

HUBUNGAN ANTARA STRES KERJA DENGAN PEMILIHAN STRATEGI COPING PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT ISLAM UNISMA MALANG

Akmal Mizan Makarim

Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Racka.akmal@yahoo.com

ABSTRACT

Hospital is an organization, which is organized by professionals as well as medical facilities, permanently organized medical care, continuous nursing care, diagnosis and treatment of patient's illness. The success of a hospital and its function characterized by an increase in the quality of hospital services. The most dominant factor is the human resource that nurses and employees who work in it. Density and pressure in the work pressures cause the nurse who eventually cause stress. According to Robbins (2001:563) stress is defined as a condition that affects a person's physical or psychological state because of pressure from inside or outside ourselves that can interfere with their operations. In this case there needs to be a process of adaptation to the nurses regarding the coming of stress, which give the great impact on it, and the success of the adaptation depends on how strong the mental defense mechanisms (coping) person

The purpose of this study is (1) To determine the level of stress experienced by nurses working in the Islamic Hospital Unisma Malang. (2) To determine the selection of coping strategies do nurses in Islamic Hospital Unisma Malang. (3) To determine the relationship between job stress and coping strategies in the selection of nurses at the Islamic Hospital Unisma Malang .

The method used in this research is descriptive quantitative by using two variables , independent variable (X) is the stress of work and the dependent variable (Y) is a coping strategy. In this study, samples taken amounted to 75 nurses. The scale used is the Likert scale and the sampling technique used for this study is the random technique. The calculation used is the product moment correlation with aided by the software SPSS 16.0 for Windows.

The results of this study, the stress experienced by nurses working in the Islamic Hospital Unisma Malang is 8 nurses (10.67%) had a high impact job stress, 44 nurses (58.67%) experienced moderate the impact of work stress, and 23 nurses (30.67%) had a low impact work stress. While the number of nurses who choose coping strategies were 37 nurses choose to use Focus Problems Coping and 38 other nurses pick Emotion Coping Focus . Based on the results it can be seen that the stress of work looks towards a positive correlation with problem focused coping. This is indicated by the number $r_{xy} = 0.095$ and $p = 0.418$. It can be concluded despite job stress has no association with problem focused coping. While the results of the data shown job stress has a negative correlation with emotion focused towards coping. This is indicated by the number $r_{xy} = -0.186$ and $p = 0.110$. It can be concluded despite job stress has no association with emotion focused coping.

1. Pendahuluan

Di era industrialisasi seperti sekarang ini, Rumah Sakit menjadi institusi yang bersifat sosio-ekonomis yang berfungsi dan bertugas untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat secara keseluruhan. Dikarenakan Rumah Sakit sebagai pusat rujukan dari pelayanan kesehatan tingkat dasar, maka pelayanan Rumah Sakit perlu menjaga kualitas pelayanannya terhadap masyarakat yang membutuhkan. *American Hospital Association* (dalam Azwar, 1996) Rumah Sakit adalah suatu organisasi, melalui tenaga profesional yang terorganisasi serta sarana kedokteran yang permanen menyelenggarakan pelayanan kedokteran, asuhan keperawatan yang berkesinambungan, diagnosis serta pengobatan penyakit yang diderita pasien. Keberhasilan suatu Rumah Sakit dalam menjalankan fungsinya ditandai dengan adanya peningkatan mutu pelayanan Rumah Sakit. Mutu Rumah Sakit sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang paling dominan adalah sumber daya manusia yaitu perawat dan karyawan yang bekerja didalamnya. Banyak masalah yang harus dihadapi, baik dari keluarga pasien, beban kerja berlebihan dan harus lebih giat untuk keselamatan pasien, kadang mengalami tekanan dan ketidakpastian. Situasi inilah yang sering memicu terjadinya stres kerja.

