komunikasi tim.

Beberapa pernyataan informan:

“Kalau sudah stres, fokus jadi berkurang dan pekerjaan terasa lebih berat.” (R5)

“Sering merasa lelah, apalagi setelah beberapa tindakan operasi berturut-turut.” (R6)

“Komunikasi dengan tim kadang jadi tidak optimal saat kondisi tegang.” (R7)

“Kadang jadi lebih lambat dalam bekerja karena harus menenangkan diri dulu.” (R8)

Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja dapat memengaruhi aspek kognitif, fisik, dan interpersonal yang berkontribusi terhadap penurunan produktivitas.

### **Tema 3: Strategi Manajemen Stres Individu**

Perawat menggunakan berbagai strategi coping untuk mengelola stres kerja. Strategi yang digunakan meliputi pendekatan emosional, sosial, spiritual, serta problem-focused coping.

Beberapa informan menyampaikan:

“Saya biasanya berdoa supaya lebih tenang sebelum mulai tindakan.” (R9)

“Curhat dengan teman kerja sangat membantu mengurangi beban pikiran.” (R10)

“Saya tarik napas dalam dulu supaya tidak panik.” (R11)

“Fokus mencari solusi daripada panik itu lebih membantu.” (R12)

Strategi coping ini menunjukkan bahwa perawat memiliki mekanisme adaptif dalam menghadapi tekanan kerja, baik secara internal maupun melalui dukungan sosial.

### **PEMBAHASAN**

Pembahasan penelitian ini dilakukan dengan mengaitkan temuan penelitian dengan teori serta hasil penelitian sebelumnya yang relevan mengenai stres kerja perawat dan strategi manajemennya dalam meningkatkan produktivitas kerja di kamar bedah. Pembahasan disusun berdasarkan tema-tema

### **Tema 4: Dukungan Organisasi dalam Mengelola Stres**

Selain strategi individu, dukungan organisasi juga berperan penting dalam membantu perawat mengelola stres kerja. Dukungan tersebut meliputi kepemimpinan yang suportif, briefing tim, serta pembagian tugas yang jelas.

Beberapa informan menyatakan:

“Kepala ruangan cukup mendukung dan membantu saat ada kesulitan.” (R13)

“Briefing sebelum operasi sangat membantu kesiapan tim.” (R14)

“Kalau pembagian tugas jelas, kerja jadi lebih ringan dan terarah.” (R15)

Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan kerja yang kondusif dan dukungan organisasi yang baik dapat mengurangi beban stres serta meningkatkan efektivitas kerja perawat.

### **Ringkasan Temuan**

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja pada perawat kamar bedah merupakan fenomena yang kompleks dan berdampak pada produktivitas kerja. Namun, melalui strategi coping yang adaptif serta dukungan organisasi yang memadai, perawat mampu mengelola stres dan tetap menjaga kinerja.

yang diperoleh dari hasil analisis wawancara terhadap 15 informan.

### **Pengalaman Perawat dalam Menghadapi Stres Kerja di Kamar Bedah**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat kamar bedah sering menghadapi situasi kerja yang menimbulkan tekanan psikologis,

terutama ketika menghadapi operasi darurat, kondisi pasien yang tidak stabil, serta tindakan operasi yang memiliki tingkat kompleksitas tinggi. Situasi tersebut menuntut perawat untuk bekerja dengan cepat, tepat, dan memiliki konsentrasi yang tinggi selama proses operasi berlangsung.

Temuan ini menunjukkan bahwa pekerjaan di kamar bedah merupakan lingkungan kerja yang memiliki tingkat tekanan tinggi karena berkaitan langsung dengan keselamatan pasien. Dalam kondisi tersebut, perawat dituntut untuk mampu mengendalikan emosi, menjaga fokus, serta menjalankan prosedur pelayanan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

Temuan penelitian ini sejalan dengan teori stres kerja yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman yang menyatakan bahwa stres muncul ketika individu menghadapi tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya. Dalam konteks pelayanan kesehatan, tekanan kerja yang tinggi dapat memicu munculnya stres kerja pada tenaga kesehatan, terutama pada unit dengan tingkat risiko tinggi seperti kamar bedah.

