



DPK-PPNI- FIK-UMSBY



Strategi Coping Terhadap Stress Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit: Literatur Review

Rina Hardiyanti¹, Iman Permana²

¹Mahasiswa Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

²Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

INFORMASI

Korespondensi:
rinahardiyanti92@gmail.com

Keywords:
Coping Strategy, Work Stress,
Nurse

ABSTRACT

Objective: To find out the coping strategies used by nurses in dealing with work stress in the hospital environment.

Methods: This literature review uses database the Ebsco, Google Scholar, DOAJ, and Pubmed. At the beginning of the search with keywords: "Coping Strategy" OR "Work Stress" AND "Nurse" obtained a total of 536,394 articles, after being screened by observe the inclusion criteria obtained 10 international articles from 2015 to 2019.

Results: Stress relationships and coping strategies, indicate that the level of work pressure will be low when nurses take a positive coping strategy in the face of work stress. Some of the factors that influence coping from the literature results include self-concept, socio-economic status, social support, experience, social skills, and personality characteristics.

Conclusion: Nurses in handling work stress prefer to use adaptive coping strategies that focus on problem focused coping rather than using emotion focused coping.

PENDAHULUAN

Stress kerja pada profesi keperawatan merupakan salah satu bentuk permasalahan dan dapat mempengaruhi kinerja secara negatif yang terjadi dalam manajemen sumber daya manusia di Rumah Sakit setempat (Prasetyo, 2017). Kejadian stres merupakan kejadian epidemi dunia pada abad ke-21. Dalam laporan yang dinyatakan oleh *National Institute of Occupational Safety and Health* (NIOSH) bahwa sekitar 40% pekerja menyatakan bahwa pekerjaan mereka penuh dengan tekanan pada tingkat yang membahayakan dan menetapkan perawat sebagai profesi yang paling berisiko sangat tinggi mengalami stress, sebab perawat memiliki tugas dan tanggung jawab kepada keselamatan nyawa manusia. Laporan lainnya yang bersumber dari *Attitude in American Workplace VII* menyebutkan bahwa sekitar 80% pekerja merasakan stress dalam pekerjaannya dan mereka membutuhkan bantuan untuk mengatasi masalah tersebut (WHO, 1996; Herqutanto, et al 2017).

Stress patologis yang menimbulkan gejala mencapai angka 77% terjadi pada tahun 2015 di Negara Amerika Serikat. Stress yang terjadi di Amerika Serikat paling banyak diakibatkan oleh stress kerja. Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2006 menyebutkan 50.9% perawat Indonesia banyak mengalami stress kerja, sering merasakan pusing, kurang ramah pada pasien, lelah, kurang istirahat akibat beban kerja yang meningkat serta penghasilan yang didapatkan tidak memadai (Prima & Paskarini, 2009).

Meningkatnya stress kerja dipacu karena harus selalu maksimal dalam melayani pasien. Dengan semakin bertambahnya tuntutan pekerjaan tersebut maka semakin besar kemungkinan perawat akan mengalami stress kerja. Oleh sebab itu perawat memerlukan satu cara untuk menyelesaikan atau menyesuaikan kondisi terhadap masalah tersebut yang biasanya disebut dengan (coping) sehingga dapat menjalankan profesi keperawatannya (Ratri & Parmitasari, 2014).

Penelitian Croxson et al., (2017) yang melibatkan oleh 34 responden di Inggris menyatakan bahwa seseorang yang bertanggung jawab dalam mengelola beban kerja akan sering menggunakan *coping* yang inovatif, dimana *coping* yang inovatif tidak hanya bermanfaat bagi dirinya sendiri namun juga bagi lingkungan. *Coping* merupakan sebuah respon dari perilaku dan pikiran terhadap penggunaan sumber yang dimiliki dari dalam diri maupun lingkungan

sekitarnya, pelaksanaan *coping* dapat dilakukan secara sadar oleh individu. Tujuan dari *coping* yaitu untuk mengurangi maupun mengatur masalah-masalah yang timbul dari dalam diri pribadi maupun luar dirinya (*internal or external conflict*) sehingga dapat meningkatkan kehidupan yang jauh lebih baik (Maryam, 2017)