Stres yang berkaitan dengan pekerjaan hampir menyentuh setiap orang. Beberapa jenis pekerjaan penuh dengan stres karena sifat dasarnya mempunyai andil yang besar terhadap timbulnya gangguan kesehatan. Jenis pekerjaan ini misalnya pengatur lalu lintas udara, polisi, perawat, paramedis dan pemadam kebakaran (Ardan, 2006). Dari penjelasan tentang beberapa pekerjaan diatas, yang lebih rentan mengalami stres adalah perawat, karena perawat mempunyai banyak faktor yang dapat menyebabkan mereka mengalami stres dalam pekerjaannya. Beberapa literature mengemukakan faktor yang mempengaruhi stres kerja perawat di sebuah Rumah Sakit dari yang paling dominan yaitu beban kerja, hubungan interpersonal lingkungan fisik, macam penyakit, pembuatan keputusan dan kasus. Lima sumber stress kerja secara berturut-turut yaitu beban kerja berlebihan, kesulitan merawat pasien kritis, berurusan dengan pengobatan dan perawatan pasien serta kegagalan merawat pasien (Gilles, 1995). Dalam kamus psikologi, stres merupakan suatu keadaan tertekan baik itu secara fisik maupun psikologis. Stres bersumber dari frustrasi dan konflik yang dialami individu yang dapat berasal dari berbagai bidang kehidupan manusia (Ardani, 2007: 37). Stres kerja yang dihadapi oleh perawat akan sangat mempengaruhi kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien (Robin, 1998), sedangkan menurut penelitian Baker. dkk (1998) stres yang dialami seseorang akan merubah cara kerja sistem kekebalan tubuh. Akibatnya, orang tersebut cenderung sering mudah terserang penyakit yang cenderung lama penyembuhannya karena tubuh tidak banyak memproduksi sel-sel kekebalan tubuh ataupun sel-sel *antibody*, karena kesehatan dan efektifitas kerja karyawan berpengaruh pada aspek fisik dan psikologis.

Penelitian yang dilakukan oleh *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) menunjukkan bahwa pekerjaan-pekerjaan yang berhubungan dengan Rumah Sakit atau kesehatan memiliki kecenderungan tinggi untuk terkena stres kerja atau depresi (Rahman, 2010), sedangkan *American National*

Association for Occupational Health (ANAOH) menempatkan kejadian stres kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres kerja pada para pekerja. Hal ini dapat disebabkan oleh tugas-tugas perawat yang sering monoton dan kondisi ruangan yang sempit, biasanya dirasakan oleh perawat yang bertugas di bagian bangsal. Tuntutan untuk bertindak cepat dan tepat dalam menangani pasien biasanya dihadapi oleh perawat di ruang gawat darurat atau bagian kecelakaan. Hasil penelitian Selye (1996) menunjukkan bahwa alasan profesi perawat mempunyai resiko yang sangat tinggi terpapar oleh stres dikarenakan perawat memiliki tugas dan tanggung jawab yang sangat tinggi terhadap keselamatan nyawa manusia. Lebih lanjut dijelaskan, pekerjaan perawat mempunyai beberapa karakteristik yang dapat menciptakan tuntutan kerja yang tinggi dan menekan. Karakteristik tersebut adalah otoritas bertingkat ganda, heterogenitas personalia, ketergantungan dalam pekerjaan dan spesialisasi, budaya kompetitif di Rumah Sakit, jadwal kerja yang ketat dan harus siap kerja setiap saat serta tekanan-tekanan dari teman sejawat.

Pemahaman tentang stres sangat penting untuk diketahui setiap perawat. Bagi setiap perawat mempunyai kemampuan yang berbeda-beda dalam menahan stres, hal tersebut bergantung jenis, lama, dan frekuensi stres yang dialami oleh perawat. Menurut Dantzer dan Kelley, (1989) makin kuat *stressor*, makin lama dan sering terjadi, sangat berpotensi menurunkan daya tahan tubuh dan mudah menimbulkan penyakit, (Widyastuti, 1999). Mengelola stres pekerjaan perawat di tempat kerja, lebih bersifat pemahaman akan penyebab stres dan perawat harus mengambil tindakan untuk menguranginya dalam rangka pencapaian tujuan keperawatan. Kondisi dan beban kerja adalah penting menjadi perhatian untuk mengidentifikasi penyebab stres yang potensial dan pemecahannya, karena stres akan selalu menimpa perawat maupun Rumah Sakit. Stres sebagai suatu ketidakseimbangan antara keinginan dan kemampuan memenuhinya sehingga menimbulkan konsekuensi penting bagi perawat. Menurut Robbins (2001:563) stres juga dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang menekan keadaan psikis seseorang dalam mencapai suatu kesempatan dimana untuk mencapai kesempatan tersebut terdapat batasan dan penghalang atau dapat diartikan sebagai suatu kondisi yang mempengaruhi keadaan fisik atau psikis seseorang karena adanya tekanan dari dalam ataupun dari luar diri seseorang yang dapat mengganggu pelaksanaan kerja mereka.

