



Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja

Siti Arifah¹, Alini², Erlinawati³

Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

sitiarifah3044@gmail.com, alendra178@gmail.com, erlinawatilubis4@gmail.com

Abstrak

Stres kerja merupakan permasalahan yang sering dialami tenaga kesehatan akibat tingginya tuntutan pekerjaan dan ketidakseimbangan antara beban kerja dengan kapasitas individu. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian dilaksanakan pada 20–30 Mei 2026 dengan sampel 50 tenaga kesehatan menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner beban kerja dan stres kerja yang telah diuji validitas dan reliabilitas. Kuesioner beban kerja memiliki nilai koefisien korelasi item 0,131–0,755 dan Cronbach's Alpha 0,794, sedangkan kuesioner stres kerja memiliki validitas konstruk yang baik dan Cronbach's Alpha 0,965. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan 28 responden (56%) mengalami beban kerja berat dan 26 responden (52%) mengalami stres kerja. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan stres kerja dengan $p = 0,011$ ($p \leq 0,05$) dan Odds Ratio = 4,524. Tenaga kesehatan dengan beban kerja berat berisiko 4,524 kali lebih besar mengalami stres kerja dibandingkan dengan tenaga kesehatan dengan beban kerja ringan. Disarankan pengelolaan beban kerja, dukungan antar tenaga kesehatan, dan strategi manajemen stres untuk menjaga kualitas pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : Beban Kerja, Rumah Sakit, Stres Kerja, Tenaga Kesehatan.

Abstract

Work stress is a common problem among healthcare workers due to high job demands and an imbalance between workload and individual capacity. This study aimed to analyze the relationship between workload and work stress among healthcare workers at RSIA Husada Bunda Salo. This quantitative study used a cross-sectional design. The study was conducted from May 20–30, 2026, with 50 healthcare workers selected using total sampling. Data were collected using workload and work stress questionnaires that had been tested for validity and reliability. The workload questionnaire had an item correlation coefficient of 0.131–0.755 and a Cronbach's Alpha of 0.794, while the work stress questionnaire demonstrated good construct validity with a Cronbach's Alpha of 0.965. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test at $\alpha = 0.05$. The results showed that 28 respondents (56%) experienced heavy workloads and 26 respondents (52%) experienced work stress. There was a significant relationship between workload and work stress, with $p = 0.011$ ($p \leq 0.05$) and an Odds Ratio of 4.524. Healthcare workers with heavy workloads were 4.524 times more likely to experience work stress than those with light workloads. Workload management, peer support, and stress management strategies are recommended to maintain the quality of healthcare services.

Keywords: Healthcare Workers, Hospital, Work Stress, Workload.

Address : Bangkinang

Email : sitiarifah3044@gmail.com

Phone : 081256884975

PENDAHULUAN

Tenaga kesehatan merupakan setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan serta memiliki pengetahuan, keterampilan, dan kewenangan melalui pendidikan dibidang kesehatan untuk menyelenggarakan pelayanan kesehatan. Tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam memberikan pelayanan yang berkualitas kepada masyarakat. Namun, tingginya tuntutan pelayanan di rumah sakit menyebabkan tenaga kesehatan rentan mengalami stres kerja akibat tekanan pekerjaan yang terus-menerus (Novena *et al.*, 2025)

Stres kerja merupakan kondisi tekanan psikologis yang timbul akibat tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan individu dalam mengatasinya (Nurwiranti & Rachmah, 2021)). Salah satu faktor yang paling sering memengaruhi stres kerja adalah beban kerja. Beban kerja yang tinggi mengharuskan tenaga kesehatan bekerja dalam waktu yang panjang, menangani banyak pasien, serta menyelesaikan berbagai tugas dengan ketelitian tinggi sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan fisik maupun psikologis (Azzahra *et al.*, 2024)

