

## SHIFT KERJA DAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT STRES TENAGA KESEHATAN POST PANDEMI COVID-19

Ketut Suka<sup>1</sup>, Sulis Diana<sup>2</sup>, Nurwidji<sup>3</sup>, Dhonna Anggredi<sup>4</sup>  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto<sup>1,2,3,4</sup>  
ketutsuka66@gmail.com<sup>1</sup>

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan shift kerja dan beban kerja dengan tingkat stress kerja pada tenaga kesehatan Puskesmas Gerokgak. Metode yang digunakan adalah analitik kuantitatif melalui pendekatan *cross-sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa shift kerja dan tingkat stres kerja memperoleh nilai ( $p=0,000$  dan  $r=0,846$ ), beban kerja dan tingkat stres kerja memperoleh nilai ( $p=0,000$  dengan  $r=0,777$ ). Simpulan, shift kerja dan beban kerja memiliki hubungan dan pengaruh positif yang signifikan terhadap tingkat stres kerja.

Kata Kunci: Beban Kerja, Shift Kerja, Tingkat Stres Kerja

### ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between work shifts and workload with the level of work stress among Gerokgak Health Center health workers. The method used is quantitative analysis through a cross-sectional approach. The results showed that work shifts and work stress levels obtained values ( $p=0.000$  and  $r=0.846$ ), and workload and work stress levels obtained values ( $p=0.000$  and  $r=0.777$ ). In conclusion, work shifts and workload have a significant positive relationship and influence on work stress levels.*

*Keywords: Workload, Work Shift, Work Stress Level*

### PENDAHULUAN

World Health Organization mengungkapkan bahwa *corona virus* merupakan virus penyebab flu biasa dan dapat menyebabkan penyakit flu yang lebih serius seperti *sindrom* pernapasan yang terjadi di Timur Tengah (*Mers-Cov*) dan *sindrom* pernapasan akut berat (*Sarscov*). Pada bulan Maret 2020, penyebaran penyakit dengan cepat mengubah kehidupan sehari-hari di Indonesia dan telah terdaftar sebagai pandemi global. COVID-19 diperkirakan akan memiliki dampak psikologis yang serius dan pandemi ini merupakan tantangan besar untuk para pemberi layanan di setiap faskes yang ada (Sholikin & Herawati, 2020).

Strategi penting mengatasi pencegahan dan perlambatan penularan virus sulit untuk diterapkan khususnya tindakan jaga jarak termasuk karantina. Hal ini terjadi karena masih rendahnya kesadaran masyarakat utk menjalankan protokol kesehatan. Akibatnya mereka para nakes setiap harinya berada pada situasi yang lebih sulit karena dihadapkan pada situasi yang baru serta dengan kondisi masyarakat yang belum kooperatif, Bahkan juga dihadapkan dengan pola serta protokol kesehatan yang lebih

ketat demi keamanan saat memberikan pelayanan. Situasi ini tentunya dapat menyebabkan tekanan mental dan kemudian muncul stres (Dewantoro & Rahmasari, 2021).

Puskesmas adalah bagian integral dari keseluruhan sistem pelayanan kesehatan yang dikembangkan melalui rencana pembangunan kesehatan, sehingga pengembangan Puskesmas tidak dapat dilepaskan dari kebijaksanaan pembangunan kesehatan. Puskesmas merupakan bagian dari fasilitas kesehatan yang memberikan Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) dan Upaya Kesehatan Perorangan (UKP) tingkat pertama, dengan lebih mengutamakan upaya promotif dan preventif, untuk mencapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya di wilayah kerjanya. Saling keterkaitan ini terlihat jelas visi pembangunan kesehatan yakni Indonesia Sehat 2010 yang terwujud dalam Undang-Undang Bidang Kesehatan No. 36 tahun 2009 (Larasati et al., 2021).