Dalam hal ini perlu adanya proses adaptasi bagi perawat terhadap adanya stres mengingat dampaknya yang begitu besar, dan keberhasilan dalam adaptasi tergantung dari kuat tidaknya mekanisme pertahanan jiwa (*coping*) seseorang. Apabila mekanisme pertahanan jiwa (*coping*) seseorang cukup kuat untuk menghadapi dan melawan *stressor*, maka kondisi stres ini akan berakhir dengan baik, artinya individu tersebut tidak terganggu dengan adanya *stressor*, begitu juga sebaliknya. Mekanisme pertahanan jiwa (*coping*) adalah proses pemecahan masalah dimana seseorang mempergunakannya untuk mengelola kondisi stres. Macam-macam *coping* yang digunakan individu sering berhubungan erat dengan persepsi individu terhadap peristiwa stres. Sementara menurut Stone dan Neale (1994) *coping* adalah perilaku dan pikiran yang secara sadar digunakan untuk

mengatasi atau mengontrol akibat yang ditimbulkan dari situasi yang menyebabkan stres atau stressor.

Lazarus dan Folkman (1984) mengartikan coping stres sebagai cara atau usaha yang dilakukan individu baik secara kognitif maupun perilaku dengan tujuan untuk menghadapi dan mengatasi tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal yang dianggap sebagai tantangan atau permasalahan bagi individu (Thoits, 1986: 417). Usaha kognitif yang dilakukan seseorang dalam menghadapi stres menunjukkan bahwa coping stres mampu dipelajari seseorang. Secara umum, Lazarus dkk (Smet, 1994:143) menyebutkan dua jenis coping yang dilakukan individu apabila menghadapi masalah atau stres yaitu strategi coping yang berfokus pada masalah dan strategi coping yang berfokus pada emosi. Strategi coping berfokus masalah merupakan proses seseorang untuk dapat memfokuskan pada masalah atau situasi spesifik yang telah terjadi, sambil mencoba menemukan cara untuk mengubahnya atau menghindarinya di kemudian hari (Bishop, 1994). Menurut Lazarus dan Folkman (Smet,1994: 143), *problem-focused coping*, digunakan untuk mengurangi stressor dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan yang baru. Sedangkan *emotion-focused coping* digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres.

2. Metode Penelitian

Dalam penerapan metode penelitian, yang digunakan adalah penelitian kuantitatif yang pada dasarnya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis) dan menyandarkan kesimpulan hasilnya pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil. Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif korelasional. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel (Suharsimi, 1995:326). Pada intinya penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui korelasi dua variabel. Variabel bebas dan variabel terikat dengan mengetahui sejauh mana hubungan strategi coping dengan stres kerja antara lain :

- a. Variabel bebas yaitu Stres Kerja
- b. Variabel terikat yaitu Strategi Coping

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *cross sectional* dimana waktu pengukuran / observasi data variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*) hanya satu kali pada satu saat (Nursalam, 2008:83).

