

DEFENCE MECHANISM PERAWAT TERHADAP STRESS

Dameria Br Ginting¹ Mazly Astuty²

¹⁻² **Institusi Kesehatan Sumatera Utara**

E-mail: ginting_dameria@yahoo.com, mazly_astuti@gmail.com

ABSTRAK

Defence mechanism atau disebut juga mekanisme pertahanan diri adalah cara mengatasi stress dan kecemasan dengan memperdayakan diri. Bentuk –bentuk dari defence mechanism itu sendiri yaitu refresi, regresi, rasionalisasi, fantasi, pengalihan, undoing, reaction formation, kompensasi, sublimasi penyangkalan, proyeksi. Stress kerja adalah ketidakmampuan individu dalam memenuhi tuntutan-tuntutan pekerjaannya sehingga ia merasa tidak nyaman dan tidak senang. Stress kerja terbagi 3 yaitu stress ringan, stress sedang, stress berat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk defence mechanism apakah yang dipakai perawat apabila lagi dalam keadaan stress masalah pekerjaandi ruang rawat inap muda sedia bedah RSUD Aceh Tamiang. Jenis penelitian ini bersifat Deskriptif jumlah sampel sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel adalah “provosif sampling” di ruang rawat inap muda sedia bedah RSUD Aceh Tamiang. Hasil penelitian tentang defence mechanism responden terdapat lebih dari 1 responden yang memiliki bentuk dari defence mechanism, ada yang memiliki 2 bahkan lebih dan ada yang tidak memiliki bentuk dari defence mechanism. Berdasarkan hasil terdapat 8 (26,7%) responden menggunakan defence mechanism sublimasi dan penyangkalan dengan tingkat stress kerja yang sedang. Penelitian ini merekomendasikan bahwa perlu adanya penelitian lebih lanjut tentang defence mechanism perawat terhadap stress kerja.

Kata kunci : perawat, defence mechanism, tingkat stress

PENDAHULUAN

Defence mechanism atau disebut juga mekanisme pertahanan diri dimana bentuk –bentuk dari defence mechanism itu sendiri yaitu refresi, regresi, rasionalisasi, fantasi, pengalihan, undoing, reaction formation, kompensasi, sublimasi penyangkalan, proyeksi. *Defence mechanism* digunakan seseorang pada saat

menghadapi stress, kecemasan atau ketidaknyamanan. Stress yang timbul dalam pekerjaan merupakan ketidakmampuan individu dalam memenuhi tuntutan-tuntutan pekerjaannya sehingga ia merasa tidak nyaman dan tidak senang.

Faktor-faktor yang dapat berhubungan dengan stres kerja, seperti beban kerja yang terlalu berat, kurangnya

waktu untuk beristirahat, jam kerja yang terlalu panjang, rutinitas yang membosankan atau target yang sulit dicapai berdasarkan kemampuan yang dimiliki oleh pekerja. Gaya kepemimpinan yang menyebabkan stress kurang melibatkan karyawan atau pekerja dalam proses pengambilan keputusan, komunikasi yang kurang atau kebijakan manajemen yang terlalu kejam yang hanya mementingkan faktor efisien dan mengabaikan faktor manusiawi. Faktor lain keadaan kerja yang tidak jelas, seperti terjadi ketidakamanan, tidak ada kesempatan untuk berkembang, tidak diberikan peluang untuk lebih maju, cepat melakukan perubahan yang tidak mempertimbangkan kesiapan pekerja. Kondisi lingkungan yang mengancam keselamatan, seperti lingkungan yang tidak nyaman, tidak sehat, dan tidak leluasa.

