

E-PROSIDING

SEMINAR NASIONAL PSIKOLOGI (SERASI) 2023

Semarang, 18-19 Agustus 2023

Gedung Thomas Aquinas
Ruang Teater Lantai 3
Jl. Pawiyatan Luhur IV/1, RT 04 RW V
Kel. Bendan Duwur, Kec. Gajahmungkur
Kota Semarang, Jawa Tengah 50234

**MENCAPAI KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS
DALAM MASYARAKAT MULTIKULTUR
DI ERA BARU**

E-Prosiding Seminar Nasional Psikologi (Serasi) 2023

Tema:
“Mencapai Kesejahteraan Psikologis
dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru”



Penulis:

Gagah Putra Pamungkas, Ferdinandus Hindiarto, dkk.

Editor:

Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si.
Basilus Oda Sanjaya, S.Psi., M.Psi.

Reviewer:

Afriza Animawan Arifin, S.Psi., M.A., dkk.

Tanggal presentasi:

Jumat-Sabtu, 18-19 Agustus 2023

Tempat:

Gedung Thomas Aquinas, Kampus Bendan, Soegijapranata Catholic University

Penyelenggara:

Fakultas Psikologi Soegijapranata Catholic University

Penerbit:

Universitas Katolik Soegijapranata

E-Prosiding Seminar Nasional Psikologi (Serasi) 2023

Tema	: Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru
Penulis	: Gagah Putra Pamungkas, Ferdinandus Hindiarto, dkk.
Penanggung jawab	: Dr. Dra. Kristiana Haryanti, M.Si.
Editor	: Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si. Basilius Oda Sanjaya, S.Psi., M.Psi.
Reviewer	: Afriza Animawan Arifin, S.Psi., M.A. Akhmad Rifandi, S.Psi., M.Psi. Amalia Adhandayani, S.Psi., M.Si. Daniswara Agusta Wijaya, M.Psi., Psikolog Diana Permata Sari S.Psi., M.Sc. Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi. Heni Gerda Pesau, S.Psi., M.Psi., Psikolog Kinanti Widyaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, M.Si. Laode Surazal Qalbi, S.Pd., M.A. Lidwina Florentiana Sindoro, S.Psi., M.Psi. Made Syanesti Adishesa, M.Psi., Psikolog Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A. Monika W. Satyajati, S.Psi., M.Psi., Psikolog Nadia Khairina, S.Psi., M.Si. Ni Made Putri Ariyanti, S. Psi., M. Psi., Psikolog Ni Putu Adelia Kesumaningsari, M.Sc. Risna Febriani, S.Psi., M.Si. Robik Anwar Dani, M.Psi., Psikolog Tiara Veronika, S.Psi., M.Si. Veronica Kristiyani, S.Psi., M.Si., Psikolog

Hak Cipta dilindungi undang-undang. Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektronik maupun mekanis, termasuk memfotocopy, merekam atau dengan sistem penyimpanan lainnya, tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

©Universitas Katolik Soegijapranata 2023

ISBN	: 978-623-5997-52-0 (PDF)
Sampul Buku	: Ruth Maria Triuslia Ginting
Perwajahan Isi	: Ignatius Eko
Ukuran Buku	: A4 (21 x 29.7 cm)
Font	: PT Sans 10
Terbit	: November 2023

PENERBIT:

Universitas Katolik Soegijapranata
Anggota APPTI No. 003.072.1.1.2019
Anggota IKAPI No 209/ALB/JTE/2021
Jl. Pawiyatan Luhur IV/1 Bendan Duwur Semarang 50234
Telpon (024)8441555 ext. 1409
Website: www.unika.ac.id
Email Penerbit: ebook@unika.ac.id

Seminar Nasional Psikologi (SERASI):

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru
Semarang, 18-19 Agustus 2023



