


## Antara Tanggung Jawab dan Kelelahan: Eksplorasi Strategi Adaptif Perawat dalam Menghadapi Beban Kerja

Iswadi<sup>1\*</sup>, Durrotul Baidho<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Adiwangsa Jambi, Jl. Sersan Muslim No. RT 24, The Hok, Kec. Jambi Sel., Kota Jambi, Jambi

E-mail: [Iswadi.rg@gmail.com](mailto:Iswadi.rg@gmail.com)

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1332>

### ARTICLE INFO

#### Article history

Received: 02 April 2025

Revised: 15 April 2025

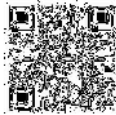
Accepted: 30 April 2025

#### Kata Kunci:

Perawat Pelaksana, Beban Kerja Perawat, Persepsi

#### Keywords:

Clinical Nurse, Nurse Workload, Perception



### ABSTRACT

Perawat memiliki peran krusial dalam pelayanan kesehatan, namun seringkali menghadapi beban kerja yang tinggi. Beban ini mencakup tuntutan fisik, mental, keterbatasan sumber daya, serta ketidakseimbangan antara jumlah perawat dan pasien. Kondisi tersebut berdampak pada peningkatan stres dan penurunan kinerja perawat pelaksana, khususnya di ruang rawat inap. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi persepsi perawat pelaksana dalam menghadapi beban kerja tinggi di ruang rawat inap RSUD Sungai Bahar. Pendekatan yang digunakan adalah kualitatif dengan metode fenomenologi deskriptif. Partisipan berjumlah sembilan orang yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis dengan metode Collaizi. Hasil penelitian mengidentifikasi empat tema utama: (1) gambaran umum beban kerja tinggi yang tidak sebanding dengan kesejahteraan; (2) faktor penyebab beban kerja, terutama rasio pasien-perawat yang tidak proporsional; (3) dampak beban kerja terhadap kondisi emosional dan keselamatan pasien; dan (4) strategi adaptif dan harapan perawat dalam menghadapi beban kerja, seperti pembagian tugas dan manajemen stres. Temuan ini memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang dinamika beban kerja perawat dan dapat menjadi dasar pengambilan kebijakan di rumah sakit.

*Nurses play a crucial role in healthcare services but frequently face a high workload, including physical and mental demands, limited resources, patient dependency, and an imbalanced nurse-to-patient ratio. These conditions contribute to increased stress and decreased performance among clinical nurses, particularly in inpatient care settings. This study aims to explore the perceptions of clinical nurses regarding high workloads in the inpatient unit of Sungai Bahar Regional Public Hospital. A qualitative method with a descriptive phenomenological approach was employed. Nine participants were selected through purposive sampling. Data were collected via in-depth interviews and analyzed using Collaizi's method. Four main themes emerged from the data: (1) general overview of high workload with unfulfilled welfare and recognition; (2) contributing factors to workload, especially the disproportionate number of patients to nurses; (3) the impact of workload on emotional control and patient safety; and (4) nurses' coping strategies and expectations, including task delegation, prioritization, time management, and self-distraction to reduce stress. These findings provide in-depth insights into nurses' experiences and may inform hospital management policies aimed at improving nurse well-being and patient care quality.*



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

**How to Cite:** Iswadi, et al (2025). Antara Tanggung Jawab dan Kelelahan: Eksplorasi Strategi Adaptif Perawat dalam Menghadapi Beban Kerja, 3(4) 5001-5005. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v3i4.1332>

### PENDAHULUAN

Perawat mempunyai peran yang sangat vital sebagai caregiver dalam pelayanan kesehatan di ruang rawat inap yang harus mampu mempertahankan perilaku caring dan kepuasan pasien (Agustina et al., 2021). Tanggung jawab yang tidak hanya menunjukkan pada peran perawat dalam kebutuhan medis

dasar, tetapi juga mencakup aspek biologis, psikologis, sosiologis, dan spiritual pasien (Syahbanaa et al., 2019). Beban kerja perawat dapat mencakup waktu dan durasi kerja yang panjang, dengan durasi kerja dan jumlah pasien per perawat secara langsung berkontribusi terhadap beban kerja di ruang rawat inap (Almenyan et al., 2021). Sementara rasio pasien - perawat yang tinggi berpengaruh negatif terhadap mutu asuhan keperawatan (Suryani & Rambe, 2022) . Beban kerja perawat muncul akibat adanya interaksi antara tuntutan tugas, lingkungan kerja, keterampilan, perilaku dan persepsi pekerja yang berkorelasi langsung pada faktor yang dapat mempengaruhi efisiensi kerja (Gumelar dkk, 2021).