Menurut *World Health Organization* (WHO), lebih dari 50% pekerja di negara maju mengalami stres akibat pekerjaan. Di Inggris pada tahun 2018–2019 tercatat sekitar 526.000 kasus kecemasan, stres, dan depresi akibat pekerjaan, dengan prevalensi tertinggi pada sektor pelayanan kesehatan (Purba, dkk, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa stres kerja masih menjadi masalah kesehatan kerja yang perlu mendapat perhatian. Di Indonesia, Badan Pusat Statistik (2025) melaporkan bahwa sebanyak 25,47% pekerja bekerja lebih dari 49 jam per minggu (*overwork*). Selain itu, survei Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) menunjukkan sekitar 50,9% perawat mengalami stres kerja yang ditandai dengan kelelahan fisik, sulit berkonsentrasi, dan gangguan emosional. Data tersebut menunjukkan bahwa tenaga kesehatan merupakan kelompok yang rentan mengalami stres kerja akibat tingginya tuntutan pelayanan. Di Provinsi Riau, penelitian Mayenti & Sari (2023) menunjukkan bahwa sebanyak 76,7% perawat di Rumah Sakit Syafira Pekanbaru mengalami stres kerja kategori sedang. Penelitian Hidayati *et al* (2022) juga menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *work-family conflict* dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSUD Surya Insani Riau.

Berbagai penelitian menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dengan stres kerja. Penelitian Kasiuhe *et al* (2025) menyatakan bahwa tenaga kesehatan dengan beban kerja tinggi cenderung mengalami tingkat stres kerja yang lebih tinggi. Penelitian Ridwanto & Kurnia (2024) di Rumah Sakit Immanuel Bandung juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat ($p=0,002$). Namun, hingga saat ini belum terdapat penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di RSIA Husada Bunda Salo terhadap 10 tenaga kesehatan, diperoleh hasil bahwa 7 orang mengalami stres kerja kategori ringan dan 3 orang mengalami stres kerja kategori berat. Sebagian besar responden mengeluhkan kelelahan berkepanjangan, motivasi kerja menurun, serta tingginya beban kerja akibat padatnya jam kerja dan banyaknya pasien yang harus ditangani. Dibandingkan dengan RSIA Bunda Anisyah Air Tiris dan RSIA Norfa Husada Bangkinang, tingkat stres kerja di RSIA Husada Bunda Salo cenderung lebih tinggi.

Berdasarkan uraian tersebut, beban kerja diduga memiliki hubungan dengan stres kerja pada tenaga kesehatan. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul **“Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja”**.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional yang dilaksanakan pada tanggal 20–30 Mei 2026 di RSIA Husada Bunda Salo. Populasi penelitian berjumlah 50 tenaga kesehatan dan seluruh populasi dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi tenaga kesehatan yang masih aktif bekerja di RSIA Husada Bunda Salo serta tenaga kesehatan yang bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah tenaga kesehatan yang sedang cuti selama penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner beban kerja dan kuesioner stres kerja dengan dilengkapi lembar persetujuan (*informed consent*). Pengumpulan data dilakukan dengan memperhatikan prinsip anonimitas dan kerahasiaan, yaitu identitas responden tidak dicantumkan dalam kuesioner dan seluruh data yang diperoleh dijaga kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Kuesioner beban kerja menggunakan konsep dari Munandar (2001) yang terdiri dari 19 item pernyataan, meliputi item *favorable* nomor 7, 14, 15, 16, 17, 18, dan 19 serta item *unfavorable* nomor 1, 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, dan 13. Hasil uji validitas menunjukkan nilai koefisien korelasi item sebesar 0,131–0,755 dengan nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,794. Kuesioner stres kerja menggunakan teori roberts (2006) dan di adaptasi oleh Davin, (2019)). Instrumen ini terdiri dari 12 item *favorable* serta 18 item *unfavorable* dan memiliki validitas konstruk yang baik, serta nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,965. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Peneliti mengurus surat izin penelitian dari kampus. Setelah

Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja

mengantongi surat izin tersebut, peneliti ke RSIA Husada Bunda Salo Menyerahkan surat izin penelitian ke bidang Diklit. Setelah mendapatkan izin penelitian, peneliti menetapkan total populasi sebagai sampel yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Kemudian peneliti mengumpulkan sampel dan menjelaskan maksud penelitian serta menjelaskan hak serta kewajiban responden. Setelah itu responden yang setuju menandatangani *informed consent*. Responden mengisi kuesioner setelah dijelaskan oleh peneliti. Peneliti mengecek kuesioner yang telah diisi, jika ada jawaban yang masih kosong, peneliti meminta responden untuk melengkapi. Setelah itu peneliti memasukkan data ke komputer dan melakukan pengolahan data.

