

PENGARUH STIMULUS LINGKUNGAN KERJA TERHADAP PSIKIATER dr. ARIF ZAINUDDIN SURAKARTA

Tania Rahma Rani

Program Studi Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta
d300190122@student.ums.ac.id

Andika Saputra

Program Studi Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta
andika.saputra@ums.ac.id

Nur Rahmawati Syamsiyah

Program Studi Arsitektur Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Surakarta
nur_rahmawati@ums.ac.id

ABSTRAK

Psikiater adalah dokter yang mempelajari kesehatan mental dan perilaku atau psikiatri. Tugas utama seorang psikiater adalah mendiagnosis, merawat, dan mencegah pasien dengan masalah kesehatan mental. Jika psikiater tidak mampu menjalankan tugasnya dengan baik maka psikiater dapat mengalami stres kerja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui stimulus lingkungan yang berhubungan dengan stres kerja psikiater dan faktor apa saja yang merupakan stimulus lingkungan tersebut. Metode penelitian merupakan metode observasi yang diterapkan dengan cara mengumpulkan informasi sesuai dengan kondisi lapangan. Informasi diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi dan studi pustaka. Instrumen yang digunakan untuk mengukur stres kerja adalah The Workplace Stres Scale yang berisikan 8 item pernyataan dengan 5 skala Likert. Penilaian dari instrumen ini dibagi ke dalam 5 kategori diantaranya tidak stres, ringan, sedang, berat, potensial berbahaya. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres kerja psikiater hampir merata yaitu dengan kategori Tidak Stres yaitu berjumlah 2 responden dengan persentase (33,3%), stres ringan berjumlah 2 responden dengan persentase (33,3%) dan tingkat stres sedang berjumlah 2 responden dengan persentase (33,3%). Berdasarkan hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa stimulus lingkungan kerja berpengaruh terhadap stres kerja di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta. Direkomendasikan kepada pihak RSJD dr. Arif Zainuddin untuk lebih memperhatikan lingkungan kerja psikiater, termasuk menyediakan fasilitas dan infrastruktur yang memadai seperti penggunaan AC dan transportasi di dalam area RSJD. Karena bagaimana hal ini akan berdampak pada kinerja dan produktivitas psikiater.

KEYWORDS:

Psikiater; lingkungan kerja; stres kerja

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Psikiater adalah dokter yang mempelajari kesehatan mental dan perilaku atau psikiatri. Psikiatri adalah cabang kedokteran yang berfokus pada diagnosis, pengobatan, dan pencegahan gangguan emosi, kejiwaan, dan perilaku. Tugas utama seorang psikiater adalah mendiagnosis, merawat, dan mencegah pasien dengan masalah kesehatan mental. Jika psikiater tidak dapat menjalankan tugasnya dengan baik, psikiater dapat mengalami stres kerja.

Stres kerja merupakan suatu reaksi terhadap faktor baru atau ancaman yang terjadi dalam lingkungan kerja seseorang. Stres

kerja yang berkepanjangan pada seseorang dapat memberikan dampak yang tidak baik bagi sistem tubuh dan pekerjaan. Adapun dampak yang dirasakan dapat dialami pada kognitif (kurang konsentrasi, kurang baik dalam memberikan penilaian), perilaku (gangguan tidur, kebiasaan makan yang kurang baik, mengabaikan tanggung jawab), emosi (mudah marah, gelisah, tidak sabar, depresi, perasaan terisolasi), dan fisik (nyeri punggung dan leher, masalah hati, tekanan darah tidak normal, mual, cemas). Selain itu, stres kerja yang dialami psikiater dapat mempengaruhi kinerja psikiater. Kinerja psikiater yang menurun akan menyebabkan penurunan mutu kualitas pelayanan dari suatu rumah sakit jiwa.

Sumber stres perlu diperiksa untuk mengembangkan strategi yang dapat mengurangi stres dan meningkatkan kepuasan di antara psikiater. Sumber stres psikiater berasal dari kurangnya sumber daya, perilaku agresif dan kekerasan dari pasien, meningkatnya beban kerja, kurangnya mendapatkan pelatihan dan kurangnya sarana prasarana untuk meredakan stres kerja tersebut.

RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta yang berlokasi di Jl. Ki Hajar Dewantara No. 80. Jebres, Kecamatan. Jebres, Kota Surakarta adalah instansi kesehatan yang dimana psikiaternya menangani gangguan mental/jiwa, RSJD memberikan pelayanan kesehatan jiwa anak, dewasa, dan lanjut usia, dan banyak pelayanan lainnya. Sehingga bisa dilihat bahwa RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta merupakan instansi kesehatan dengan tingkat kesibukan yang tinggi dalam menangani pasiennya, tidak hanya pasien dengan gangguan fisik namun juga pasien dengan gangguan psikologis. RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta memiliki jumlah pasien yang dirawat inap sebanyak 241 pasien, sedangkan jumlah psikiaternya sebanyak 8 orang, 6 orang yang bertugas menangani pasien, 1 orang sebagai wakil direktur pelayanan medis dan 1 orang sebagai kepala bidang dan tidak menangani pasien. Hal ini menunjukkan bahwa terjadinya *over capacity* di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta pada tahun 2023.

terjadinya *over capacity*, psikiater akan memberikan pelayanan yang lebih ekstra dan juga lebih cepat dalam mengatasi masalah yang dialami pasien gangguan mental. Hal ini memungkinkan akan menimbulkan tekanan dan ketegangan selama psikiater melakukan tugasnya, sehingga psikiater bisa mengalami stres kerja. Ketika psikiater mengalami stres kerja, maka hal itu akan mempengaruhi produktivitas kerja mereka karena semakin tinggi stres yang dialami maka produktivitas kerja semakin kurang.

Rumusan Masalah

1. Seperti apa stimulus lingkungan yang dialami oleh psikiater yang berkaitan dengan stres kerja di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta
2. Faktor apa saja yang membentuk stimulus lingkungan yang dialami oleh psikiater

yang berkaitan dengan stres kerja di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengidentifikasi stimulus lingkungan yang dialami oleh psikiater yang berkaitan dengan stres kerja di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta
2. Untuk mengidentifikasi faktor apa saja yang membentuk stimulus lingkungan yang dialami oleh psikiater di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta

KAJIAN PUSTAKA

Teori Stimulus Lingkungan

1. Teori Stimulus-Respons
Terdapat salah satu manifestasi dari struktur kontrol yang dikemukakan oleh Habraken (1998), dalam hal ini desain model lingkungan fisik suatu bangunan dapat mempengaruhi perilaku konsumen. Menurut Burrhus Frederic Skinner Skinner adalah deskripsi stimulus-respons yang perubahan perilaku dijelaskan dalam hubungannya dengan lingkungan, pada hakikatnya setiap stimulus saling berinteraksi dan interaksi ini pada akhirnya mempengaruhi respons yang terjadi.
2. Teori Hambatan Perilaku
Hambatan dapat muncul baik dari lingkungan aktual maupun dari interpretasi yang dirasakan. Averill (dalam Fisher, 1998) menyatakan bahwa ada beberapa jenis pengendalian lingkungan, yaitu pengendalian perilaku, pengendalian kognitif dan pengendalian lingkungan.
3. Teori Adaptasi
Menurut teori ini, stimulasi berhubungan dengan teori kognitif, rendah dan tinggi tingkat stimulasi memiliki konsekuensi negatif terhadap perilaku. Adaptasi terjadi ketika ada perselisihan pada sistem, yaitu. Ketidakseimbangan dalam interaksi manusia-lingkungan, tuntutan lingkungan yang berlebihan atau kebutuhan yang bertentangan dengan kondisi lingkungan.
4. Teori Behavioristik
Mempertimbangkan konteks lingkungan dimana perilaku terjadi & variabel manusia (kepribadian, sikap, sikap, dsb). Ecological Theory, teori Barker yang disajikan pada

tahun 1963 dan 1968 berurusan dengan hubungan antara perilaku dan lingkungan.

5. Teori Beban Lingkungan

Teori ini menjelaskan bahwa manusia memiliki kapasitas yang terbatas untuk memproses data/informasi. Kelebihan beban yang terjadi ketika rangsangan melebihi kapasitas pengelola, ketika rangsangan lingkungan melebihi kapasitas pemrosesan informasi, proses perhatian tidak akan dilakukan secara optimal. Jika sumber tegangan lebih besar dari kapasitasnya, terjadi tegangan negatif, sebaliknya jika sumber tekanan sama atau sedikit lebih kecil dari kapasitasnya, terjadi tegangan positif.

6. Teori Deterministik Geografi

Kondisi geografis pada lingkungan menentukan corak & kualitas hidup seseorang. Perilaku seseorang lebih ditentukan dari faktor lingkungan dimana seseorang itu hidup. Perilaku tersebut disebabkan adanya interaksi antara manusia dengan lingkungannya.

