	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

LAPORAN PENGABDIAN MASYARAKAT

Sosialisasi Manajemen Stress Perawat Di Rumah Sakit Mitra Husada



Disusun Oleh :

Ketua : Ns. Diny Vellyana,S.Kep.,M.M.R (0220109101)

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN DAN NERS
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU
TAHUN 2021**

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

1. Identitas PkM

A. Judul PkM

Sosialisasi Manajemen Stress Perawat Di Rumah Sakit Mitra Husada

B. Waktu PkM

Tahun Usulan	Tahun Pelaksanaan	Semeslater	Lama Penelitian
2020	2021	Ganjil	6 bulan

C. Mata Kuliah

Kode MK	Mata Kuliah
2035251	Manajemen Keperawatan


D. Dasar alqur'an

Surah dan ayat	At – Tawbah /105
Ayat alquran	وَقُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللّٰهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ ۗ وَسَتُرَدُّونَ اِلٰى عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّٰرِ ۙ ۱۰۵ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ
Artinya	Dan katakanlah, "Bekerjalah kamu, maka Allah akan melihat pekerjaanmu, begitu juga Rasul-Nya dan orang-orang mukmin, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui yang gaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan."
Hadis	

2. Identitas pelaksana PkM

Nama	Peran	Tugas
Diny Vellyana	Ketua Pengabdian	Mengkoordinir dan bertanggungjawab atas pelaksanaan Pengabdian
Nama	Peran	Tugas
M. Afif	Mahasiswa 1	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan
Topan N	Mahasiswa 2	Membantu mengkondisikan peserta pelatihan

3. Mitra PkM

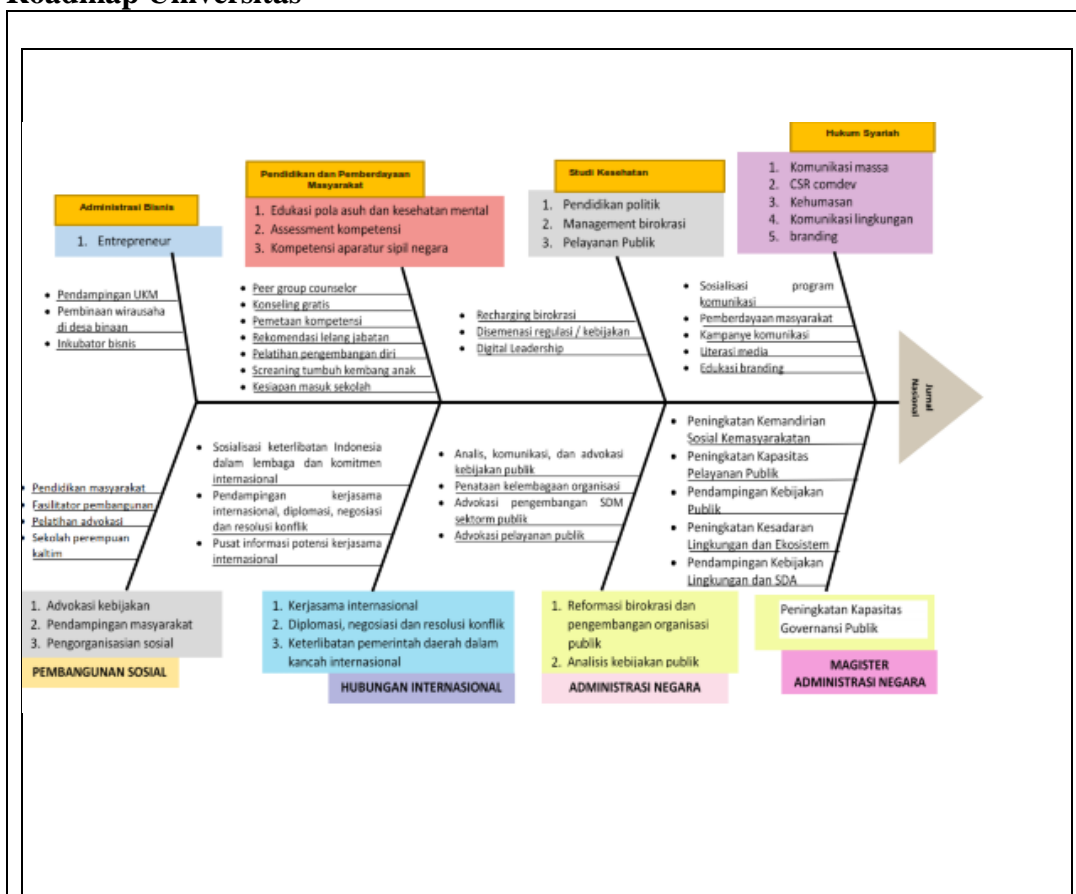
	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Institusi	Nama mitra	Kepakaran	e-mail dan no WA
RS Mitra Husada	Direktur	Pelayanan Kesehatan	-