HASIL

Analisa Univariat

Tabel 1 : Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Di RSIA Husada Bunda Salo

Karakteristik Responden	N	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	11	22
Perempuan	39	78
Usia		
20-35 tahun	41	82
>35 tahun	9	11
Status Perkawinan		
Menikah	40	80
Belum Menikah	10	20
Lama Bekerja		
1-5 tahun	24	48
6-10 tahun	20	40
>11 tahun	6	12
Jabatan		
Perawat	13	26
Bidan	10	20
Dokter Spesialis	7	14
Perekam Medis	4	8
Asisten Apoteker	4	8
Dokter Umum	3	6
Analisis Laboratorium	3	6
Penata Anastesi	2	4
Apoteker	1	2
Ahli Gizi	1	2
Elektromedik	1	2
Radiografer	1	2
Ruangan		
Farmasi	5	10
IGD	7	14
Instalasi Gizi	1	2
Elektromedik	1	2
Laboratorium	3	6
OK	5	10
Perinatologi	4	8
Poli	8	16
Radiologi	1	2
Rawat inap	11	22
Rekam medis	4	8
Pendidikan Terakhir		
D3	23	46
D4	4	8
Profesi	16	32
Spesialis	7	14
Agama		
Islam	50	100
Kristen	0	0
Total	50	100

Sumber : hasil penelitian

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 50 responden dalam penelitian ini, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 39 responden (78%), sebagian besar responden berada pada rentang usia 20-35 tahun sebanyak 41 responden (82%), Berdasarkan status perkawinan, mayoritas responden sudah menikah sebanyak 40

Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja

responden (80%). mayoritas responden memiliki masa kerja 6–10 tahun sebanyak 22 responden (44%), sebagian besar responden yaitu sebanyak 13 responden (26%) memiliki jabatan sebagai perawat, sebagian besar responden berada diruangan rawat inap yaitu sebanyak 11 responden (22%), Berdasarkan pendidikan terakhir, mayoritas responden memiliki pendidikan profesi sebanyak 16 responden (32%), dan seluruh responden beragama Islam sebanyak 50 responden (100%).

Tabel 2 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan beban kerja di RSUD Husada Bunda Salo

NO	Beban Kerja	N	Persentase(%)
1	Berat	28	56%
2	Ringan	22	44%
Total		50	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa dari 50 responden di RSIA Husada Bunda Salo, sebagian besar tenaga kesehatan yaitu 28 responden (56%) memiliki beban kerja yang berat.

Tabel 3 : Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan stress kerja pada remaja di RSUD Husada Bunda Salo

No	Stres Kerja	Jumlah (n)	Persentase (%)
1	Stres	26	52
2	Tidak stres	24	48
Total		50	100

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa dari 50 responden di RSIA Husada Bunda Salo, mayoritas responden mengalami stres kerja yaitu sebanyak 26 santriwati (52%).

Analisa Univariat

Tabel 4 : Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo

Beban Kerja	Stres Kerja						P value	OR
	Stres		Tidak Stres		Total			
	N	%	N	%	N	%		
Berat	19	67,9%	9	36,1	28	100	0,011	4,524 1,366-14,89
Ringan	7	31,8%	15	68,2%	22	100		
Total	26	52%	24	48%	50	100		

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa dari 28 responden dengan beban kerja berat, sebanyak 9 responden (32,1%) tidak mengalami stres kerja dan dari 22 responden dengan beban kerja ringan, sebanyak 7 responden (31,8%) mengalami stress kerja

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *pearson chi-square* diperoleh nilai p-value sebesar $0,011 \leq \alpha$ (0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo. Hasil analisis juga diperoleh nilai OR sebesar 4,524, yang berarti responden dengan beban kerja berat berisiko 4,524 kali lebih besar mengalami stres kerja dibandingkan responden dengan beban kerja ringan.

PEMBAHASAN

Beban Kerja

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo mengalami beban kerja berat, yaitu sebanyak 28 responden (56%), sedangkan sebanyak 22 responden (44%) mengalami beban kerja ringan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan memiliki beban kerja yang cukup tinggi dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab pelayanan kesehatan.