Lingkungan Kerja

Lingkungan kerja dapat definisikan sebagai berikut: segala sesuatu yang ada di sekitar karyawan yang bisa mempengaruhi kinerja, tugas yang diberikan kepadanya itu disebut dengan lingkungan kerja. Lingkungan tersebut termasuk AC, pencahayaan yang tepat, dll. Lingkungan kerja merupakan sesuatu di lingkungan pekerja yang bisa mempengaruhi kinerja pengerjaan tugasnya tugas, seperti suhu ruangan, kelembaban ruangan, tidak adanya ventilasi udara, penerangan yang kurang, kebisingan, dan kebersihan

Stres Kerja

Ketika seseorang dihadapkan pada harapan, tantangan, dan peluang yang besar, mereka berada di bawah ketegangan atau tekanan emosional yang dapat berdampak pada emosi, pikiran, dan kesehatan fisik mereka (Rahmayuliani, 2018). Mangkunegara mendefinisikan stres kerja sebagai keadaan ketegangan yang mengakibatkan ketidakseimbangan fisik dan psikologis serta berdampak pada emosi, proses mental, dan kesejahteraan karyawan secara umum (King, 2010). Stres kerja adalah munculnya keadaan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir,

dan keadaan fisik karyawan (Davis & Newstrom, 1985).

Faktor Penyebab Stres

Anwar Prabu menyebutkan, Beban kerja yang sangat berat, kendala waktu, manajemen di bawah standar, lingkungan kerja yang tidak ramah, kontrol disfungsi, dan konflik di tempat kerja merupakan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres di tempat kerja. Juga, ada ke terputusan antara manajer dan pekerja.

Gejala Stres Kerja

Robbins dan Judge mengatakan, terdapat beberapa hal guna mengetahui gejala seseorang mengalami stres kerja, antara lain:

1. Perubahan indikator gejala fisik tubuh, seperti detak jantung yang lebih cepat, denyut nadi, tekanan darah, dan siklus pernapasan. Setelah itu, dapat mengakibatkan konsekuensi serius seperti migrain, serangan jantung, dan penyakit kronis lainnya.
2. Perubahan pola pikir dan perasaan yang menunjukkan gejala psikologis, seperti kecemasan, kesedihan, kemarahan, kekecewaan, kekhawatiran, ketakutan, dll. Sedangkan perubahan mental dapat menyebabkan masalah fokus, pelupa, komunikasi yang baik, kurang percaya diri.
3. Kurangnya kegembiraan, kurangnya daya cipta dan orisinalitas, tingkat absensi yang lebih tinggi, niat untuk berhenti, menggunakan obat-obatan terlarang, dll. adalah contoh dari gejala sikap.

Dampak Stres

Efek dari stres kerja dapat mempengaruhi kinerja psikiater secara signifikan. Stres memiliki efek yang merugikan baik pada kesejahteraan individu maupun komunitas. Psikiater sering merasakan tingkat stres yang tinggi karena ketegangan yang mereka alami, sifat lingkungan mereka yang terus berubah dan tidak dapat diprediksi, dan kekhawatiran mereka terhadap sistem kontrak. Akibatnya, stres dan kesehatan mental saling terkait. Orang mungkin mengalami hal ini ketika mereka merasa terbebani oleh tugas, menyadari tanggung jawab yang lebih besar, dan mempertimbangkan semua kemungkinan hasil di tempat kerja (Maserati, 2021).

Rumah Sakit Jiwa

Fasilitas kesehatan yang disebut rumah sakit jiwa menawarkan perawatan medis kepada pasien dengan penyakit jiwa. Peran dan tujuan rumah sakit jiwa berbeda dengan rumah sakit umum; mereka berkonsentrasi pada penyediaan perawatan mental jangka pendek atau jangka panjang yang diberikan secara rutin atau khusus dan bertahap bagi mereka yang menderita penyakit mental..

