

Kejadian Stres Kerja Pada Petugas Laboratorium Di Rumah Sakit X Menggunakan Dass 42 Tahun 2023

Occurrence of Job Stress In Laboratory Staff at Hospital X Using DASS 42 In 2023

Utari Kusumawati, Ahmad Irfandi*, Desyawati Utami, & Veza Azteria

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul, Indonesia

Diterima: 13 Maret 2024; Direview: 15 Maret 2024; Disetujui: 18 Maret 2024

*Corresponding Email: ahmad.irfandi@esaunggul.ac.id

Abstrak

Stres Kerja yang dialami oleh petugas laboratorium di Rumah Sakit dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya sumber daya manusia yang terbatas sehingga mendorong rangkap pekerjaan bagi tiap petugas laboratorium. Hal ini juga dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental yang lain. Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran kejadian stres kerja pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 17 petugas laboratorium Rumah Sakit X. Penelitian ini menggunakan kuesioner DASS 42. Data primer diolah menggunakan analisis univariat untuk mengetahui gambaran distribusi dan frekuensi data. Penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran responden petugas laboratorium di Rumah Sakit X sebagian besar mengalami tingkat depresi sedang yaitu sebanyak 5 responden (29,4%). Untuk petugas laboratorium Rumah Sakit X yang mengalami kecemasan (anxiety), sebagian besar pada kategori kecemasan sedang dan kecemasan berat dengan jumlah masing-masing sebanyak 5 responden (29,4%). Sebagian besar Petugas laboratorium Rumah Sakit X mengalami stres sedang dan normal dengan jumlah masing-masing responden sebanyak 5 responden (29,4%). Diharapkan pihak manajemen rumah sakit dapat mempertimbangkan penambahan sumber daya dan menyediakan sarana dan prasarana untuk meminimalisir risiko kejadian stres kerja.

Kata Kunci: Stres kerja; Kesehatan mental; Petugas laboratorium

Abstract

Work stress experienced by laboratory officers in hospitals could have been influenced by various factors, including limited human resources that encouraged multiple roles for each laboratory officer. This could increase the risk of other mental health disorders. The purpose of this study was to determine the incidence of work stress in laboratory officers at Hospital X. This research method was quantitative descriptive research. The sampling technique used in this study was total sampling with total sample size of 17 laboratory officers at Hospital X. This study used the DASS 42 questionnaire. The primary data was processed using univariate analysis to determine the distribution and frequency of data. The findings of this study revealed that the majority of laboratory officers at Hospital X had experienced moderate levels of depression, namely 5 respondents (29.4%). Regarding anxiety levels, the majority of laboratory officers at Hospital X experienced moderate and severe levels of anxiety, with 5 respondents each (29.4%). The majority of Hospital X laboratory officers experienced moderate and normal level of stress, with 5 respondents each (29.4%). It is hoped that hospital management could consider adding human resources and providing facilities and infrastructure to minimize the risk of work stress.

Keywords: Laboratory officers; Mental health; Work stress

How to Cite: Kusumawati, U., Irfandi, A., Utami, D., & Azteria, V. (2024). Deskripsi Kejadian Stres Kerja Pada Petugas Laboratorium Di Rumah Sakit X Menggunakan Dass 42 Tahun 2023. *Journal of Natural Sciences*. 5 (1): 34-48



PENDAHULUAN

Stres kerja dapat terjadi di seluruh sektor pekerjaan termasuk di institusi kesehatan yaitu rumah sakit. Apabila tidak ditangani dengan benar, stres kerja dapat mempengaruhi produktivitas (Wartono, 2017). Berdasarkan National Safety Council, faktor penyebab terjadinya stres kerja terbagi menjadi tiga karakteristik, yaitu karakteristik organisasi, individu, dan lingkungan. Karakteristik organisasi dapat muncul dalam bentuk beban kerja, masa kerja, karier, kurangnya otonomi, interaksi, dan shift kerja terutama pada shift malam yang beresiko menyebabkan kelelahan. Karakteristik individual yang meliputi usia, jenis kelamin, motivasi kerja, serta dukungan dari keluarga. Karakteristik lingkungan seperti adanya kebisingan dan polusi (Rhamdani & Wartono, 2019).

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Hadiansyah, Pragholapati and Aprianto, (2019) menunjukkan bahwa 52,63% kondisi perawat di UGD Rumah Sakit Al Islam (RSAI) Bandung berada pada tingkat stres tinggi dan pada UGD RSUD Sumedang didapatkan angka 61% mengalami stres kerja sedang. Sebaliknya, penelitian yang dilakukan Khoirunisa et al., (2021) pada perawat Rumah Sakit Umum Holistic Purwakarta menunjukkan bahwa perawat lebih banyak mengalami stres ringan sebanyak 55% perawat, kemudian sebanyak 40% mengalami stres sedang dan 5% mengalami stres berat. Hasil riset lain yang dilakukan oleh Oktari, Nauli and Deli, (2021) menunjukkan bahwa sebanyak 26,5% perawat rumah sakit mengalami stres kerja ringan, 49,6% mengalami stres sedang, dan 23,9% mengalami stres berat. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Hasbi et al., (2019) pada perawat di ruang rawat inap RSUD H. A. Sulthan Daeng Radja Kabupaten Bulukumba menunjukkan sebanyak 56,8% mengalami stres ringan dan 43,2% mengalami stres sedang. Akan tetapi, terdapat pula penelitian lain yang mendapatkan hasil sebanyak 36% mengalami stres sangat berat (Puspitasari et al., 2021).

