

Stres kerja pada dokter internship di Rumah Sakit Mitra Sehat Tanjung Morawa

Nur Amalia¹, Cut Saura Salmira², Andini Mentari Tarigan³

1,2Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Institut Kesehatan Helvetia

3Administrasi Rumah Sakit, Institut Kesehatan Helvetia

INFO ARTIKEL

*Corresponding Author

Email:

nur_amalia@helvetia.ac.id

ABSTRAK

Stres kerja berhubungan dengan kesehatan kerja, kecelakaan ditempat kerja, organizational strain dalam bentuk absensi, penurunan performa kerja. Dokter internship adalah orang yang memiliki risiko tinggi berdampak stres kerja karena selama menjalani internship terdapat perbedaan antara ekspektasi dan realita yang membuat mereka frustrasi namun tidak ada dapat dilakukan untuk mengubah keadaan itu semua sehingga menyebabkan perasaan mereka tertekan (stres). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan tingkat stres dokter internship tersebut. Adapun partisipan dari penelitian ini adalah 95 orang dokter intrenship RS Mitra Sehat Tanjung Morawa yang bekerja selama minimal 3 bulan dan tempat tinggal diluar kota Tanjung Morawa. Penelitian ini menggunakan alat ukur stress kerja dengan reliabilitas 0.91. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 44,21% dokter berada pada tingkat stres sedang, artinya mereka mengalami stres yang masih dapat dihadapi sehingga tidak dapat menimbulkan gangguan fisik. Berdasarkan hasil penelitian, hal yang paling mengganggu para dokter internsip adalah upah yang tidak sesuai dengan pekerjaan yang mereka kerjakan. Selain itu ketidakjelasan peran mereka di rumah sakit pun menjadi salah satu faktor yang menyebabkan stres. Terdapat 27,37% dokter internsip yang berada pada kategori agak tinggi dan 3,16% pada tingkat tinggi, artinya mereka dapat berpotensi menimbulkan gangguan fisik. Hasil penelitian dapat digunakan oleh Institusi yang berkaitan dengan dokter internsip agar memperhatikan aspek-aspek yang berkaitan dengan stress kerja.

Kata kunci: dokter, internship, stres, kerja

ABSTRACT

Work stress is related to accidents, organizational strain in the form of absenteeism, decreased work performance. Internship doctors are professionals who have high risks of occupational stress because undergoing internship, their experiences were different with their expectations and made them frustrated, but they could do nothing to change the situation so that it could lead to feelings of distress (stress). The purpose of this study was to describe the stress level of internship doctors. This study was conducted on 95 internship doctors in Mitra Sehat Hospital who worked at least 3 months and placed outside their hometown. This study used occupational stress scale with reliability score 0.91. Results from this study showed that 44,21% in moderate stress level, which means they experience stress but they can still be encountered it and did not cause illness and disease. Salary they earned from their work at internship program and hospital condition will influenced them to get occupational stress. However, there are 27,37% at slightly high and 3,16% at high level, which means that they can potentially suffer illness and disease. The results of the study could be used by institutions related with internship doctors to concern about the aspects related to occupational stress.

Keywords: doctors, internship, job stress

PENDAHULUAN

Stres kerja adalah masalah kesehatan serius, baik dari segi tingginya angka kejadian maupun dampaknya. World Health Organization (WHO) pada tahun 1996 menyatakan stres sebagai epidemi dunia abad ke-21 (1). Stres kerja adalah kondisi ketika stessor kerja secara sendiri atau bersama-sama faktor lain berinteraksi dengan karakteristik individu manusia, menghasilkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis pada manusia kerja tersebut (2). Jika berlangsung lama, gangguan itu dapat mengganggu sistem kardiovaskuler, gangguan jiwa, gangguan muskuloskeletal, dan gangguan kesehatan lain. Selain itu stres kerja dapat

berhubungan dengan kecelakaan dan kekerasan di tempat kerja. Kerugian akibat stres kerja berupa absensi, produktivitas rendah, turn-over karyawan yang tinggi, kompensasi pekerja, asuransi pengobatan dan kecelakaan di Amerika Serikat mencapai 200 miliar dolar pertahun (1).