Beban kerja merupakan sejumlah tugas atau pekerjaan yang harus diselesaikan oleh seseorang dalam jangka waktu tertentu sesuai dengan kapasitas dan tanggung jawab yang dimilikinya. Menurut Kusumayanti *et al* (2024), beban kerja adalah sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh individu maupun kelompok dalam periode waktu tertentu pada kondisi kerja normal. Beban kerja yang tinggi menuntut tenaga kesehatan untuk mengerahkan kemampuan fisik maupun mental secara optimal agar seluruh pekerjaan dapat diselesaikan dengan baik.

Tingginya proporsi tenaga kesehatan yang mengalami beban kerja berat pada penelitian ini diduga disebabkan oleh tingginya tuntutan pelayanan kesehatan, banyaknya jumlah pasien yang harus ditangani, padatnya jam kerja, serta besarnya tanggung jawab yang harus dipenuhi dalam memberikan pelayanan yang aman dan

Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja

berkualitas. Selain itu, tenaga kesehatan juga dituntut untuk bekerja secara cepat, tepat, dan teliti dalam berbagai kondisi sehingga beban kerja yang dirasakan menjadi semakin besar (Widiaty *et al.*, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Egawati & Aryani (2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan mengalami beban kerja berat akibat tingginya tuntutan pekerjaan serta banyaknya tanggung jawab dalam memberikan pelayanan kepada pasien. Penelitian Kasiuhe *et al* (2025) juga menjelaskan bahwa tenaga kesehatan merupakan salah satu profesi yang memiliki risiko tinggi mengalami beban kerja berat karena harus menghadapi tekanan pekerjaan, jumlah pasien yang banyak, serta tuntutan pelayanan yang berlangsung secara terus-menerus.

Menurut teori Stephen P. Robbins, beban kerja merupakan salah satu faktor organisasi yang dapat memengaruhi kondisi psikologis tenaga kerja. Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan fisik maupun mental sehingga tenaga kesehatan memerlukan kemampuan adaptasi yang baik dalam menghadapi tuntutan pekerjaan. Apabila kondisi tersebut berlangsung dalam waktu yang lama tanpa diimbangi dengan manajemen kerja yang baik, maka dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap kesehatan maupun kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien.

Asumsi peneliti, tingginya beban kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo dipengaruhi oleh besarnya tanggung jawab dalam memberikan pelayanan kesehatan, padatnya aktivitas kerja, serta tuntutan untuk memberikan pelayanan yang cepat, tepat, dan berkualitas kepada pasien. Kondisi tersebut menyebabkan sebagian besar tenaga kesehatan merasakan beban kerja yang berat sehingga diperlukan pengelolaan beban kerja yang baik agar pelayanan kesehatan tetap optimal serta kesehatan tenaga kesehatan tetap terjaga.

Stres Kerja

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 50 responden, sebagian besar tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo mengalami stres kerja, yaitu sebanyak 26 responden (52%), sedangkan sebanyak 24 responden (48%) tidak mengalami stres kerja. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah tenaga kesehatan mengalami stres kerja dalam menjalankan tugas dan tanggung jawabnya sebagai pemberi pelayanan kesehatan.

Stres kerja merupakan kondisi ketegangan fisik maupun psikologis yang dialami seseorang akibat adanya tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan individu dalam menghadapinya. Menurut Nurwiranti & Rachmah (2021) stres kerja merupakan tekanan psikologis yang muncul sebagai respons terhadap berbagai tuntutan pekerjaan, lingkungan kerja, maupun tanggung jawab yang harus diselesaikan oleh tenaga kerja. Kondisi tersebut dapat memengaruhi emosi, cara berpikir, perilaku, bahkan kondisi fisik seseorang sehingga berdampak terhadap produktivitas dan kualitas kerja.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan mengalami stres kerja. Kondisi tersebut diduga disebabkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan, padatnya aktivitas pelayanan kesehatan, banyaknya jumlah pasien yang harus ditangani, serta besarnya tanggung jawab yang dimiliki oleh tenaga kesehatan dalam memberikan pelayanan yang optimal. Selain itu, tenaga kesehatan juga dituntut untuk mampu mengambil keputusan secara cepat dan tepat dalam berbagai kondisi sehingga tekanan kerja yang dirasakan menjadi semakin besar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mayenti & Sari (2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar perawat mengalami stres kerja kategori sedang akibat tingginya tuntutan pekerjaan dan beban kerja dalam memberikan pelayanan kesehatan. Penelitian Purba, dkk (2024) juga menyatakan bahwa tenaga kesehatan merupakan salah satu profesi yang rentan mengalami stres kerja karena tingginya tekanan pekerjaan, jam kerja yang panjang, serta tanggung jawab yang besar terhadap keselamatan pasien.

