



<https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/JKG/article/view/6425>

## HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT STRES TENAGA KESEHATAN MENGHADAPI COVID-19 DI PUSKESMAS DAYEHLUHUR KABUPATEN CILACAP

Karminah<sup>1</sup>, Aneng Yuningsih<sup>2</sup>, Muhammad Husein<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Keperawatan STIKes Bina Putra Banjar, Indonesia  
(Sejarah artikel: Diserahkan April 2021, Diterima Mei 2021, Diterbitkan Juli 2021)

### ABSTRAK

Dalam kondisi pandemi Covid-19, Puskesmas perlu melakukan berbagai upaya pencegahan dan pembatasan penularan infeksi. Meskipun menjadi prioritas, bukan berarti Puskesmas dapat meninggalkan pelayanan lain yang menjadi fungsi Puskesmas yaitu melaksanakan Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) dan Upaya Kesehatan Perorangan (UKP) tingkat pertama. Beban kerja yang berlebihan mempengaruhi tingkat stres pada tenaga kesehatan yang menangani Covid-19. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan menghadapi Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap. Metode: Penelitian: menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua tenaga kesehatan yang bertugas di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap yang berjumlah 54 orang dengan teknik pengambilan sampel total sampling. Hasil: Hasil uji statistik menggunakan Chi-Square didapatkan Nilai  $p$  (0,000) lebih kecil dari Alfa 0,05 dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap. Saran: Bagi perawat harus mampu meningkatkan kemampuan dan pengalaman agar dapat menjalankan tugas dengan baik dan kontrol terhadap gejala stres agar dapat mengurangi stress kerja.

**Kata Kunci:** Beban Kerja, Stress Kerja, Covid-19

### ABSTRACT

In the Covid-19 pandemic, Puskesmas need to make various efforts to prevent and limit infection transmission. Although this is currently a priority, it does not mean that the Puskesmas can leave other services that are the functions of the Puskesmas, namely implementing the first level of Community Health Efforts (UKM) and Individual Health Efforts (UKP). Excessive workload greatly affects the stress level of health workers, especially health workers who handle Covid-19. Objective: This study aims to determine the relationship between workload and stress levels of health workers in handling Covid-19 at the UPTD of Dayeuhluhur I Health Center, Cilacap Regency. Methods: Research: using quantitative methods with a correlational design. The population in this study were all health workers who served in the UPTD of Dayeuhluhur I Health Center, Cilacap Regency, amounting to 54 people with total sampling technique. The conclusion is that there is a significant relationship between workload and stress levels of health workers in handling Covid-19 at the UPTD of Dayeuhluhur I Health Center, Cilacap Regency. Suggestions for nursing practitioners should be able to improve their abilities and experience in order to carry out their duties properly and it may be necessary to control stress symptoms in the future in order to reduce work stress on health workers in any situation.

**Keywords:** Workload, Work Stress, Covid-19

### PENDAHULUAN

*Coronavirus Disease 19* (Covid-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh *Novel Coronavirus* (2019-nCoV) atau yang kini

dinamakan SARS-CoV-2 yang merupakan virus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi sebelumnya pada manusia. Penambahan dan penyebaran kasus Covid-19

secara global berlangsung cukup cepat. Pada tanggal 11 Agustus 2020 *World Health Organization* (WHO) telah dilaporkan total temuan kasus infeksi terbesar di jumlah total kasus virus korona yang telah dikonfirmasi di dunia hingga kini adalah sebanyak 20.237.653 (20,2 juta) kasus, sedangkan total kesembuhan mencapai 4.414.672 jiwa dan total pasien meninggal dunia mencapai 451.236 jiwa. Di Indonesia sendiri kejadian kasus terkonfirmasi sebanyak 130.718 dengan total kasus kematian sebanyak 5.903 orang dan sebanyak 85.798 orang sembuh (WHO, 2020).

Pada tanggal 12 Agustus 2020 angka kejadian Covid-19 di Provinsi Jawa Tengah mencapai 11.697 pasien yang positif Covid-19 dengan rincian 2.502 pasien (21,9%) dirawat, 8.127 pasien (69,48%) sembuh, dan 1.068 pasien (9,13%) meninggal dunia. Jumlah orang dalam pemantauan (ODP) sebanyak 47.259 jiwa dengan rincian 297 jiwa (0,63%) dalam pemantauan, 46.962 jiwa (99,37%) selesai pemantauan, sementara itu jumlah Pasien Dalam Pengawasan (PDP) mencapai 12.861 jiwa dengan rincian 1.175 orang dirawat (9,14%), sebanyak 9.867 orang sembuh (76,72%) dan sisanya sebanyak 1.819 orang meninggal (14,14%) (Dinkes Provinsi Jawa Tengah, 2020).