Berdasarkan data internasional, data nasional dan data di Provinsi Jawa Barat yang telah dijabarkan sebelumnya menunjukkan bahwa lingkungan kerja dapat mendorong risiko kejadian tingkat stres kerja atau gangguan kesehatan mental lain seperti kecemasan dan depresi yang tinggi. Berdasarkan data hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 5 pekerja Laboratorium di Rumah Sakit X menggunakan instrumen kuesioner DASS-42 pada bulan Desember 2023, menunjukkan hasil bahwa presentase stres kerja pada pekerja laboratorium di Rumah Sakit X dengan pengkategorian tingkat stres berdasarkan DASS-42 yaitu pada kategori depresi didapatkan klasifikasi normal sebesar

20%, depresi ringan 40%, depresi sedang 20% dan depresi berat 20%. Pada kategori *anxiety*/kecemasan didapatkan klasifikasi ringan sebesar 20%, sedang 40%, berat 20% dan sangat berat 20%. Pada kategori stres didapatkan klasifikasi stres ringan sebanyak 20%, tingkat stres sedang 20%, dan tingkat stres berat sebesar 60%. Angka tersebut menunjukkan bahwa tingkat depresi, *anxiety*, dan stres kerja pada pekerja laboratorium Rumah Sakit X cukup tinggi dan mayoritas pekerja memiliki tingkat stres kerja dalam kategori berat. Pada pertanyaan “Kesulitan untuk tenang setelah sesuatu yang mengganggu”, “mudah tersinggung”, “merasa sulit untuk bersantai”, “sulit untuk sabar ketika menghadapi gangguan terhadap sesuatu yang sedang dilakukan” dan “merasa mudah kesal” merupakan pertanyaan yang mayoritas diisi oleh responden dengan kategori 3 atau hampir setiap saat sehingga menunjukkan adanya dugaan stres kerja pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Upaya yang dilakukan oleh Rumah Sakit X pada penanganan stres kerja pada petugas, seperti dengan mengadakan *family gathering* yang diadakan pada jangka waktu 5 tahun sekali dan memberikan cuti kepada karyawan sebanyak 12 hari dalam kurun waktu selama satu tahun.

Selain itu, setiap petugas laboratorium di Rumah Sakit X bertanggung jawab terhadap perawatan satu alat laboratorium. Unit Laboratorium di Rumah Sakit X hanya memiliki 17 orang petugas yang menjalankan pelayanan laboratorium untuk berbagai pasien dari berbagai unit, seperti dari IGD, rawat jalan, dan rawat inap. Jumlah sumber daya manusia yang terbatas mendorong rangkap pekerjaan yang dibebankan pada tiap petugas laboratorium, seperti pada petugas administrasi yang merangkap sebagai penyusun laporan evaluasi laboratorium. Beban kerja yang diterima petugas laboratorium di Rumah Sakit X tersebut dapat mengakibatkan peningkatan risiko kejadian stres kerja dan gangguan kesehatan mental lain pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X.

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kejadian stres kerja pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam terkait dengan dampak terhadap stres kerja, sehingga dapat memberikan dasar bagi pengembangan kebijakan dan tindakan yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan mental petugas laboratorium di Rumah Sakit X.



METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran depresi, kecemasan (*anxiety*), dan stres kerja pada petugas laboratorium di rumah sakit X. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Desember 2023-Januari 2024 di Rumah Sakit X. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 17 responden dengan teknik pengambilan sampel berupa *total sampling*, karena jumlah populasi yang kurang dari 100 responden. Data primer dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner DASS 42 (*Depression Anxiety Stres Scale*), yang ditanyakan langsung oleh peneliti pada responden.

Kuesioner DASS 42 digunakan untuk mengukur tingkat variabel depresi, kecemasan (*anxiety*), dan stres dengan masing-masing variabel terdiri dari 14 butir pernyataan. Pernyataan pada kuesioner berupa pernyataan dengan empat skala penilaian yaitu skor 3 untuk pilihan penilaian sangat sering dialami, skor 2 untuk pilihan penilaian sering dialami, skor 1 untuk pilihan penilaian kadang dialami, dan skor 0 untuk pilihan penilaian tidak pernah dialami.

Pengolahan data dilakukan dengan membuat total skor dari masing-masing komponen variabel penilaian untuk masing-masing petugas laboratorium. Total skor tersebut kemudian digunakan sebagai nilai dari pengkategorian tingkat kejadian variabel depresi, kecemasan (*anxiety*), dan stres pada petugas laboratorium. Data selanjutnya dianalisis secara univariat distribusi frekuensi crosstab, untuk mengetahui gambaran distribusi dan frekuensi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kejadian Depresi, Kecemasan (*Anxiety*), dan Stres Kerja Petugas Laboratorium Rumah Sakit X Tahun 2023 (n=17)

| Variabel Penelitian | n | % |
|---------------------|---|-------|
| Depresi | | |
| Normal | 4 | 23.5% |
| Ringan | 3 | 17.6% |
| Sedang | 5 | 29.4% |
| Berat | 3 | 17.6% |



| | | |
|------------------|---|-------|
| Sangat Berat | 2 | 11.8% |
| Kecemasan | | |
| Normal | 2 | 11.8% |
| Ringan | 1 | 5.9% |
| Sedang | 5 | 29.4% |
| Berat | 5 | 29.4% |
| Sangat Berat | 4 | 23.5% |
| Stres | | |
| Normal | 5 | 29.4% |
| Ringan | 1 | 5.9% |
| Sedang | 5 | 29.4% |
| Berat | 4 | 23.5% |
| Sangat Berat | 2 | 11.8% |

Sumber: Data Primer

Pada Tabel 1 menunjukkan bahwa proporsi paling tinggi tingkat depresi petugas laboratorium yang bekerja di Rumah Sakit X pada kategori depresi sedang yaitu sebanyak 5 orang (29.4%) dan proporsi paling rendah ditunjukkan pada tingkat depresi kategori sangat berat yaitu sebanyak 2 responden (11,8%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Suryanto et al., (2021) dimana perawat yang memberikan pelayanan terhadap pasien Covid-19 mengalami depresi sedang sebanyak 8 orang (17%) dan depresi ringan sebanyak 28 orang (59.6%).