Fungsi Dan Peranan Rumah Sakit Jiwa

Baik di dalam maupun di luar temboknya, Rumah Sakit Jiwa berkontribusi dalam penyediaan layanan kesehatan jiwa. Untuk lebih mengintegrasikan layanan kesehatan mental dalam lingkungan. Berikut ini adalah tugas yang dilakukan oleh rumah sakit jiwa:

1. Pemantauan kesehatan pasien yang telah keluar dari rumah sakit jiwa melalui kunjungan rumah.
2. Konseling ditujukan untuk komunitas yang lebih luas dan diberikan dalam konteks kesehatan mental komunitas.
3. Pelayanan Kesehatan Jiwa Terpadu.
4. BPKJM (Badan Pelaksana Kesehatan Jiwa Masyarakat) menggunakan layanan kesehatan jiwa lintas sektoral sebagai platform untuk mengatasi masalah kesehatan jiwa masyarakat.

Kebutuhan Ruang Rumah Sakit Jiwa

Menurut peraturan MenKes RI no.920/MenKes/per/XII/1986, persyaratan bangunan rumah sakit jiwa yaitu memiliki bangunan yang terdiri dari :

- a. Bangunan rawat jalan dan UGD
- b. Bangunan instalasi penunjang medis (laboratorium, radiologi)
- c. Fasilitas gudang dan bengkel
- d. Rumah sakit dengan setidaknya 50 tempat tidur (bangsal, ruang rawat inap)
- e. Gedung untuk administrasi, ruang untuk tenaga medis, dan paramedis
- f. Bangunan instalasi non medis (dapur, laundry)
- g. Taman dan parkir
- h. Diperlukan struktur tambahan untuk upaya penyembuhan jiwa (ruang terapi, ruang rehabilitasi)

Seperti yang dapat disimpulkan dari poin (e), fasilitas kesehatan jiwa perlu memiliki struktur yang dapat menampung ruang staf medis, salah satunya adalah ruang psikiater, yang berfungsi sebagai lokasi pelayanan konseling rawat jalan.

Pengaruh Desain Terhadap Perilaku Pengguna

Tata letak ruang, antara lain, yang mungkin mempengaruhi perilaku pengguna, adalah salah satu contoh bagaimana desain dapat mempengaruhi perilaku pengguna.:

- a. Bentuk dan ukuran disesuaikan dengan kapasitas dan aktivitas ruang.
- b. Penggunaan furnitur harus direncanakan untuk mengakomodasi kebutuhan pengguna (fungsi, kenyamanan dan keamanan). Dengan tetap memperhatikan kebutuhan dan aktivitas pengguna ruang, penataannya.
- c. Skema warna yang dipilih memengaruhi reaksi psikologis di ruang pengguna dan bagaimana ruangan mengembangkan suasananya. Rona yang dipilih dikatakan memiliki potensi untuk menciptakan persepsi yang baik dari tindakan yang tidak baik dari penggunaannya.

Tabel 1. Persepsi warna bagi manusia

Warna	Kesan Jarak	Kesan Kehangatan	Rangsangan Mental
Ungu	Sangat dekat	Dingin	Agresif, menekan
Biru	Sangat jauh	Dingin	Penuh ketenangan
Hijau	Sangat jauh	Dingin ke netral	Sangat tenang
Coklat	Sangat dekat	Netral	Merangsang
Kuning	Dekat	Sangat hangat	Merangsang
Orange	Sangat dekat	Sangat hangat	Merangsang
Merah	Dekat	Hangat	Sangat merangsang

(Sumber : Google, 2023)

- d. Temperatur, suara dan pencahayaan. Suara berpengaruh terhadap ketenangan penggunaannya sedangkan temperatur dan pencahayaan berpengaruh terhadap kenyamanan penggunaannya.

Kajian Studi Antropometri

Studi antropometri meliputi dimensi manusia. Norma atau batasan antropometri diterapkan saat merancang elemen spasial. Studi antropometri yang digunakan sejalan dengan perencanaan rumah sakit, sirkulasi, furnitur, dan ketinggian adalah beberapa contoh:

- Untuk lorong dengan mobilisasi yang cukup intens, ukuran lorong minimal 225 cm harus digunakan untuk sirkulasi di rumah sakit jiwa. RSJD dr. Lorong area ruang psikiater Arif Zainuddin, menurut data lapangan, memiliki lebar 350 cm, yang merupakan ukuran sirkulasi reguler rumah sakit..
- Lebar meja normal di ruang kerja psikiater atau ruang konseling lobi adalah 38,1-45,7 cm. Saat duduk atau berdiri, jarak 91,4 cm diperlukan untuk sirkulasi udara yang efisien di dalam ruangan. Menurut data lapangan, standar saat ini umumnya dipenuhi dengan lebar meja 50 cm dan sirkulasi ruang kerja 150 cm.
- Pintu ruang konseling selebar 100 cm. Ini dimaksudkan untuk membantu orang tua yang membutuhkan bantuan dan pasien di kursi roda..