Puskesmas merupakan sarana pelayanan kesehatan yang memberikan pelayanan rawat jalan kepada masyarakat, namun ada juga puskesmas yang beroperasi 24 jam. Salah satu sumber daya yang dibutuhkan puskesmas dalam pelayanan pasien adalah tenaga kesehatan (dokter, perawat dan bidan) yang dalam segi jumlah perlu disesuaikan dengan kebutuhan yang mana pekerjaan tenaga kesehatan tersebut tidak terlepas dari sistem shift kerja (Manik et al., 2020).

Orang yang mengedepankan kesehatan mental dapat beradaptasi, menyadari potensinya dan mencapai harmoni spiritual. Jika ini tidak terwujud maka akan berdampak pada menurunnya kondisi kesehatan para tenaga kesehatan dan tentunya berdampak pula pada menurunnya kuantitas dan kualitas layanan kepada masyarakat. Stres kerja pada tenaga kesehatan sangat merugikan bagi dirinya maupun organisasinya karena bisa membuat tenaga kesehatan menderita kelelahan, bersikap kasar, cemas, tekanan darah meningkat, berkurangnya percaya diri, meningkatnya ketidakpuasan terhadap pekerjaan dan menurunkan produktifitas kerja. Stres kerja pada tenaga kesehatan dapat memberikan dampak yang signifikan pada kualitas hidup mereka dan juga performa mereka di semua aspek termasuk didalamnya pelayanan kepada pasien dan keselamatan pasien (Pahlawati et al., 2022).

Penyebab stres kerja dapat dikategorikan menjadi tiga karakteristik yaitu karakteristik organisasional, individual dan lingkungan. Karakteristik organisasional meliputi kurangnya otonomi, mutasi, karier, beban kerja, interaksi, masa kerja dan jug shift kerja terutama shift malam yang dapat menyebabkan terjadinya kelelahan. Karakteristik individual yang meliputi dukungan keluarga, kejenuhan, konflik dengan rekan kerja, usia, jenis kelamin dan status pernikahan. Karakteristik lingkungan meliputi kebisingan dan polusi (Muslimin & Kartika, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Muslimin & Kartika (2019) menyimpulkan terdapat hubungan antara beban kerja dengan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan dengan nilai  $p = 0.000$  maka diperoleh kesimpulan beban kerja perawat dapat mempengaruhi tingkat stress perawat selama masa pandemi COVID-19. Penelitian lain yang dilakukan oleh Fathurohman (2018) menyimpulkan stres kerja memiliki *p-value* 0,000 dan berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja, dengan koefisien korelasi  $r = 0,264$ , menunjukkan hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja, dan kelelahan kerja ternyata positif, dan didapatkan arah dan kedekatan hubungan lemah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Gerokgak, Kabupaten Buleleng, berdasarkan fenomena observasi lapangan terhadap semua tenaga kesehatan Puskesmas Gerokgak Kecamatan Gerokgak Kabupaten

Buleleng, dimana pada masa post Pandemi COVID-19 ini setiap harinya masih dihadapkan kepada situasi yang membuat stres, sehingga peneliti melakukan pengukuran tingkat stres lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan shift kerja dan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan puskesmas Gerokgak. Informasi yang diperoleh dari penelitian ini ditujukan agar dapat menjadi masukan kepada berbagai pihak, terutama kepada pengambil kebijakan pada Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng yang berkaitan dengan hubungan shift kerja dan beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan Puskesmas Gerokgak, saat Post Pandemi COVID-19 di Kecamatan Gerokgak Kabupaten Buleleng.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan desain penelitian *deskriptif kuantitatif* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua tenaga kesehatan yang ada di Puskesmas Gerokgak yang berjumlah sebanyak 105 orang. Penentuan sampel dengan teknik *proporsional random sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh tenaga kesehatan Puskesmas Gerokgak yang memenuhi syarat inklusi yaitu sebanyak 85 tenaga kesehatan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuesioner Skala *Perceived Stress Scale* (PSS-10) untuk mengukur kondisi penyebab stres yang dapat mempengaruhi kondisi fisik atau patologi dan dapat digunakan untuk menilai tingkat stres. Pelaksanaan penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Gerokgak Kec. Gerokgak, Kab. Buleleng - Provinsi Bali pada bulan April – Agustus 2022.

## HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

#### Karakteristik Responden

Tabel. 1  
Distribusi Karakteristik Responden Ibu Hamil di Desa Sanggalangit

Variabel	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Umur		
20-40 tahun	38	44.7
41-60 tahun	47	55.3
Jenis Kelamin		
Laki – Laki	33	38.8
Perempuan	52	61.3
Agama		
Budha	0	0
Hindu	69	81.2
Islam	16	18.8
Kristen	0	0
Profesi tenaga kesehatan		
Dokter	14	16.5
Perawat	26	30.6
Bidan	45	52.9
Shift Kerja		
Shift Pagi	65	76.5
Shift Sore	9	10.6
Shift Malam	11	12.9
Beban Kerja		
Beban Ringan	39	45.9

Beban Berat	46	54.1
Stres Kerja		
Tidak Stres	18	21.2
Stres Ringan	26	30.6
Stres Berat	41	48.2

Berdasarkan tabel 1 yang memperlihatkan responden terbanyak adalah berumur 41-60 tahun yaitu sebanyak 55.3%, jenis kelamin perempuan sebanyak 61.2%, sebagian besar beragama Hindu sebanyak 81.2%, untuk tenaga profesi sebagian besar adalah Bidan sebanyak 52.9%, sebagian besar shift kerja pagi yaitu 76.5%, dengan beban kerja berat yaitu 54.1%, tingkat stres sebagian besar yaitu stres berat sebanyak 48.2%.

Tabel. 2  
Data Hasil Penelitian Hubungan Shift Kerja dengan Tingkat Stres

Shift Kerja	Tingkat Stres Kerja						Total		Hasil Uji Statistik
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Berat		Frekuensi (N)	Persentase (%)	
	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)			
Shift Pagi	14	16.4	2	2.4	1	1.2	17	20	<i>P=0.000</i>
Shift Sore	3	3.6	20	23.5	1	1.2	24	28.2	
Shift Malam	1	1.2	4	4.7	39	45.8	44	51.8	
Jumlah	18	21.2	26	30.6	41	48.2	85	100	

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui dari 85 responden, sebagian besar tenaga kesehatan dengan tingkat stres kerja dengan shift kerja malam yaitu sebanyak 39 orang (45.8%) dan shift pagi serta shift sore dengan tingkat stres kerja Berat sebanyak 1 orang (1.2).

Tabel. 3  
Data Hasil Penelitian Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja

Beban Kerja	Tingkat Stres Kerja						Total		Hasil Uji Statistik
	Tidak Stres		Stres Ringan		Stres Berat		Frekuensi (N)	Persentase (%)	
	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)			
Beban Kerja Ringan	18	21.2	18	21.2	3	3.5	39	45.9	<i>P=0.000</i>
Beban Kerja Berat	0	0	8	9.4	38	44.7	46	54.1	
Jumlah	18	21.2	26	30.6	41	48.2	85	100	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa beban kerja dengan tingkat stres kerja diperoleh hasil dari 85 responden, sebagian besar tenaga kesehatan menjalani beban

kerja berat dengan tingkat stres berat yaitu sebanyak 38 orang (44.7%) dan beban kerja ringan dengan tingkat stres berat sebanyak 3 orang (3.5%).

Tabel. 4  
Data Hasil Penelitian Hubungan Shift dan Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja

	Std				95% CI		
	Estimate	Error	Wald	Df	Sig	Low Bound	Upp Bound
Threshold							
Tidak Stres	-8.276	2.144	14.900	1	.000	-12.478	-4.074
Stres Ringan	-3.857	1.706	5.109	1	.024	-7.202	-.513
Location							
Shift Pagi	-24.62	8398.9	.000	1	.998	-16486.1	16436.9
Shift Sore	-2.421	.961	6.348	1	<b>.012</b>	-4.305	-.538
Shift Malam	0	.	.	0	.	.	.
Beban Kerja Ringan	-2.619	1.105	5.616	1	<b>.018</b>	-4.785	-.453
Beban Kerja Berat	0	.	.	0	.	.	.