4. Luaran dan Target capaian


Tahun	Jenis Luaran
1	Jurnal nasional

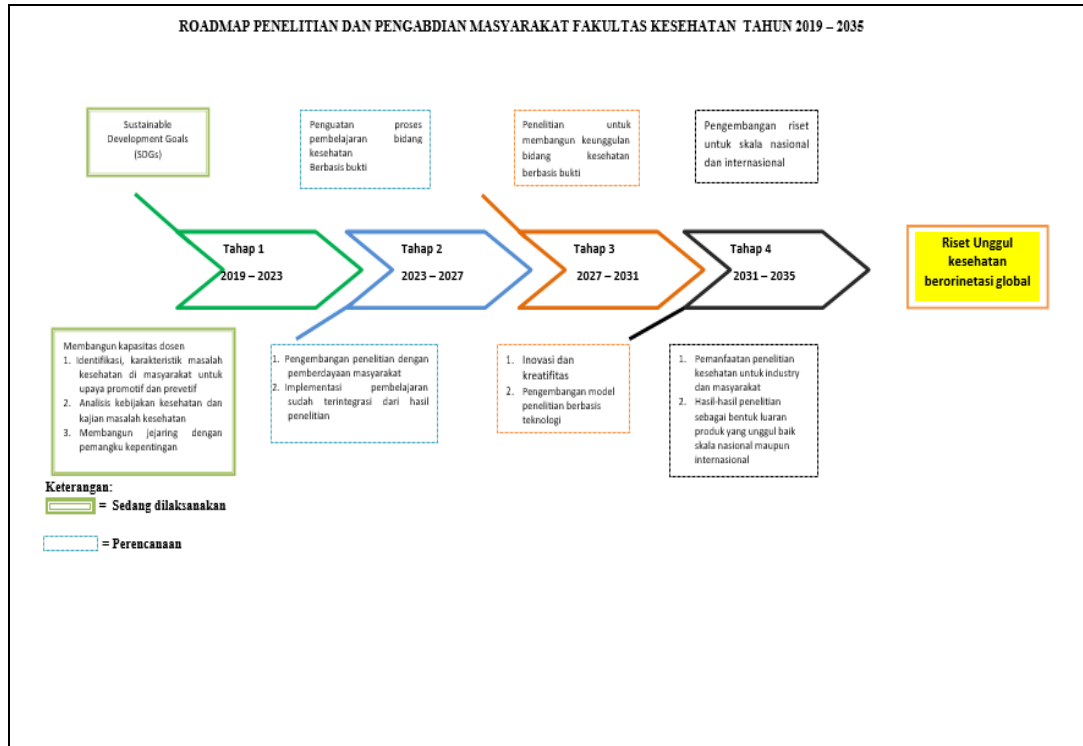
5. Roadmap Universitas



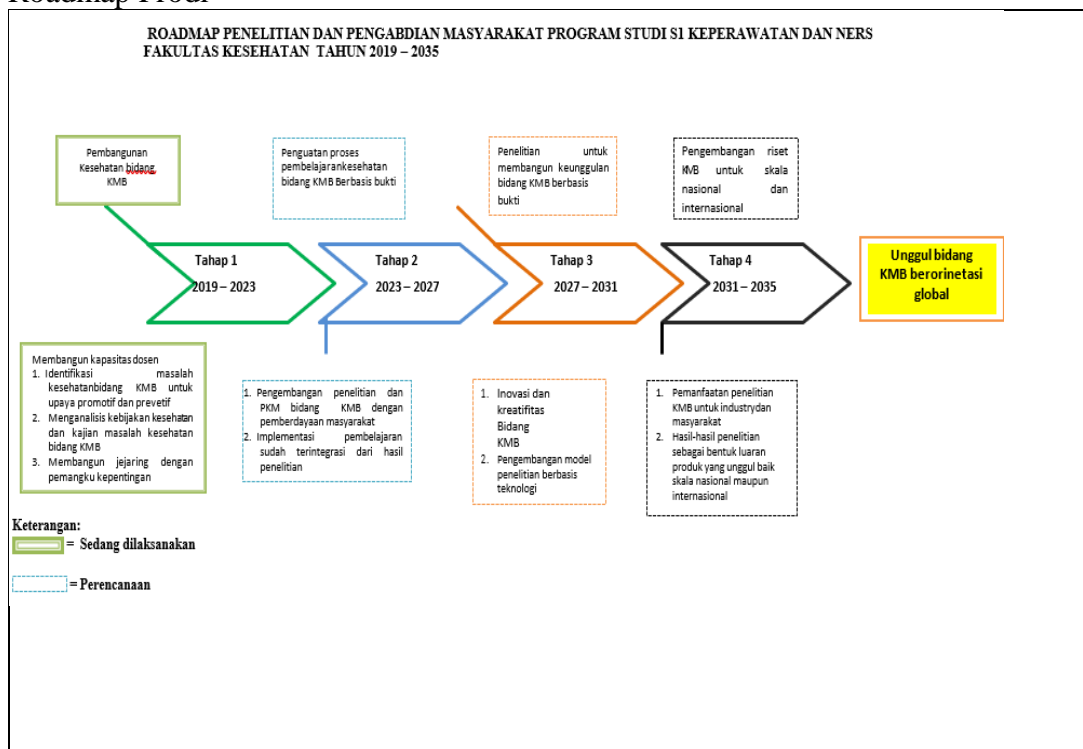
6. Roadmap Fakultas

--