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan metode penelitian observasi yang dilakukan dengan cara mengumpulkan data yang didapatkan sesuai dengan kondisi di lapangan. Data tersebut bisa didapatkan melalui wawancara dengan narasumber. Selanjutnya data-data tersebut akan dianalisis. Selanjutnya, hasil penelitian tersebut akan dikaitkan dengan penerapan arsitektur dalam desain bangunan yang memberikan dampak positif bagi perilaku dan psikologi para psikiater.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur stres kerja adalah The Workplace Stres Scale yang berisikan 8 item pernyataan dengan 5 skala Likert. Penilaian dari instrumen ini dibagi ke dalam 5 kategori di antaranya tidak stres, ringan, sedang, berat, potensial berbahaya. The Workplace Stres Scale telah dilakukan *back translation* oleh 3 pakar dan diuji validitas dan reliabilitas pada 15 orang. Hasil uji kuesioner menunjukkan instrumen

valid pada seluruh item pernyataan yang memiliki nilai $r > 0,514$ dan reliabel dengan nilai Cronbach Alpha 0,927. Statistik yang digunakan untuk menganalisis data di dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif untuk mengukur data demografi dan tingkat stres kerja. Ukuran statistik deskriptif yang digunakan yaitu ukuran frekuensi dan persentase.

Teknik Pengumpulan Data

Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan pengamatan langsung dan dilengkapi dengan catatan tentang situasi dan kondisi di daerah penelitian. Wawancara adalah metode untuk mengumpulkan data dari subjek dan menyentuh variabel yang terlibat dalam pengumpulan data.

Pertanyaan saat wawancara yaitu sebagai berikut :

1. Apa seorang psikiater pernah mengalami stres kerja ?
2. Apa yang menyebabkan seorang psikiater mengalami stres kerja dari faktor fisik dan non-fisik?
3. Bagaimana caranya psikiater meredam stres kerja tersebut ?
(Apa terdapat taman, rumah kaca)
4. Apa lingkungan kerja psikiater berpengaruh terhadap kehidupan sosial masyarakat atau lingkungan di luar area kerja?
5. Apa ada penyakit yang biasanya diderita oleh psikiater ?
(Insomnia, demensi, gangguan cemas dan depresi serta psikologis)
6. Ketika psikiater memeriksa pasien apa pernah ada kejadian pasien mengamuk atau melakukan tindakan-tindakan yang berbahaya?
7. Biasanya Psikiater memeriksa pasien, mendiagnosis atau memberikan layanan konseling dimana?
(Bangsal atau ada ruangan khusus)
8. Terdapat berapa pasien di RSJD dr. Aris Zainuddin Surakarta?
9. Di RSJD dr. Arif Zainuddin Surakarta terdapat berapa psikiater ?
(Umur, Jenis Kelamin, Status Pendidikan, Status Keluarga, Berapa Tahun Bekerja)

Studi literatur adalah proses pencarian data yang berkaitan dengan penelitian melalui pemahaman isi berdasarkan informasi yang terdapat di media cetak, internet, media elektronik.

Dokumentasi adalah pengelompokan warisan tertulis, termasuk buku, jurnal, temuan penelitian, catatan atau arsip, dan teori dan pendapat ahli tentang pertanyaan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data Demografi

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
26-35 Tahun	3	50 %
36-45 Tahun	1	16 %
46-55 Tahun	1	16 %
66-75 Tahun	1	16 %
Total	6	100 %

(Sumber : Data Primer, 2023)

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	1	16.7 %
Perempuan	5	83.3%
Total	6	100 %

(Sumber : Data Primer, 2023)

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Perkawinan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Perkawinan

Status Perkawinan	Frekuensi	Persentase (%)
Belum Menikah	-	-
Sudah Menikah	6	100 %
Total	6	100 %

(Sumber : Data Primer, 2023)

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Psikiater	5	83.3 %
PPDS 1	1	16.7 %
Total	6	100 %

(Sumber : Data Primer, 2023)

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Bekerja

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Bekerja

Lama Bekerja	Frekuensi	Persentase (%)
< 5 Tahun	1	16.7 %
5 Tahun atau Lebih	5	83.3 %
Total	6	100 %

(Sumber : Data Primer, 2023)

Berdasarkan Tabel 2. Berdasarkan umur terlihat bahwa 3 orang (atau 50%) pada kelompok umur 26–35, 1 orang (16%) pada kelompok umur 36–45, 1 orang (16%) pada kelompok umur 46– 55 kelompok umur, dan 1 orang (16%) pada kelompok umur terendah 66-75 tahun merupakan responden psikiater yang menjawab dengan persentase tertinggi.