Berdasarkan tabel 4 hasil uji *regresi logistik* secara bersama-sama shift kerja dan beban kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres kerja, dimana dari hasil analisis tersebut didapat nilai sig. shift kerja 0,012 ( $< 0.05$ ) dan nilai sig beban kerja 0.018 ( $< 0.05$ ), hal ini berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara shift kerja dan beban kerja dengan tingkat stres kerja.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 41-60 tahun. semakin bertambah usia maka akan semakin besar kemungkinan mengalami stress. Seorang pekerja dengan usia lebih tua cenderung memiliki kondisi kesehatan yang kurang baik dibandingkan dengan usia yang lebih muda. Pada masa pandemik COVID-19, usia tua memiliki risiko penularan lebih besar oleh karena memiliki imun yang lebih rentan. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan sebelumnya oleh Zakiyya et al., (2022) menyebutkan bahwa jumlah responden tenaga kesehatan paling banyak usia 46-55 tahun sebesar 32.6%.

Penelitian ini ditemukan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan paling banyak yaitu perempuan sebesar 61.2%. Data WHO pada tahun 2019 menunjukkan dua pertiga sumber daya manusia di sektor kesehatan global adalah perempuan dan 90% adalah perawat (Basalamah et al., 2021). Sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Deminanga et al., (2021) menemukan responden perempuan sebagai tenaga kesehatan sebanyak 73 responden atau 57.9%. Hal ini kemungkinan disebabkan perempuan lebih rentan mengalami masalah gangguan kesehatan mental yang lebih parah jika dibandingkan dengan tenaga kesehatan laki-laki. Tidak hanya itu, perempuan juga memiliki peran ganda karena harus bekerja dan juga mengurus keluarga di rumah.

Berdasarkan karakteristik responden tenaga kesehatan sebagian besar beragama Hindu yaitu sebanyak 69 responden atau 81.2%. Menurut peneliti, karena di Provinsi Bali dominan masyarakat menganut agama Hindu, sehingga di semua sektor pekerjaan dominan dengan pekerjaannya beragama Hindu.

Berdasarkan profesi tenaga kesehatan, ditemukan sebagian besar dengan profesi bidan sebanyak 45 responden atau 52.9%. Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurlinawati et al., (2020) menyebutkan bahwa responden sebagian besar tenaga kesehatan yaitu perawat. Menurut peneliti, bidan merupakan tenaga kesehatan yang pada umumnya bekerja di puskesmas atau yang berada di masyarakat/komunitas yang paling dekat kepada masyarakat.

Berdasarkan shift kerja, didapatkan sebagian besar tenaga kesehatan sebanyak 65 responden atau 76.5% shift pagi. Hasil ini didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Erlani et al., (2020) menyebutkan bahwa tenaga kesehatan tidak terlepas dari sistem shift kerja. Menurut peneliti, ini memberikan konsekuensi terhadap jam kerja pekerja yaitu mempekerjakan tenaga kesehatan melebihi waktu yang telah ditetapkan atau memberikan shift kerja. Adanya shift kerja seseorang bekerja di luar jam kerja normal selama kurun waktu tertentu.

Berdasarkan beban kerja, ditemukan tenaga kesehatan memiliki beban kerja berat sebanyak 46 responden atau 54.1%. Hasil berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Erlani et al., (2020) menunjukkan hasil penelitian uji *fisher exactter* dapat dilihat nilai  $\rho$  sebesar 0,008 ( $< 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Menurut peneliti, beban kerja merupakan kemampuan seseorang tenaga kesehatan berbeda dari satu dengan yang lainnya dan sangat tergantung dari tingkat penguasaan kerja, kesegaran jasmani, keadaan gizi, jenis kelamin, usia dan ukuran tubuh.