Susunan Panitia Seminar Nasional Psikologi (Serasi) 2023

Penanggung jawab	: Dr. Dra. Kristiana Haryanti, M.Si.
Ketua	: Dr. Christin Wibhowo, S.Psi., M.Si.
Ketua 1	: Monika Windriya Satyajati, M.Psi., Psikolog
Ketua 2	: Kinanti Widyaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Koordinator Sekretariat	: Deddy Dharmawan, S.Psi.
Bendahara 1	: D. Linggarjati Novi Parmitasari, S.Psi., M.A.
Bendahara 2	: Monica Galuh Sekar Wijayanti, S.H., M.Kn.
Koordinator Prosiding	: Bartolomeus Yofana Adiwena, S.Psi., M.Si.
Seksi Makalah & Prosiding	: Lidwina Florentiana Sindoro, S.Psi., M.Psi. : Basilius Oda Sanjaya, S.Psi., M.Psi : Theresia Alvita Saraswati, S.H.
Koordinator Acara	: Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi.
Seksi Acara	: Dr. E. Wahyu Margareth Indira, M.Pd., Psi
Koordinator Konsumsi	: Dra. Emiliana Primastuti, M.Si.
Seksi Konsumsi	: Rini Yastuti, S.Sos. : B. Mustikasari Wulan
Sekretariat – PubDekDok	: Daulika Juandi : Valentina Dhani : Theresia Vinca Dwiputri : Margaretha Diajeng Putri Rosari

Susunan Reviewer **Seminar Nasional Psikologi (Serasi) 2023**

1. Afriza Animawan Arifin, S.Psi., M.A. (Universitas Muhammadiyah Surakarta)
2. Akhmad Rifandi, S.Psi., M.Psi. (Universitas Muhammadiyah Banjarmasin)
3. Amalia Adhandayani, S.Psi., M.Si. (Universitas Esa Unggul)
4. Daniswara Agusta Wijaya, M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Soegijapranata)
5. Diana Permata Sari S.Psi., M.Sc. (Universitas Sanata Dharma)
6. Ellyana Dwi Farisandy, M.Psi., Psikolog (Universitas Pembangunan Jaya)
7. Eugenius Tintus Reinaldi, S.Psi., M.Psi. (Universitas Katolik Soegijapranata)
8. Heni Gerda Pesau, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Atma Jaya Makassar)
9. Kinanti Widyaningsih, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Soegijapranata)
10. Kusumasari Kartika Hima Darmayanti, M.Si. (Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang)
11. Laode Surazal Qalbi, S.Pd., M.A. (Universitas Halu Oleo Kendari)
12. Lidwina Florentiana Sindoro, S.Psi., M.Psi. (Universitas Katolik Soegijapranata)
13. Made Syanesti Adishesa, M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
14. Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A. (Universitas Katolik Soegijapranata)
15. Monika W. Satyajati, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Soegijapranata)
16. Nadia Khairina, S.Psi., M.Si. (Universitas Negeri Malang)
17. Ni Made Putri Ariyanti, S. Psi., M. Psi., Psikolog (Universitas Hindu Indonesia)
18. Ni Putu Adelia Kesumaningsari, M.Sc. (Universitas Surabaya)
19. Risna Febriani, S.Psi., M.Si. (Universitas Muhammadiyah Banjarmasin)
20. Robik Anwar Dani, M.Psi., Psikolog (Universitas Katolik Widya Mandala Madiun)
21. Tiara Veronika, S.Psi., M.Si. (Universitas Negeri Manado)
22. Veronica Kristiyani, S.Psi., M.Si., Psikolog (Universitas Esa Unggul)

Seminar Nasional Psikologi (SERASI):

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru
Semarang, 18-19 Agustus 2023



Susunan Acara Seminar Nasional Psikologi (Serasi) 2023

Hari 1: Jumat, 18 Agustus 2023

Waktu	Kegiatan
07.30 - 08.00	Acara Pembukaan
08.00 - 08.20	Doa dan Penyambutan
08.20 - 08.35	Menyanyikan Indonesia Raya & Hymne Unika
08.35 - 08.45	Sambutan Dekan Fakultas Psikologi
08.45 - 08.50	Persiapan Sesi 1
08.50 - 09.40	Pembicara 1: Prof. Dra. Kwartarini Wahyu Yuniarti, M.Med.Sc., Ph.D., Psikolog
09.40 - 10.00	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 1
10.00 - 10.05	Persiapan Sesi 2 & 3
10.05 - 10.45	Pembicara 2: Dr. Nurlaila Effendy, M.Si.
10.45 - 11.05	Pembicara 3: Carolus Indra Dwi Purnama, S.Psi., M.Psi., Psikolog
11.05 - 11.35	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 2 & 3
11.35 - 13.00	Istirahat
13.00 - 13.30	Penandatanganan Nota Kesepahaman
13.30 - 15.00	Presentasi