	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

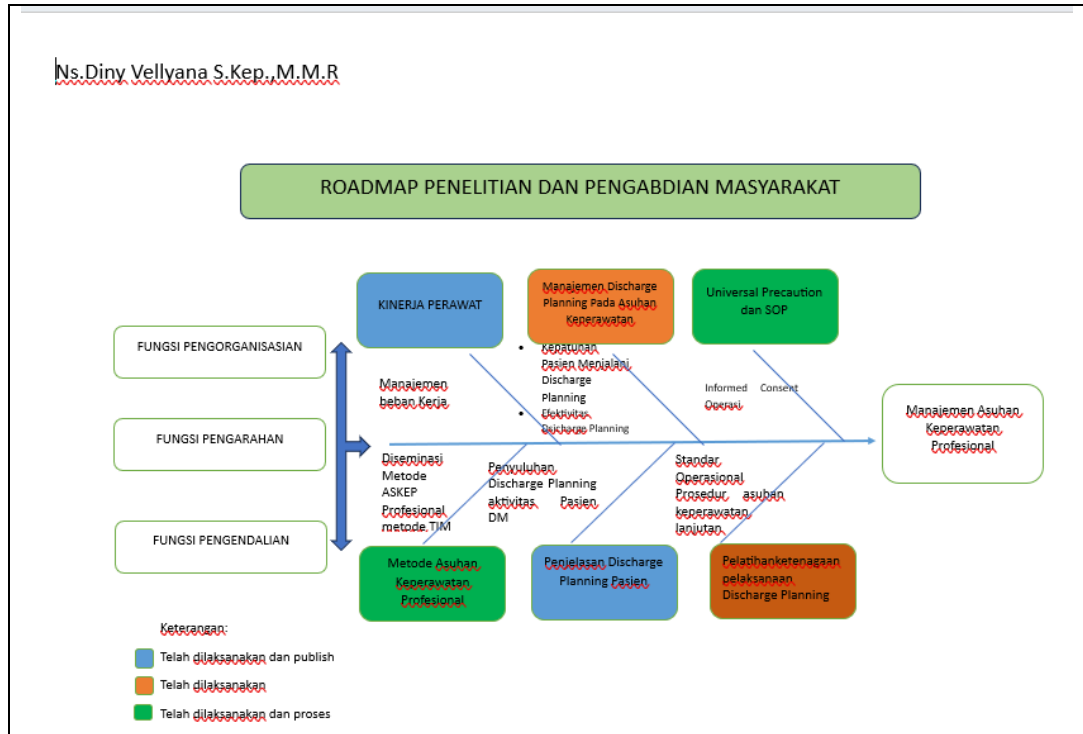


7. Roadmap Prodi




8. Roadmap dosen

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
FORMULIR SPMI		Revisi	01
		Halaman	1 dari 15