Kabupaten Cilacap merupakan salah satu wilayah yang berada di Provinsi Jawa Tengah. Angka kejadian Covid-19 di Kabupaten Cilacap periode 12 Agustus 2020 adalah sebanyak 80 kasus positif, sembuh 76 dan 1 pasien meninggal. Sementara itu dari total suspek sebanyak 323 kasus sebanyak 288 pasien dinyatakan sembuh, sebanyak 28 pasien meninggal dunia, dan 7 orang masih dirawat. Kecamatan Dayeuhluhur merupakan salahsatu kecamatan yang terdapat di Kabupaten Cilacap, angka kejadian positif Covid-19 yaitu sebanyak 1 jiwa dan jumlah ODP sebanyak 2 Jiwa (Dinkes Kabupaten Cilacap, 2020).

Dalam kondisi pandemi Covid-19, Puskesmas perlu melakukan berbagai upaya dalam penanganan pencegahan dan pembatasan penularan infeksi. Meskipun saat ini hal tersebut menjadi prioritas, bukan berarti Puskesmas dapat meninggalkan pelayanan lain yang menjadi fungsi Puskesmas yaitu melaksanakan Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) dan Upaya Kesehatan Perorangan (UKP) tingkat pertama seperti yang ditetapkan dalam Permenkes Nomor 43 Tahun 2019

tentang Pusat Kesehatan Masyarakat (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan melalui wawancara dengan 10 orang petugas kesehatan yang menangani Covid-19 didapatkan 8 dari 10 responden mengatakan selama pandemic, beban kerja meningkat beberapa kali karena selain focus ke upaya pencegahan penularan Covid-19 mereka tetap harus menjalankan program UKM dan UKP seperti biasanya mulai dari mengkaji, merencanakan, melaksanakan dan mengevaluasi kesehatan pada individu maupun kelompok dan masyarakat. Tugas lainnya adalah merawat dan menjaga penderita dari penularan, serta mengusahakan rehabilitasi, pencatatan sederhana tentang perkembangan penderita. Perawat tidak hanya menjalankan fungsinya sebagai perawat namun juga melaksanakan tugas lain yang seharusnya ada petugasnya tersendiri. Selain hal tersebut dalam wawancara responden juga mengatakan beberapa tambahan data yang memicu stress diantaranya adalah kekhawatira melihat kondisi dilapangan, masyarakat banyak yang belum sadar tentang bahaya pandemi Covid-19, pasien positif Covid-19 semakin hari semakin bertambah, setiap hari harus berhubungan langsung dengan berbagai jenis pasien yang memiliki resiko tinggi terkonfirmasi positif Covid-19 selain itu ditambah dengan semakin berkurangnya pasokan Alat Pelindung Diri (APD).

Beban kerja tenaga kesehatan di Puskesmas antara lain. Bertolak dari latar belakang penelitian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah semua tenaga kesehatan yang bertugas di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap yang berjumlah 54 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling. Dengan analisis data menggunakan uji *chi square*. Instrumen penelitian ini terdiri dari kuisioner untuk mengukur beban kerja dan tingkat stres pada tenaga kesehatan yang menangani Covid-19 digunakan kuesioner DASS-21 (*Depression Anxiety Stress Scale*) yang dikembangkan oleh

Lovibond. S. H dan Lovibond. P. H pada tahun 1995 (Crawford & Henry, 2013)

Uji validitas dan reliabilitas hanya dilakukan pada instrument beban kerja saja dan telah dilakukan terhadap 20 orang tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur II dengan hasil uji dari masing-masing pertanyaan terletak antara nilai yang lebih besar dari r tabel yaitu 0.468.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Beban kerja tenaga Kesehatan dalam penanganan wabah Covid-19 pada penelitian ini diukur dengan menggunakan kuisioner yang mengacu terhadap indikator dari teori beban kerja yaitu 1) Tugas yang bersifat fisik, 2) Organisasi kerja, dan 3) Lingkungan Kerja. Hasil penelitian terhadap beban kerja tenaga Kesehatan dalam penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap adalah sebagai berikut:

Tabel 1

Distibusi Frekuensi Beban Kerja Tenaga Kesehatan Dalam Penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap

Beban Kerja	F	%
Rendah	33	61.1
Sedang	16	29.6
Tinggi	5	9.3
<b>Jumlah</b>	<b>54</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa beban kerja rendah sebanyak 33 responden 61,1%, beban kerja sedang sebanyak 16 responden 29.6%, dan sisanya sebanyak 5 responden 9.3% memiliki beban kerja tinggi.