Berdasarkan stres kerja tenaga kesehatan, sebagian besar tenaga kesehatan mengalami stres berat sebanyak 41 responden atau 48.2%. Ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Parulian & Triana (2020) menunjukkan hasil tenaga kesehatan yang mengalami stres kerja sebagian besar yaitu stres sedang sebanyak 27 responden atau 54%. Menurut peneliti, beban kerja yang berat merupakan pemicu timbulnya stres, sebab setiap orang memiliki keterbatasan baik dari pengetahuan ataupun keterampilan serta kemampuan fisik. Apabila pekerjaan yang banyak dan membutuhkan penyelesaian dalam waktu yang cepat akan membuat pekerjaan kurang tepat, kesalahan dalam melakukan pekerjaan apabila pelayanan kepada pasien dapat mengakibatkan efek fatal bagi pasien.

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil penelitian tingkat stres kerja, sebagian besar responden memiliki tingkat stres berat sebanyak 39 responden atau 45.8%, didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fitriantini et al., (2020) menunjukkan hasil bahwa beban kerja berpengaruh positif signifikan terhadap stres kerja tenaga kesehatan. Didukung juga dengan penelitian sebelumnya oleh Yupartini et al., (2021) menunjukkan hasil bahwa terdapat tenaga kesehatan semakin stres akan menjadi berperilaku kurang caring.

Seseorang bisa mengalami stres saat mendapat tuntutan emosi berlebih atau tuntutan waktu yang membuatnya sulit memfungsikan secara efektif pada semua wilayah kehidupan baik pribadi maupun sosial. Kondisi seperti ini dapat mengakibatkan munculnya berbagai gejala baik yang berdampak pada kesehatan fisik maupun psikis seperti stres, kelelahan, mudah marah, gelisah dan lainnya. Kondisi seperti ini bisa menimbulkan interaksi antara individu dengan lingkungan menimbulkan persepsi jarak

antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari situasi pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres berkaitan dengan gejala-gejala yang dialami para tenaga kesehatan seperti rasa lelah yang berlebihan, merupakan gejala yang ditimbulkan dari efek stres yang dialami para tenaga kesehatan.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil penelitian, sebagian besar responden memiliki beban kerja berat dengan tingkat stres berat sebanyak 38 responden atau 44.7%. Hasil ini didukung penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Muslimin & Kartika (2019) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki beban kerja berat dengan stres kerja berat sebanyak 59 responden atau 85.5%. Hasil juga didukung pada penelitian sebelumnya oleh Solon et al., (2021) menunjukkan hasil bahwa terdapat sebagian besar responden memiliki beban kerja berat dengan stres berat sebanyak 28 responden atau 33.3%. Dengan adanya kondisi pandemi COVID-19, tenaga kesehatan dapat dengan mudah merasakan stres kerja dikarenakan semakin meningkatnya kasus baru positif COVID-19, juga meningkatnya kasus Orang Dalam Pemantauan (ODP) dan Orang Tanpa Gejala (OTG) setelah post pandemi COVID-19. Ini menjadikan stres tersendiri bagi petugas kesehatan meskipun di masa *post pandemic* COVID-19 dan ini akan memicu peningkatan stres kerja pada tenaga kesehatan.

Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Kusumaningsih et al., (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan beban kerja fisik perawat dengan penerapan *pasien safety* pada masa pandemi COVID-19. Jadi dapat disimpulkan aktivitas fisik memiliki peranan penting dan berhubungan dengan kejadian stres pada tenaga kesehatan di masa *post pandemic* COVID-19.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil penelitian, secara bersama-sama shift kerja dan beban kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres kerja. Didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Pajow et al., (2020) menunjukkan terdapat hubungan antara beban kerja dan kejenuhan kerja dengan stres kerja.

Tenaga kesehatan selain bekerja aktif dipelayanan kesehatan, tenaga kesehatan juga memiliki tuntutan untuk memenuhi kebutuhan hidup dengan cara aktif bekerja. Dengan kondisi saat ini *post pandemic* COVID-19 kebutuhan untuk memenuhi kebutuhan keluarga semakin menjadi tuntutan. Peran ganda yang dikerjakan oleh petugas kesehatan tidak hanya bekerja untuk kesehatan pasien, tapi juga menjaga kesehatan diri sendiri & keluarga. Di saat tenaga kesehatan sudah mulai kelelahan dengan kondisi kerja membantu memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat, secara tidak langsung akan menurunkan imunitas pada petugas kesehatan. Beban kerja, tuntutan waktu dan kebutuhan menjadikan motivasi untuk dapat terus bekerja dengan baik. Ini akan berdampak pada kondisi stres baik fisik dan psikis pada tenaga kesehatan di pelayanan khususnya di masa *post pandemic* COVID-19 seperti saat ini.