Bukti penelitian lain ditunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja perawat pelaksana di ruang rawat inap maka semakin tinggi pula tingkat stres kerja mereka, dan begitupun sebaliknya, penurunan beban kerja juga berbanding lurus dengan penurunan risiko stres kerja (Pratiwi, 2023). Selain itu, faktor-faktor penyebab stres kerja di kalangan perawat mencakup kurangnya kontrol terhadap tugas, ketidaksesuaian beban kerja dengan kemampuan pekerja, serta minimnya dukungan dari rekan sejawat dan manajemen (Zhong et al., 2024). Tekanan waktu, jam kerja yang panjang, dan minimnya dukungan formal manajerial maupun informal menjadi pemicu utama stress kerja yang membuat perawat sering mengalami “*lack of control*” terkait tugas mereka (Riyadi & Sarsono, 2019).

Pada saat melakukan studi pendahuluan, peneliti mendapatkan data perbandingan perawat dengan jumlah pasien dalam 3 tahun terakhir (Tabel.1).

Tabel 1. Rasio Perbandingan Pasien dan Perawat di Ruang Rawat Inap Tahun (2022 – 2024)

Tahun	Pasien	Perawat	Rasio Tahunan	Ideal Perawat per shift	Rasio Pasien: Perawat (per Shift/8 Jam)	Standar Ideal (1:5/Shift)
2022	1.505	11	137:1	3.67 (4)	376 : 1 (1.505 ÷ 4)	5-6 pasien per perawat/shift
2023	1.839	11	167:1	3.67 (4)	460 : 1 (1.839 ÷ 4)	5-6 pasien per perawat/shift
2024	1.921	9	213:1	3	640 : 1 (1.921 ÷ 3)	5-6 pasien per perawat/shift

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa jumlah perawat di Ruang Rawat Inap Tahun 2022-2024 masih jauh dibawah jumlah standar dimana perbandingan perawat dengan jumlah pasien yang dirawat rata-rata rasio diatas 150 pasien per perawat per tahun atau rasio per hari per shift lebih 10-12 pasien per perawat, artinya jauh tidak sebanding dengan kebutuhan ideal yang 3-4 per perawat per shift. Belum lagi dilain hal pelayanan perawat yang juga melayani pasien dengan perubahan ketergantungan kebutuhan layanan. Sementara menurut penelitian di beberapa negara merekomendasikan rasio yang optimal antara perawat dan pasien sekitar 1:4 sampai 1:6 per shift mampu menjamin kualitas penanganan pasien dan kesejahteraan perawat (Kshatri et al., 2022).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap 3 orang perawat Ruang Rawat Inap Dewasa pada tanggal 06 Januari 2025 diidentifikasi beberapa penyebab timbulnya stres karena tingginya beban kerja. Beban kerja yang tinggi tersebut antara lain perawat dituntut untuk melayani pasien dengan berbagai tingkat ketergantungan pasien, baik yang tanpa alat bantu meis maupun yang menggunakan alat bantu seperti terpasang monitor *infus pump*, *syring pump*, dan lain sebagainya) sehingga perawat harus memiliki kompetensi khusus. Disisilain tuntutan masyarakat yang tinggi sering menimbulkan komplain atas pelayanan yang diterima juga merupakan suatu hal yang menjadi beban tambahan kerja perawat. Lingkungan kerja yang kurang mendukung (keluarga pasien yang banyak, sering diliput wartawan, tempat tidur yang sering penuh dan pekerjaan yang sangat beresiko tinggi seperti melayani pasien infeksius (HIV, Hepatitis, TBC dan lainnya) juga ikut menjadi beban tersendiri bagi perawat. Kondisi-kondisi tersebut yang sering membuat perawat merasa kelelahan yang beriko mengancam keselamatan.

Atas dasar inilah peneliti tertarik menggali persepsi dan pengalaman perawat menghadapi kondisi beban kerja yang seharusnya diluar kemampuan mereka, penelitian ini akan dilakukan di salah satu rumah sakit daerah di Kabupaten Muaro Jambi khususnya kepada perawat pelaksana rawat inap.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi deskriptif untuk mengetahui “Gambaran umum beban kerja dan tanggung jawab perawat diruang rawat