Berdasarkan kuesioner DASS 42 skala depresi pada pernyataan nomor 13, 16, dan 31 menunjukkan bahwa mayoritas responden mengisi pada skala sesuai pada tingkat tertentu (kadang-kadang) dan sering. Proporsi tertinggi sebanyak 6 responden (35.3%) masing-masing mengisi pada skala terkadang dialami dan sering dialami pada pernyataan nomor 13 yang berisi jika petugas laboratorium merasa sedih dan depresi dalam melakukan pekerjaannya. Sebanyak 7 responden (41.2%) mengisi pada skala terkadang dialami pada pernyataan nomor 16 yaitu petugas laboratorium merasa kehilangan minat pada banyak hal, seperti makan, ambulasi, dan sosialisasi. Ditambah pada pernyataan nomor 31 yaitu petugas laboratorium merasa sulit untuk antusias pada banyak hal, sebanyak 9 responden (52.9%) mengisi pada skala terkadang dialami. Pada depresi kategori sedang, setidaknya penderita akan mengalami dua gejala utama. Gejala utama tersebut diantaranya afek depresi, hilang minat atau kegembiraan, kekurangan energi yang menyebabkan penurunan tingkat aktivitas serta mudah kelelahan (Al Aziz, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan bahwa kejadian depresi kategori sedang ditemukan lebih banyak pada petugas laboratorium non-shift sebanyak 3 orang (60%)



dan pada shift pagi serta malam masing-masing sebanyak 1 orang (20%). Sebagian besar kejadian depresi sedang pada petugas laboratorium RS X ditemukan pada petugas non-shift. Sebagaimana ditemukan saat observasi bahwa mayoritas petugas laboratorium di Rumah Sakit X telah berstatus menikah sehingga faktor status eksternal seperti konflik antara pekerjaan dan keluarga dapat menjadi pemicunya. Setelah bekerja selama seharian, petugas laboratorium akan merasa kelelahan yang mengakibatkan sulit melaksanakan pekerjaan rumah tangga sehingga akan kekurangan waktu untuk mengurus anak dan keluarga (loss of feminity). Tekanan yang timbul akibat terjadinya konflik tersebut dapat menyebabkan peningkatan pada tekanan darah, lelah, mudah marah, kecemasan, hingga depresi (Astuti & Soeharto, 2021). Kurangnya komunikasi dan perilaku menimbun perasaan dengan tidak mengungkapkannya menyebabkan meningkatnya kejadian depresi pada petugas laboratorium Rumah Sakit X. Untuk mencegah peningkatan kejadian depresi menuju ke arah yang lebih buruk, diharapkan petugas laboratorium dapat menjaga komunikasi dengan lingkungan sosial dan keluarganya dengan tetap aktif mengikuti berbagai kegiatan sosial di lingkungan sekitar, baik di lingkungan kerja maupun keluarga.

Berdasarkan masa kerjanya, tingkat depresi kategori sedang ditemukan lebih banyak pada petugas laboratorium dengan masa kerja kurang dari 5 tahun dan lebih dari 15 tahun sebanyak masing-masing 2 orang (40%). Hal ini menunjukkan baik masa kerja yang pendek maupun panjang memiliki tingkat kejadian depresi yang hampir sama. Semakin meningkatnya kesibukan di laboratorium di Rumah Sakit X dapat menjadi penyebab kejadian depresi pada petugas laboratorium. Tiap harinya, laboratorium Rumah Sakit X melayani pelayanan uji laboratorium hingga mencapai rata-rata sebesar 3000 sampel dan puncaknya pada tengah hari dan tengah malam. Didukung oleh pernyataan Tri Atmojo et al., (2020) bahwa pola kerja yang berubah semakin padat, sibuk, berisiko, serta mengurus tenaga dan pikiran para tenaga kesehatan menjadi penyebab sebagian besar kejadian depresi terutama pada petugas kesehatan lini terdepan.

Meskipun pada proporsi terendah, namun ditemukan adanya kasus tingkat depresi sangat berat pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Pada responden dengan tingkat depresi sangat berat ditemukan jawaban kuesioner pada pernyataan merasa tidak berharga dan tidak ada harapan di masa depan berada pada skala sangat sering. Berdasarkan observasi yang telah dilakukan peneliti, beberapa responden mengaku

pekerjaan yang dilakukan terasa berat karena harus bekerja dalam waktu yang cukup panjang tanpa jeda istirahat sejenak dan harus tetap meminimalisir adanya kesalahan uji specimen. Selain itu, lingkungan kerja Unit Laboratorium Rumah Sakit X yang menuntut petugas laboratorium bekerja cepat untuk melayani pasien mengakibatkan petugas laboratorium merasa tertekan dan burnout secara bersamaan sehingga terjadi peningkatan risiko depresi. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Dyrbye (dalam Hamami & Noorrizki, 2021), burnout dapat mempengaruhi daya tahan dari petugas kesehatan, seperti pada perawat dan dokter yang dapat mendorong pada konsekuensi kemunculan penyakit mental, diantaranya depresi dan bunuh diri. Oleh karena itu, diharapkan petugas laboratorium dapat mengatur istirahat dengan cukup dan melatih manajemen stres dengan pengembangan keterampilan mengelola tekanan stres dengan relaksasi, meditasi, dan sebagainya.