Hasil penelitian terhadap aspek tingkat stres tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap adalah sebagai berikut:

Tabel 2

Distibusi Frekuensi Tingkat Stres Tenaga Kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap

Tingkat Stres	F	%
Normal	36	66.7
Ringan	15	27.8
Sedang	3	5.6
Berat	0	0.0
Sangat Berat	0	0.0
<b>Jumlah</b>	<b>54</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebanyak 36 responden 66.7% dalam kategori normal, sebanyak 15 responden 27.8% memiliki stress ringan, dan sisanya sebanyak 3 responden 5.6% memiliki tingkat stress sedang.

Untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yaitu variabel beban kerja tenaga kesehatan dengan stress kerja dalam penanganan Covid-19. Analisis bivariat menggunakan uji statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian dan skala data yang ada.

Tabel 3

Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Tenaga Kesehatan Dalam Penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap

Beban Kerja	Tingkat Stres						Jumlah		P Value
	Normal		Ringan		Sedang				
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Rendah	33	100.0	0	0.0	0	0.0	33	100	0.000
Sedang	3	18.8	13	81.3	0	0.0	16	100	
Tinggi	0	0.0	2	40.0	3	60.0	5	100	
<b>Jumlah</b>	36	66.7	15	27.8	3	5.6	54	100	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan table 3 diketahui bahwa dari 33 responden yang memiliki beban kerja rendah semuanya 100.0% memiliki tingkat stress normal, dari 16 responden yang memiliki beban kerja sedang sebanyak 3 responden 18.8% memiliki tingkat stress normal dan sebanyak 13 responden 81.3% memiliki tingkat stress ringan, dan sisanya dari 5 orang responden dengan beban kerja tinggi

sebanyak 2 responden 40.0% memiliki tingkat stress ringan dan 3 responden 60% memiliki tingkat stress sedang.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi square didapatkan nilai p value sebesar 0,000 lebih kecil dari alfa 0.05 yang berarti ada hubungan beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan

dalam penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap.

### **Beban Kerja**

Berdasarkan hasil penelitian tentang beban kerja tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap, sebagian besar responden menyatakan bahwa beban kerja rendah sebanyak 33 responden 61,1%, beban kerja sedang sebanyak 16 responden 29.6%, dan 5 responden 9.3% memiliki beban kerja tinggi.

Beban kerja merupakan suatu keadaan dimana pekerja dihadapkan pada tugas yang harus diselesaikan dalam batas waktu tertentu. Beban kerja berlebih dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres. Beban kerja secara kuantitatif timbul akibat tugas-tugas terlalu banyak atau sedikit, sedangkan secara kualitatif jika pekerja merasa tidak mampu untuk melakukan tugas, atau tugas tidak menggunakan keterampilan atau potensi dari tenaga kerja. Beban kerja secara kuantitatif dan kualitatif dapat menimbulkan kebutuhan untuk bekerja selama jumlah jam kerja yang sangat banyak, hal ini merupakan sumber tambahan stress (Margiati, 2015).

Hasil penelitian terlihat sebagian besar tenaga kesehatan memiliki beban kerja rendah sebanyak 33 responden 61,1%. Hal ini terjadi karena pada saat dinas selama 6 hari tidak banyak kontak dengan pasien yang mengidap Covid-19, penanganan pasien Covid-19 juga dilakukan oleh petugas khusus secara bersamasama sehingga secara singkat waktu penyelesaian tindakan yang dibutuhkan dan tidak melakukan perawatan langsung atau dirujuk ke fasilitas kesehatan lain yang khusus menangani Covid-19, oleh karena itu beban kerja yang tinggi yang pada penelitian hanya 9.3% terdapat pada tenaga kesehatan yang menangani langsung pasien suspek maupun orang dengan gejala Covid-19.