Hari 2: Sabtu, 19 Agustus 2023

Waktu	Kegiatan
08.00 - 08.30	Registrasi
08.30 - 08.35	Doa dan Penyambutan
08.35 - 08.40	Persiapan Sesi 4
08.40 - 09.00	Pembicara 4: Dr. Y. Bagus Wismanto, MS.
09.00 - 09.20	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 4
09.20 - 09.25	Persiapan Sesi 5
09.25 - 09.45	Pembicara 5: Yohanes Nugroho Raharjo
09.45 - 10.05	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 5
10.05 - 10.10	Persiapan Sesi 6
10.10 - 10.30	Pembicara 6: Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A.
10.30 - 10.50	Tanya Jawab & Kesimpulan Sesi 6
10.50 - 12.00	Presentasi
12.00 - 13.00	Istirahat
13.00 - 13.20	Penutupan oleh Ketua Panitia
13.20 - 13.25	Pengumuman Publikasi
13.25 - 13.45	Penutupan

Seminar Nasional Psikologi (SERASI):

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru
Semarang, 18-19 Agustus 2023



Sambutan Dekan

Puji syukur atas rahmat Tuhan yang Maha Kuasa atas terselenggaranya Seminar Nasional Psikologi (SERASI) 2023 dengan tema “Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru”. Acara ini termasuk dalam serangkaian Dies Natalis Fakultas Psikologi ke-39. Tema tersebut diangkat berdasarkan visi misi fakultas, yaitu menjadi komunitas akademik psikologi yang bermakna bagi masyarakat multikultur. Oleh sebab itu, seminar ini menekankan pada topik kesejahteraan psikologis.

Dunia saat ini menghadapi cukup banyak tantangan, seperti konflik sosial dan ekonomi, isu pemanasan global dan pencemaran lingkungan, isu-isu kesehatan, serta berbagai isu lainnya. Untuk menghadapi berbagai tantangan tersebut, manusia perlu sejahtera, bukan hanya secara fisik namun juga secara psikologis. Kesejahteraan psikologis tentunya bisa membantu kita untuk dapat menjalankan fungsi kehidupan menjadi lebih baik. Itulah sebabnya seminar ini akan mengupas kesejahteraan psikologis dari berbagai sudut pandang agar dapat menjawab berbagai tantangan dunia modern saat ini.

Saya mengucapkan terima kasih kepada narasumber yang telah bersedia untuk membagikan ilmu pada Seminar SERASI ini, yaitu kepada Prof. Dra. Kwartarini Wahyu Yuniarti, M.Med.Sc., Ph.D., Psikolog; Dr. Nurlaila Effendy, M.Psi.; Dr Carolus Indra Dwi Purnama, S.Psi., M.Psi., Psikolog; Dr. Y. Bagus Wismanto, MS.; Bapak Y. Nugroho Raharjo, S.Psi., Psikolog; dan Ibu Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A. Kiranya ilmu yang dibagikan dapat menambah wawasan untuk bersama-sama mengembangkan kesejahteraan psikologis dimasyarakat.

Terima kasih juga disampaikan kepada peserta pemakalah serta peserta seminar yang berasal dari berbagai wilayah, baik itu dari Jawa maupun diluar Jawa. Diskusi ilmiah dalam Seminar SERASI ini menjadi menarik dengan adanya kumpulan makalah lintas bidang, yaitu psikologi klinis, psikologi kesehatan, psikologi sosial, psikologi pendidikan, serta psikologi industri dan organisasi. Saya berharap diskusi ini dapat memberikan ide solusi dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis di masyarakat.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada segenap panitia pelaksana yang telah bekerja keras menyelenggarakan acara ini. Semoga Seminar SERASI ini bermanfaat untuk kita semua.

Semarang, 17 Agustus 2023
Dekan,
Dr. Kristiana Haryanti, M Si, Psikolog

Seminar Nasional Psikologi (SERASI):

Mencapai Kesejahteraan Psikologis dalam Masyarakat Multikultur di Era Baru
Semarang, 18-19 Agustus 2023



Sambutan Ketua Panitia

Salam sukacita bagi kita semua,

Kepada semua peserta seminar, kami menyampaikan selamat datang di Soegijapranata Catholic University (SCU). Tidak lupa kami ingin menyampaikan salam hormat kepada Dr. Kristiana Haryanti, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi SCU, Ibu/Bapak dekanat dan dosen,

Ibu/Bapak narasumber, dan juga Ibu/Bapak/ Saudara peserta Seminar Nasional Psikologi (Serasi). Pada kesempatan ini tentu kami bersyukur karena dapat bertemu Bapak, Ibu dan Saudara sekalian untuk membahas tentang cara Mencapai Kesejahteraan Psikologis Dalam Masyarakat Multikultur Di Era Baru.