Secara garis besar Lazarus & Folkman, (1984) dapat membagi strategi coping menjadi dua yakni *problem focused coping* dan *emosional focused coping*. *Problem focused coping* yaitu suatu tindakan yang dapat diarahkan untuk memecahkan masalah. Individu cenderung menggunakan perilaku ini saat dirinya memandang masalah yang sedang dihadapinya masih bisa dikontrol dan dapat diselesaikan. Perilaku yang berpusat pada masalah cenderung dilakukan individu bila ia merasa bahwa sesuatu yang konstruktif dapat dilakukan terhadap situasi yang diyakini bahwa sumberdaya yang dimiliki dapat mengubah situasi. Sedangkan *emotional focused coping* yaitu melakukan berbagai upaya yang bertujuan untuk memodifikasi fungsi emosi tanpa melakukan usaha dalam mengubah masalah secara langsung. Perilaku *coping* yang berpusat pada emosi cenderung dilakukan bila individu merasa tidak dapat mengubah situasi yang dapat menekan dan menerima hal tersebut, karena kemampuan diri yang dimiliki tidak mampu mengatasi situasi dari masalah.. Faktor-faktor yang mempengaruhi seseorang dalam melakukan pemilihan strategi *coping* yaitu seperti usia, pendidikan, status sosial ekonomi, dukungan sosial, jenis kelamin, karakteristik kepribadian, serta pengalaman.

Tujuan dari *literature* ini yaitu untuk mengetahui pemilihan strategi *coping* yang dilakukan perawat dalam menghadapi *stress* kerja di lingkungan Rumah sakit.

METODE

Strategi Pencarian

Metode yang digunakan dalam penulisan *literature review* ini yaitu dengan mencari literatur-literatur Internasional yang dilakukan dengan menggunakan database seperti *Ebsco*, *Google Scholar*, *DOAJ*, dan *Pubmed*. Pada awal pencarian dengan *keywords*: “*Coping Strategy*” OR “*Work Stress*” AND “*Nurse*” didapatkan total artikel sejumlah 536.394, setelah disaring dengan melihat kriteria inklusi didapatkan 10 artikel Internasional dari rentang waktu 2015 sampai 2019.

Kriteria inklusi

Kriteria inklusi berikut digunakan untuk pemilihan studi untuk *literature review* yaitu:
 Penelitian ini harus memberikan informasi tentang strategi *coping* pada perawat.
 Penelitian harus berkaitan dengan kelelahan akibat *stress* kerja pada perawat.

Kriteria eksklusi

Publikasi tidak asli seperti abstrak saja, untuk artikel dengan judul dan abstrak yang tidak jelas akan di periksa dan dievaluasi dari semua publikasi yang diambil.
 Artikel yang dari judulnya tidak sesuai dengan topik pencarian.
 Fokus utama dari *literature review* ini adalah strategi *coping* yang digunakan perawat dalam menangani *stress* kerja di Rumah Sakit. Untuk mengoptimalkan interpretasi ini, pertama-tama penulis akan mengklarifikasi hasil temuan penelitian.

Tabel 1. Strategi Pencarian Literatur

	Ebsco	Google Scholar	DOAJ	Pubmed
Upaya Pertama	"Coping Strategy" OR "Work Stress" AND "Nurse"			
	20.394 artikel	374.000 artikel	15 artikel	127 artikel
Upaya Kedua	Disaring <i>full text</i> "4.273 artike"l <i>Scholarly (peer riewed)</i> jurnal "3.904 artikel" "tahun 2016 - 2019 "652 artikel"	Disar- ing dari <i>custom range</i> 2016 - 2019 "45.300 artikel"	<i>Full text language</i> "15 ar- tikel"	Full text "108 artikel"
Upaya Ketiga	Disaring subjek "652 artikel"	355 artikel	15 artikel	108 artikel
Upaya Keempat	<i>Full text</i> dan Abstrak			
	3 artikel	5 artikel	1 artikel	1 artikel