Didalam sebuah penelitian, penting adanya sebuah definisi operasional dengan tujuan adanya suatu kesamaan pandangan dan persepsi antara peneliti dan pembaca mengenai obyek atau variabel penelitian. Adapun definisi operasional untuk variabel-variabel dalam penelitian ini adalah :

- a. Stres Kerja dapat diartikan sebagai suatu keadaan yang bersifat potensial maupun nyata yang penuh dengan tekanan dan melibatkan tuntutan fisik serta psikologis yang diakibatkan karena peristiwa atau kondisi dalam lingkungan pekerjaan yang sifatnya relatif karena dipengaruhi oleh penyesuaian diri. Pemahaman mengenai stres dapat dilakukan dengan mengetahui terlebih dahulu sumber potensial penyebab stres. Keadaan ini sering kali mempengaruhi

keadaan fisiologis, psikologis dan perilaku seseorang, yang akan diungkap melalui skala Stres kerja yang berasal dari : (1) konflik kerja, (2) Beban kerja, (3) waktu kerja, (4) kepemimpinan.

b. Strategi Coping adalah suatu proses tertentu yang disertai dengan suatu usaha yang dilakukan individu untuk menghadapi dan mengantisipasi situasi dan kondisi yang bersifat menekan atau mengancam baik fisik maupun psikis yang diprediksi akan dapat membebani dan melampaui kemampuan dan ketahanan individu yang bersangkutan. Proses tersebut dapat berupa menguasai kondisi yang ada, menerima kondisi yang dihadapi, melemahkan atau memperkecil masalah yang dihadapi. Skala dalam Strategi Coping yang akan diungkap adalah (1) emotion focused coping (coping yang berpusat pada emosi), (2) problem focused coping (coping yang berpusat pada masalah).

Adapun populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang sekarang masih bekerja di Rumah Sakit Islam Unisma Malang yang berjumlah lebih dari 109 orang. Hasil penelitian ini diperlukan bagi para perawat, khususnya dalam upaya membantu perawat untuk dapat memperbaiki *mood* dan membantu menetralkan efek-efek negatif dari stres, sehingga dapat mengurangi stres dan meningkatkan emosi-emosi positif saat sedang bekerja menangani para pasien dengan latar belakang apapun. Sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 75 perawat yaitu 69% dari populasi (Arikunto, 2002: 112). Adapun teknik pengambilan sampel digunakan adalah teknik random sampling (sampling acak) dengan instrument acak nama, artinya penulis secara acak nama sampel dari populasi masing-masing kelas sebagai sampel penelitian, dengan demikian maka penulis memberikan hak yang sama kepada semua subyek untuk memperoleh kesempatan dipilih menjadi sampel.

Untuk melakukan penskalaan, peneliti menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* adalah suatu himpunan butir pertanyaan sikap yang kesemuanya dipandang kira-kira sama dengan “nilai persepsi”. Subyek menanggapi setiap butir itu dengan mengungkapkan taraf atau intensitas kesetujuan atau tidak kesetujuan terhadapnya (Kerlinger, 2007:795). Item pertanyaan terdiri dari item-item yang bersifat *favourable* yang memihak obyek sikap atau mendukung terhadap indikator yang diungkap dan item-item yang bersifat *unfavourable* yang menunjukkan tidak mendukung terhadap indikator variabel yang akan diungkap.

3. Hasil dan Pembahasan

Akibat dari tuntutan profesionalisme, maka dalam dunia kerja seseorang diharuskan dapat mengaktualisasikan seluruh sumber dayanya dan menggunakan waktu sebanyak mungkin untuk bekerja. Secara biologis, stres kerja timbul sebagai akibat dari beberapa faktor yang mengganggu keseimbangan tubuh manusia, faktor-faktor yang sering mengganggu keseimbangan tersebut sering disebut sebagai rangsangan. Menurut Hans Selye seorang tokoh yang pertama kali mengemukakan konsep stres kerja dengan pendekatan biologi pada tahun 1930-an, stres kerja dipandang sebagai suatu sindrom adaptasi umum yang ditampilkan organisme dalam menghadapi tuntutan atau tantangan. Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh transaksi antara individu dengan lingkungan yang menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi

dengan sumber daya dalam sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang (Sarafino, 1990).