Berdasarkan Tabel 3. jenis kelamin tertinggi adalah perempuan dengan 5 responden dan persentase keseluruhan 83,3, dan jenis kelamin terendah adalah laki-laki dengan 1 responden dan persentase keseluruhan 47,5.

Berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa 6 responden atau 100% dari total responden telah menikah, yang merupakan status perkawinan dari seluruh responden.

Berdasarkan Tabel 5. terlihat bahwa mayoritas responden memiliki pelatihan psikiatri terakhir yaitu 5 responden dengan proporsi 83,3 persen, sedangkan hanya 1 responden dengan proporsi 16,7 persen yang terakhir mengikuti pelatihan PPDS 1.

Berdasarkan Tabel 6. di atas menjelaskan sebagian besar responden memiliki status lama bekerja 5 tahun atau lebih sebanyak 5 responden dengan persentase (83.3%) dan responden terendah memiliki status lama kerja < 5 tahun sebanyak 1 responden dengan persentase (16.7%).

Tingkat Stres Kerja

Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Kerja Psikiater RSJD dr. Ariz Zainuddin Surakarta

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Kerja Psikiater RSJD dr. Ariz Zainuddin Surakarta

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Stres	2	33.3 %
Ringan	2	33.3 %
Sedang	2	33.3 %
Berat	-	-

Potensi Berbahaya	-	-
Total	6	100 %

(Sumber : Data Primer, 2023)

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa besaran stres kerja yang dialami oleh psikiater hampir merata pada kategori Tidak Stres sebanyak 2 responden dan persentase sebesar 33,3%, kategori Stres Ringan sebanyak 2 responden dan persentase 33,3%, dan kategori Stres Sedang, yang memiliki 2 responden dan persentase 33,3%.

Analisis Stres Kerja Tingkatan Stres Ringan

Stres ringan yang sering dialami oleh psikiater di dr. Arif Zainuddin yaitu seperti mengalami kelelahan, malas bekerja, kreativitas dan inisiatif berkurang, mudah tersinggung, mudah marah, gelisah, nafsu makan berkurang atau makan berlebih dan sulit konsentrasi.

Analisis Stres Kerja Tingkatan Stres Sedang

Stres sedang yang dialami oleh psikiater di dr. Arif Zainuddin yaitu seperti sering sakit, sulit tidur dimalam hari, tubuh gemetar, dan ada keluhan seperti sakit kepala, sakit perut, dan keringat berlebih.

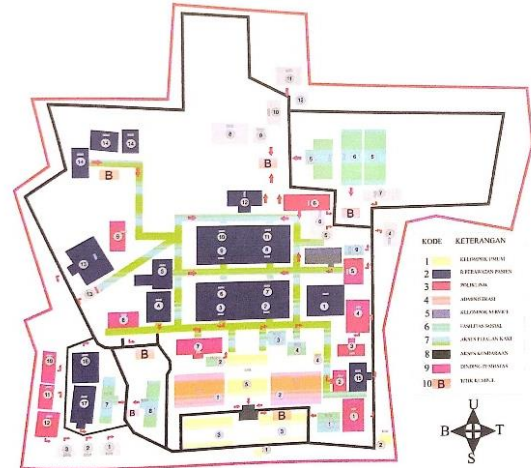
Analisis Tata Ruang Konseling

Ruang psikiater digunakan sebagai tempat psikiater mendiagnosis, memberikan layanan konseling dan merawat pasien rawat jalan yang mengalami gangguan mental. Terdapat furnitur seperti meja dan kursi yang digunakan sebagai tempat psikiater membuat laporan-laporan mengenai kesehatan pasien. Tinggi ruangan kurang dari 3 m dengan warna dinding didominasi warna putih.

Analisis Tata Ruang Tunggu Pasien

Terdapat ruang tunggu yang letaknya berada tepat di depan ruang konseling dan berada ditengah-tengah bangunan. Ruang ini digunakan sebagai tempat tunggu untuk pasien rawat jalan yang tingkat sakit mentalnya tergolong ringan. Dan terdapat ruang tunggu buat pengunjung yang letaknya bersebelahan dengan ruang tunggu pasien. Ketika mau melakukan konseling dengan psikiater.