Kejadian *anxiety* pada petugas laboratorium yang bekerja di Rumah Sakit X dari total 17 responden diperoleh proporsi tertinggi terdapat pada kategori kecemasan sedang dan kecemasan berat dengan jumlah masing-masing responden sebanyak 5 responden (29,4%). Sedangkan proporsi terendah kejadian kecemasan terdapat pada kategori ringan, yaitu sebanyak 1 responden (5,9%). Hal ini sejalan dengan penelitian Suryanto et al., (2021) yang menunjukkan hasil bahwa sebagian besar perawat yang aktif melayani pasien covid-19 di RSUD Dr. H. Ibnu Sutowo Baturaja mengalami tingkat kecemasan dalam kategori sedang. Penelitian lain yang dilaksanakan oleh Banna et al., (2022) juga menunjukkan hasil yang sama bahwa perawat yang melakukan tanggung jawab pelayanan kesehatan saat terjadinya pandemi Covid-19 di RSUD Dr. Jhon Piet Wanane Kabupaten Sorong mengalami tingkat kecemasan berat sebanyak 71 orang (39,4%) dan kecemasan sedang yaitu sebanyak 59 orang (32,8 %).

Berdasarkan kuesioner DASS 42 skala *anxiety* pada pernyataan nomor 28, 40, dan 41 menunjukkan bahwa mayoritas responden mengisi pada skala sesuai pada tingkat tertentu (kadang-kadang) dan sering. Sebanyak 7 responden (41.2%) mengisi pada skala sering dialami pada pernyataan nomor 28 yaitu petugas laboratorium merasa mudah panik. Proporsi tertinggi sebanyak 7 responden (41.2%) mengisi skala terkadang dialami pada pernyataan nomor 40 yang berisi jika petugas laboratorium merasakan kekhawatiran dengan situasi saat diri Anda mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri. Ditambah pada pernyataan nomor 41 yaitu petugas laboratorium merasa



gemetar, sebanyak 9 responden (52.9%) mengisi pada skala kadang dialami. Berdasarkan Peplau (dalam Faozi et al., 2023), individu yang dengan kecemasan tingkat sedang diantaranya akan mengalami perubahan pada respon kognitif, seperti: tingkat lahan asumsi makin menyempit, tidak dapat menerima stimulus dari luar, sehingga berakibat akan lebih tertuju perhatiannya. Sedangkan pada kecemasan berat, terdapat gejala emosional, seperti perasaan takut dan perhatian hanya fokus terhadap diri sendiri.

Petugas laboratorium dalam melakukan pelayanan pemeriksaan laboratorium di Rumah Sakit X setiap hari. Akan tetapi, petugas laboratorium masih merasakan rasa kecemasan dalam menangani pasien. Ketidakseimbangan jumlah pasien yang dilayani dengan jumlah petugas laboratorium dapat meningkatkan beban kerja petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Kurangnya tenaga kerja yang ada menimbulkan ekstra kerja yang lebih sehingga dapat menurunkan imunitas tubuh sehingga memunculkan rasa kecemasan (Bukhori, 2021).

Selain itu, faktor internal yang dapat menyebabkan kemunculan kejadian kecemasan pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X diantaranya yaitu jenis kelamin. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Althumairi et al., (2022), jenis kelamin mempengaruhi status tingkat kecemasan. Persentase menunjukkan bahwa tenaga medis profesional laboratorium berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat kecemasan lebih tinggi pada kategori ringan hingga sedang dibandingkan dengan laki-laki. Pada penelitian yang dilakukan di laboratorium Rumah Sakit X ini menunjukkan bahwa keseluruhan responden berjenis kelamin perempuan, sehingga tingkat *anxiety* di laboratorium Rumah Sakit X meningkat berada pada kategori sedang.

Menurut shift kerjanya, temuan pada penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh petugas shift di laboratorium Rumah Sakit X yang mengalami tingkat kecemasan yaitu sebesar 10 responden (58,8%) dan petugas laboratorium non-shift sebanyak 5 responden (29,4%). Pada penelitian menemukan bahwa pada tingkat kecemasan kategori sangat berat didominasi pada petugas laboratorium yang bekerja pada shift malam. Berdasarkan observasi telah yang dilakukan oleh peneliti, ditemukan bahwa petugas shift malam lebih banyak mengalami kejadian kecemasan karena jumlah petugas laboratorium shift malam lebih sedikit serta beban yang lebih berat karena harus bersiaga di malam hari dibandingkan shift lainnya sehingga menimbulkan rasa kecemasan saat bekerja. Ditambah karena sumber daya manusia di unit laboratorium Rumah Sakit X yang sangat