HASIL

Hasil kajian literatur ini mengidentifikasi sepuluh artikel yang memenuhi kriteria inklusi. Artikel ditulis dalam bahasa Inggris. Dari literatur yang didapatkan mayoritas menggunakan jenis penelitian kuantitatif sebanyak 9 artikel dan 1 artikel menggunakan penelitian kualitatif. Sebagian besar artikel membahas tentang strategi *coping* yang digunakan perawat dalam menangani *stress* kerja di Rumah Sakit. Strategi *coping* merupakan suatu cara atau metode yang dapat dilakukan untuk mengatasi serta mengendalikan situasi maupun masalah yang dialami dan dipandang sebagai bagian dari hambatan serta menjadi tantangan yang bersifat menyakitkan, dan merupakan ancaman yang bersifat merugikan. Istilah dari *coping* umumnya mengacu pada strategi *coping* adaptif atau konstruktif. Namun, beberapa strategi *coping* juga dapat dianggap maladaptif.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tsaras *et al.*, (2018), Jan *et al.*, (2017) didapatkan bahwa perawat dalam menangani *stress* kerja lebih memilih menggunakan strategi *coping* adaptif yang berfokus pada *problem focused coping*. Strategi *coping* berfokus pada masalah adalah suatu tindakan yang diarahkan pada pemecahan suatu masalah. Individu cenderung akan menggunakan perilaku ini bila dirinya menilai bahwa masalah yang dihadapinya masih mampu dikontrol dan dapat diselesaikan. Perilaku *coping* yang berpusat pada masalah juga cenderung dilakukan apabila individu merasa bahwa sesuatu yang bersifat konstruktif dapat dilakukan terhadap situasi tersebut atau dirinya meyakini bahwa sumber daya yang dimiliki dapat mengubah konflik (Lazarus & Folkman, 1984).

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lu *et al.*, (2015) menunjukkan bahwa strategi *coping* yang lebih berfokus pada masalah lebih banyak digunakan, daripada berfokus pada emosi dimana cenderung dikaitkan dengan kesehatan mental yang lebih baik ketika berhadapan dengan *stress* di tempat kerja. Hubungan *Stress* dan strategi *coping*, menunjukkan bahwa tingkat tekanan kerja akan rendah ketika perawat mengambil strategi *coping* positif dalam menghadapi *stress* kerja. Sebaliknya, tingkat *stress* kerja akan tinggi ketika mereka mengambil strategi mengatasi negatif, seperti penghindaran, penolakan masalah, menyalahkan diri sendiri (Tsfaye, 2018).

Penelitian ini sebanding yang dilakukan oleh Bregar *et al.*, (2018) menjelaskan bahwa untuk mengatasi *stress* yang konstan, perawat harus mengembangkan

