

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres adalah masalah yang umum dihadapi setiap orang dan dapat berdampak negative pada kesehatan serta kinerja individu. Stres memengaruhi fisik dan mental, mengganggu fungsi tubuh dan dapat merusak karir. Ketika seseorang mengalami stres, stabilitas dan daya tahan tubuh menurun, yang berdampak pada kinerja mereka.¹

Stres kerja adalah ketidakseimbangan antara sumber daya manusia dan tuntutan yang dirasakan. Semakin besar kesenjangan ini, maka semakin tinggi Tingkat stres yang dialami, yang dapat menjadi ancaman bagi individu dan lingkungan sekitarnya.² Stres kerja ditempat kerja disebabkan oleh beban pekerjaan yang berlebihan yang melewati batas kemampuannya, pengawasan yang kurang, peran yang tidak jelas, dan kurangnya pengakuan dari rekan kerja. Hal ini membuat individu merasa terbebani dan tertekan.³

Pekerjaan dengan risiko tinggi stres kerja melibatkan tanggung jawab besar dan potensi bahaya tinggi, memerlukan waktu dan tenaga ekstra. Contohnya termasuk ahli bedah, asisten anestesi, petugas kesehatan, pemadam kebakaran, tim SAR, penjinak bom, serta pekerja di industri pertambangan dan transportasi.⁴

Stres kerja juga disebabkan tingginya beban kerja yang ditanggung oleh individu.⁵ Stres kerja menjadi suatu topik global pada profesi pekerjaan dari seluruh bidang.⁶ Stres kerja menurut *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) merupakan respon fisik serta emosional yang mengakibatkan bahaya dan berdampak buruk bagi kesehatan individu seperti cedera atau kecelakaan saat bekerja.⁷

Hasil survei oleh *Health and Safety Executive* (HSE) pada tahun 2022-2023 dari 823.000 kasus stres akibat pekerjaan meningkat menjadi 875.000 kasus.⁸ Survei dilakukan juga diberbagai negara seperti Australia, Eropa, dan Amerika Serikat terdapat 50% dari pekerja yang mengikuti survei mengalami stres kerja. Sebanyak 32% di Jepang menderita stres berlebihan dan sering gelisah saat dilingkungan kerja, dan 20% pekerja di korea mengalami beban kerja serta tekanan yang berat. Serta berdasarkan survei yang dilakukan di Inggris (2020), dinyatakan bahwa sebanyak 79% jenis stres yang sangat umum dialami adalah stres yang diakibatkan oleh pekerjaan.⁹

Asia Pasifik adalah salah satu wilayah yang permasalahan mengenai stres kerja mencapai 48% serta angka tersebut telah melebihi rata-rata global. Hasil survei yang

dilakukan oleh Regus (2018), Tingkatan stres kerja di Thailand sebanyak 75%, Cina & 3%, Indonesia 73%, Hongkong 62%, Singapore 63%, dan Malaysia 57%.¹⁰

Kementerian Kesehatan dalam Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018), memaparkan bahwa di Indonesia terdapat 35% mengalami stres kerja yang dapat membahayakan, serta sebanyak 43% dapat kehilangan hari untuk kerja.¹¹ Prevalensi stres kerja di Indonesia sebanyak 6,1% dan di Jambi terdapat 1,8% stres kerja.⁶ Stres kerja juga dapat berpengaruh akan kualitas hidup pekerja, berkurangnya rasa kepedulian, ketidakpekaan, jarang berkomunikasi atau menyendiri.¹² menurut survei kesehatan Indonesia (SKI, 2023) sebanyak 0,3% yang bekerja sebagai PNS di Indonesia mengalami depresi akibat pekerjaan, dan sebanyak 0,7% mengalami masalah kesehatan jiwa.¹³

Stres kerja disebabkan oleh berbagai faktor, yaitu faktor pekerjaan meliputi beban kerja, *shift* kerja, tuntutan mental, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik, tanggung jawab terhadap orang lain, konflik interpersonal, kurangnya kontrol, kurangnya kesempatan kerja, dan ketidakpastian kerja. Faktor individu adalah gender, usia, status pernikahan, dan masa kerja serta faktor dari luar kerja yaitu kegiatan di luar pekerjaan dan faktor pendukung yakni dukungan sosial.¹⁴

Konflik peran ganda adalah ketegangan yang dialami seseorang akibat tekanan dari peran yang dijalani, termasuk tekanan waktu dan konflik antara pekerjaan dan keluarga. Menurut penelitian Sekar 2022, konflik peran ganda adalah kondisi di mana seseorang kesulitan mengontrol situasi keluarga dan pekerjaan, dapat berdampak pada kesehatan tubuh. Hal ini perlu diperhatikan, terutama bagi Wanita yang memiliki keluarga, karena mereka harus menjalankan peran sebagai ibu rumah tangga dan Wanita karir, yang masing-masing memerlukan waktu dan perhatian.¹⁵

Menurut penelitian terdahulu yang diteliti oleh Bella Ayu (2021) terdapat hubungan antara konflik peran ganda dan stress kerja pada tenaga kesehatan wanita yang bekerja di puskesmas.¹⁶ didukung oleh hasil penelitian Alfadhea 2023 menyatakan bahwa konflik peran ganda berpengaruh terhadap stres kerja.¹⁷