inap Di RSUD Sungai Bahar Kabupaten Muaro Jambi”, dengan melakukan mengeksplorasi mendalam untuk mendapatkan pengalaman partisipan. Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah semua perawat yang bertugas di unit rawat inap yang berjumlah 9 (sembilan) orang yang dipilih secara *purposive sampling*. Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data melalui wawancara mendalam dan dianalisis menggunakan metode *collaizi*. Sesuai dengan etika penelitian, setelah peneliti mendapatkan persetujuan dari partisipan, peneliti melakukan wawancara kepada partisipan dengan dibantu satu alat rekaman. Hasil penelitian yang diharapkan dapat mengetahui gambaran umum perbandingan yang diekspresikan partisipan antara beban kerja, tanggung jawab dengan royalti dan kesejahteraan perawat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Perawat menyampaikan dari pengalaman mereka dan lamanya mereka bekerja mulai dari 2 sampai 10 tahun di RSUD Sungai Bahar sering merasakan lelah dan capek karena mereka merawat pasien dari 6 spesialis, berhadapan dengan pasien yang memiliki sifat emosional, keluarga pasien tidak terima ketika keluarganya meninggal dunia, penanganan pasien kritis, jumlah perawat yang hanya 2 orang dalam satu siff, dengan tuntutan pekerjaan yang sesuai SOP dan jam kerja yang sudah ditentukan, perawat merasa tidak seimbang antara kehidupan pribadi dan pekerjaan, karena prioritas seorang perawat adalah pasien. Gaji yang sangat minim hanya 1 juta sudah bertahun-tahun bekerja di RSUD Sungai Bahar.

Faktor dari administratif seperti dokumentasi dan penggunaan sistem informasi sangat mempengaruhi kinerja karena baru hanya sebagian ruangan yang menggunakan SIM-RS hal ini mempengaruhi pola tidur yang tidak teratur dan mempengaruhi sistem kinerja perawat dalam melakukan asuhan keperawatan.

Perawat menjelaskan cara mereka mengatasi stres kerja dan beban kerja fisik yang berlebihan yaitu dengan manajemen stres, mengatur waktu, memprioritaskan pekerjaan yang lebih penting, menyelesaikan pekerjaan secepat mungkin, dan memilih tim yang dapat bekerja sama dengan baik saling mendukung dan saling membantu dalam menyelesaikan pekerjaan. Perawat juga berharap penambahan dari SDM perawat, pengadaan pelatihan untuk penambahan wawasan bagi perawat, menaikkan gaji bagi perawat dan lebih disiplin terhadap waktu, mendisiplinkan diri untuk tetap profesional dalam melakukan asuhan keperawatan.

### ***Pembahasan***

#### **Tema 1: Gambaran umum beban kerja**

Menurut teori *Roy Adaptation (RAM)* menjelaskan bahwa adaptasi individu maupun kelompok yang di hasilkan dari sebuah pemikiran dan perasaan yang terintegrasi. Hal ini menjelaskan bahwa penurunan integritas tubuh akan menimbulkan suatu kebutuhan dan menyebabkan individu berespon melalui upaya atau perilaku tertentu termasuk fungsi fisiologis, konsep diri, fungsi peran dan interdependen terhadap perawat (Roy C. 2013).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pengalaman perawat dimulai dari 2 sampai 10 tahun, mereka merawat pasien dari 6 spesialis dengan berbagai macam sifat, tingkah laku pasien dan keluarga pasien. Pekerjaan yang paling membebani perawat adalah ketika pasien penuh perawat kesulitan karena petugas hanya ada 2 orang dalam satu siff. Beban kerja perawat dapat digambarkan dengan pekerjaan yang banyak tetapi gaji sangat kecil, dan waktu dinas malam yang sangat panjang yaitu 12 jam dan pasien sebanyak 18 orang. Perawat merasa puas dalam bekerja ketika pasien pulang dengan keadaan sehat dan mengucapkan terimakasih kepada perawat, tetapi perawat merasa tidak puas ketika ada pasien titipan pejabat dan sangat cerewet atau ngeyel, serta gaji sering terlambat. Perawat sering merasa tidak seimbang antara pekerjaan dan kehidupan pribadi karena jam pulang kerumah sering terlambat, tanggung jawab dirumah menjadi terganggu, kelelahan, dan tubuh sering sakit sehabis pulang dinas.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Dwi, 2021) yang berjudul “Gambaran Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Umum Holistic Purwakarta” berdasarkan hasil wawancara pada koordinator rawat jalan menyatakan bahwa perawat yang memiliki beban kerja berat adalah perawat yang memiliki kedudukan di divisi rawat jalan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja berat pada perawat rawat jalan diantaranya yaitu tuntutan tugas yang lebih berat kepada penanggung jawab, jumlah SDM yang kurang pada suatu divisi, kemampuan dan ketrampilan perawat yang kurang, dan jumlah pasien yang ditangani untuk setiap harinya.