Menurut teori Stephen P. Robbins, stres kerja dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain faktor organisasi, faktor lingkungan, dan faktor individu. Salah satu faktor organisasi yang paling berpengaruh adalah tingginya beban kerja. Semakin besar tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas, maka semakin besar pula kemungkinan seseorang mengalami stres kerja. Apabila kondisi tersebut berlangsung secara terus-menerus tanpa adanya pengelolaan yang baik, maka dapat memengaruhi kesehatan fisik maupun psikologis tenaga kesehatan serta menurunkan kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien.

Asumsi peneliti, sebagian besar tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo mengalami stres kerja karena tingginya tuntutan pelayanan, besarnya tanggung jawab terhadap keselamatan pasien, serta padatnya aktivitas kerja setiap hari. Kondisi tersebut menyebabkan tenaga kesehatan lebih mudah mengalami kelelahan fisik maupun mental sehingga berpotensi menimbulkan stres kerja. Oleh karena itu, diperlukan upaya pengelolaan stres melalui pengaturan beban kerja, dukungan dari pihak rumah sakit, serta penerapan strategi manajemen stres agar kondisi psikologis tenaga kesehatan tetap terjaga dan pelayanan kesehatan dapat berjalan secara optimal.

Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 28 responden yang mengalami beban kerja berat, sebagian besar yaitu 19 responden (67,9%) mengalami stres kerja, sedangkan 9 responden (32,1%) tidak mengalami stres kerja. Sementara itu, dari 22 responden yang mengalami beban kerja ringan, terdapat 7 responden (31,8%) mengalami stres kerja dan 15 responden (68,2%) tidak mengalami stres kerja. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kejadian stres kerja lebih banyak ditemukan pada tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja berat dibandingkan dengan tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja ringan. Berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji Chi-Square, diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,011$ ($p < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo. Hasil penelitian juga menunjukkan nilai Odds Ratio (OR) sebesar 4,524, yang berarti tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja berat memiliki risiko sekitar 4,524 kali lebih besar mengalami stres kerja dibandingkan tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja ringan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin berat beban kerja yang diterima tenaga kesehatan, maka semakin besar pula kemungkinan mereka mengalami stres kerja. Beban kerja yang tinggi menyebabkan tenaga kesehatan harus mengerjakan berbagai tugas dalam waktu yang terbatas, menghadapi tuntutan pelayanan yang tinggi, serta bertanggung jawab terhadap keselamatan dan kualitas pelayanan pasien. Kondisi tersebut dapat menimbulkan tekanan fisik maupun psikologis sehingga meningkatkan risiko terjadinya stres kerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ridwanto & Kurnia (2024) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat, di mana semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi pula tingkat stres kerja yang dialami. Penelitian Kasiuhe *et al* (2025) juga menyatakan bahwa tenaga kesehatan dengan beban kerja tinggi memiliki kecenderungan mengalami stres kerja yang lebih tinggi dibandingkan tenaga kesehatan dengan beban kerja yang lebih ringan. Selain itu, penelitian Egawati & Aryani (2022) juga menjelaskan bahwa tingginya tuntutan pekerjaan, banyaknya pasien, serta tanggung jawab yang besar dalam memberikan pelayanan kesehatan menjadi faktor yang berkontribusi terhadap meningkatnya stres kerja pada tenaga kesehatan.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Stephen P. Robbins yang menyatakan bahwa beban kerja merupakan salah satu faktor organisasi yang dapat memengaruhi timbulnya stres kerja. Individu yang menerima tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan atau kapasitasnya akan lebih mudah mengalami tekanan psikologis. Semakin tinggi tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas, maka semakin besar kemungkinan seseorang mengalami stres kerja. Apabila kondisi tersebut berlangsung secara terus-menerus tanpa adanya dukungan organisasi maupun pengelolaan stres yang baik, maka dapat berdampak terhadap kesehatan fisik, kesehatan mental, produktivitas kerja, serta kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien.