Dari data yang berhasil didapatkan bahwa diketahui frekuensi dan prosentase mengenai stres kerja yang terjadi Rumah Sakit Islam UNISMA Malang. Data yang didapatkan juga menggambarkan dari 75 responden, 8 perawat (10,67%) mengalami dampak stres kerja yang tinggi, 44 perawat (58,67%) mengalami dampak stres kerja yang sedang, dan 23 perawat (30,67%) mengalami dampak stres kerja yang rendah. Faktor-faktor yang mempengaruhi dari timbulnya stress kerja pada perawat tersebut adalah konflik kerja, beban kerja, waktu kerja dan kepemimpinan yang ada di Rumah Sakit Islam Unisma Malang tersebut. Hal yang paling berpengaruh dari empat faktor tersebut adalah konflik kerja dan beban kerja. Kita bisa mengetahui secara pasti bahwa perawat adalah pekerjaan yang tidak mudah karena harus selalu membiasakan diri untuk berada dalam situasi mendadak dan tugas yang belum diketahui sebelumnya. Menurut Mangkunegara (2008:157) berpendapat bahwa: "Penyebab stress kerja, antara lain beban kerja yang dirasakan terlalu berat, waktu kerja yang mendesak, kualitas pengawasan kerja yang rendah, iklim kerja yang tidak sehat, otoritas kerja yang tidak memadai yang berhubungan dengan tanggung jawab, konflik kerja, perbedaan nilai antara karyawan dengan pemimpin yang frustrasi dalam kerja". Faktor konflik kerja dalam hal ini berada pada faktor pertama karena dalam hal ini terjadi adanya perbedaan pendapat dalam menangani pasien, ketidaksetujuan dari para perawat, dan ketidaksesuaian tujuan dari masing-masing perawat. Faktor kedua adalah beban kerja yang diterima setiap perawat dalam Rumah Sakit tersebut. Indikator yang terdapat dalam beban kerja ini sering dirasakan oleh perawat diantaranya adalah ketika dihadapkan pada banyak pekerjaan sekaligus, tidak mempunyai waktu yang cukup dalam menyelesaikan pekerjaan tersebut serta standart yang diterapkan terlalu tinggi dalam pekerjaan tersebut karena menyangkut kesembuhan setiap pasien.

Tingkat stress yang ada disini dibagi menjadi 3 bagian yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Namun para perawat bisa mengatasi stres tersebut dengan cara yang berbeda-beda sehingga mereka walaupun sebenarnya terlihat stres namun mereka masih bisa mengontrol diri mereka sehingga bisa mengerjakan pekerjaan mereka dengan baik dan tepat waktu. Cara yang digunakan oleh para perawat ini mungkin juga digunakan oleh karyawan lain dalam menghadapi stress kerja, namun setiap orang mempunyai perbedaan dalam menyikapi peristiwa yang sedang mereka hadapi. Permasalahan yang dihadapi perawat tidak terbatas pada permasalahan di Rumah Sakit saja, melainkan segala masalah yang mungkin muncul dalam kehidupan perawat sebagai individu yang memiliki banyak aspek dan dimensi serta melibatkan latar lain selain latar Rumah Sakit, semisal Rumah atau lingkungan lainnya. Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwasanya sebagian besar perawat di Rumah Sakit Islam Unisma Malang menggunakan strategi coping ketika menghadapi masalah yang terjadi. Dapat disimpulkan dari data yang didapat bahwa pemilihan strategi perawat di Rumah Sakit Islam Unisma Malang yaitu 37 perawat memilih menggunakan *Problem Focus Coping* dan 38 perawat lainnya memilih *Emotion Focus Coping*. Indikator yang paling dominan dari *Emotion Focus Coping* adalah *Escapism*,

yaitu usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah dengan cara berkhayal atau membayangkan hasil yang akan terjadi atau mengkhayalkan seandainya ia berada dalam situasi yang lebih baik dari situasi yang dialaminya sekarang. Cara yang dilakukan untuk menghindari masalah dengan tidur lebih banyak, meminta cuti, marah tanpa alasan yang jelas, dan menolak kehadiran orang lain. Sedangkan *Problem Focus Coping* lebih kepada *Cautiousness*, yaitu kehati-hatian dalam berfikir, meninjau, dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah, berhati-hati dalam merumuskan masalah, meminta pendapat orang lain dan mengevaluasi strategi yang pernah diterapkan sebelumnya.