### **Tema 2: Faktor yang mempengaruhi beban kerja**

Dalam teori Jean Watson tentang momen/waktu caring, kepedulian perawat dalam memberikan perawatan kepada pasien dimana keterbatasan waktu dan tempat menyebabkan tuntutan dan beban kerja yang harus sesuai standar keperawatan. Watson juga menjelaskan dalam melakukan keperawatan juga melibatkan emosi, sensasi tubuh, pemikiran, kepercayaan, tujuan, pengharapan, kondisi lingkungan dan persepsi seseorang terhadap sesuatu (Watson, 2004).

Berdasarkan hasil penelitian pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah didapatkan bahwa perawat sering merasa kesulitan dan membutuhkan waktu yang lama dalam melengkapi berkas pasien dikarenakan RSUD masih manual dan belum memiliki SIMRS untuk ruangan rawat inap dewasa. Kesehatan perawat juga sering terganggu dikarenakan petugas hanya ada 2 orang dalam satu sif, dan waktu untuk tidur tidak teratur saat dinas malam sehingga kualitas tidur sering terganggu karena pasien selalu penuh.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Rahmawati & Susanto, 2020) yaitu Beban kerja pada perawat pelaksana dipengaruhi oleh beberapa faktor berikut: Rasio pasien-perawat yang ideal sangat mempengaruhi beban kerja. Di Indonesia, rasio ideal menurut Kementerian Kesehatan adalah 1 perawat untuk 5 pasien, tetapi banyak rumah sakit yang tidak mampu memenuhi standar ini, terutama di ruang inap bangsal. Jam kerja yang melebihi standar (lebih dari 8 jam per hari atau 37,5 jam per minggu) berkontribusi pada peningkatan kelelahan fisik dan mental perawat.

### **Tema 3 : Dampak beban kerja**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa perawat Rumah Sakit Umum Daerah sering merasa kewalahan dan kelelahan karena pasien selalu full dari 6 spesialis dengan jumlah perawat hanya 2 orang dalam satu sif. Seringkali emosi perawat tidak terkontrol dalam menghadapi berbagai macam sifat pasien, hal ini sangat mempengaruhi hubungan perawat dan pasien. Beban kerja seperti ini juga sangat berdampak pada kehidupan pribadi dan kesehatan perawat sehingga perawat stress dan sering merasa cemas, selain itu hal ini juga dapat mempengaruhi hubungan sesama perawat itu karena perawat menjadi tidak fokus, adanya perbedaan pendapat sehingga mereka sering beradu argumen, dan adanya sifat saling memerintah.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Rahmawati & Susanto, 2021) yaitu Beban kerja yang tinggi dapat memberikan dampak negatif pada perawat, baik dari segi fisik, psikologis maupun profesional.

### **Tema. 4 : Strategi dan harapan**

Menurut teori dari Calista Roy, strategi dalam keperawatan mengarah pada strategi coping yang mengacu pada teori adaptasi yang menjelaskan perilaku baru yang dihasilkan dari perubahan upaya menemukan keseimbangan dalam menghadapi stres atau tuntutan yang didorong oleh kebutuhan, dalam hal ini beradaptasi memerlukan perubahan keadaan untuk menciptakan suasana baru, berubah, atau berbeda dari sebelumnya sebagai reaksi terhadap tekanan atau stres dalam memodifikasi strategi dalam keperawatan (Roy C, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa perawat di ruang rawat inap RSUD Sungai Bahar menghadapi beban kerja yang tinggi, sehingga mereka harus mampu menerapkan berbagai strategi coping, seperti manajemen stres, pengaturan waktu, rekreasi bersama keluarga, menonton hiburan, serta memprioritaskan tugas-tugas yang lebih penting agar tidak jenuh dan bosan dalam memberikan asuhan keperawatan. Selain itu para perawat juga mengusulkan penambahan jumlah tenaga perawat dan penyesuaian insentif yang proporsional dengan beban kerja yang mereka hadapi. Disamping itu perawat juga memiliki strategi khusus untuk meningkatkan efisiensi kerja dengan cara mendisiplinkan diri dengan datang tepat waktu, tidak selalu mengeluh dengan beban kerja yang tinggi, menjalankan tugas dengan ikhlas dan profesional, mengikuti seminar dan pelatihan untuk menambah wawasan perawat.