Menurut peneliti, pengalaman stres kerja yang dialami oleh perawat kamar bedah merupakan kondisi yang tidak dapat dihindari karena karakteristik pekerjaan yang menuntut ketelitian, tanggung jawab besar, serta kesiapan dalam menghadapi berbagai kondisi pasien. Namun demikian, pengalaman kerja yang cukup lama dapat membantu perawat dalam mengembangkan kemampuan adaptasi terhadap tekanan kerja yang dihadapi.

Peneliti juga menilai bahwa pengalaman kerja memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan coping perawat dalam menghadapi situasi kerja yang

menekan. Perawat yang memiliki pengalaman kerja lebih lama cenderung lebih mampu mengendalikan stres serta tetap menjaga kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien.

### **Faktor Penyebab Stres Kerja Perawat di Kamar Bedah**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa faktor yang menyebabkan stres kerja pada perawat kamar bedah, antara lain beban kerja yang tinggi, sistem kerja shift, kondisi lingkungan kerja, serta dinamika komunikasi dalam tim bedah.

Beban kerja yang tinggi menjadi salah satu faktor utama yang memicu stres kerja pada perawat kamar bedah. Dalam satu hari, perawat dapat terlibat dalam beberapa tindakan operasi dengan durasi yang cukup panjang dan membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi. Kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan fisik maupun mental.

Temuan ini sejalan dengan teori Job Demand-Resources Model, yang menyatakan bahwa stres kerja dapat terjadi ketika tuntutan pekerjaan lebih tinggi dibandingkan dengan sumber daya yang dimiliki oleh pekerja. Dalam konteks pelayanan kesehatan, tuntutan pekerjaan yang tinggi tanpa dukungan sumber daya yang memadai dapat meningkatkan risiko stres kerja pada tenaga kesehatan.

Selain itu, sistem kerja shift juga menjadi faktor yang memengaruhi kondisi fisik dan psikologis perawat. Shift malam atau jadwal kerja yang tidak teratur dapat menyebabkan gangguan pola tidur serta kelelahan fisik yang pada akhirnya dapat meningkatkan tingkat stres kerja.

Menurut peneliti, faktor beban kerja dan sistem kerja shift

merupakan aspek yang sangat memengaruhi tingkat stres perawat di kamar bedah. Hal ini disebabkan karena pekerjaan di ruang operasi membutuhkan kesiapan fisik dan mental yang optimal. Apabila perawat mengalami kelelahan akibat beban kerja yang tinggi atau jadwal kerja yang tidak teratur, maka hal tersebut dapat memengaruhi kondisi psikologis perawat serta meningkatkan potensi stres kerja.

Selain itu, peneliti juga berpendapat bahwa komunikasi dalam tim bedah memiliki peran yang sangat penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang kondusif. Komunikasi yang kurang efektif dapat menimbulkan kesalahpahaman dalam pelaksanaan tindakan operasi, yang pada akhirnya dapat meningkatkan tekanan kerja yang dirasakan oleh perawat.

### 5.3 Dampak Stres Kerja terhadap Produktivitas Perawat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja memiliki pengaruh terhadap produktivitas perawat dalam memberikan pelayanan di kamar bedah. Beberapa informan menyampaikan bahwa stres kerja dapat memengaruhi konsentrasi, ketelitian, serta efisiensi kerja perawat.

Dalam lingkungan kerja dengan risiko tinggi seperti kamar bedah, konsentrasi yang optimal sangat diperlukan untuk memastikan setiap prosedur tindakan dilakukan dengan tepat dan aman. Apabila perawat mengalami stres yang berlebihan, hal tersebut berpotensi memengaruhi fokus kerja serta kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jun et al. (2021) yang menyatakan bahwa stres kerja yang tinggi pada perawat dapat berpengaruh

terhadap kinerja, keselamatan pasien, serta kualitas pelayanan kesehatan.

Namun demikian, sebagian informan dalam penelitian ini menyampaikan bahwa pengalaman kerja membantu mereka dalam mengendalikan stres sehingga tetap dapat menjalankan tugas sesuai dengan standar operasional yang berlaku.

Menurut peneliti, hal ini menunjukkan bahwa pengalaman kerja merupakan faktor penting yang dapat membantu perawat dalam mengelola tekanan kerja. Perawat yang memiliki pengalaman kerja lebih lama cenderung memiliki kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi situasi kerja yang menekan.

Peneliti juga menilai bahwa komitmen profesional perawat terhadap keselamatan pasien menjadi faktor yang mendorong perawat untuk tetap bekerja secara optimal meskipun berada dalam kondisi kerja yang penuh tekanan.