Sejak tahun 2010 pendidikan dokter diharuskan untuk mengikuti program internsip. Program Internsip merupakan proses pematangan mutu profesi dokter untuk menerapkan kompetensi yang diperoleh selama pendidikan, secara terintegrasi, komprehensif, mandiri serta menggunakan pendekatan kedokteran keluarga dalam rangka pemahiran dan penyelarasan antara hasil pendidikan dengan praktik di lapangan. Peraturan internsip dokter mulai berubah sejak tahun 2013.

Berdasarkan Undang-undang No.20 Tahun 2013 tentang Pendidikan Kedokteran pasal 7 ayat (7): Program profesi dokter dan dokter gigi dilanjutkan dengan Program Internsip, penjelasan pasal 7 ayat (7): Internsip adalah pemahiran dan pemandirian dokter yang merupakan bagian dari Program penempatan wajib sementara paling lama 1 (satu) tahun, Pasal 38 ayat (2): penempatan wajib sementara pada Program Internsip dihitung sebagai masa kerja merupakan dasar hukum Internsip (Badan PPDSM Kesehatan, 2014) (3). Banyak dari dokter internsip yang mengeluhkan tentang program yang sedang mereka jalani, contohnya seperti uang biaya bantuan hidup, pembagian tugas antara sesama dokter dan dokter internsip, fasilitas yang kurang di lingkungan rumah sakit, tidak mendapatkan jadwal libur, tidak diperbolehkan bekerja di luar program internsip, dan penyesuaian dengan budaya dan bahasa di lingkungan kerja rumah sakit.

Perbedaan antara ekspektasi dan realita yang terjadi membuat dokter internsip merasa frustrasi, namun tidak ada yang dapat dilakukan untuk mengubah keadaan sehingga dapat menyebabkan perasaan tertekan (stres). Situasi yang dipandang stressful (menekan) dilihat berdasarkan kejadian traumatis, kejadian yang mereka sebabkan, atau tidak dapat dikontrol, tidak terprediksi, atau suatu perubahan besar dalam hidup, dan konflik internal. Kontrol terhadap suatu kejadian menentukan kejadian dipersepsi menekan atau tidak. Semakin tidak terkontrol situasi, semakin dilihat stressful. Kejadian yang dapat diprediksi dapat menurunkan keparahan dari stres.

Perubahan dalam hidup yang membutuhkan beberapa penyesuaian dapat dinilai sebagai hal yang menekan. stres juga dapat berasal dari dalam diri karena konflik internal, yaitu isu yang tidak terselesaikan baik sadar maupun tidak sadar. Konflik terjadi ketika individu harus memilih antara yang tidak sesuai, target atau perilaku (4).

Pada dokter internsip stres dapat terjadi karena situasi yang tidak terkontrol, tidak terprediksi, dan perubahan besar yang terjadi. Ketika permasalahan tidak kunjung selesai, dapat menyebabkan stres jangka panjang dan mengakibatkan individu terbiasa dengan stres, kehilangan harapan, dan menyerah mencari solusi. Kombinasi dari beberapa stres di pekerjaan, karakteristik individu dan hal-hal di luar pekerjaan disebut dengan istilah occupational stress. Terdapat beberapa sumber yang dapat menyebabkan occupational stress. Sumber stres juga dapat berasal dari luar lingkungan pekerjaan, seperti masalah keluarga, krisis hidup, masalah ekonomi, dan faktor lingkungan lainnya (5). Dari penjelasan di atas, peneliti ingin melihat tingkat stres yang dialami oleh para yang sedang mengikuti program internsip di Rumah Saki Mitra Sehat Tanjung Morawa.