Tabel 2. Studi Karakteristik

Penulis (Tahun)	Tujuan	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
Lu <i>et al.</i> , (2015)	Untuk mengeksplorasi stres kerja, strategi koping dan hubungan mereka, dan untuk menguji faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres kerja di kalangan perawat gawat darurat Cina di rumah sakit umum.	<i>Desain cross-sectional</i> korelasional	127 perawat di Cina	Kuesioner	Hasil penelitian Cina melaporkan hubungan antara stres dan strategi koping, menunjukkan bahwa tingkat tekanan kerja akan rendah ketika perawat mengambil strategi koping positif yang menghadapi stres kerja. Sebaliknya, tingkat stres kerja akan tinggi ketika mereka mengambil strategi mengatasi negatif, seperti penghindaran, penolakan masalah dan menyalahkan diri sendiri. Sebagian besar perawat UGD akan bersedia untuk mengadopsi strategi koping positif untuk menangani reaksi stres, terutama pada perawat dengan pengalaman kerja dan keterampilan profesional yang lebih banyak.
Zavotsky & Chan (2016)	Untuk mengeksplorasi hubungan antara tekanan moral dan koping pada perawat IGD.	Desain deskriptif korelasi	198 Perawat	Kuesioner	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tekanan moral hadir pada perawat UGD dan tidak ada perbedaan dalam pengalaman meskipun perbedaan pribadi, profesional, dan agama. Lebih lanjut, hasil ini menunjukkan bahwa semua perawat UGD berisiko mengalami tekanan moral yang berlebihan. Sementara mengeksplorasi hubungan antara koping dan tekanan moral dan berbagai bentuk koping, ditentukan bahwa sampel perawat UGD menggunakan berbagai mekanisme koping. Beberapa dari mereka dapat dianggap adaptif (misalnya, penerimaan, humor) dan lainnya maladaptif (misalnya, gangguan mental, penyalahgunaan zat).
Li <i>et al.</i> , (2017)	Menguji efek moderasi dari strategi koping pada stres kerja dan kinerja pekerjaan. Secara khusus, mengeksplorasi: Tingkat stres kerja, strategi koping, dan kinerja yang terjadi dalam keperawatan Asosiasi antara stres, strategi koping, dan kinerja pekerjaan Apakah strategi koping memoderasi hubungan antara stres kerja dan kinerja	Survei cross-sectional	852 perawat dari empat rumah sakit tersier di Provinsi Heilongjiang, Cina	Kuesioner	Studi ini menemukan bahwa Profesi Keperawatan dan Tugas Klinis adalah pemicu stres yang dirasakan tertinggi di tempat kerja, diikuti oleh Beban Kerja dan Waktu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : Perawat Cina memiliki status sosial yang relatif rendah dan mengalami kurangnya pengakuan oleh orang lain. Mereka sering mengeluh tentang kekerasan verbal atau fisik oleh pasien dan keluarga mereka. Dokumentasi yang berlebihan dan kekurangan perawat meningkatkan beban kerja perawat Perawat harus mengadopsi strategi koping yang lebih positif ketika menghadapi stres. Studi ini mengungkapkan bahwa strategi koping positif dapat mengurangi atau <i>buffer</i> efek negatif dari stres pada kinerja pekerjaan. Secara keseluruhan, responden cenderung menggunakan strategi koping yang lebih positif untuk menghadapi stres kerja.
Zarea koroush <i>et al.</i> , (2017)	Mengeksplorasi tantangan yang dihadapi perawat saat bekerja di bangsal psikiatrik akut	Penelitian kualitatif	Partisipan adalah 15 perawat di cloning 8 laki-laki dan 7 perempuan yang bekerja di bangsal psikiatrik dari empat rumah sakit pendidikan di Iran	Wawancara semi terstruktur	Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat psikiatrik memiliki tingkat stres dan depresi terkait pekerjaan, dan menunjukkan strategi koping yang berbeda. Stres dan depresi lazim di kalangan perawat jiwa. Perawat psikiatrik menggunakan strategi koping positif mereka menyatakan bahwa dapat mengenali aspek positif dari situasi mereka, menghibur diri sendiri, berpartisipasi dalam kegiatan keperawatan, berbicara dengan orang lain mengenai masalah mereka, dan mengingat nilai-nilai kehidupan penting mereka.