Asumsi peneliti, adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo menunjukkan bahwa beban kerja merupakan salah satu faktor yang memengaruhi munculnya stres kerja. Tingginya tuntutan pelayanan, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, padatnya jam kerja, serta besarnya tanggung jawab dalam memberikan pelayanan kepada pasien menyebabkan tenaga kesehatan lebih rentan mengalami tekanan fisik dan psikologis. Oleh karena itu, rumah sakit perlu melakukan pengelolaan beban kerja secara proporsional, memberikan dukungan kepada tenaga kesehatan, serta menerapkan program manajemen stres agar tingkat stres kerja dapat diminimalkan sehingga kualitas pelayanan kesehatan tetap terjaga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada peneliti, serta kepada keluarga, Ibu/Bapak dosen pembimbing dan teman-teman seperjuangan yang telah memberikan semangat dan motivasi untuk menyelesaikan penelitian ini.

SIMPULAN

Sebagian besar responden memiliki beban kerja berat sebanyak 28 orang (56%) dan mengalami stres kerja sebanyak 26 orang (52%). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada tenaga kesehatan di RSIA Husada Bunda Salo ($p\text{-value} = 0,011$). Tenaga kesehatan dengan beban kerja berat memiliki risiko 4,524 kali lebih besar mengalami stres kerja dibandingkan tenaga kesehatan dengan beban kerja ringan (OR = 4,524; 95% CI = 1,439–14,214). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja yang diterima tenaga kesehatan, maka semakin besar risiko terjadinya stres kerja. Disarankan agar pihak rumah sakit melakukan pengaturan dan pembagian beban kerja secara seimbang serta memberikan waktu istirahat yang cukup bagi tenaga kesehatan untuk membantu mengurangi stres kerja.

DAFTAR PUSTAKA

Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja

- Azzahra, A.M, N., A.T, F., & M.F.A, B. (2024). Faktor-faktor Beban Kerja yang Mempengaruhi Stres Kerja Anggota Polisi. 1–16.
- Davin. (2019). Hubungan Antara Persepsi Beban Kerja dan Psychological Well-Being dengan Stres Kerja pada Anggota Reskrim Polda Riau.
- Dkk, P. (2024). Faktor - faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja.
- Egawati, S., & Aryani, L. (2022). Kesehatan Di Masa Pandemi. 1(1), 47–54
- Hidayati, N., Betria, I., & Pengaraian, U. P. (2022). Pengaruh *Work-Family Conflict* Terhadap Stres Kerja pada Tenaga Kesehatan di RSUD Surya Insani Riau. Jurnal Manajemen dan Bisnis, XVI(02), 84–90.
- Kasiuhe, P., Palilingan, R. A., & Manoppo, J. E. (2025). Pegawai Tenaga Kesehatan di Puskesmas Kotabunan. 6(September), 11880–11889.
- Kusumayanti, E., Hotna, S., & Mayasari, E. (2024). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kepuasan Kerja Perawat di RSUD Bangkinang Kabupaten Kampar Tahun 2023. 8(23)
- Mayenti, F., & Sari, Y. P. (2023). Rumah Sakit Syafira Pekanbaru. 7, 53–5
- Munandar. (2021). Psikologi Industri dan Organisasi. In 2001.
- Novena, O. D., Andarusito, N., & Marliana, T. (2025). Analisis Faktor Penyebab *Burnout* Pada Tenaga Kesehatan di Rumah Sakit Umum Kasih Ibu Denpasar. 9(4)
- Nurwiranti, A., & Rachmah, D. N. (2021). Stres Kerja pada Tenaga Kesehatan Selama masa Pandemi. Jurnal Psikologi Kesehatan, 9(2), 132–141.
- Ridwanto, & Kurnia, M. G. (2024). Hubungan Beban Kerja Dengan Stress Kerja. 1, 15–24
- Statistik, B. P. (2025). keadaan angkatan Kerja di Indonesia agustus 2025.
- Widiaty, A. T., Amalia, R., Utari, D., & Fithri, N. K. (2021). Gambaran Stres Kerja pada Karyawan di Proyek PLTGU Muara Tawar PT Hutama Karya Kabupaten Bekasi Occupational Stress Level Among Employees at PLTGU Muara Tawar Project PT Hutama Karya Bekasi. 13, 93–99.