Hal ini dilakukan karena dokter intership tersebut selama melakukan tugasnya memiliki banyak tekanan yang dihadapi. Tekanan-tekanan tersebut dapat menyebabkan stres dan dikhawatirkan membuat kinerja dokter internsip terhambat. Efek stres juga dapat mempengaruhi absensi dan menghasilkan performa kerja yang buruk (5).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang menggunakan alat-alat atau instrumen untuk mengukur gejala-gejala tertentu dan diolah secara statistik. Penelitian kuantitatif didasarkan atas perhitungan persentasi, rata-rata, dan perhitungan statistik lainnya. Dengan kata lain, penelitian kuantitatif lebih kepada perhitungan atau kuantitas (6). Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu melakukan interpretasi dengan mempelajari masalah-masalah di dalam masyarakat, misalnya terkait dengan sikap, pandangan, ataupun pengaruh dari suatu fenomena. Dengan metode ini, peneliti tidak membuat perbandingan variable pada sample yang lain maupun mencari hubungan variable itu dengan variable lain (7). Metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk membuat gambaran tentang fakta atau fenomena yang diteliti, yaitu occupational stress tanpa menghubungkan atau membandingkan dengan variabel lain. Partisipan dari penelitian ini adalah 95 orang dengan karakteristik yaitu dokter yang melakukan internsip lebih dari tiga bulan dan ditempatkan bukan di kota asalnya. Metode pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner Occupational Stress, berdasarkan aspek pekerjaan, individu dan lingkungan. Proses

penyebaran dilakukan dalam dua tahap, yaitu pada April dan Oktober 2016. Kuesioner ini memilih 15 butir yang terdiri yang menggunakan adaptasi skala Likert. Setiap pertanyaan memiliki lima pilihan jawaban yaitu, (1) hampir tidak pernah, (2) jarang, (3) kadangkadang, (4) sering, dan (5) hampir selalu. Hasil penjumlahan dari kuesioner ini dibagi dalam 4 kategori, yaitu (1) skor 15-30, memiliki occupational stress yang rendah; (2) skor 31- 45, memiliki occupational stress yang sedang; (3) skor 45-60, memiliki occupational stress yang agak tinggi; dan (4) skor 61-75, memiliki occupational stress yang tinggi. Teknik analisa butir yang digunakan dalam penelitian ini yaitu corrected item-total correlation. butir yang dapat diterima dalam analisa butir ini yaitu butir yang memiliki korelasi di atas 0.3 (7). Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan nilai reliabilitas dari alat ukur ini senilai 0.915. Maka, alat ukur ini dapat dikatakan reliabel dalam mengukur occupational stress.

HASIL PENELITIAN

A. Data Demografi

Tabel 1. Data Demografi Partisipan

Kategori	Frekuensi	Presentase
Usia		
22	2	2,11
23	7	7,37
24	45	47,37
25	25	26,32
26	4	4,21
27	1	1,05
28	11	11,58
29	0	0

Jenis Kelamin

Laki-Laki	58	78,95
Perempuan	37	38,95

Status Pernikahan

Belum Menikah	20	21,05
Menikah	75	78,95

Tahun Sumpah Dokter

2014	3	3,16
2015	37	38,95
2016	53	55,79
2017	2	2,11

Penempatan

Beda Kota/Kabu paten	36	37,89
Provinsi	21	22,11
Pulau	38	40,00

Lama Internship

3-6 Bulan	35	36,84
6-9 Bulan	7	7,37
>9 Bulan	53	6,32

Berdasarkan usia, dokter internship berusia mulai 22 tahun hingga berumur 29 tahun, yaitu dengan rincian 47,37% (45 Orang) partisipan berusia 24 Tahun, 26,32% (25 orang) partisipan berusia 25 Tahun,

11,58% (11 Orang) partisipan berusia 28 Tahun, 7,37% (7 Orang) partisipan berusia 23 Tahun, 4,21% (4Orang) partisipan berusia 26 Tahun, 2,11% (2 Orang) partisipan berusia 22 Tahun, 1,05% (1 Orang) partisipan berusia 27 Tahun. Berdasarkan jenis kelamin 78,95% berjenis kelamin laki-laki sedangkan 38,95% berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan status pernikahan ditemukan lebih banyak yang sudah menikah yaitu sebesar 78,95% dan yang belum menikah sebesar 38,95%.