Stres kerja merupakan faktor yang paling dominan berhubungan dengan kelelahan kerja pada tenaga kesehatan. Rasa lelah saat ini dirasakan oleh tenaga kesehatan meskipun pasien COVID-19 menurun karena kondisi *post pandemic* sehingga menyebabkan stres kerja pada tenaga kesehatan. Kondisi selama masa pandemi tenaga kesehatan tidak merasa lelah dalam membantu melakukan pelayanan kepada masyarakat.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis variabel yang diteliti, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara shift kerja dengan tingkat stres tenaga

kesehatan Puskesmas Gerokgak saat *post pandemic* COVID-19 di Kecamatan Gerokgak Kabupaten Buleleng, serta terdapat hubungan bermakna antara beban kerja dengan tingkat stres tenaga kesehatan Puskesmas Gerokgak saat *post pandemic* COVID-19. Analisis multivariate menunjukkan secara bersama-sama shift kerja dan beban kerja memiliki hubungan yang signifikan terhadap tingkat stres kerja.

## SARAN

Tenaga kesehatan untuk bisa memperhatikan kesehatan dan keselamatan di tempat kerja serta memperhatikan kualitas tidur untuk meningkatkan produktifitas kerja. Pencegahan terjadinya stress kerja tidak cukup dengan berbekal semangat, sarana dan fasilitas dalam melaksanakan pekerjaan, namun dibutuhkan juga sistem tata kelola dan manajemen yang terukur dan berkesinambungan. Selain itu beberapa faktor internal juga dapat mempengaruhi pekerjaan walaupun seharusnya hal tersebut tidak boleh terjadi, karena setiap individu harus bisa menempatkan mana kepentingan pribadi dan mana kepentingan pekerjaan atau profesi dalam suatu instansi tempat bekerja. Sepertinya perlu diupayakan adanya penambahan tenaga untuk menempati beberapa unit yang dibutuhkan, sehingga tidak ada tugas atau rangkap jabatan pada staf. Jika hal ini bisa terwujud diharapkan dapat mengurangi beban kerja akibat rangkap tugas tersebut serta dapat menambah jumlah orang dalam pengaturan shift kerja bagi tenaga kesehatan di puskesmas Gerokgak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Basalamah, F. F., Ahri, R. A., & Arman, A. (2021). The Influence of Work Fatigue, Work Stress, Work Motivation and Workload on Nurse Performance in Makassar City Hospital. *An Idea Health Journal*, 1(03), 67–80. <https://doi.org/10.53690/ihj.v1i02.33>
- Deminanga, T. A., Fitri, A. M., Buntara, A., & Utari, D. (2021). Faktor-Faktor Kecemasan Tenaga Kesehatan Selama Pandemi COVID-19. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 6(2), 127-137. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v6i22021.127-137>
- Dewantoro, R., & Rahmasari, D. (2021). Hardiness pada Perawat Perempuan yang Menangani Pasien COVID-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(6), 1–17. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41525>
- Erlani, N. K. A. T., Seriani, L., & Ariastuti, L. P. (2020). Perilaku Pemberian ASI Eksklusif pada Wanita Pekerja Tenaga Kesehatan Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah. *Jurnal Medika Udayana*, 9(6), 70–78. <https://doi.org/10.24843/10.24843.MU.2020.V09.i6.P14>
- Fathurrohman, A. (2018). Pengaruh keterlibatan Kerja dan Stres terhadap Kinerja Guru SMK Swasta Kecamatan Matraman Jakarta Timur. *SAP: Susunan artikel Pendidikan*, 3(1), 10-17. <http://dx.doi.org/10.30998/sap.v3i1.2730>
- Fitriantini, R., Agusdin, A., & Nurmayanti, S. (2020). Pengaruh Beban Kerja, Kepuasan Kerja dan Stres Kerja terhadap Turnover Intention Tenaga Kesehatan Berstatus Kontrak di RSUD Kota Mataram. *Distribusi - Journal of Management and Business*, 8(1), 23–38. <https://doi.org/10.29303/distribusi.v8i1.100>
- Kusumaningsih, D., Gunawan, M. R., & Widiyanti, T. (2020). Hubungan Beban Kerja Fisik dan Mental Perawat dengan Penerapan Pasien Safety pada Masa Pandemi COVID-19 di UPT Puskesmas Rawat Inap Kabupaten Pesawaran. *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2), 108–118.