### Strategi Manajemen Stres Kerja Perawat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat kamar bedah memiliki berbagai strategi dalam mengelola stres kerja yang mereka alami. Strategi tersebut meliputi strategi individu serta dukungan sosial dari lingkungan kerja.

Secara individu, perawat berusaha mengelola stres dengan cara menjaga fokus dalam bekerja, mengendalikan emosi, serta tetap tenang dalam menghadapi situasi yang menekan. Strategi ini merupakan bentuk coping yang dilakukan oleh individu untuk mengurangi tekanan psikologis yang muncul selama bekerja.

Penelitian yang dilakukan oleh Wei et al. (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial dari rekan

kerja dan pimpinan memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan perawat dalam mengelola stres kerja.

Menurut teori coping yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman, coping merupakan upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi tuntutan yang dianggap melebihi kemampuan individu. Coping dapat dilakukan melalui berbagai cara, baik secara emosional maupun secara problem-focused coping.

Selain strategi individu, dukungan dari rekan kerja juga menjadi faktor penting dalam membantu perawat mengelola stres kerja. Kerja sama tim yang baik serta komunikasi yang efektif dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih nyaman dan mendukung.

Menurut peneliti, dukungan sosial dari rekan kerja memiliki peran yang sangat penting dalam membantu perawat menghadapi tekanan kerja di kamar bedah. Lingkungan kerja yang saling mendukung dapat membantu mengurangi beban psikologis yang dirasakan oleh perawat serta meningkatkan semangat kerja dalam tim.

Peneliti juga berpendapat bahwa manajemen rumah sakit memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat melalui pengaturan beban kerja yang seimbang, penyediaan fasilitas kerja yang memadai, serta penguatan komunikasi dalam tim bedah.

Dengan adanya manajemen stres kerja yang baik, diharapkan perawat dapat bekerja secara lebih optimal sehingga produktivitas kerja serta kualitas pelayanan kesehatan dapat terus ditingkatkan.

### Sintesis Temuan Penelitian

Berdasarkan seluruh hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa stres kerja merupakan fenomena yang tidak dapat dihindari dalam pekerjaan perawat di kamar bedah. Tingginya tuntutan pekerjaan serta tanggung jawab terhadap keselamatan pasien menyebabkan perawat berpotensi mengalami tekanan kerja yang cukup tinggi.

Namun demikian, melalui penerapan strategi manajemen stres kerja yang efektif, perawat dapat mengelola tekanan kerja tersebut sehingga tidak berdampak secara signifikan terhadap produktivitas kerja mereka.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa manajemen stres kerja merupakan faktor penting dalam menjaga kualitas pelayanan kesehatan serta meningkatkan kinerja perawat di kamar bedah.

### KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan melalui wawancara mendalam terhadap 15 informan, observasi langsung di kamar bedah, serta triangulasi dokumen, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan yang menjawab tujuan penelitian sebagai berikut:

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar informan merupakan perawat dengan latar belakang pendidikan D3 dan S1 Keperawatan dengan rentang usia 28-37 tahun serta pengalaman kerja antara 4 hingga 13 tahun. Pengalaman kerja tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar perawat telah memiliki pengalaman yang cukup dalam menjalankan tugas di kamar bedah sehingga mampu memahami alur pelayanan operasi dengan baik.

Perawat kamar bedah memiliki tanggung jawab yang besar dalam memastikan kesiapan pasien, kelengkapan alat operasi, serta kelancaran jalannya tindakan pembedahan. Tuntutan pekerjaan yang tinggi mengharuskan perawat untuk bekerja secara cepat, teliti, dan memiliki kemampuan mengambil keputusan dalam waktu yang singkat. Kondisi ini menunjukkan bahwa kamar bedah merupakan salah satu unit pelayanan dengan tingkat kompleksitas kerja yang tinggi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kerja sama tim yang baik antara perawat, dokter bedah, dokter anestesi, serta tenaga kesehatan lainnya sangat berpengaruh terhadap keberhasilan tindakan operasi. Komunikasi yang efektif membantu meminimalkan kesalahan medis serta meningkatkan keselamatan pasien selama proses operasi berlangsung.