9. Anggaran Penelitian

NO	URAIAN	SATUAN	VOLUME	JUMLAH
1	Honor pemateri	1	Rp 1.500.000,00	Rp 1.000.000,00
2	Belanja barang habis pakai	1	Rp 3.000.000,00	Rp 1.500.000,00
3	Biaya perjalanan (survey, kegiatan pengabdian, transpot, akomodasi)	5	RP 300.000,00	Rp 1,500,000,00
4	Publikasi	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
5	Lain-lain	1	Rp 1.000.000,00	Rp 500.000,00
	Jumah			Rp 5.000.000,00

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

10. Halaman pengesahan

HALAMAN PENGESAHAN	
1. Judul Penelitian	: Sosialisasi Manajemen Stress Perawat Di Rumah Sakit Mitra Husada
1. Bidang Peneltian	: Kesehatan/Keperawatan
2. Ketua Peneliti	
a. Nama lengkap	: Ns Diny Vellyana,S.Kep., M.M.R
b. NIDN	: 0220109101
c. Jabatan /golongan	: Lektor/ IIIC
d. Program Studi	: Profesi Ners
e. No Hp	: 082280044180
3. Anggota Peneliti 1	
a. Nama lengkap	: Ns. Asri Rahmawati S.Kep.,M.Kes
b. NIDN	: 0222087403
4. Lokasi PkM	: RS. Mitra Husada
5. Jumlah biaya yang diusulkan	: Rp.5.000.000
Pringsewu, Desember 2021 Mengetahui	
Dekan FKes,	Kepala LPPM UMPRI
  Elsi Nuryati, M.Epid,Ph.D NIDN. 0215117601	  Sofwan Adiputra, M.Pd., Kons. NIDN 0223108601

4. Isi Penelitian

a. Abstrak

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Perawat adalah seorang yang telah mampu menempuh serta lulus pendidikan formal dalam bidang keperawatan yang program pendidikannya telah disahkan oleh Pemerintah Republik Indonesia. (Anggaran Dasar/Anggaran Rumah Tangga Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 2008).

Sebagai profesi, keperawatan dituntut untuk memiliki kemampuan intelektual, interpersonal, kemampuan teknis, dan moral. Hal ini dapat ditempuh dengan meningkatkan kualitas perawat melalui pendidikan lanjutan pada program pendidikan Ners (Nursalam, 2012). Fluktuasi beban kerja yang berlebihan merupakan keadaan yang tidak tepat, kecenderungan meninggalkan kerja dan dapat menimbulkan kecemasan dan pembangkit stres kerja (PPNI, 2010 dan Nursalam, 2012). Seperti halnya stress pada umumnya, stress pada perawat dapat disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya adalah beban kerja. Menurut Manuaba (2010) beban kerja dapat berupa tuntutan tugas atau pekerjaan, organisasi dan lingkungan kerja. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Ilmi (2013) bahwa terdapat lima besar urutan stressor pada perawat. Pertama dikarenakan beban kerja yang berlebihan (sebanyak 82,2 %), selanjutnya dikarenakan pemberian upah tidak adil (57,9 %), kondisi kerja (52,3 %), beban kerja yang kurang (48,6 %) dan tidak diikuti dalam pengambilan keputusan (44,9 %).

Berdasarkan survey yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan 12 orang perawat pelaksana di ruang ICU Rumah Sakit Mitra Husada Pringsewu, menjelaskan bahwa 8 dari 12 perawat pelaksana 4 diantaranya menyatakan beban kerja perawat di ruang ICU dan stroke corner adalah tinggi, selain itu tugas dan tanggung jawab atau beban kerja perawat ICU cukup kompleks, antara lain : melakukan observasi pasien secara ketat, banyaknya dan beragamnya pekerjaan yang harus dilakukan demi keselamatan pasien dan empat perawat lainnya menyatakan bahwa perawat harus melakukan kontak langsung dengan pasien secara terus menerus selama jam kerja, perawat juga mengeluhkan keluarga pasien yang tidak kooperatif terhadap pengobatan dan terapi yang diberikan sehingga sering terjadi kesalahpahaman yang menyebabkan perawat menjadi stres. Empat orang perawat yang diwawancarai juga mengeluhkan terhadap kondisi kerja di ruangan, dimana kunjungan keluarga yang datang terlalu ramai hal ini membuat suasana ruangan menjadi sesak, panas dan penuh yang membuat perawat menjadi tidak nyaman dalam melaksanakan pekerjaannya sehingga mengalami stres, sebagian pula perawat mengatakan jika pasien keluar masuk rawat inap merasa beban kerjanya ringan atau rendah dan tidak merasa stress, situasi seperti ini mereka merasa tidak menjadi beban buat mereka.