Faktor-faktor yang menimbulkan stress menimbulkan stress kerja perawat baik tingkat ringan, sedang dan berat. Stress kerja perawat akan mempengaruhi defence

mechanism yang dialami perawat dalam menghadapi stress.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan desain analitik deskripsi korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Rancangan penelitian ini digunakan untuk mendeskripsikan keterkaitan antara variable *independent* yang terdiri dari *defence mechanism* dan faktor-faktor stress kerja dengan stress kerja perawat sebagai variable *dependent*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bertugas di ruang rawat inap RSUD Aceh Tamiang yang berjumlah 225 orang atau total sampling berada di 9 (Sembilan) ruang rawat inap. Sebagai instrument pengumpulan data dalam penelitian ini, instrument yang digunakan adalah merupakan suatu alat ukur berupa angket atau quisioner dengan beberapa pernyataan. Peneliti menyediakan 11 pernyataan untuk defence mechanism perawat (mekanisme pertahanan) dan 25

pernyataan untuk stress kerja. Diharapkan kuisisioner tersebut dapat mengukur variable yang diteliti. Pertanyaan disusun dan dikembangkan berdasarkan variable penelitian.

Pengukuran untuk melihat defence mechanism menggunakan kuisisioner yang memiliki 11 pernyataan, di mana masing-masing pernyataan memiliki 3 poin yang berisi bentuk-bentuk *defence mechanism* antara lain meliputi Refresi, Regresi, Rasionalisasi, Fantasi, Pengalihan, undoing, Reaction Formation, Kompensasi, Sublimasi, penyangkalan, proyeksi. Sementara alat ukur untuk melihat tingkat stres seseorang dengan menggunakan kuisisioner OSI-R TM (Occupational Stress Inventory-Revised Edition) oleh (Osipow & Spokane, 1998) yang telah dimodifikasi penggunaannya dan telah diuji validitas dan reabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi perawat yang memiliki Defence Mechanism di ruang Muda sedia bedah RSUD Aceh Tamiang Tahun 2016 (N=30).

Defence Mechanism	Tingkat Stress Kerja			Total	F	%								
	Ringan	Sedang	Berat											
	F	%	F	%	F	%								
Sublimasi, Penyangkalan	0	0	8	1	0	0	8	1	0	0	0	0	8	26,7
Undoing, Sublimasi	0	0	7	1	0	0	7	1	0	0	0	0	7	23,3
Undoing, Sublimasi, Penyangkalan	0	0	4	1	0	0	4	0	0	0	0	0	4	0
Regresi, Undoing, Sublimasi	0	0	2	1	0	0	2	1	0	0	0	0	2	1
Sublimasi	0	0	2	1	0	0	2	1	0	0	0	0	2	1
Rasionalisasi, Undoing, Sublimasi	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1
Undoing, Penyangkalan	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1
Undoing, Kompensasi, Sublimasi, Penyangkalan.	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1
Refrasi, Rasionalisasi, U	0	0	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0	1	1

ndoing,	0	0	0	0	0	0	0
Kompensasi, sublimasi.							
Refresi,Rasionalisasi,Pengalihan, Reaction Formation,Sublimasi, Penyangkalan, Proyeksi.	0	0	0	0	1	1	1
	,	,	,	,	0	0	0
	0	0	0	0	0	0	0
Tidak memiliki Defence Mechanism	2	1	0	0	0	0	2
	0	,	,	,	0	0	0
	0	0	0	0	0	0	0
Total	2	6	2	9	1	3	3
	,	7	0	,	3	0	0
	7			3		0	0

Undoing, Sublimasi	4	13,4
3 Undoing, Sublimasi, Penyangkalan	2	6,7
4 Regresi, Undoing, Sublimasi	2	6,7
5 Sublimasi	2	6,7
6 Rasionalisasi, Undoing, Sublimasi	1	3,3
7 Undoing, Penyangkalan	1	3,3
8 Undoing, Kompensasi, Sublimasi, Penyangkalan.	1	3,3
9 Refresi,Rasionalisasi,Undoing, Kompensasi, sublimasi.	1	3,3
1 Refresi,Rasionalisasi,Pengalihan,	1	3,3
0 R.Formation,Sublimasi, Penyangkalan, Proyeksi.	2	6,7
1 Tidak memiliki Defence Mechanism	3	10,0
1	0	0
Jumlah	3	100
	0	