Hasan., <i>et al</i> (2018)	Untuk menilai stres di tempat kerja, strategi koping, dan tingkat depresi di kalangan perawat jiwa.	Studi <i>cross-sectional</i>	70 perawat psikiatrik di Mesir	Kuesioner	Bahwa hasil yang diperoleh dari analisis awal tingkat stres menunjukkan bahwa mayoritas responden melaporkan bahwa mereka mengalami tingkat stres yang tinggi (62,8%). Berkenaan dengan strategi koping, penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat melaporkan mengatasi stres dengan mengingatkan diri mereka sendiri bahwa pekerjaan akan dihargai, serta memiliki kepercayaan diri sendiri. Kemampuan untuk melakukan pekerjaan dengan baik dan kepuasan berasal dari melihat tugas sampai selesai. Strategi-strategi ini, yang berkaitan dengan sikap positif terhadap diri dan pekerjaan, dapat dijelaskan oleh fakta bahwa meningkatkan koping dengan mendorong dan mengingatkan diri sendiri bahwa apa yang kita lakukan akan dihargai.
Jan., <i>et al</i> (2017)	Untuk mengidentifikasi jenis strategi koping yang digunakan oleh staf perawat yang bekerja di ruang gawat darurat dan umum di Rumah sakit SKIMS	Desain deskriptif komparatif	120 staf perawat 60 dari masing-masing area dipilih dengan menggunakan teknik simple random <i>sampling Probability</i>	Kuesioner	Ada berbagai jenis strategi koping tetapi dalam penelitian ini strategi koping yang paling umum termasuk adalah strategi koping yang berfokus pada masalah dan emosi. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa perawat menggunakan strategi <i>coping</i> berfokus pada masalah dalam menghadapi stres kerja mereka.
Tsaras <i>et al.</i> , (2018)	Untuk menyelidiki strategi koping dalam memprediksi depresi dan kecemasan di antara perawat kesehatan mental yang bekerja di Rumah Sakit Jiwa umum.	Desain penelitian <i>cross-sectional</i> deskriptif	110 perawat psikiatrik di Yunani	Kuesioner	Penelitian ini menemukan skor rata-rata yang tinggi untuk bentuk coping yang positif atau <i>problem focused</i> , dengan strategi evaluasi ulang positif, pendekatan positif, pemecahan masalah, dan mencari dukungan sosial menjadi yang paling umum digunakan oleh perawat kesehatan mental.
Roets., <i>et al</i> (2018)	Tujuan dari penelitian adalah untuk mengeksplorasi dan menggambarkan bagaimana perawat psikiatrik mengalami agresi di antara rekan kerja di lingkungan kerja.	Desain penelitian kualitatif, eksploratif dan deskriptif	8 perawat psikiatrik di Afrika	Wawancara fenomenologis mendalam, observasi dan catatan lapangan sampai kejenuhan data tercapai	Penelitian ini menunjukkan perawat psikiatrik berpengalaman menggunakan mekanisme koping dan pertahanan ketika stres emosional dan agresi dialami. Perawat psikiatrik mengalami stres emosional sebagai akibat dari agresi di lingkungan kerja dan menggunakan mekanisme koping yang berbeda untuk bertahan di lingkungan ini. Ketika perawat psikiatrik mengalami stres emosional, mereka merasa kewalahan dan mengalami kelelahan. Stres emosional di lingkungan kerja menyebabkan berbagai faktor yang memengaruhi individu. Salah satu tekanan emosional perawat psikiatrik adalah frustrasi yang dapat menyebabkan agresi di lingkungan kerja.
Tesfaye, (2018)	Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan strategi mengatasi stres kerja di antara perawat yang bekerja di rumah sakit umum Zona Jimma Ethiopia Barat Daya	Cros sectional	433 perawat di Ethiopia	Kuesioner	Hasil dari penelitian ini menunjukkan item strategi koping berperingkat tertinggi yang selalu dan sering digunakan perawat hanya berkonsentrasi pada apa yang harus mereka lakukan selanjutnya. Saat mencari bantuan dari kepala perawat atau teman sejawat dan dokter, tidak ingin datang bekerja ketika stres dan langsung mengungkapkan kemarahan terhadap keluarga atau teman adalah mekanisme penanganan yang paling jarang digunakan. Mengenai keseluruhan strategi koping yang digunakan di antara perawat, penelitian ini menunjukkan bahwa strategi koping adaptif lebih banyak digunakan daripada koping maladaptif (melarikan diri-menghindar).

Sari & Erwina (2018)	Untuk mengidentifikasi dan menjelaskan hubungan antara mekanisme coping terhadap stress kerja pada perawat mental.	Penelitian Quantitative Cross Sectional	92 Perawat (Padang)	Pengumpulan data menggunakan instrumen <i>Physiatric Nursing Occupational Stress (PNOPSS)</i> dan <i>The Psych-Nurse Methods of Coping Questinnaire (PNMCQ)</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara stress kerja dengan koping mekanisme pada perawat psikiatrik. Faktor utama yang menyebabkan stress pada perawat adalah konflik dengan atasan, manajemen kamar yang buruk, komunikasi sesama staf dan tim kesehatan lainnya yang kurang kondusif. Mekanisme koping yang digunakan <i>coping</i> adaptif bahwa perawat menyadari pekerjaannya bermanfaat bagi orang lain.
----------------------	--	---	---------------------	---	--

strategi untuk menghindari kelelahan dan ketidakhadiran jangka panjang dari tempat kerja mereka bahwa sikap positif perawat terkait dengan strategi yang berfokus pada emosi untuk mengatasi stres, seperti penarikan diri, penghindaran, dan jarak dari masalah. Tetapi peneliti juga menyarankan untuk perawat bertanggung jawab atas perubahan pada praktik klinis tempat mereka bekerja dan untuk belajar menggunakan strategi yang berfokus pada masalah untuk mengatasi stres dalam situasi kritis, yang berarti berfokus pada penyelesaian masalah aktual dan tidak menunda untuk situasi yang ada. Individu dapat memakai *problem focused coping* dan *emotional focused coping* secara bersamaan dalam menangani *stressor*. *Emotional focused coping* dapat digunakan ketika seseorang ingin mengelola emosinya untuk melewati masalah tanpa terlepas dari kontrol diri dan senantiasa memperoleh ketenangan jiwa. Pendapat ini didukung oleh Lazarus & Folkam, (1984) bahwa seseorang akan cenderung menggunakan *emotional focused coping* ketika individu tidak dapat melakukan tindakan untuk merubah kondisi *stressfull*. Dengan kata lain bahwa individu yakin dengan kata hati yang dimilikinya. Untuk mengontrol emosinya, individu akan mampu berpikir panjang, sehingga keputusan yang diambil sudah melalui beberapa pertimbangan-pertimbangan yang sangat matang.