Sebagian besar informan menyatakan bahwa tekanan kerja dapat muncul ketika menghadapi operasi yang kompleks atau situasi darurat. Namun demikian, pengalaman kerja yang dimiliki serta dukungan dari rekan kerja membantu perawat untuk tetap fokus dan mampu menjalankan tugas dengan baik.

5. Upaya perawat dalam menjaga kualitas pelayanan di kamar bedah

Perawat berupaya menjaga kualitas pelayanan dengan mematuhi prosedur operasi standar, menjaga komunikasi yang baik dengan anggota tim operasi, serta meningkatkan keterampilan melalui pengalaman kerja. Hal ini menunjukkan adanya komitmen profesional dari perawat dalam memberikan pelayanan yang aman dan berkualitas kepada pasien.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa pelayanan

keperawatan di kamar bedah telah berjalan dengan baik, namun tetap memerlukan dukungan dari manajemen rumah sakit dalam bentuk peningkatan fasilitas, pengelolaan beban kerja yang seimbang, serta penguatan kerja sama tim agar kualitas pelayanan dan keselamatan pasien dapat terus ditingkatkan.

## SARAN

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih dalam mengenai pengalaman kerja perawat kamar bedah dengan menggunakan pendekatan penelitian yang berbeda, seperti metode kuantitatif atau mixed methods. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat melibatkan jumlah responden yang lebih besar serta dilakukan di beberapa rumah sakit sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih luas mengenai kondisi kerja perawat kamar bedah.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, L. H., Sloane, D. M., Griffiths, P., Rafferty, A. M., Bruyneel, L., McHugh, M., & Sermeus, W. (2017). Nursing skill mix in European hospitals: Cross-sectional study of the association with mortality, patient ratings, and quality of care. *BMJ Quality & Safety*, 26(7), 559-568.
- Alenezi, A. M., McAndrew, S., & Fallon, P. (2020). Burnout and stress among nurses in the emergency department: A literature review. *Journal of Nursing Management*, 28(8), 1697-1706.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands-resources theory: Taking stock and

- looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273-285.
- Bruno, A., Dell'Aversana, G., & Guidetti, G. (2022). Workplace stress and coping strategies among operating room nurses: A qualitative systematic review. *Journal of Clinical Nursing*, 31(5-6), 789-803.
- Kim, Y., Lee, E., & Choi, H. (2020). Impact of work environment and communication on stress and burnout in operating room nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6200.
- Kozakai, R., & Yamaguchi, S. (2022). Team communication and stress regulation in operating rooms: A grounded theory study. *Journal of Advanced Nursing*, 78(9), 2762- 2774.
- Kusnanto. (2015). *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Liu, Q., Luo, D., Haase, J. E., Guo, Q., Wang, X. Q., Liu, S., Xia, L., & Yang, B. Luthans, F., Youssef-Morgan, C. M., & Avolio, B. J. (2019). Psychological capital and well-being in healthcare workers. *Journal of Organizational Behavior*, 40(5), 543- 556.
- Mangkuprawira, S. (2017). *Manajemen Sumber Daya Manusia Strategik*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Understanding burnout: New models*.
- McVicar, A. (2016). Workplace stress in nursing: A literature review. *Journal of Advanced Nursing*, 72(12), 2887-2902.
- Polit, D. F., & Beck, C. T. (2021). *Nursing research: Generating and assessing evidence for nursing practice (Edisi ke-11)*. Wolters Kluwer.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017). *Fundamental of Nursing (Edisi Bahasa Indonesia)*. Jakarta: EGC.
- Sahraian, A., Dehghan, F., & Lankarani, K. B. (2021). Examining the relationship between job stress and productivity among operating room staff. *BMC Nursing*, 20(1), 156.
- Selye, H. (2019). *The stress of life (Edisi diperbarui)*. McGraw-Hill.
- Setiadi. (2020). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta: Graha
- Sudiharto, & Wahyu, D. (2016). *Manajemen Keperawatan: Teori dan Aplikasi*.
- Ulrich, B., & Kear, T. (2020). Critical care nursing work environments and stress factors. *Nephrology Nursing Journal*, 47(3), 287-295.
- World Health Organization. (2021). *Health workforce stress and burnout: Policy strategies for action*. WHO Press.
- X. (2020). The experiences of healthcare providers during the COVID-19 pandemic: A qualitative study. *The Lancet Global Health*, 8(6), e790-e798.