Serasi ini diselenggarakan dalam rangkaian acara Dies Natalis ke-39 Fakultas Psikologi, SCU. Selain itu, acara ini juga dilandasi dengan spirit agar kita tidak lagi hanya berfokus pada gangguan psikologis, namun lebih memusatkan perhatian pada kesejahteraan psikologis. Untuk mencapai kesejahteraan psikologis itu dibutuhkan pemahaman dari berbagai pandangan. Oleh karena itu, kami mengundang para pakar untuk membahas kesejahteraan psikologis dari berbagai pandangan. Kami sangat bersuka cita dan berterima kasih karena Prof. Dra. Kwartarini Wahyu Yuniarti, M.Med.Sc.,Ph.D., Psikolog (Yogyakarta), Dr. Nurlaila Effendy, M.Psi.(Surabaya), Dr Carolus Indra Dwi Purnama, S.Psi., M.Psi., Psikolog (Semarang), Dr. Y. Bagus Wismanto,MS (Semarang), Bapak Y. Nugroho Raharjo, S.Psi., Psikolog (Jakarta), dan Ibu Maria Bramanwidyantari, S.Psi., M.A (Semarang) bersedia berbagi ilmu dengan kami.

Kami juga berterima kasih kepada para peserta dari Timor, juga dari Yogyakarta, Cimahi, Semarang dan dari kota-kota lain yang hadir pada acara Serasi. Terdapat 45 presenter, dan 47 peserta yang terdiri dari mahasiswa dan masyarakat umum juga ditambah dengan dosen dan mahasiswa dari Fakultas Psikologi SCU, yang siap berdiskusi hari ini.

Acara Serasi ini terselenggara juga karena dukungan banyak pihak. Pada kesempatan ini kami sampaikan banyak terima kasih kepada seluruh dosen ,tenaga kependidikan, dan mahasiswa Fakultas Psikologi, Soegijapranata Catholic University, yang mendukung terlaksananya Serasi ini. Terima kasih juga kepada seluruh panitia yang bekerja keras dan tetap suka cita demi terlaksananya acara ini.

Kami mohon maaf jika dalam acara Serasi ini banyak kekurangan yang Bapak/Ibu/Saudara rasakan. Semoga kekurangan kami tidak mengurangi makna dan manfaat dari Serasi ini. Selamat mengikuti seminar dan selamat mengambil manfaat dari acara ini. Salam SERASI!

Ketua Panitia,
Dr. Christin Wibhowo, M.Si, Psikolog

Daftar Isi

Susunan Panitia	iii
Susunan Reviewer	iv
Susunan Acara	v
Sambutan Dekan	vi
Sambutan Ketua Acara	vii
Daftar Isi	viii
<i>Work-Life Balance</i> Generasi Y ditinjau dari <i>Work Engagement</i> dan <i>Organizational Citizenship Behavior</i>	1
<i>Gagah Putra Pamungkas dan Ferdinandus Hindiarto</i>	
Kesejahteraan Psikologis (<i>Psychological Well Being</i>) Perawat Pasca Pandemi: <i>Literature Review</i>	11
<i>Nataria Yulianie</i>	
Strategi Koping Dan Kepuasan Perkawinan pada Pasangan Yang Tidak Memiliki Keturunan: <i>Narrative review</i>	25
<i>Rufinus Sabtian Herlambang</i>	
Efikasi Diri Guru Mengajar Dan Tuntutan Profesi Guru Di Masa Modern Dan Pasca Pandemi	32
<i>Agnes Melati Situmorang dan Augustina Sulastri</i>	
<i>Person Centered Therapy</i> dalam Meningkatkan <i>Congruence</i> Realitas Subjektif Pasien Skizoafektif Tipe Depresi dengan Kepribadian Dependen	45
<i>Muhammad Idham Tamsil dan Siswanto</i>	
<i>Literature Review: Organizational Citizenship Behavior</i> pada Karyawan di Indonesia	54
<i>Fairuz Dhiya Nur Rizqi dan Kristiana Haryanti</i>	
Pemetaan Pengalaman Mahasiswa sebagai Korban Kekerasan	64
<i>Daniel Purwoko Budi Susetyo dan M. Suharsono</i>	
Analisis Pengaruh Implementasi Sistem Penilaian Kinerja Berbasis BSC terhadap Kepuasan Kerja Karyawan dalam Organisasi	76
<i>Lilis Supatmi, Kristiana Haryanti, dan Daniel Purwoko Budi Susetyo</i>	
Stres Kerja Pada Perawat di Indonesia	86
<i>Anindita Ratih Ristanti dan Kristiana Haryanti</i>	
Resiliensi Mahasiswa Di Masa Pandemi Covid-19: <i>Scoping Review</i>	96
<i>Katharine Nikita Hutapea dan Augustina Sulastri</i>	