DISKUSI

Stres mempengaruhi individu dari segala usia dan bidang profesional. Ketika disebabkan oleh komplikasi kerja disebut stres kerja. Fenomena ini merupakan hasil dari tindakan agen pemicu stres yang dapat bersifat fisik, sosial atau bahkan psikologis. Penting bagi perawat untuk bertindak dalam hubungan antara individu dan masalah, meningkatkan ketrampilan mendorong penggunaan sumber daya sosial dan pribadinya untuk mendapatkan kontrol atas keadaan yang menyebabkan stres. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk men-

getahui strategi *coping* yang lebih efektif dalam menangani *stress* kerja yang dirasakan perawat. Namun dari hasil beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa strategi yang paling efektif dan sering digunakan perawat dalam menangani masalah yaitu *problem focused coping*. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Zyga et al., (2016) menjelaskan strategi yang difokuskan pada masalah diadopsi ketingkat yang lebih besar oleh perawat pascasarjana, perawat kepala, dan perawat dengan pengalaman kerja lebih besar. Penelitian ini sebanding dengan yang dilakukan oleh Laras, (2016) bahwa perawat memilih cara coping dengan *problem focused coping*, yaitu dengan menghadapi dan menyelesaikan masalahnya dengan mengingat motivasinya dalam bekerja, selain itu perawat juga mengisi waktu luangnya dengan *refreshing* agar dapat menjernihkan pikiran akibat beban kerja yang ditanggungnya. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan individu dalam memilih strategi coping yaitu: Konsep diri; individu yang memiliki konsep diri positif, akan melihat masalah yang dihadapinya dengan sikap lebih positif dimana individu memiliki kesadaran bahwa dari setiap masalah dapat diselesaikan dengan cara yang lebih baik. Namun, jika konsep diri negatif yang muncul, maka hal yang bisa terjadi adalah adanya pikiran, perasaan maupun perbuatan negatif dalam menyikapi semua masalah yang dialami sehingga individu dengan konsep diri negatif cenderung terlihat dengan berbagai orang disekitarnya yang dapat memunculkan masalah (Maryam, 2017). Perawat lebih sering mengatasi stres dengan mengingatkan diri mereka sendiri bahwa pekerjaannya akan dihargai, serta memiliki kepercayaan diri sendiri (Hasan et al., 2018). Penelitian ini sebanding yang dilakukan oleh Zhou & Gong, (2015) bahwa perawat lebih cenderung menerapkan kontrol diri sebagai strategi koping ketika mereka mengalami tekanan pekerjaan. Mereka menggunakan strategi seperti bersikap optimis.

Status sosial ekonomi; individu yang memiliki status sosial ekonomi rendah dapat mengalami resiko *stress* yang tinggi terutama dalam penanganan masalah ekonomi, jika dibandingkan dengan individu yang memiliki status ekonomi tinggi, dimana dari penelitian (Li *et al.*, 2017) menjelaskan bahwa Perawat Cina memiliki status ekonomi sosial yang relatif rendah.

Dukungan sosial; dukungan ini meliputi dukungan pemenuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan dari orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman, sahabat, maupun lingkungan masyarakat sekitarnya, seperti penelitian yang dilakukan oleh Tsaras *et al.*, (2018) bahwa mencari dukungan sosial menjadi yang paling umum digunakan oleh perawat kesehatan mental di Yunani ketika mengalami *stress* kerja. Hasil penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Mina Bardeh *et al.*, (2015) bahwa perawat membutuhkan dukungan sosial dari teman sejawat untuk meringankan *stress* ketegangan yang dialami di tempat kerja.