Berdasarkan tahun sumpah dokter, kebanyakan dari partisipan yaitu sebesar 55,79% melakukan sumpah dokter pada tahun 2016. Sebesar 38,95% melakukan sumpah dokter pada 2015, 3,16 pada tahun 2014 dan 2,11% sisanya pada tahun 2017. Internship yang sudah dijalani 55,79% lebih dari 9 bulan, 3-6 bulan sebesar 36,84%, dan 7,37% sisanya 6-9 bulan. Sebanyak 40% dokter intership ditempatkan berbeda pulau 37,89% masih dalam satu provinsi, namun berbeda kota/kabupaten, dan 22,11% berbeda provinsi.

B. Tingkat Stres Dokter Internship

Tabel 2. Tingkat Stres Dokter Internship RS. Mitra Sehat Tanjung Morawa

Kategori	Jumlah	Presentase
Rendah	24	25,26
Sedang	42	44,21
Agak Tinggi	26	27,37
Tinggi	3	3,16

Dari keseluruhan partisipan yang mengisi Kuesioner, dari 95 dokter yang sedang melakukan internship, 44,21% (empat puluh dua orang) diantaranya mengalami stres taraf sedang. Sebanyak 27,37% (dua puluh enam orang) mengalami stres dengan taraf yang cukup tinggi, 25,26% (dua puluh empat orang) berada pada kategori rendah, dan 3,06% (tiga orang) sisanya yang mengalami stres yang tinggi. Untuk mendapatkan gambaran yang lebih jelas mengenai tingkat stres, maka dianalisis juga untuk tiap aspek, yaitu aspek pekerjaan, individu, dan lingkungan.

1.1 Aspek Pekerjaan

Tabel 3. Aspek Pekerjaan

Kategori	Jumlah	Presentase
Tinggi	16	16,84
Sedang	46	48,42
Rendah	33	34,73

Berdasarkan aspek pekerjaan terdapat 48,42% berada dikategori sedang, sedangkan sekitar 34,73% dikategori rendah dan sekitar 16,84% dikategori aspek pekerjaan Tinggi.

1.2 Aspek Individual

Tabel 4. Individual

Kategori	Jumlah	Presentase
Tinggi	15	15,78
Sedang	52	54,73
Rendah	28	29,47

Berdasarkan aspek pekerjaan terdapat 54,73% berada dikategori sedang, sedangkan sekitar 29,47% dikategori rendah dan sekitar 15,78% dikategori aspek pekerjaan Tinggi.

1.3 Aspek Lingkungan

Tabel 5. Lingkungan

Kategori	Jumlah	Presentase
Tinggi	16	16,84
Sedang	27	28,42
Rendah	52	61,05

Berdasarkan aspek pekerjaan terdapat 61,05% berada dikategori rendah, sedangkan sekitar 28,42% dikategori sedang dan sekitar 16,84% dikategori aspek pekerjaan Tinggi.

Dari ketiga tabel di atas, berdasarkan aspek dari occupational stress, ditemukan bahwa aspek pekerjaan dan individual lebih banyak berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 48,42% (46 orang) dan 54,73% (52 orang). Sedangkan aspek lingkungan lebih banyak berada pada kategori rendah yaitu sebanyak 61,05% (52 orang).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari 95 dokter yang sedang melakukan internsip, 44,21% (empat puluh dua orang) diantaranya mengalami stres taraf sedang. Artinya stres yang mereka alami masih sesuai dengan sumber daya yang dimiliki dan dapat mereka hadapi sehingga tidak berpotensi menghasilkan gangguan fisik dan psikis. Sebanyak 27,37% (dua puluh enam orang) mengalami stres dengan taraf yang cukup tinggi, yaitu stres yang mereka alami bisa berpotensi mengalami gangguan fisik dan psikis pada mereka. Terdapat 25,26% (dua puluh empat orang) berada pada kategori rendah, artinya tidak mengalami stres dan memiliki risiko minimal mengalami gejala fisik. Sedangkan 3,06% (tiga orang) sisanya yang mengalami stres yang tinggi, artinya individu tersebut akan mengalami gangguan fisik dan psikis yang diakibatkan oleh stres tersebut.