Dari table diatas dapat dilihat terdapat 8 (26,7%) responden yang sama dan sering menggunakan bentuk defence mechanism sublimasi dan penyangkalan, dan terdapat 1 (3,3%) memiliki bentuk defence mechanism lebih dari 5 yaitu sebanyak 7 bentuk defencemechanism yaitu Refresi,Rasionalisasi,Pengalihan, Reaction Formation , Penyangkalan, Proyeksi, dan

terdapat 2 (6,7%) responden yyang tidak memilki bentuk defence mechanism.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stress Kerja Perawat Berdasarkan Defence Mechanism Refresi di Ruang Muda Sedia Bedah RSUD Aceh Tamiang tahun 2016 (N=30)

Dari table diatas dapat dilihat bahwa bahwa responden yang tidak memiliki bentuk- bentuk defence mechanism memiliki tingkat stress yang ringan, dan yang memiliki 2 – 5 bentuk defence memiliki tingkat stress yang sedang, sedang kan yang memiliki lebih dari 5 bentuk defence mechanism tingkat stressnya berat.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukan bahwa 30 perawat yang bekerja di ruang muda sedia bedah RSUD Aceh Tamiang mengalami stress kerja pada tingkat sedang yaitu sebanyak 8 orang dengan rata-rata memiliki pendidikan terakhir DIII Keperawatan dengan

usia 26 tahun, dan ada juga dengan umur 36 tahun dengan masa kerja 9 tahun dengan memiliki bentuk defence mechanism sublimasi dan penyangkalan.

Tingginya persentase stress kerja sedang yang dialami perawat muda sediaan RSUD Aceh tamiang. Mungkin disebabkan karena ruang muda sediaan bedah adalah salah satu ruang percontohan yang mencontohkan ke semua ruangan jadi beban pekerjaan semakin bertambah, harus bisa menjadi yang terbaik di banding ruangan yang lain. Dan ruang muda sediaan bedah ini sebelumnya adalah ruangan penyakit dalam yang merawat pasien laki-laki, dan sekarang berubah menjadi ruang rawat abedah dan merawat sebagian pasiennya adalah perempuan, itu pun menyebabkan stress kerja pada perubahan pasien, sehingga perawat menggunakan defence mechanism sublimasi dan penyangkalan untuk menghindari ataupun penyelesaian untuk sementara. Menurut pendapat Grainger (1999) yang mengatakan bahwa profesi

perawat merupakan tenaga kesehatan yang paling tinggi interaksinya dengan pasien sehingga dalam melaksanakan tugasnya mengalami stressor.

Hubungan Defence Mechanism dengan Tingkat Stress

Terdapat 7 responden yang memiliki bentuk defence mechanism yang sama yaitu defence mechanism Undoing dan sublimasi memiliki tingkat stress yang sedang, dengan rata-rata memiliki usia 24 tahun berpendidikan DIII Keperawatan dan mayoritas perempuan ada juga dengan umur 35 tahun pendidikan terakhir DIII Keperawatan dengan masa lama kerja 5 tahun.

Terdapat 4 responden yang memiliki bentuk defence mechanism yang sama Undoing, sublimasi, penyangkalan dengan tingkat stress kerja sedang dengan memiliki rata-rata usia 25 tahun dengan pendidikan DIII Kebidanan, dan adayang berusia 35 tahun dengan pendidikan S1 Keperawatan dengan masa kerja 6 tahun. Terdapat 2

responden yang memiliki bentuk defence mechanism Regresi, Undoing, Sublimasi, dengan tingkat stress kerja sedang dengan memiliki usia 25 tahun, dengan jenis kelamin perempuan. Terdapat 2 responden yang memiliki 1 bentuk defence mechanism yaitu sublimasi dengan tingkat stress kerja sedang dengan jenis kelamin 1 perempuan dan 1 laki-laki dengan usia 26 tahun dan masa lama kerja 4 tahun.