Pelaksanaan <i>Soegijapranata Learning Model</i> Dan Dampaknya pada Keterlibatan Belajar Mahasiswa	105
<i>Lucia Hernawati dan R.A. Praharesti Eriany</i>	
Penerapan <i>Play Therapy</i> Dengan Metode <i>Beat the Clock</i> untuk Meningkatkan Konsentrasi Anak dengan <i>Attention Deficit Hyperactive Disorder (ADHD)</i>	111
<i>Waldetrudis Adelina da Lopez, Endang Widyorini, dan Esthi Rahayu</i>	
Faktor Pemicu <i>Stress Akademik</i> pada Mahasiswa: Sebuah Studi Literatur	121
<i>Nathaniel Insan Saputra dan Augustina Sulastr</i>	
Pengaruh Stres Kerja terhadap Kesejahteraan Psikologis dengan Variabel Intervening Dukungan Sosial Dan Strategi Koping pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dustira Cimahi	128
<i>Rudy Dwi Laksono, Mulya Virgonita, dan Hardani Widhiastuti</i>	
<i>Reminiscence Group Therapy</i> untuk Meningkatkan <i>Awareness</i> pada Lanjut Usia di Wisma Lansia X	139
<i>Bernadeta Widyaningrum, Siswanto, dan Monika Windriya Satyajati</i>	
Kualitas Hubungan Suami Istri, Suatu Tinjauan Deskriptif Kualitatif.....	145
<i>Pius Heru Priyanto dan Haryo Goeritno</i>	
Perbedaan Persepsi terhadap Rasa Manis pada Mahasiswa Perokok Dan Non Perokok	159
<i>Felicia I. Rudyanto, Fransiska Mega S. Ningsih, Andriani P. Sari, Bernarda E. Maura, Anisa Ratasya, Adhinda Rizky C. Sagita, Maria M. Marcella, Kareena N. Azzahra, Bima H. Pratama, Adetya Wulan C. Ekaputri, dan Monika W. Satyajati</i>	
Studi Eksplorasi Hubungan Sosial di Era Pandemi Covid-19	164
<i>M. Suharsono, Daniel Purwoko Budi Susetyo, Pius Heru Priyanto, dan Y. Bagus Wismanto</i>	
<i>Subjective Well-Being</i> Dan Kaitannya Dengan Kepuasan Pernikahan <i>Long Distance Marriage: Review Literatur</i>	177
<i>Samuel Priandito Hardanta dan Augustina Sulastr</i>	
Penggunaan Psikoedukasi untuk Meningkatkan Pengetahuan Kader Puskesmas dalam Memahami Kecemasan Ibu Hamil Berisiko Tinggi	191
<i>Xavera Adis Dewantari, Siswanto, dan Monika Windriya Satyajati</i>	
Hubungan Antara <i>Psychological Capital</i> dengan <i>Work Life Balance</i> pada Karyawan Generasi Milenial	200
<i>Tesha Widyanari dan Kristiana Haryanti</i>	
<i>Dialectical Behavior Therapy</i> Untuk Mengurangi Disregulasi Emosi Pada Penderita Gangguan Kepribadian Ambang	211
<i>Fidelia Indah Puspita Dewi, Christin Wibhowo, dan Monika Windriya Satyajati</i>	
<i>Storytelling</i> Untuk Menurunkan Perilaku Agresif Anak dengan Gangguan <i>Intellectual Developmental Disorder</i>	225
<i>Ivana Gracia, Endang Widyorini, dan Emiliana Primastuti</i>	