Dalam menghadapi situasi sulit akibat dampak pandemi Covid-19 yang melanda Indonesia, tenaga kesehatan dihadapkan dengan suatu kondisi beban kerja yang bertamabah, karena tenaga kesehatan memiliki peran vital dalam memerangi pandemic tersebut. Tenaga kesehatan menjadi garda terdepan dalam penanganan wabah Covid-19 sehingga perlu adanya kesesuaian beban pekerjaan yang himpun untuk bekerja secara efektif dan efisien. Mereka harus mempertaruhkan nyawa menangani pasien virus korona Covid-19 dengan risiko penularan yang sangat besar. Tak hanya itu, mereka pun harus hidup terpisah dengan keluarga dan orang yang disayang selama berminggu-minggu untuk menghindari penularan virus lebih luas.

Munandar (2015), menjelaskan bahwa akibat negatif dari meningkatnya beban kerja adalah kemungkinan timbul emosi tenaga kesehatan yang tidak sesuai yang diharapkan pasien. Beban kerja yang berlebihan ini sangat berpengaruh terhadap produktifitas tenaga kesehatan. Bagi tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja tinggi mereka merasakan bahwa jumlah tenaga kesehatan yang ada tidak sebanding dengan jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan serta resiko yang ditimbulkan yang lebih besar. Kondisi ini dapat memicu munculnya masalah lain yang berhubungan dengan pekerjaan, karena semua pasien yang berkunjung secara tidak menutuo kemungkinan dapat menularkan penyakitnya terhadap tenaga kesehatan.

Beban kerja tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19 perlu mendapat perhatian lebih dari pemerintah, jaminan kesehatan dan kesejahteraan, insentif yang didapat sangat penting diberikan kepada tenaga kesehatan pada saat ini, demi meringkankan beban kerja yang dimiliki. Bukan hanya hal dalam kesejahteraan akan tetapi perlindungan kesehatan baik tenaga kesehatan dan keluarganya sangat penting diberikan karena tenaga kesehatan merupakan garda terdepan dalam penanganan wabah Covid-19.

### **Stres Kerja Tenaga kesehatan**

Hasil penelitian tentang stress kerja tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap diketahui bahwa, sebanyak 36 responden 66.7% dalam kategori normal, sebanyak 15 rersponden 27.8% memiliki stress ringan, dan sisanya sebanyak 3 responden 5.6% memiliki tingkat stress sedang.

Stres merupakan respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban atasnya. Stres dapat muncul apabila seseorang mengalami beban atau tugas berat dan orang tersebut tida dapat mengatasi tugas yang dibebankan itu, maka tubuh akan berespon dengan tidak mampu terhadap tugas tersebut, sehingga orang tersebut dapat mengalami stres. Stres kerja dapat terjadi apabila dalam bertugas mendapatkan beban kerja yang melebihi kemampuannya atau dihadapkan dengan resiko keselamatan kerja yang tinggi akibat suatu pandemic sehingga petugas tersebut tidak mampu memenuhi atau menyelesaikan tugasnya serta memiliki resiko terpapar atau terinfeksi dari pekerjaannya tersebut, maka pekerja tersebut dikatakan mengalami stres kerja.

Munandar (2012), menjelaskan bahwa apabila stres mencapai titik puncak yang kira-kira sesuai dengan kemampuan maksimum kinerja karyawan maka pada titik ini stres tambahan cenderung tidak menghasilkan perbaikan kinerja selanjutnya bila stres yang dialami karyawan terlalu

besar, maka kinerja akan mulai menurun, karena stres tersebut mengganggu pelaksanaan kerja karyawan dan akan kehilangan kemampuan untuk mengendalikannya atau menjadi tidak mampu untuk mengambil keputusan dan perilakunya menjadi tidak menentu. Akibat yang paling ekstrim adalah kinerja menjadi nol, karyawan mengalami gangguan, menjadi sakit, dan tidak kuat lagi untuk bekerja, menjadi putus asa, keluar atau menolak bekerja).