- <https://ijhd.upnvj.ac.id/index.php/ijhd/article/view/93>
- Larasati, M., Semiarty, R., & Febrian, F. (2021). Perbandingan Tingkat Kepuasan Pasien Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) di Puskesmas Andalas dan Klinik Simpang Anduring Kota Padang. *Andalas Dental Journal*, 9(2), 72–78. <https://doi.org/10.25077/adj.v9i2.182>
- Manik, C. G., Nugraha, S. M., & Ryandita, M. (2020). Kebijakan Perlindungan Tenaga Kesehatan dalam Menghadapi Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) di Indonesia. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 4(2), 1–14. <https://doi.org/10.22435/jpppk.v4i2.3274>
- Muslimin, & Kartika, I. G. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Terjadinya Stres Kerja pada Pekerja Wanita. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 91–99. <https://doi.org/10.38165/jk.v10i2.13>
- Nurlinawati, I., Andayasari, L., & Syachroni, S. (2020). Hubungan antara Motivasi Kerja, Kepuasan Kerja dan Karakteristik Tenaga Kesehatan ASN terhadap Retensi Bekerja di Puskesmas: Analisis Data Risnakes 2017. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 30(2), 97–108. <https://doi.org/10.22435/mpk.v30i2.2674>
- Pahlawati, E., Norman, E., & Supriyatna, R. K. (2022). Dampak Stres Kerja dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Pegawai RSUD Kota Bogor pada Masa Pandemi COVID-19. *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 4(1), 101–119. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v4i1.525>
- Pajow, C., Kawatu, P. A. T., & Rattu, J. A. M. (2020). Hubungan antara Beban Kerja, Masa Kerja dan Kejenuhan Kerja dengan Stres Kerja pada Tenaga Kerja Area Opening Sheller Pt.Sasa Inti Kecamatan Tenga Kabupaten Minahasa Selatan. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas SAM Ratulangi*, 9(7), 28–36. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/view/31608>
- Parulian, H., & Triana, H. (2020). Beban Kerja dengan Stres Perawat di Ruang Isolasi COVID-19 Care Unit RSUD Dr. Pirngadi Medan. *Jurnal Keperawatan Flora*, 13(2), 23–29. <https://jurnal.stikesflora-medan.ac.id/index.php/jkpf/article/view/138>
- Sholikin, M. N., & Herawati, H. (2020). Aspek Hukum Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) bagi Tenaga Medis dan Kesehatan di Masa Pandemi. *Majalah Hukum Nasional*, 50(2), 163–182. <https://doi.org/10.33331/mhn.v50i2.74>
- Solon, M., Madu, Y. G., Tolidunde, M., & Megawati, M. (2021). Dampak Beban Kerja terhadap Tingkat Stres pada Tenaga Kesehatan Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 94–101. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.74>
- Yupartini, L., Rustiawati, E., & Sulastri, T. (2021). Stres Kerja dengan Perilaku Caring Petugas Kesehatan dalam Penanganan Pasien pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 4(2), 683–689. <https://doi.org/10.31539/jks.v4i2.1946>
- Zakiyya, A., Pratiwi, M. N., & Dianna, D. (2022). Hubungan Stres Kerja dengan Kinerja Bidan dalam Masa Pandemi COVID-19 di Kota Pontianak. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 10(1), 19–28. <https://doi.org/https://doi.org/10.36307/jik.v10i1.137>