Keamanan Psikiater



Gambar 1. Layout RSJD dr. Arif Zainuddin

(Sumber : Data primer, 2023)

Terdapat pos satpam yang berada di depan bangunan ruang psikiater yang bertujuan sebagai titik keamanan jika pasien kabur di saat psikiater melakukan konseling pada pasien. Ketika psikiater melakukan layanan konseling, psikiater akan ditemani oleh beberapa perawat dan petugas keamanan yang bertugas untuk menjaga dan melindungi keamanan psikiater dan mengamankan pasien agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan atau hal-hal yang berbahaya.

Analisis Faktor Penyebab Stres

1. Faktor Fisik

- “Karena di ruangan saya banyak jendela, terus AC nya tidak dingin, itu kan jadi panas ya jadi saya kurang nyaman kalo lama-lama di dalam ruangan saya apalagi saat sedang memeriksa pasien rawat jalan” ucap narasumber dr. Adriesti Herdaetha, Sp.KJ, M.H sebagai dokter ahli madya (Psikiater) di RSJD dr. Arif Zainuddin.

Jendela pada ruangan Psikiater yang menghadap langsung ke arah matahari terbit dan tidak adanya penghawaan yang baik di ruangan menyebabkan suhu ruangan menjadi tinggi, sehingga suhu ruangan menjadi panas. dan sehingga mempengaruhi produktivitas kinerja psikiater yang dapat membuat psikiater stres, serta mempengaruhi kondisi pasien disaat diberikannya layanan konseling yang membuat pasien berperilaku agresif

sehingga mempengaruhi keamanan psikiater itu sendiri.

- Ruang konseling yang berhadapan langsung dengan ruang tunggu, ketika ditepati oleh banyak pasien dan perawat, perilaku pasien yang sering mondar-mandir, gaduh dan ramai menyebabkan kurang fokusnya psikiater dalam menjalankan tugasnya.
- “Terus karena jarak antara bangunannya jauh, saya kadang sering capek kalo mau bolak-balik ruangan” ” ucap narasumber dr. Adriesti Herdaetha, Sp. KJ, M.H sebagai dokter ahli madya (Psikiater) di RSJD dr. Arif Zainuddin.

Jarak antara bangunan yang jauh dan tidak adanya alat transportasi yang bisa digunakan di dalam area RSJD menyebabkan menurunnya kinerja psikiater.

2. Faktor Non-Fisik

Dikarenakan jumlah pasien yang dirawat inap sebanyak 241 pasien, sedangkan jumlah psikiaternya yang bertugas menangani pasien hanya 6 orang. Sehingga menyebabkan terjadinya over capacity. Dengan terjadinya over capacity, psikiater akan memberikan pelayanan yang lebih ekstra dan juga lebih cepat dalam mengatasi masalah yang dialami pasien gangguan mental. Hal ini memungkinkan akan menimbulkan tekanan dan ketegangan selama psikiater melakukan tugasnya, sehingga psikiater bisa mengalami stres kerja. Ketika psikiater mengalami stres kerja, maka hal itu akan mempengaruhi produktivitas kerja mereka karena semakin tinggi stres yang dialami maka produktivitas kinerja psikiater juga semakin kurang.

Cara Meredam Stres

Kehadiran pohon-pohon dan rerumputan di taman secara psikologis dapat meningkatkan perasaan aman dan dapat mengurangi ketegangan. Selain itu, untuk Kesehatan juga dapat memberikan udara yang segar yang bisa menjernihkan pikiran dan menghilangkan stres (Sriarumtias et al., 2020).

Terdapat taman dan banyak ruang hijau di RSJD Dr. Arif Zainuddin yang dapat digunakan sebagai tempat melepas penat dan merasakan

ketenangan. Rekreasi di luar ruangan dapat memperbaharui semangat. Aliran darah ke area otak yang terhubung dengan pemikiran negatif dapat dikurangi dengan menghabiskan waktu di area hijau, yang dapat membantu kita berpikir lebih optimis. Ingatan dan daya cipta kita juga meningkat, dan ini tidak hanya terjadi saat kita berada di taman terbuka yang rimbun. Hal senada diungkapkan oleh Dr. Juneman Abraham, seorang psikolog sosial, yang menyatakan bahwa kegiatan di taman dengan ruang terbuka hijau sangat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan mental