Pengalaman; merupakan sebuah kejadian yang pernah terjadi dan dialami oleh setiap individu pada masa sebelumnya. Pengalaman tersebut dapat mempengaruhi dari setiap tindakan individu dalam menghadapi kejadian yang hampir sama sebelumnya, sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Roets *et al.*, (2018) dimana perawat yang berpengalaman akan menggunakan mekanisme coping pertahanan ketika stres emosional dan agresi dialami. Penelitian ini sebanding dengan penelitian yang dilakukan oleh Lievrouw *et al.*, (2016) bahwa pada perawat onkologi cenderung berfokus pada perasaan dan pengalaman, menghasilkan preferensi dukungan yang berbeda. Ini menunjukkan bahwa ketidakseimbangan antarprofesional mungkin muncul ketika harus mengatasi situasi yang rumit secara moral, ketika tidak ada ruang untuk mengakui dan memahami perbedaan.

Ketrampilan sosial; merupakan ketrampilan yang meliputi kemampuan untuk berkomunikasi serta bertingkah laku dengan cara yang sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di masyarakat, dalam penelitian (Sari & Erwina, 2018) faktor utama yang menyebabkan *stress* pada perawat adalah konflik dengan atasan, manajemen kamar yang buruk, komunikasi sesama staf dan tim kesehatan lainnya yang kurang kondusif.

Karakteristik kepribadian; merupakan suatu model karakteristik kepribadian individu yang berbeda

dan mempunyai *coping* yang pasti berbeda pula. Karakteristik kepribadian dibagi menjadi beberapa bagian yakni mencakup *introvert dan ekstrovert*, kepribadian ketabahan atau *hardiness*, *locus of control*, dan stabilitas emosi, menurut Zavotsky & Chan, (2016) perawat dalam menangani stress kerja menggunakan mekanisme *coping* adaptif (misalnya, penerimaan, humor) dan juga beberapa ada yang menggunakan *coping* maladaptif (misalnya, gangguan mental, dan penyalahgunaan zat). Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Nugroho, 2012) bahwa analisis menunjukkan perawat di ruang rawat inap menggunakan kedua jenis strategi *coping* stres dengan kategori sedang, *problem focused coping* dengan persentase 53,7% dan *emotional focused coping* sebesar 57,3%.

Literature riview ini harus diperhatikan dimana dari jurnal yang didapatkan *stress* kerja dan kinerja pekerjaan hanya diperoleh dari laporan diri individu. Responden mungkin telah meremehkan atau melebih-lebihkan tingkat kinerja mereka sendiri. Seperti yang kita ketahui, kinerja pekerjaan dapat dinilai dengan indikator objektif atau indikator subjektif. Sehingga diharapkan pada peneliti lainnya lebih melihat lagi instrumen yang akan digunakan saat mengukur skala *stress* kerja agar hasil dari penelitian dapat *valid* dan dapat melihat dengan jelas strategi-strategi yang dipakai individu dalam menghadapi *stressor*.

KESIMPULAN

Literature review ini menunjukkan bahwa hampir sebagian perawat yang mengalami *stress* kerja di lingkungan Rumah Sakit menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah. Strategi ini dapat dipakai untuk mengontrol hal yang dapat terjadi diantara individu dengan lingkungan melalui pemecahan masalah, pembuatan keputusan, dan tindakan langsung. *Problem focused coping* merupakan pembuatan rencana tindakan, melaksanakan, mempertahankan serta mendapatkan hasil yang diinginkan. Dalam menyelesaikan permasalahan yang terjadi, seseorang lebih menggunakan *problem focused coping* agar dapat berpikir logis serta berusaha untuk menyelesaikan setiap masalah dengan positif. Beberapa faktor yang mempengaruhi coping diantaranya konsep diri, status sosial ekonomi, dukungan sosial, pengalaman, ketrampilan sosial, dan karakteristik kepribadian.