## **SIMPULAN**

Meskipun hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa beban kerja perawat mempengaruhi stres kerja dan profesionalisme dalam melakukan asuhan keperawatan. Namun mereka telah memiliki strategi untuk menghadapinya yang menjadi budaya perawat di RSUD Sungai Bahar.

Dalam kesempatan ini peneliti memberikan saran agar ruang rawat inap dari berbagai pasien sebaiknya dibuat secara khusus atau terpisah, sehingga masing-masing perawat rawat inap memiliki

kemampuan khusus yang menjadikan pelayanan lebih efisien dan efektif, karena pedoman kebutuhan perawat bisa berdasarkan tingkat ketergantungan pasien. Diperkuat lagi belum adanya transformasi digitalisasi yang mendukung perawat dalam menjalankan fungsi ganda menyelesaikan administrasi pasien. Sebaiknya RS mempertimbangkan penggunaan sistem informasi manajemen rumah sakit (SIM-RS) untuk ruang rawat inap bukan hanya untuk pelaporan. Perawat tentu harus lebih mampu mengontrol emosi dalam menghadapi berbagai sifat dan karakter pasien. Disamping itu tentu diharapkan dukungan manajemen SDM RSUD Sungai Bahar untuk melakukan kajian dan pengelolaan SDM perawat serta kesejahteraan perawat sebagai dukungan moral dan materil konsekuensi profesionalitas dalam memberika asuhan keperawatan.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

### REFERENSI

- Blegen, M. A. (2012). Nurse Staffing and Patient Outcomes. *Journal of Nursing Administration*, 42(10), 467-472.
- Gumelar, H., Kusmiran, E., & Haryanto, M. S. (2021). Hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat pelaksana di instalasi rawat inap. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(2), 89-99.
- Rahmawati, F., & Susanto, Y. (2021). Job Stress and Burnout among Indonesian Nurses. *Journal of Nursing Research*, 24(4), 345-357.
- Rezkiyah, N. (2020). Determinan Stres Kerja Pada Karyawan Di Kantor BNI Cabang Wilayah Makasar Tahun 2020.
- Roy, C. (2013). *Generating Middle Range Theory : From Evidence To Practice*. Spinger Publishing Compani.
- Rahmawati, F., & Susanto, Y. (2021). Job Stress and Burnout among Indonesian Nurses. *Journal of Nursing Research*, 24(4), 345-357.
- Sunarti, E., Supriyati, S., & Junaidi, J. (2021). Hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat pelaksana ruang rawat inap. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(1), 20-27.
- Watson, J. (2004). *Assessing And Measuring Caring In Nursing And Health Science*. New York : National Languange For Nursing.
- Agustina, R., Haryanti, D. Y., Muhammadiyah, U., & Timur, J. (2021). kesehatan lainnya untuk memenuhi kebutuhan. 2019, 380–391.
- Almenyan, A. A., Albuduh, A., & Al-Abbas, F. (2021). Effect of Nursing Workload in Intensive Care Units. *Cureus*, 13(1), 1–5. <https://doi.org/10.7759/cureus.12674>
- Kshatri, J. S., Satpathy, P., Sharma, S., Bhoi, T., Mishra, S. P., & Sahoo, S. S. (2022). Health research in the state of Odisha, India: A decadal bibliometric analysis (2011-2020). *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 6(2), 169–170. <https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Pratiwi, R. S. A. (2023). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Kecamatan Pedurungan. 3(1), 51–52. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>
- Riyadi, R. S., & Sarsono, S. (2019). Pengaruh dukungan sosial rekan kerja dan locus of control internal terhadap stres kerja perawat. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 3(2), 69–77. <https://doi.org/10.31101/jhes.726>
- Suryani, E., & Rambe, N. (2022). Analisis Pengaruh Beban Kerja Perawat Terhadap Kualitas Pelayanan Keperawatan Rsud Kota Padangsidimpuan. *Jurnal Mutiara Ners*, 5(1), 7–14. <https://doi.org/10.51544/jmn.v5i1.1956>
- Syahbanaa, A., Wahyuni, D., & Zulkarnain, E. (2019). Peran Perawat dalam Melakukan Pengkajian Kebutuhan Pasien Berdasarkan Aspek Biologis, Psikologis, Sosiologis, Spiritual di Ruang Rawat Inap. *Professional Health Journal*, 1(1), 21–27. <https://doi.org/10.54832/phj.v1i1.94>
- Zhong, X., Zeng, Y., Peng, L., Li, X., Jia, Y., Pan, C., & Wang, B. (2024). Levels and related factors of occupational stress among nurses: hospital-based evidence from China, 2023. *Frontiers in Psychology*, 15(January), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1471640>