Pada masa pandemi Covid-19 tenaga kesehatan tidak hanya gelisah dalam menangani pasien Covid-19. Pikiran mereka mungkin juga terusik dengan terbatasnya alat perlindungan diri (APD) dan perubahan protokol kesehatan yang begitu cepat. Situasi ini tentu lebih berat bagi tenaga kesehatan, terlebih mereka tidak bisa sembarangan melakukan kontak dengan pasangan, anak maupun anggota keluarga lainnya. Kesehatan mental para tenaga kesehatan berada dalam kondisi serius dan berbahaya. Sebuah studi baru dalam *Journal of American Medical Association* (2020), telah mengukur risiko kesehatan mental tersebut. Studi berbasis survei ini telah meneliti kesehatan mental dari 1.257 petugas kesehatan yang merawat pasien Covid-19 di 34 rumah sakit di Tiongkok. Hasilnya, sebagian besar dari mereka melaporkan gejala depresi 50 persen, kecemasan 45 persen, insomnia 34 persen dan tekanan psikologis 71,5 persen. Dalam hal ini, wanita dan tenaga kesehatan adalah orang yang mengalami gejala sangat parah. Tapi, hasil ini tidak mengejutkan karena mereka sering dipanggil untuk melakukan pekerjaan yang ekstra emosional.

### **Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Tenaga Kesehatan Dalam Penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap**

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *Chi-Square* didapatkan Nilai  $p$  (0,000) lebih kecil dari Alfa 0,05 maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap terlihat dari tabulasi silang pada hasil analisis data bahwa dari 33 responden yang memiliki beban kerja rendah semuanya 100.0% memiliki tingkat stress normal, dari 16 responden yang memiliki beban kerja sedang sebanyak 3 responden 18.8% memiliki tingkat stress normal dan sebanyak 13 responden 81.3% memiliki tingkat stress ringan, dan sisanya dari 5 orang responden dengan beban kerja tinggi sebanyak 2 responden 40.0% memiliki tingkat

stress ringan dan 3 responden 60% memiliki tingkat stress sedang.

Setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam menghadapi stres yang dihadapi. Menurut Siagian (2012), secara sosial budaya, pegawai yang bermoral tinggi akan memiliki tugas tambahan. Berdasarkan pemikiran bahwa tenaga kesehatan lebih teliti, lebih sabar, lebih menghargai, lebih bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas, sehingga tidak jarang pimpinan akan memberikan tugas tambahan karena merasa yakin pasti akan diselesaikan dengan baik. Setiap orang pernah stres dan akan mengalaminya, akan tetapi kadarnya berbeda-beda serta dalam jangka waktu yang tidak sama (Hardjana, 2014). Selye (1956 dalam Suliswati, 2015) menyatakan bahwa stres merupakan tanggapan menyeluruh dari tubuh baik fisik maupun mental terhadap setiap tuntutan ataupun perubahan yang mengganggu, mengancam rasa aman dan harga diri individu. Pengalaman stres adalah pengalaman pribadi dan bersifat subjektif. Stres terjadi apabila individu menilai situasi yang ada pada dirinya adalah situasi yang mengancam.

Bekerja sebagai tenaga kesehatan dalam masa pandemic Covid-19 setiap kesempatan akan menemui pasien yang bisa saja menularkan penyakitnya terhadap tenaga kesehatan yang berdampak pada kondisi dan beban kerja yang berbeda. Untuk itu tenaga kesehatan harus berperan sebagai tenaga serba bisa, memiliki inisiatif, berperilaku kreatif serta memiliki wawasan yang luas dengan motivasi kerja keras, cerdas, ikhlas dan kerja berkualitas dan tetap mematuhi protokol kesehatan. Menangani pasien pada masa pandemic dapat dipandang sebagai tuntutan terhadap pelayanan kesehatan jika tidak dikelola dengan baik maka akan berakibat terjadinya stress kerja (Arif, 2020).

Secara umum stres kerja dipengaruhi oleh banyak faktor selain beban kerja, seperti yang disebutkan dalam penelitian Restiaty et al (2016), tentang beban kerja dan perasaan kelelahan menyimpulkan adanya hubungan beban kerja di tempat kerja dengan kelelahan kerja yang merupakan gejala fisik stress kerja, artinya semakin berat beban kerja di tempat kerja maka semakin tinggi tingkat stress kerja. Lebih lanjut dijelaskan bahwa variabel yang berhubungan dengan beban kerja adalah tempat bekerja, jenis pekerjaan, serta beban mental Banyaknya pekerjaan yang melebihi kapasitas menyebabkan kondisi fisik tenaga kesehatan mudah lelah dan mudah tegang.