terbatas yaitu hanya sebanyak 17 orang, mengakibatkan petugas didorong untuk melakukan rangkap pekerjaan yang tidak seharusnya dilakukannya. Sebanyak 7 responden (41.2%) mengisi skala terkadang dan sebanyak 6 responden (35.3%) mengisi skala sering pada pernyataan kuesioner nomor 30 yang berisi petugas laboratorium merasa takut diri terhambat oleh tugas-tugas yang tidak biasa dilakukan. Hal tersebut menyebabkan peningkatan risiko kejadian kecemasan pada petugas laboratorium karena tekanan yang berat untuk mampu melakukan pekerjaan yang tidak biasa dilakukan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti, beberapa responden yang masuk dalam shift malam mengaku merasa kurang tidur karena kesulitan tidur di waktu pagi setelah bertugas. Rasa kecemasan juga muncul akibat dari gangguan tidur yang dialami oleh petugas laboratorium shift malam di Rumah Sakit X. Gangguan tidur yang meningkat menyebabkan penurunan resiliensi pada penderita. Sedangkan, resiliensi secara signifikan memediasi korelasi dari meningkatnya gangguan tidur terhadap masalah perilaku internal dan eksternal, terutama pada ukuran tingkat depresi dan kecemasan (Kaparang & Nabut, 2020). Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk pencegahan kejadian kecemasan pada petugas laboratorium diantaranya diharapkan rumah sakit untuk mempertimbangkan penambahan sumber daya manusia pada shift atau waktu kerja tinggi seperti pada shift malam atau dengan memperbaiki sistem baru yang lebih efisien seperti rotasi tugas antar petugas laboratorium untuk mencegah rasa jenuh dan kelelahan berlebihan.

Namun, pada penelitian ini juga ditemukan bahwa lebih banyak petugas laboratorium non-shift yang mengalami tingkat kecemasan dalam kategori berat. Faktor internal dimana seluruh petugas laboratorium di Rumah Sakit X berjenis kelamin perempuan dan mayoritas diantaranya sudah menikah dapat menjadi risiko kejadian stres kerja. Kecemasan ini muncul karena rasa khawatir akan keluarga di rumah dan dihadapkan permasalahan rumah tangga yang mungkin terjadi saat bekerja di malam hari. Hal ini didukung pada pernyataan Karasu (dalam Wijaya & Lesmana, 2023), bahwa petugas kesehatan berstatus telah menikah dan memiliki anak mengalami kecemasan, karena adanya ketidakpastian di tempat kerja seperti takut terkena paparan virus dan menularkannya pada keluarga dan perasaan khawatir tentang siapa yang akan memenuhi keperluan pribadi serta keluarga apabila mereka terinfeksi.

Kemudian berdasarkan masa kerjanya, pada penelitian ini ditemukan bahwa pada tingkat kecemasan kategori sedang ditemukan lebih banyak pada petugas laboratorium dengan masa kerja 5-10 tahun sebanyak 2 orang (40%). Sedangkan, tingkat kecemasan kategori berat didominasi oleh petugas laboratorium dengan masa kerja kurang dari 5 tahun sebanyak 3 orang (60%). Masa kerja yang lebih singkat yaitu kurang dari 10 tahun pada petugas laboratorium Rumah Sakit X lebih banyak mengalami kecemasan pada tingkat sedang hingga berat. Petugas laboratorium dengan masa kerja lebih singkat belum terbiasa dan berpengalaman dalam pekerjaannya mengingat pekerjaan di laboratorium membutuhkan ketelitian yang tinggi dan kehati-hatian dalam penggunaan alat laboratorium. Sejalan dengan Awaluddin, (2020) yang menyatakan bahwa apabila pekerja yang telah menggeluti pekerjaannya dalam waktu lama maka pekerja tersebut akan telah lebih terbiasa dan berpengalaman dalam penyelesaian pekerjaannya sehingga mengurangi tingkat kecemasannya dalam bekerja. Untuk itu, dukungan sosial antar petugas laboratorium diharapkan dapat dilakukan untuk berbagi pengalaman terutama pada petugas laboratorium dengan masa kerja lebih lama sehingga dapat memberikan dukungan satu sama lain, dan perasaan tidak sendirian dalam menghadapi tantangan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada petugas laboratorium Rumah Sakit X diketahui bahwa dari 12 dari total responden mengalami stres kerja. Kemudian didapatkan hasil proporsi tertinggi tingkatan stres pada petugas laboratorium terdapat pada kategori stres sedang dan normal dengan jumlah responden masing-masing sebanyak 5 responden (29,4%). Sedangkan proporsi terendah terdapat pada kejadian stres kategori ringan sebanyak 1 responden (5,9%). Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Oktari et al., (2021) menyatakan bahwa sebagian besar perawat ruangan mengalami stres kerja pada tingkat sedang. Pada penelitian yang dilakukan oleh Solon et al., (2021), menunjukkan hasil yang sejalan bahwa tenaga kesehatan di RSUD Kondosapata' Kecamatan Balla mayoritas mengalami stres kerja kategori sedang sebanyak 47 orang (56,0%) dan proporsi tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja ringan sebanyak 9 orang (10,7%).

Berdasarkan kuesioner DASS 42 skala *stres*, pada pernyataan nomor 8, 18, 33, menunjukkan bahwa mayoritas responden mengisi pada skala sesuai pada tingkat tertentu (kadang-kadang) dan sering. Terdapat 8 responden (47.1%) yang mengisi pada skala sering dialami dan 4 responden (23.5%) mengisi pada skala sangat sering dialami



pada pernyataan nomor 8 yaitu petugas laboratorium merasa kesulitan untuk bersantai / relax. Proporsi tertinggi sebanyak 8 responden (47.1%) mengisi pada skala terkadang dialami pada pernyataan nomor 18 yang berisi bahwa jika petugas laboratorium merasa mudah tersinggung. Kemudian pada pernyataan nomor 33 bahwa jika petugas laboratorium merasa berada pada keadaan tegang terisi mayoritas pada skala terkadang dialami yaitu sebanyak 8 responden (47.1%). Sejalan dengan Robbin dan Judge (dalam Insan, 2019), gejala psikologis stres kerja ditandai dengan adanya ketegangan, cepat tersinggung, kecemasan, lelah mental, kebosanan, serta ketidakpuasan dalam bekerja.