PENUTUP

Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian dan analisis data, bisa disimpulkan bahwa stimulus lingkungan kerja yang dialami oleh psikiater yang berkaitan dengan stres kerja dan faktor yang membentuk stimulus lingkungan tersebut, yang dapat dijabarkan antara lain sebagai berikut :

1. Menurut hasil distribusi frekuensi respons, psikiater di RSJD dr. Arif Zainuddin berada dalam tiga kategori yaitu tidak stres, stres ringan dan stres sedang.
2. Tata Ruang dan zonasi
 - Ruang psikiater digunakan sebagai tempat psikiater mendiagnosis, memberikan layanan konseling dan merawat pasien rawat jalan yang mengalami gangguan mental. Terdapat furnitur seperti meja dan kursi yang digunakan sebagai tempat psikiater membuat laporan-laporan mengenai kesehatan pasien. Tinggi ruangan kurang dari 3 m dengan dinding berwarna putih dan warna *orange* pada kolom-kolomnya.
 - Terdapat ruang tunggu yang letaknya berada tepat di depan ruang konseling dan berada ditengah-tengah bangunan
 - Terdapat pos satpam yang berada di depan bangunan ruang psikiater yang bertujuan sebagai titik keamanan jika pasien kabur disaat psikiater melakukan konseling pada pasien.
3. Faktor penyebab stres kerja pada Psikiater dr. Arif Zainuddin, yaitu :

- a. Jendela pada ruangan Psikiater yang menghadap langsung ke arah matahari terbit dan tidak adanya penghawaan buatan di ruangan menyebabkan suhu ruangan menjadi tinggi, sehingga suhu ruangan menjadi panas dan sehingga mempengaruhi produktivitas kinerja
 - b. Ruang konseling yang berhadapan langsung dengan ruang tunggu, ketika ditepati oleh banyak pasien dan perawat, perilaku pasien yang sering mondar-mandir, gaduh dan ramai menyebabkan kurang fokusnya psikiater dalam menjalankan tugasnya.
 - c. Jarak antara bangunan yang jauh dan tidak adanya alat transportasi yang bisa digunakan di dalam area RSJD menyebabkan menurunnya kinerja,
 - d. *Over capacity*, tuntutan kerja, tuntutan waktu, peranan ganda, kondisi lingkungan kerja
4. Cara meredam stres yaitu dengan adanya taman dan banyak area terbuka hijau yang bisa digunakan sebagai sarana meredam dan bahkan menghilangkan stres.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Bagi pihak RSJD dr. Arif Zainuddin
Kondisi kerja fisik dan non fisik, termasuk penggunaan sarana dan prasarana yang memadai seperti AC dan transportasi di dalam lingkungan RSJD, perlu mendapat perhatian lebih dari RSJD. Karena bagaimana hal ini akan berdampak pada kinerja dan produktivitas psikiater.
2. Bagi peneliti lain
Kesenjangan dalam penelitian ini harus diisi oleh peneliti yang melakukan penelitian di masa depan tentang faktor lingkungan yang berhubungan dengan stres di tempat kerja. Agar bermanfaat bagi psikiater dan pekerja lainnya, maka akan lebih meningkatkan dan memperkaya pemahaman mengenai variabel-variabel yang terhubung.

DAFTAR PUSTAKA

- Davis, Keith & Newstrom, John W. (1985). *Perilaku dalam Organisasi*. Jakarta: Erlangga.
- Fisher, G Joseph. (1998). *Contingency Theory, Management Control System and Firm Outcomer: Past Results and Future Directions*. *Behavioural Research in Accunting* Vol. 10.
- King, Laura A. (2010). *Psikologi Umum. Sebuah Pandangan Apresiatif. Alih Bahasa: Brian Marwensdy*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Maserati, Giszka Gita. (2021). Pengaruh Stres Kerja dan Coronavirus Anxiety terhadap Mental Well-Being pada Generasi Milenial. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 190-191.
- Rahmayuliani. (2018). *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan pada PT. Semen Bosowa Maros*. Makassar: Universitas Muhammadiyah Makassar.
- Sriarumtias, F. F., Andeani, R. F., Rosita, N., Ardian, F., & Septian, A. T. (2020). Pemberdayaan serta Penerapan Protokol Kesehatan di Posyandu Puskesmas Leuwigoong Kabupaten Garut, Jawa Barat Sebagai Upaya Mencegah Penularan COVID-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 1–12.