Berdasarkan pemaparan hasil penelitian antara stress kerja dengan pemilihan strategi coping yang dilakukan dua kali membuktikan bahwa hubungan antara stress kerja dengan *problem focused coping* diketahui bahwasanya nilai koefisien korelasinya 0.418 dan $r_{xy} = 0.095$ memiliki arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan. Kemudian analisis hubungan antara stress kerja dengan *emotion focused coping* diketahui bahwa nilai koefisien korelasinya 0.110 dan $r_{xy} = -0.186$ memiliki arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan. Tidak adanya hubungan dari kedua variable tersebut. Kesimpulan dari tidak adanya hubungan disini karena ada faktor lain dari strategi coping yang dipilih selain hanya *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkah laku coping seseorang. Faktor-faktor itu antara lain jenis masalah, jenis kelamin, pendidikan, kepribadian maupun *locus of control* pada diri seorang individu, penilaian diri, saat menstruasi atau tidak pada perempuan, juga dukungan sosial dan peningkatan pemahaman agama.

4. Kesimpulan dan saran

A. Kesimpulan

Beberapa point yang berhasil disimpulkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a) Stress kerja di Rumah Sakit Unisma Malang, sebanyak 8 (10,67%) perawat mengalami dampak stress kerja yang tinggi, 44 (58,67%) perawat mengalami dampak stress kerja yang sedang, 23 (30,67%) perawat mengalami dampak stress kerja yang rendah, mereka tidak merasakan stress kerja yang dapat mengganggu pekerjaannya. Prosentase tertinggi terletak pada stress kerja dengan kategori sedang dengan indikator yang paling menonjol adalah konflik kerja dan beban kerja. Tingkat stress yang ada disini dibagi menjadi 3 bagian yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Namun para perawat bisa mengatasi stress tersebut dengan cara yang berbeda-beda sehingga mereka walaupun sebenarnya terlihat stress namun mereka masih bisa mengontrol diri mereka sehingga bisa mengerjakan pekerjaan mereka dengan baik dan tepat waktu. Cara yang digunakan oleh para perawat ini mungkin juga digunakan oleh karyawan lain dalam menghadapi stress kerja, namun setiap orang mempunyai perbedaan dalam menyikapi peristiwa yang sedang mereka hadapi.
- b) Strategi coping pada perawat di Rumah Sakit Unisma Malang di bagi menjadi dua, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

Perawat yang memilih *problem focused coping* sebanyak 37 orang yang artinya lebih kepada *Cautiousness*, yaitu kehati-hatian dalam berfikir, meninjau, dan mempertimbangkan beberapa alternatif pemecahan masalah. Sedangkan perawat yang *emotion focused coping* sebanyak 38 orang yang artinya para perawat lebih condong kepada *Escapism*, yaitu usaha yang dilakukan individu untuk menghindari masalah. Perbedaan yang tidak terlalu menonjol ini kemungkinan dikarenakan perawat berada pada ruangan yang sama dari beberapa unit, sehingga mereka bisa dengan mudah membicarakan atau sekedar berbagi masalah satu dengan yang lainnya.

- c) Dari uji korelasi dengan menggunakan bantuan SPSS 16.0, menunjukkan $r_{xy} = 0.095$ dengan nilai N adalah 75 dan nilai r tabel adalah 0,3. Berdasarkan hasilnya dapat diketahui bahwasanya stres kerja memiliki korelasi kearah positif dengan *problem focused coping*. Hal ini ditunjukkan dengan angka $r_{xy} = 0.095$ dan $p = 0.418$. Dengan demikian dapat disimpulkan stres kerja tidak memiliki hubungan dengan *problem focused coping*. Sedangkan hasil data stress kerja memiliki korelasi kearah negatif dengan *emotion focused coping*. Hal ini ditunjukkan dengan angka $r_{xy} = -0.186$ dan $p = 0.110$. Dengan demikian dapat disimpulkan stres kerja tidak memiliki hubungan dengan *emotion focused coping*. Perolehan data diatas tidak sesuai dengan hipotesa penelitian ini dalam hal pencarian ada tidaknya hubungan antara variabel stres kerja dengan pemilihan strategi coping yang hasilnya menunjukkan tidak adanya hubungan dari kedua variabel tersebut dikarenakan adanya faktor-faktor lain seperti jenis masalah, jenis kelamin, pendidikan, kepribadian maupun *locus of control* pada diri seorang individu, penilaian diri, saat menstruasi atau tidak pada perempuan, juga dukungan sosial dan peningkatan pemahaman agama setiap manusia itu tidaklah sama.