Shift kerja di laboratorium Rumah Sakit X bekerja selama 7-8 jam tiap shiftnya. Pada shift pagi bekerja pada pukul 07.00-14.00 WIB, Shift siang bekerja dari pukul 14.00-21.00 WIB, sedangkan shift malam bekerja pada pukul 21.00-07.00 WIB. Pada petugas laboratorium non-shift bekerja 9 jam sehari yaitu pada pukul 08.00-16.00 WIB. Berdasarkan karakteristik shift kerja, sebagian besar petugas laboratorium yang mengalami kejadian stres kerja bekerja dalam shift malam yaitu sebanyak 5 orang (29.4%) dengan kategori stres kerja berat sebanyak 3 orang.

Petugas laboratorium yang bekerja pada shift malam harus terjaga sepanjang malam karena bersiaga sewaktu-waktu dibutuhkan tes laboratorium darurat saat malam. Meskipun beban kerja yang ditanggung hampir sama seperti petugas di shift pagi dan siang, namun petugas shift malam harus tetap terjaga di waktu malam hari sehingga mengakibatkan petugas laboratorium menunjukkan gejala kurang istirahat sehingga mempengaruhi kesehatan, seperti nafsu makan menurun, gangguan pencernaan, kelelahan dan menyebabkan kejadian stres kerja (Ilahi et al., 2023).

Selain itu, alur kerja pada shift malam di laboratorium Rumah Sakit X cukup padat karena pasien terkadang diminta untuk melakukan tes laboratorium pada malam hari yang kemudian hasil uji specimennya dilaporkan dan dikonsultasikan ke dokter saat laporan pagi. Hal ini meningkatkan tekanan beban kerja pada petugas laboratorium ditambah kurang tersedianya sarana dan prasarana yang meningkatkan kenyamanan petugas laboratorium saat bekerja sehingga meningkatkan kejadian stres kerja.

Pada penelitian ini, berdasarkan pengisian kuesioner DASS 42 skala stres menunjukkan bahwa sebanyak 7 responden (41.2%) menyatakan sering merasa sulit untuk beristirahat. Berdasarkan observasi lingkungan kerja, unit laboratorium Rumah Sakit X tidak memiliki ruang beristirahat khusus bagi petugasnya sehingga mereka

merasa sulit untuk beristirahat dengan nyaman. Oleh sebab itu, diharapkan Rumah Sakit dapat memfasilitasi petugas laboratorium dengan melakukan evaluasi beban kerja petugas dan mempertimbangkan beberapa solusi seperti penambahan sumber daya manusia atau sistem kerja yang efisien. Selain itu, diharapkan juga Rumah Sakit menyediakan fasilitas ruang istirahat bagi petugas laboratorium yang nyaman dan ergonomis, seperti kursi pijat dan sebagainya untuk membantu melepaskan tekanan kerja yang dialami petugas laboratorium.

Berdasarkan masa kerjanya, sebagian besar responden yang mengalami kejadian stres kerja kategori sedang memiliki masa kerja <5 tahun yaitu sebanyak 3 orang (60%) diantaranya 3 orang mengalami tingkat stres sedang dan 1 orang mengalami tingkat stres sangat berat. Sedangkan pada masa kerja >15 tahun, hanya sebanyak 2 orang mengalami tingkat stres sedang dan 1 orang mengalami tingkat stres berat. Hasil ini dapat terjadi karena pada petugas laboratorium dengan masa kerja lebih singkat masih belum terbiasa dengan tantangan atau masalah yang mungkin terjadi dalam pelaksanaan kerjanya. Sebaliknya, petugas laboratorium yang telah melalui pekerjaannya >15 tahun lebih berpengalaman dalam menghadapi tekanan dan tantangan dalam melakukan pekerjaannya.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri, (2020), bahwa semakin lama masa kerja, maka pengalaman kerja yang dimiliki oleh seorang pekerja akan makin bertambah. Makin meningkatnya pengalaman kerja yang dimiliki akan semakin menguasai pekerjaan tersebut. Penguasaan yang tinggi akan suatu pekerjaan akan meningkatkan hasil penyelesaian pekerjaan sehingga efektivitas kerja dapat dinilai baik. Sedangkan, tenaga kerja dengan masa kerja yang pendek dapat dikatakan masih kurang pengalaman dalam menghadapi, menangani dan memecahkan masalah-masalah yang dihadapi di tempat kerja sehingga dapat menyebabkan kejadian stres kerja.

Dalam melakukan kegiatan pelayanan kesehatan setiap harinya, unit laboratorium Rumah Sakit X terikat dengan aturan batas waktu, atau standar operasi pelaksanaan (SOP). Adapun beberapa pelayanan yang diberikan oleh petugas laboratorium di Rumah Sakit X diantaranya yaitu melayani pendaftaran administrasi pasien, uji specimen laboratorium patologi klinik, patologi anatomi, mikrobiologi klinik, dan pemeriksaan darah. Pelayanan uji laboratorium sesuai dengan kebutuhan pasien terkait harus diselesaikan dalam rentang waktu yang cepat dan hasil yang maksimal, menyebabkan



tuntutan kerja pegawai semakin bertambah. Namun, karena keterbatasan jumlah sumber daya manusia menyebabkan tuntutan kerja yang besar dan tidak sesuai dengan kompetensi serta keterampilan dari petugas laboratorium Rumah Sakit X. Berdasarkan hasil observasi, terdapat responden yang mengemukakan bahwa adanya rangkap pekerjaan pada tiap petugas laboratorium di Rumah Sakit X dimana mereka juga harus bertanggung jawab pada satu alat laboratorium. Petugas administrasi di unit laboratorium Rumah Sakit X juga merangkap sebagai penanggungjawab penyusunan laporan kunjungan pasien bulanan.

Didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sumaningrum, (2022) yang menunjukkan hasil bahwa tuntutan kerja mempengaruhi secara signifikan terhadap kejadian stres kerja pada tenaga kerja di Laboratorium X. Tuntutan kerja yang mempengaruhi stres kerja diantaranya yaitu ketidaksesuaian antara kompetensi dan keterampilan dengan tuntutan kerja, tuntutan untuk bekerja secara cepat, dan status pernikahan sehingga memiliki berbagai tantangan yang harus dihadapi dalam rumah tangga, seperti memiliki anak usia balita yang masih memerlukan perhatian, terdapat pekerjaan rumah tangga yang harus dituntaskan, permasalahan rumah tangga dan pekerjaan yang saling tumpang tindih, dan dukungan pasangan yang kurang. Semakin tinggi tuntutan kerja yang diterima, maka semakin tinggi pula tingkat stres (Sumaningrum, 2022).

Selain itu, potensi bahaya di lingkungan rumah sakit juga dapat memberikan tekanan pada petugas laboratorium dalam melaksanakan pekerjaannya sehingga meningkatkan kejadian stres kerja. Beberapa potensi bahaya di laboratorium rumah sakit diantaranya bahaya fisik, kimia, biologi, ergonomik, psikososial, mekanikal, dan elektrika (Aristha et al., 2021). Berdasarkan observasi lingkungan kerja yang dilakukan peneliti, lingkungan kerja unit laboratorium Rumah Sakit X menunjukkan terdapat bahaya faktor fisik yaitu adanya paparan kebisingan yang muncul karena penggunaan alat-alat laboratorium. Hal tersebut mengakibatkan penambahan beban kerja pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X. Hal ini sejalan dengan penelitian Dewi et al., (2022), menunjukkan hasil bahwa lingkungan kerja mempengaruhi beban kerja pegawai di Laboratorium Pengujian Teknik yang memungkinkan pegawai tersebut merasakan ketidaknyamanan sehingga menimbulkan rasa mudah kelelahan dan stres kerja. Selain itu, Alat Pelindung Diri (APD) untuk mengurangi paparan kebisingan di unit laboratorium



Rumah Sakit X masih belum tersedia. Padahal, penggunaan APD dapat mencegah terjadinya kecelakaan kerja pada pekerja lapangan sehingga dapat menurunkan tingkat stres pada petugas laboratorium (Nasrullah, 2022). Pengadaan APD sesuai dengan kebutuhan petugas laboratorium di Rumah Sakit X dapat dilakukan sebagai upaya penurunan tingkat stres kerja pada petugas laboratorium di Rumah Sakit X.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, sebagian besar petugas laboratorium Rumah Sakit X memiliki tingkat depresi pada kategori sedang dan proporsi terendah responden pada tingkat depresi kategori sangat berat. Petugas laboratorium Rumah Sakit X juga menunjukkan kejadian tingkat kecemasan (anxiety) sebagian besar pada kategori kecemasan sedang dan kecemasan berat serta proporsi terendahnya pada tingkat kecemasan (anxiety) kategori ringan. Kemudian berdasarkan variabel stres, sebagian besar Petugas laboratorium Rumah Sakit X memiliki tingkat stres kategori sedang dan normal serta proporsi terendahnya pada tingkat stres kategori ringan. Diharapkan pihak manajemen rumah sakit dapat mempertimbangkan penambahan sumber daya dan menyediakan sarana dan prasarana untuk meminimalisir risiko kejadian stres kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Aziz, A. A. (2020). Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Media Sosial dan Tingkat Depresi pada Mahasiswa. *Acta Psychologia*, 2(2), 92–107. <https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.35100>
- Althumairi, A., Ayed AlOtaibi, N. M., Alumran, A., Alrayes, S., & Owaidah, A. (2022). Factors associated with anxiety symptoms among medical laboratory professionals in Khobar: Single institution study. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.917619>
- Aristha, C., Sakka, A., & Saptaputra, S. K. (2021). Studi Tentang Potensi Bahaya Di Laboratorium Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kendari 2019. *Jurnal Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo*, 1(3), 85–98. <https://doi.org/10.37887/jk3-uho.v1i3.16814>
- Astuti, Z., & Soeharto, T. N. E. D. (2021). Konflik Pekerjaan Keluarga dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Fear of Success. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1), 52. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5456>
- Awaluddin. (2020). Hubungan Pendidikan dan Lama Kerja dengan Tingkat Kecemasan Perawat dalam Penanganan Pasien Gawat Darurat di RSUD Sawerigading Kota Palopo Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Luwu Raya*, 6(2), 5–12.
- Banna, T., Gurning, M., & Sahetapy, V. (2022). Tingkat kecemasan perawat dalam pelayanan kesehatan di masa Pandemi Covid-19. *An Idea Health Journal*, 2(01), 15–19. <http://ihj.ideajournal.id/index.php/IHJ/article/view/68>
- Bukhori, I. (2021). Study Fenomenologi Kecemasan Perawat dalam Penanganan Pasien Covid-19 Rumah Sakit Tk. II Marthen Indey. *Healthy Papua*, 4(2), 1–23.
- Dewi, F., Regaletha, T. A. L., & Dodo, D. O. (2022). Studi Tentang Kelelahan Kerja pada Pegawai di Laboratorium Pengujian Teknik Bidang Bina Marga Dina Pupr Provinsi NTT Tahun 2022. *SEHATRAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*, 1(4), 377–386. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i4.1175>