Semua kondisi diatas apabila tidak ditangani dapat berimplikasi pada menurunnya kinerja perawat dalam memberikan asuhan keperawatan, dan tekanan yang terus menerus pada diri perawat akan mengakibatkan munculnya stres kerja.

Berdasarkan latar belakang diatas, kegiatan Sosialisasi Manajemen Stress Perawat Di Rumah Sakit Mitra Husada. Kegiatan ini bersinergi dengan pelaksanaan program stase Manajemen Profesi Ners F.Kes Univ. Muhammadiyah Pringsewu Lampung.

b. Key word

Stress, Beban Kerja

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

c. Latar Belakang

Perawat merupakan profesi pekerjaan yang mengkhususkan diri pada upaya penanganan asuhan keperawatan kepada pasien dengan tuntutan kerja yang tergantung pada karakteristik-karakteristik tertentu dalam melaksanakan pekerjaannya yaitu, karakteristik tugas dan material seperti (peralatan, kecepatan, kesiagaan), karakteristik organisasi yaitu jam kerja/shift kerja dan karakteristik lingkungan kerja seperti teman, tugas, suhu, kebisingan, penerangan, sosio budaya, dan bahan pencemar. Selain itu peran perawat sangat penting karena merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan di rumah sakit dan merupakan tenaga yang paling lama kontak dengan pasien melaksanakan asuhan keperawatan selama 24 jam. Fluktuasi beban kerja yang berlebihan merupakan keadaan yang tidak tepat, kecenderungan meninggalkan kerja dan dapat menimbulkan kecemasan dan pembangkit stres kerja (PPNI, 2010 dan Nursalam, 2012).

Stres yang tidak dapat diantisipasi dengan baik dan benar maka akan berakibat pada ketidakmampuan seseorang berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik dalam lingkungan pekerjaan maupun lingkungan di luar pekerjaannya. Selain itu, lingkungan yang paling potensial menghadirkan stres adalah lingkungan kerja dimana beban tugas dari pekerjaan yang bersangkutan benar-benar dapat mengganggu karyawan atau pekerja. Stres yang berasal dari lingkungan kerja lazim disebut stres kerja. Stres kerja adalah interaksi antara seseorang dan situasi lingkungan atau stresor yang mengancam atau menantang sehingga menimbulkan reaksi pada fisiologis maupun psikologis pekerja (Robins, 2005).

American National Association for Occupational (dikutip dari Ratnasari, 2009) menempatkan kejadian stres kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres kerja. Tingginya angka kejadian stres kerja pada perawat juga terlihat di Indonesia. Hasil survei yang dilakukan oleh PPNI (2006 dikutip dari Rosmawar 2009) sekitar 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami stres kerja yaitu sering pusing, lelah, tidak bisa beristirahat karena beban kerja tinggi dan menyita waktu. Penelitian yang dilakukan oleh Purwaningsih (2012) di RSUD Kabupaten Semarang didapatkan 82,8% perawat mengalami stres kerja. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh A.J.M Rattu (2016) di Rumah Sakit Bathesda Gmim Tomohon didapatkan 54,3% perawat mengalami stres kerja, hal ini dikarenakan perawat yang mempunyai kemampuan berbeda-beda di rumah sakit tersebut dituntut harus memiliki wawasan yang luas, motivasi kerja yang keras serta dituntut untuk meningkatkan pelayanan yang prima, sehingga beban yang menimpa perawat mempengaruhi stressor kinerja perawat.

d. Metode

Strategi Metode pelaksanaan sosialisasi ini dilakukan secara sistematis, meliputi:

1. Perencanaan

- a. Mengajukan Proposal ke LPM Universitas Muhammadiyah Pringsewu

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

- b. Konsolidasi dengan Direksi RS Mitra Husada
- c. Pengajuan surat ijin melakukan survey pendahuluan.
- d. Menginventarisir jumlah seluruh perawat di ruang perawatan
- e. Membuat inform consent
2. Pelaksanaan
 - a. Bersama Direktur rumah sakit dan kepala ruang melakukan koordinasi dalam menentukan waktu pelaksanaan kegiatan.
 - b. Penyampaian materi pelaksanaan manajemen stres
 - c. Bersama berdiskusi dan kerjasama pelaksanaan role play.
 - d. Penetapan jadwal pelaksanaan role play play