B. Saran

Adapun saran yang peneliti bisa berikan adalah :

- a) Bagi para peneliti berikutnya apabila berminat menggunakan variable yang sama, hendaknya mempertimbangkan faktor lain yang mempengaruhi strategi coping terhadap stres kerja seperti perbedaan pendidikan, karakteristik kepribadian, lingkungan kerja, jenis pekerjaan, dan lain-lain. Serta tetap mempertimbangkan beberapa kelemahan dalam penelitian ini agar dijadikan perhatian, seperti kurangnya sampel dan kurangnya perhatian terhadap item-item dalam angket yang telah disebar, karena keterbatasan kemampuan peneliti dalam menyampaikan serta keterbatasan kemampuan dalam menciptakan instrumen yang memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih handal. Serta apabila menggunakan variable strategi coping, sebaiknya menggunakan tehnik Analisis Faktor karena startegi coping dibagi menjadi dua yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping* yang keduanya memiliki perbedaan yang sangat jelas dan tidak bisa disamakan satu dengan yang lainnya.

- b) Bagi perawat diharapkan agar sepenuhnya dapat membantu para peneliti yang melakukan penelitian di Rumah Sakit Unisma Malang dengan memberikan data yang benar adanya bukan manipulasi, karena apabila hasil penelitian tersebut menghasilkan sesuatu yang baru dapat memberikan masukan tersendiri terhadap para perawat yang bekerja disana. Sedangkan apabila penelitian tersebut menghasilkan sesuatu yang ternyata tidak sesuai dengan faktanya, itu tetap ada pengaruh dari pengambilan data saat di Rumah Sakit Unisma Malang tersebut.
- c) Diharapkan Rumah Sakit Unisma Malang memberikan pembekalan tentang pemilihan strategi coping entah dengan pelatihan ataupun seminar ataupun diskusi singkat, agar para perawat bisa dengan mudah mengelola stres kerja yang dialaminya setiap hari serta bisa lebih mengerti dan memahami bagaimana cara mengatasinya sehingga tidak akan berpengaruh terhadap kinerja dan pelayanan terhadap pasien terutama kepedulian terhadap pasien sepenuhnya.



5. Daftar Pustaka

- Aditama, Y. & Hastuti, Tri. 2002. Kesehatan dan Keselamatan Kerja.
Jakarta : UI Press
- Azwar, Saifuddin. 2005. Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka
Pelajar
- Arikunto, Suharsimi. 2002. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.
Edisi revisi V. Jakarta: Rineka Cipta
- Depkes RI, Pedoman Teknis Upaya Kesehatan Kerja di Rumah Sakit,
Pusdiknakes, 1996
- Depkes RI, Undang-Undang Kesehatan , Depkes RI, Jakarta 1992
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Gruen, R.J., & Logis, A. 1986. Appraisal,
Coping, Health Status, and Psychological Symptoms. Journal of
Personality and Social Psychology. Vol. 50, No. 3, 571-579
- Kartono. 1987. Kamus Psikologi. Bandung: Pioner Jaya
- Mangkunegara, A.A. Anwar Prabu. 2008. Manajemen Sumberdaya Manusia
Perusahaan Cetakan ke-8, Bandung : Rosda
- Perrez, M. and Reichert. 1992. Stress, Coping, and Health. Seatle: Hogfere
& Huber Publisher
- Robbins, S. P. 2007. Perilaku Organisasi. Jakarta: PT Macanan Jaya
Cemerlang
- Sarafino, E.P. 1994. Health Psychology: Biopsychosocial Interaction,
Second Edition. New York: John Wiley & Sons, Inc
- Sunaryo. 2002. Psikologi Untuk Perawat, Buku Kedokteran EGC : Jakarta
- Widyastuti, P. 1999. Manajemen Stres, National Safety Councili, Buku
Kedokteran EGC : Jakarta