<i>Stimulus Fading dan Contingency Management dalam Meningkatkan Respon Komunikasi pada Anak yang Mengalami Gejala Gangguan Selective Mutism</i>	232
<i>Indahjanti Sutanto, Endang Widyorini, dan Sri Sumijati</i>	
Hubungan <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Stress</i> pada Mahasiswa	241
<i>Anastasia V. Febriantiningasih dan Maria Yang Roswita</i>	
Penerapan Metode <i>Discrete Trial Training (DTT)</i> Pada <i>Autism Spectrum Disorder (ASD)</i> untuk Meningkatkan Kemampuan Kontak Mata Secara Mandiri	249
<i>Vicki Noviliana Ardhiningtyas, Endang Widyorini, dan Sri Sumijati</i>	
Pengaruh Kopi Terhadap Memori Jangka Pendek	259
<i>Tarangga E. B. Wibowo, Adinda P. Junita, Dione I.M. Rahamitu, Ignatius D. Santanu, Maria A. Kurniawahyuni, Regina Adventya, Nayla Anindya, Galuh Pertiwi, Bonevasius Taran, Zefanya T. Ursula, dan Monika W. Satyajati</i>	
Fenomena <i>Self-Injury</i> pada Wanita (Suatu Studi Kasus)	264
<i>Erna Agustina Yudiati dan Lu'lu' Mafruchatun Nadhifah</i>	
Menemani Hingga Akhir: Gambaran Resiliensi Keluarga <i>Family Caregiver</i> dengan Anggota Keluarga Penderita Kanker Payudara Stadium Akhir	272
<i>Dyah Widhi Winantu dan Costrie Ganes Widayanti</i>	
Emosi Positif pada Remaja dengan Kecenderungan Kepribadian Ambang Ditinjau Dari Minat Menonton Drama Korea	282
<i>Christin Wibhowo dan Lavelyna Rapha Adjikusuma</i>	
Peran Minat Baca, Masa Kerja, Dan Usia dengan Kemampuan Literasi Digital pada Guru Sekolah Dasar di Semarang	289
<i>R.A. Praharesti Eriany dan Emiliana Primastuti</i>	
Hubungan antara Optimisme dengan <i>Coping Stress</i> pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi: <i>Narrative Literature Review</i>	296
<i>Dyas Egga Josephin Ardinanto dan Esthi Rahayu</i>	

Stres Kerja Pada Perawat di Indonesia

(Work Stress In Nurses In Indonesia)

Anindita Ratih Ristanti*, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Kristiana Haryanti, Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

✉ : ^{*)} anindita9703@gmail.com

Abstract

The increasing demand for patient health services and quality allows nurses to act professionally, so that responsibilities related to patient safety and work stress structures can be different from other workers. The many demands of the role of nurses cause disruption in carrying out their duties, resulting in work stress. Defining work stress as a mismatch between a person's skills, abilities and job demands that are wrong in terms of a person's needs provided by the work environment. The purpose of this paper is to review whether work stress can affect nurses in Indonesia. This literature review method was carried out on articles that examined work stress in nurses over the last six years. Articles were obtained through online journal databases, namely the Garuda portal and Google Scholar, which were adjusted to criteria (a). The journal will start from 2017-2023; (b). Nursing research conducted in Indonesia. Based on the results of a review journal, it shows that the majority of work stress research on nurses in Indonesia uses dimensional scale research methods based on Robbins & Coulter on psychological changes, physiological changes, and behavioral changes. From the results of the review, it was found that the source of stress experienced by nurses was based on the demands they faced at work. Implications for future work stress research require more focused work studies so that nurses do not experience too much stress at work.