Sasaran umum kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah perawat yang berada di wilayah kerja RS Mitra Husada. Untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan dan ketepatan pelaksanaan Manajemen stress dari beban kerja.

e. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi dilakukan pada hari Jum'at 19 Desember 2021 di RS Mitra Husada. Pengabdian masyarakat pada setting rumah sakit dengan peserta perawat ruangan menghasilkan :

- a. Tercapainya target peningkatan pengetahuan perawat dalam memahami dan mengidentifikasi sumber beban kerja dan bagaimana manajemen stress yang disebabkan oleh beban kerja.
- b. Peningkatan kemampuan perawat dalam melaksanakan manajemen stress beban kerja

2) Pembahasan

MAKP metode tim adalah salah satu metode asuhan keperawatan profesional yang mengutamakan pelayanan asuhan keperawatan yang berkelanjutan. Sesuai dengan yang telah dijelaskan oleh Nursalam (2014) yaitu, upaya peningkatan kualitas pelayanan keperawatan dilakukan untuk; meningkatkan asuhan keperawatan kepada pasien/konsumen, menghasilkan keuntungan (pendapatan) institusi, mempertahankan eksistensi institusi, meningkatkan kepuasan kerja, meningkatkan kepercayaan konsumen/pelanggan dan menjalankan kegiatan sesuai dengan aturan/standar.

Hasil dari pengabdian masyarakat di ruang rawat inap RS Mitra Husada ini menghasilkan peningkatan pengetahuan dan kemampuan perawat dalam memahami dan mengaplikasikan manajemen stress beban kerja. Hal ini terlihat dari kemampuan perawat dalam mengikuti kegiatan role play manajemen stress dan kemampuan dalam menganalisis beban kerja.

Bentuk dukungan dan support yang diberikan manajemen ruangan terlihat pada saat sosialisasi dilakukan yaitu kepala ruangan mempersilahkan dan memberikan waktu kepada tim dalam mengimplementasikan analisis beban kerja dan demonstrasi manajemen stress.

f. Kesimpulan

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

Sosialisasi manajemen stress beban kerja berhasil dilakukan dan memberikan dampak positif bagi peningkatan pelayanan asuhan keperawatan. Dengan kemampuan perawat dalam mengatasi stress yang disebabkan beban kerja, diharapkan perawat dapat memberikan pelayanan keperawatan yang lebih baik.

g. Daftar Pustaka

- Bayley, S.M. (2008). The Stress Audit : Identifying the Stressor of ICU Nursing. <http://www.industrialrelationscentre.com>. Diakses 18 Desember 2016.
- Beehr, dan J. Newman. (1987). Penelitian Stress Kerja, "E-psikologi .com .Team e Psikologi. Informasi Online. Jakarta.
- Boenisch, dkk. (2004). The Stress Owner's Manual, Meaning, Balance & Health in Your Life, Menggapai Keseimbangan Hidup. Jakarta : Gramedia.
- Cooper, C dan Straw, A. (2010). Stress Management Sukses dalam Sepekan. Editor : Fathudin. Jakarta : Kesaint Blanc.
- Edison, Siringoringo, (2011). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stress Kerja Perawat di Ruang ICU RS Stella Maris Makassar.
- Eni, Pujiatmi. (2014). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Tingkat Stres Perawat Di Ruang Perawatan Khusus RSUD dr. Soediran Mangun Sumarso Wonogiri. Skripsi. Surakarta: Universitas Sahid Surakarta
- Grandjean, E. (2009). Fitting the Task To The man. Text book of Occupational Ergonomic 4 th Edition Taylor dan Franc Philadelpia

	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

h. Dokumentasi



	UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PRINGSEWU LAMPUNG	Kode/No	UMPRI/LPPM/FORM/05/02
		Tanggal Berlaku	10 Agustus 2020
	FORMULIR SPMI	Revisi	01
		Halaman	1 dari 15

i. Publikasi PkM

Jenis Publikasi	Nama Jurnal	Link
Jurnal online	Jurnal Bagimu Negeri	https
HKI	HKI	
Youtube		