Lingkungan kerja fisik mencakup semua elemen di area kerja yang memengaruhi pekerja. Fasilitas seperti computer dengan akses wifi yang baik, suhu ruang yang nyaman, sirkulasi udara segar, tempat duduk dan meja yang ergonomis, pencahayaan yang sesuai, serta warna ruangan yang menarik sangat penting untuk meningkatkan kenyamanan dan efisiensi pekerja.¹⁸ Fakta tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh

Qonitatin Nisak et.al (2022) tentang pengaruh lingkungan kerja, beban kerja, dan stres kerja terhadap kinerja tenaga medis pada UPTD Puskesmas Tarik, dengan hasil penelitian yang dinyatakan bahwa lingkungan kerja serta beban kerja sangat berpengaruh terhadap stres kerja.¹⁹

Menurut *Health and Safety Executive* (HSE) dukungan sosial mampu mempengaruhi stres kerja pada pekerja. Dukungan sosial adalah hubungan yang positif dan transparan antara pekerja, baik formal maupun informal, yang dapat melindungi individu dari stres. Semakin besar dukungan sosial, semakin sedikit keluhan kesehatan yang muncul. Stres kerja dapat meningkat akibat kurangnya dukungan dari lingkungan kerja, seperti atasan, gaji dan dari lingkungan keluarga.

Puskesmas Kenali Besar secara keseluruhan memiliki sebanyak 69 orang pegawai terdiri dari :

Tabel 1 1 Pegawai Puskesmas Kenali Besar Jambi 2024

No	Bagian/Bidang	Jumlah
1	Dokter	9
2	Dokter Gigi	1
3	Bidan	21
4	Pranata Laboratorium	2
5	Apoteker	5
6	Perawat	7
7	Promkes	2
8	Nutrisi	2
9	Perawat Gigi	4
10	Administrasi/Rekam medis	3
11	Sanitasi Lingkungan	3
12	Keuangan	2
13	Tenaga Umum	4
14	Gizi	2
15	Administrasi & Kebijakan Kesehatan	1
16	<i>Cleaning Service</i>	1

Sumber : Puskesmas Kenali Besar Jambi 2024

Berdasarkan hasil survey awal dan wawancara singkat yang dilakukan oleh peneliti terhadap pegawai Puskesmas Kenali Besar didapatkan 9 dari 12 orang pekerja memiliki beban kerja saat pasien ramai berkunjung setiap harinya sehingga sering terjadi kewalahan. Hal ini dapat menjadi akibat terjadinya stres kerja pada pekerja, selain rasa jenuh saat bekerja, tuntutan pekerjaan yang banyak dan masih adanya fasilitas yang kurang mendukung seperti sering terjadinya masalah gangguan sinyal dan masih ada yang

pola makannya tidak teratur terkadang karna banyak pekerjaan jadi melewatkan jam makan, serta keterbatasan kendaraan saat melakukan turun lapangan dan saat bekerja bagi pegawai yang sudah menikah ditengah bekerja sering memikirkan anak. khawatir sudah makan atau belum, ada beberapa yang harus mengantar dan menjemput anaknya ke sekolah.

Saat pekerjaan tidak dapat diselesaikan tepat waktu di puskesmas, maka pekerja akan membawanya dan mengerjakan di rumah. Tuntutan dari atasan yang selalu mendesak agar segera dikerjakan dan diselesaikan dapat mengakibatkan stres terhadap para pekerja. Jam kerja di puskesmas sendiri beroperasi selama enam hari setiap minggunya yakni senin hingga kamis mulai dari jam 07.00 – 14.15, jumat 07.00 – 11.00, dan sabtu 07.00- 14.15 yang dimana total enam hari kerja selama 40 jam.

Berdasarkan pada uraian latar belakang diatas, peneliti akan melakukan serta menyelesaikan penelitian dengan judul “Hubungan Beban Kerja, Konflik Peran Ganda, Lingkungan Kerja Fisik dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja pada Pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, permasalahan yang dibahas oleh peneliti dalam penelitian ini ialah bagaimana hubungan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial dengan stres kerja pada pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial dengan stres kerja pada pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik Pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.

2. Mengetahui hubungan beban kerja dengan stres kerja terhadap Pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.
3. Mengetahui hubungan konflik peran ganda dengan stres kerja terhadap Pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.
4. Mengetahui hubungan lingkungan kerja fisik dengan stres kerja terhadap pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.
5. Mengetahui hubungan dukungan sosial dengan stres kerja terhadap pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang hubungan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial dengan stres kerja pada pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.
2. Sebagai dasar pengembangan penelitian lebih lanjut dan lebih mendalam tentang hubungan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial dengan stres kerja pada pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi Tahun 2024.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Puskesmas Kenali Besar Jambi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi serta masukan dalam hal mengembangkan upaya pengendalian stres kerja yang berkaitan dengan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial pada pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi.

2. Bagi Universitas

Sebagai pustaka tambahan untuk memperbanyak referensi Ilmu Kesehatan Masyarakat khususnya bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) tentang hubungan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial dengan stres kerja pada Pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi.

3. Bagi Peneliti

Meningkatkan wawasan, ilmu pengetahuan serta pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian terkait hubungan beban kerja, konflik peran ganda, lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial dengan stres kerja pada Pegawai di Puskesmas Kenali Besar Kota Jambi.