Berdasarkan data kualitatif tambahan yang didapatkan oleh peneliti, hal yang paling mengganggu para dokter internsip adalah upah yang tidak sesuai dengan pekerjaan yang mereka kerjakan. Selain itu ketidakjelasan peran mereka di rumah sakit pun menjadi salah satu faktor yang mendukung. Hal ini sesuai dengan salah satu penelitian yang dilakukan di Puskesmas Surakarta pada perawat. Penelitian ini menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara role overload dengan stres kerja perawat (8).

Penelitian yang dilakukan oleh Gobel, Rattu, dan Akili (2013) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada perawat di ruang ICU dan UGD menemukan bahwa usia, tingkat pendidikan, masa kerja, dan jenis kelamin tidak berhubungan dengan stres kerja. Akan tetapi, kepuasan kerja memiliki hubungan dengan stres kerja. Kepuasan kerja sendiri terdiri dari salary (gaji), supervisi, keadaan pekerjaan, kebijakan perusahaan, hubungan interpersonal, status, dan keamanan. Dalam penelitian ini diketahui bahwa dokter internsip mengeluhkan gaji yang diperoleh kurang sesuai dengan pekerjaan yang mereka lakukan. Hal ini dapat membuat bahwa dokter internsip memiliki occupational stress. Salah satu masalah di dalam pekerjaan juga termasuk work-family balance, yaitu bagaimana seseorang dapat menyesuaikan diri antara pekerjaan dan keluarga. Keseimbangan antara keluarga dan pekerjaan dapat menjadi kepuasan kerja bagi seseorang. Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti mendapatkan bahwa aspek yang paling rendah dalam occupational stress yaitu lingkungan keluarga. Hal tersebut mungkin dapat terjadi karena umumnya partisipan belum menikah (75 dari 95 orang) sehingga mereka tidak ada tuntutan dari keluarga untuk membagi waktu. Selain itu, partisipan dalam penelitian ini umumnya tidak bekerja di kota asal dan sehari-harinya tidak pulang ke rumah sesuai bekerja. Maka mereka tidak memiliki tuntutan untuk membagi waktu dengan keluarga sesuai pulang kerja atau ketika sedang tidak masuk kerja, sehingga mungkin keluarga bukan menjadi sumber occupational stress mereka yang utama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa dokter yang sedang melakukan internsip mempunyai tingkat occupational stress yang sedang, di mana terdapat 44,21% (42 dari 95 orang). Tingkat stres yang mereka miliki masih dapat mereka hadapi sehingga tidak berpotensi untuk menghasilkan gangguan fisik.

Adapun saran untuk peneliti selanjutnya, diharapkan peneliti selanjutnya menggunakan alat ukur yang lebih komprehensif dalam melihat occupational stress. Bagi institusi yang berkaitan dengan dokter Internsip, dapat memperhatikan aspek-aspek yang menyebabkan occupational stress, karena occupational stress dapat berkaitan dengan performa kerja dokter.

REFERENSI

1. Maxon R. Stress in the workplace: A costly epidemic. Fairleigh Dickinson Univ Publ. 1999;
2. S, Sauter Murphy L, Colligan M, Swanson N, Hurrell J SF. Stress at work (NIOSH). 2009.
3. PPSDM B. Badan PPSDM Kesehatan Program Internsip Dokter Indonesia. Jakarta : Republik Indonesia; 2013.
4. Nolen-Hoeksema S, Fredrickson BL, Loftus GR, Wagenaar WA. Atkinson & Hilgard's introduction to psychology. Cengage Learning EMEA; 2009.
5. Harris GE. Individual stress management coursework in Canadian teacher preparation programs. Can J Educ. 2011;34(4):104–17.
6. Rahmat PS. Jurnal-Penelitian-Kualitatif (1). pdf. J Penelit Kualitatif. 2009;5(5):108.
7. Anastasi A, Urbina S. Psychological testing. Prentice Hall/Pearson Education; 1997.
8. SUKMARETNAWATI C. Pengaruh Stres Kerja Perawat terhadap Perilaku Implementasi Patient Safety di IGD RS Panembahan Senopati Bantul. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2014