Terdapat 1 responden yang memiliki bentuk defence mechanism Rasionalisasi, Undoing, sublimasi dengan tingkat stress kerja yang sedang dengan umur 24 tahun jenis kelamin perempuan dan masa kerja 3 tahun, terdapat 1 responden yang memiliki bentuk defence mechanism Undoing dan Penyangkalan dengan tingkat stress kerja sedang dengan umur 31 tahun berpendidikan DIII Keperawatan dan masa kerja 6 tahun, terdapat 1 responden yang memiliki bentuk defence mechanism Undoing, Kompensasi, Sublimasi, Penyangkalan dengan tingkat stress kerja sedang dengan usia 25 tahun

dengan pendidikan DIII Kebidanan masa kerja 3 tahun, terdapat 1 responden yang memiliki bentuk defence mechanism Refresi, Rasionalisasi, Undoing, Kompensasi, Sublimasi dengan tingkat stress kerja sedang dengan usia 24 tahun pendidikan DIII Kebidanan masa kerja 3 tahun, terdapat 1 responden yang memiliki bentuk defence mechanism Refresi, Rasionalisasi, Pengalihan, Reaction Formation, Sublimasi, Penyangkalan, Proyeksi dengan tingkat stress kerja berat dengan usia 31 tahun, jenis kelamin laki-laki dengan masa kerja 6 tahun, terdapat 2 responden yang tidak memiliki defence mechanism dengan tingkat stress kerja ringan dengan usia 30 tahun jenis kelamin laki-laki dan masa kerja 10 tahun dan usia 32 tahun jenis kelamin perempuan dengan masa kerja 4 tahun.

Kondisi tersebut diatas dapat berakibat terjadinya stress kerja pada perawat yang pada akhirnya dapat menyebabkan tidak terlaksananya pekerjaan

secara maksimal dalam mewujudkan visi dan misi rumah sakit. Selain itu bagi individu perawat, konsekuensi stress kerja yang berkelanjutan akan menyebabkan menurunnya produktivitas kerja.

Yang terlihat bahwa perawat tidak saja hanya memiliki satu defence mechanism saja tetapi satu, dua bahkan ada yang lebih dari lima untuk satu perawat saja, yang memiliki satu atau lebih defence mechanism memiliki stress kerja pada tingkat sedang, ada juga yang memiliki stress pada tingkat berat dan perawat yang tidak memiliki defence mechanism justru malah memiliki stress pada tingkat ringan. Perawat yang memiliki lebih dari 5 defence memiliki tingkat stress kerja berat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian tersebut terdapat bahwa responden yang tidak memiliki bentuk-bentuk defence mechanism memiliki tingkat stress yang ringan, dan yang memiliki 2 – 5 bentuk defence memiliki tingkat stress yang sedang, sedang kan yang memiliki lebih

dari 5 bentuk defence mechanism tingkat stressnya berat.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melanjutkan penelitian tentang defence mechanism perawat terhadap stress kerja, agar hasil yang didapat lebih valid dari sebelumnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Metode Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Bina Aksara.
- Asmadi. 2008. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: Buku kedokteran EGC.
- Hawari, Dadang. 2006. *Manajemen Stress, Cemas, dan Depresi*. Jakarta : FKUI
- Kaplan, HI dan Saddock. 2010. *Sinopsis Psikiatri Jakarta*: Binarupa Aksara.
- Notoadmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba.
- Priyoto, 2014. *Manajemen Stress*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Stuart, G. 2007. 2007. *Jiwa Buku Saku Keperawatan*. Ed.5. Jakarta: EGC

Stuart, G. W. dan Sudden. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Ed.3.1998. Jakarta: EGC

Saam, Zulfan dan Sri Wahyuni. 2012. *Psikologi Keperawatan*. Jakarta: PT raja.

Widiyasari, Johana Kurnia . 2010. *Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta tahun 2010*, Skripsi Pasca Sarjana, UNSM Surakarta.

Mubin, M Fakhtul, 2004. *Jurnal Koping Perawat Terhadap Stress Kerja di Rumah Sakit Telogerejo*, Semarang.

Martina, Anggara. *Gambaran Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Paru Dr. Moehammad Goenawan Partowidgo Kisarua Bogor*. Skripsi .Fakultas Ilmu Keperawatan Depok. 12 Juli 2012.