DAFTAR PUSTAKA

- Bregar, B., Skela-Savič, B., & Kores Plesničar, B. (2018). Cross-sectional study on nurses' attitudes regarding coercive measures: the importance of socio-demographic characteristics, job satisfaction, and strategies for coping with stress. *BMC Psychiatry*, 18(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1756-1>
- Crosson, C. H., Ashdown, H. F., & Hobbs, F. R. (2017). GPs' perceptions of workload in England: a qualitative interview study. *British Journal of General Practice*, 67(655), e138–e147. <https://doi.org/10.3399/bjgp17X688849>
- Hasan, A. A., elsayed, S., & Tumah, H. (2018). Occupational stress, coping strategies, and psychological-related outcomes of nurses working in psychiatric hospitals. *Perspectives in Psychiatric Care*, 54(4), 514–522. <https://doi.org/10.1111/ppc.12262>
- Herqutanto, Harsono, H., Damayanti, M., & Setiawati, E. P. (2017). Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit dan Fasilitas Pelayanan Kesehatan Primer. *eJournal Kedokteran Indonesia*, 5(1). <https://doi.org/10.23886/ejki.5.7444.12-7>
- Jan, F. (2017). Coping Strategies Used by Staff Nurses Working in Emergency and General Wards of SKIMS Hospital: A Comparative Study. *Annals of Medical and Health Sciences Research*, 7(1), 8.
- Laras, A. (2016). Coping Terhadap Stress Kerja Pada Perawat Yang Pernah Menangani Pasien Hiv/ Aids, 5, 4.
- Li, L., Ai, H., Gao, L., Zhou, H., Liu, X., Zhang, Z., Fan, L. (2017). Moderating effects of coping on work stress and job performance for nurses in tertiary hospitals: a cross-sectional survey in China. *BMC Health Services Research*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-017-2348-3>
- Lievrouw, A., Vanheule, S., Deveugele, M., Vos, M., Pattyn, P., Belle, V., & Benoit, D. (2016). Coping With Moral Distress in Oncology Practice: Nurse and Physician Strategies. *Oncology Nursing Forum*, 43(4), 505–512. <https://doi.org/10.1188/16.ONE.505-512>
- Lu, D.-M., Sun, N., Hong, S., Fan, Y., Kong, F., & Li, Q. (2015). Occupational Stress and Coping Strategies Among Emergency Department Nurses of China. *Archives of Psychiatric Nursing*, 29(4), 208–212. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2014.11.006>
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya. *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>
- Nugroho, A. S. (2012). Studi Deskriptif Burnout dan Coping Stres pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya, 6.
- Prasetyo, W. (2017). Literature Review: Stres Perawat Di Ruang Instalasi Gawat Darurat, 5(1), 13.
- Prima, W., Paskarini, I., Kes, M., & Fkm, K. K. (n.d.). Stres Pada Perawat Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya, 2009.
- Roets, M., Poggenpoel, M., & Myburgh, C. (2018). Psychiatric nurses' experience of aggression amongst colleagues. *Health SA Gesondheid*, 23. <https://doi.org/10.4102/hsag.v23i0.1086>
- Sari, D. H. A., & Erwina, I. (2018). Relationship between Job Stress and Coping Mechanism in Psychiatric Nurse in National Mental Health Hospital, 1(1), 4.
- Stress, Appraisal, and Coping - Richard S. Lazarus, PhD, Susan Folkman, PhD - Google Buku.htm. (n.d.)
- Tesfaye, T. D. (2018). Coping strategies among nurses in South-west Ethiopia: descriptive, institution-based cross-sectional study. *BMC Research Notes*, 11(1). <https://doi.org/10.1186/s13104-018-3557-5>
- Tsaras, K., Daglas, A., Mitsi, D., Papatthasiou, I. V., Tzavella, F., Zyga, S., & Fradelos, E. C. (2018). A cross-sectional study for the impact of coping strategies on mental health disorders among psychiatric nurses. *Health Psychology Research*, 6(1). <https://doi.org/10.4081/hpr.2018.7466>
- Zarea, K., Fereidooni-Moghadam, M., Baraz, S., & Tahery, N. (2018). Challenges Encountered by Nurses Working in Acute Psychiatric Wards: A Qualitative Study in Iran. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(3), 244–250. <https://doi.org/10.1080/01612840.2017.1377327>
- Zavotsky, K. E., & Chan, G. K. (2016). Exploring the Relationship Among Moral Distress, Coping, and the Practice Environment in Emergency Department Nurses: *Advanced Emergency Nursing Journal*, 38(2), 133–146. <https://doi.org/10.1097/TME.000000000000100>
- Zhou, H., & Gong, Y.-H. (2015). Relationship between occupational stress and coping strategy among operating theatre nurses in China: a questionnaire survey. *Journal of Nursing Management*, 23(1), 96–106. <https://doi.org/10.1111/>

jonm.12094

Zyga, S., Mitrousi, S., Alikari, V., Sachlas, A., Stathoulis, J., Fradelos, E., Maria, L. (2016). Assessing Factors That Affect Coping Strategies Among Nursing Personnel. *Materia Socio Medica*, 28(2), 146. <https://doi.org/10.5455/msm.2016.28.146-150>