- Faozi, A., Adzani, A. A., Izza, D. S. N., & Kibtiyah, M. (2023). Dampak Kecemasan Masyarakat Terhadap Kesehatan Mental Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Mercusuar: Bimbingan, Penyuluhan, Dan Konseling Islam*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.31332/mercusuar.v3i1.6808>
- Hadiansyah, T., Pragholapati, A., & Aprianto, D. P. (2019). Gambaran Stres Kerja Perawat Yang Bekerja di Unit Gawat Darurat. *Jurnal Keperawatan BSI*, 7(2), 50–58.
- Hamami, M. A. N., & Noorrizki, R. D. (2021). Fenomena Burnout Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Psikologi Dan Ilmu Humaniora (SENAPIH)*, 1(1), 149–159. <http://conference.um.ac.id/index.php/psi/article/view/1235>
- Hasbi, N. A., Fatmawati, & Alfira, N. (2019). Stres Kerja Perawat Diruang Rawat Inap RSUD H. a. Sulthan Daeng Radja Kabupaten Bulukumba. *Jurnal Kesehatan Panrita Husada*, 4(2), 109–118. <https://doi.org/10.37362/jkph.v4i2.96>
- Ilahi, N. K., Yenni, M., & Suroso. (2023). Hubungan Beban Kerja Dan Shift Kerja Dengan Gejala Stres Kerja Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 3(2), 141–152. <https://doi.org/10.1177/216507990004800702>
- Insan, M. Y. (2019). Pengaruh Konflik Kerja Keluarga Dan Motivasi Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Wulan Windy Medan. *Jurnal Bisnis Dan Kajian Strategi Manajemen*, 3(2), 119–131. <https://doi.org/10.35308/jbkan.v3i2.1377>
- Kaparang, G. F., & Nabut, W. (2020). Hubungan Resiliensi dan Kualitas Tidur Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat Tahun Ajaran 2019/2020. *Klabat Journal of Nursing*, 2(1), 30. <https://doi.org/10.37771/kjn.v2i1.421>
- Khoirunisa, G. A., Nurmawaty, D., Handayani, R., & Vionalita, G. (2021). Gambaran Stres Kerja pada perawat rumah sakit umum holistic purwakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 40–51.
- Nasrullah. (2022). Penggunaan alat pelindung diri (APD) terhadap pencegahan kecelakaan kerja. Studi kasus perilaku pada pekerja lapangan PT. PLN Unit Lueng Bata, Banda Aceh. *SAGO: Gizi Dan Kesehatan*, 3(2), 168–174.
- Oktari, T., Nauli, F. A., & Deli, H. (2021). Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat Rumah Sakit pada Era New Normal. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(1), 115–124. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i1.98>
- Puspitasari, D. I., Suprayitno, E., & Bustami, B. (2021). Tingkat Stres Kerja Perawat Instalasi Gawat Darurat pada Masa Pandemi Covid-19. *Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan*, 11(1), 25–29. <https://doi.org/10.24929/fik.v11i1.1350>
- Putri, L. D. (2020). Pengaruh Pengalaman Kerja Terhadap Kinerja Pamong Belajar Pada Sanggar Kegiatan Belajar (SKB) di Wilayah Priangan Jawa Barat. *Jurnal Cendekiawan Ilmiah PLS*, 5(1), 1–7. <https://doi.org/10.37058/jpls.v5i1.1964>
- Rhamdani, I., & Wartono, M. (2019). Hubungan antara shift kerja, kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 2(3), 104–110. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2019.v2.104-110>
- Solon, M., Madu, Y. G., Tolidunde, M., & Megawati, M. (2021). Dampak Beban Kerja Terhadap Tingkat Stres Pada Tenaga Kesehatan Selama Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 94–101. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.74>
- Sumaningrum, N. D. (2022). Analysis Correlation Between Work Demands With Stres Labor at Laboratory X Kediri City. *Medicra (Journal of Medical Laboratory Science/Technology)*, 5(1), 28–34. <https://doi.org/10.21070/medicra.v5i1.1630>
- Suryanto, S., Liana, Y., Akhriansyah, M., & Ersita, E. (2021). Tingkat Stres, Ansietas dan Depresi Perawat Dalam Memberikan Pelayanan Keperawatan Pada Pasien Covid-19. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 283–292. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.1011>
- Tri Atmojo, J., Rejo, Arradini, D., Darmayanti, A. T., & Widiyanto, A. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Depresi Pada Tenaga Kesehatan Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3(4), 495–502.
- Wartono, T. (2017). Pengaruh stres kerja terhadap kinerja karyawan (studi pada karyawan majalah mother and baby). *Jurnal Ilmiah Prodi Manajemen*, 4(2), 41–55.
- Wijaya, I. N. W., & Lesmana, C. B. J. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Kecemasan Perawat Pada Masa Pandemi Covid-19 Di RSUD Tabanan. *Jurnal Delima Harapan*, 10(1), 29–40. <http://jurnal.akbidharapanmulya.com/index.php/delima/article/view/212%0Ahttps://jurnal.akbidharapanmulya.com/index.php/delima/article/download/212/142>