Pelayanan kesehatan di fasilitas kesehatan juga sangat kompleks, dimana membutuhkan kemampuan secara teknis dan pengetahuan yang

lebih. Beban pekerjaan yang begitu banyak pemenuhan kebutuhan, penanganan masalah dan pada akhirnya sangat menguras energi baik fisik ataupun kemampuan kognitif. Kondisi tenaga kesehatan yang stres dengan adanya beban pekerjaan yang sudah berat hendaknya tidak ditambah lagi dengan beban-beban lain di luar tugas sebagai tenaga kesehatan. Sebagai contoh adalah beban yang dapat memicu kesehatan dan keselamatan kerja, kurangnya APD atau beban lain yang pada akhirnya semakin memperberat, sehingga tingkat stres tenaga kesehatan semakin meningkat.

Pada umumnya tenaga kesehatan yang mengalami stress kerja diakibatkan oleh takutnya terpapar virus Covid-19. Kelelahan dan kecemasan yang dihadapi tenaga kesehatan pada saat yang sulit ini. Terkadang, hal ini terjadi karena adanya perubahan aturan yang merevisi jam kerja dengan syarat dan ketentuan lainnya, selain itu, kondisi tersebut bisa juga terjadi karena laju pekerjaan yang memang meningkat jauh lebih banyak karena pandemi. Ditambah kurangnya APD yang tersedia menjadi ancaman besar bagi tenaga kesehatan pada saat ini.

## SIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Tenaga Kesehatan Dalam Penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap, dapat menarik beberapa simpulan dari penelitian ini, yaitu:

1. Beban kerja tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap dalam kategori rendah sebesar 61.1%.
2. Stress kerja tenaga kesehatan di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap dalam kategori normal sebesar 66.7%.
3. Hasil analisis bivariat terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan dalam penanganan Covid-19 di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap di UPTD Puskesmas Dayeuhluhur I Kabupaten Cilacap dengan nilai *p value* sebesar 0,000 lebih kecil dari alfa 0.05.

Saran yang perlu dilakukan yaitu perlunya penjadwalan dan jumlah perawat yang khusus menangani Covid-19 disetiap shift kerja yang diatur secara baik agar petugas kesehatan dapat meringankan beban kerja yang bisa menimbulkan kelelahan pada tenaga kesehatan. Puskesmas juga diharapkan mampu memberikan pelatihan

untuk meningkatkan kemampuan dan pengalaman agar dapat menjalankan tugas dengan baik dan mungkin diperlukan kontrol terhadap gejala stres dikemudian hari agar dapat mengurangi stress kerja pada tenaga kesehatan didalam situasi apapun.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arif, A. 2020. *Perawat pasien covid-19 rawan alami tekanan psikologis karena beban kerja*, Available On <https://www.ayosemarang.com/read/2020/04/06/54825/perawat-pasien-covid-19-rawan-alami-tekanan-psikologis-karena-beban-kerja>. Diakses Bulan Mei 2020.
- Crawford, JR., & Henry, JD. (2013). The Depression Anxiety Stress Scale (DASS): Normative data and latent structure in a large non-clinical sample. *British Journal of Clinical Psychology*, (42), 111-113.
- Dinkes Kabupaten Cilacap. (2020). *Angka kejadian covid-19 kabupaten cilacap*. Available On <https://dinkes.cilacapkab.go.id> Diakses Bulan Mei 2020.
- Kemendagri. 2020. *Buku pedoman penanganan covid 19*. Available On [https://www.kemendagri.go.id/documents/covid-19/BUKU\\_PEDOMAN\\_COVID-19\\_KEMENDAGRI.pdf](https://www.kemendagri.go.id/documents/covid-19/BUKU_PEDOMAN_COVID-19_KEMENDAGRI.pdf) Diakses Bulan Juni 2020.
- Kemendes RI. 2020. *Informasi tentang corona virus*. Available On <https://covid19.kemkes.go.id/category/situasi-infeksi-emerging/info-coronavirus/#.XuH2BkUzaUk> Diakses Bulan Mei 2020.
- Margiati. (2015). *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. (3). Rajawali Pers.
- Munandar. (2015). *Psikologi Industri dan Organisasi*. Universitas Indonesia.
- WHO. 2020. *Jumlah kasus covid-19*. Available On [https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQjwrIf3BRD1ARIsAMuugNs5LG42r\\_WKzmsVMmMIS9rDf2LY0oeeZhaX0mZkxAreAjVYOWw7yNwaApeJEALw\\_wcB](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019?gclid=Cj0KCQjwrIf3BRD1ARIsAMuugNs5LG42r_WKzmsVMmMIS9rDf2LY0oeeZhaX0mZkxAreAjVYOWw7yNwaApeJEALw_wcB) Diakses Bulan Juni 2020.