Keywords: Job Stress, Nurses, Literature review

PENDAHULUAN

Tenaga kesehatan merupakan garda terdepan untuk menangani atau melayani masyarakat dalam bidang kesehatan. (Kementerian Kesehatan (2019) menyatakan bahwa menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan dalam pasal 11 ayat 1 menyebutkan bahwa yang termasuk tenaga kesehatan salah satunya ialah tenaga keperawatan. Kemudian tenaga keperawatan dalam peraturan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pasal 1 No. 4 tahun 2014 merupakan suatu kegiatan pemberian asuhan kepada individu, keluarga, kelompok, atau masyarakat baik dalam keadaan sakit maupun sehat. Peranan sebagai perawat tersebut akan memberikan banyak efek terhadap si perawat itu sendiri. Apabila perawat tidak mampu menghadapi semua permasalahan dan

kendala-kendala yang terjadi maka akan berdampak negatif bagi perawat dan mengganggu aktivitasnya dalam melakukan tugasnya. Selain berhadapan dengan tuntutan-tuntutan dari pasien, perawat juga harus menghadapi tuntutan dari atasan.

Menurut Rahman et al., (2017) Tuntutan dan kebutuhan pelayanan kesehatan pasien yang semakin meningkat dan berkualitas memungkinkan para perawat untuk bertindak secara profesional. Sehingga tanggung jawab dan misi yang besar terkait keselamatan pasien, dan struktur stress kerja dapat berbeda dengan pekerja lainnya.

Menurut Saam et al., (2012) dalam menjalankan tugas dan profesinya perawat rentan terkena stres. Stres akibat kerja merupakan gangguan fisik dan emosional akibat ketidaksesuaian antara kapasitas, sumber daya atau kebutuhan pekerja yang berasal

dari lingkungan pekerjaan. Kondisi tersebut memicu terjadinya stress karena beban kerja yang terkadang dinilai tidak sesuai dengan kondisi fisik, psikis, serta emosionalnya.

Stresor di tempat kerja merupakan kondisi yang memiliki potensi untuk menghasilkan pengalaman seseorang sebagai situasi yang penuh tekanan. Tingkat dari pengalaman stres dan cara bagaimana seseorang bereaksi terhadap stress itu sendiri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti karakteristik individu, gaya hidup, dukungan sosial, dan peristiwa dalam hidupnya (Nurendra et al., 2020) Stres pada perawat sangat perlu diperhatikan, karena apabila seseorang perawat mengalami stress yang tinggi akan berdampak pada kualitas pelayanannya. Seseorang yang mengalami stress mempunyai perilaku mudah marah, murung, gelisah, cemas, dan semangat kerja yang rendah. Oleh karena itu ketika seorang perawat terkena stres, maka kinerja dalam memberikan pelayanan keperawatan akan menurun, dan pada akhirnya mendatangkan keluhan dari pasien (Saam et al., 2012).

Menurut Spielberger (dalam Wartono, 2017) menyebutkan bahwa "stress adalah tuntutan eksternal yang mengenai seseorang misalnya obyek-obyek dalam lingkungan atau stimulus yang secara objektif adalah berbahaya". Stress juga bisa diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang.

Menurut Robbins (2015), stres adalah keadaan berubah yang menghadapkan seseorang pada tuntutan, sumber daya, atau peluang yang terkait dengan apa yang diinginkan dengan hasilnya yang dirasa penting namun tidak pasti yang dikutip oleh Heriyanto (2022). Stress kerja jika tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan depresi, frustrasi dan sebagainya.

Pada penulisan ini bertujuan untuk ulasan mengenai penelitian stress kerja pada rentang waktu enam tahun terakhir. Tulisan ini dimaksudkan untuk memberikan mengenai penelitian stress kerja yang dilakukan di Indonesia. *Literature review* dilakukan

dengan mengumpulkan artikel-artikel penelitian mengenai stres kerja yang sudah dilakukan di Indonesia. Artikel penelitian kemudian dianalisis berdasarkan konstruk stress kerja, responden penelitian, hingga metode penelitian.

METODE

Pada bab ini dibahas strategi dalam mencari jurnal yang digunakan dalam *literature review*, dan penulis mencari jurnal yang digunakan dalam literature review didapatkan melalui *database* penyedia jurnal nasional melalui, yaitu: Portal Garuda Indonesia <https://garuda.kemdikbud.go.id/> dan Google Scholar <https://scholar.google.com/> dengan menuliskan kata kunci "Stres Kerja" muncul temuan 177.000 dengan kata kunci "Stres Kerja" pada Google Scholar, sedangkan untuk Portal Garuda muncul temuan 3.323 dengan kata kunci "Stres Kerja". Database online ini disesuaikan dengan kriteria. (a). Jurnal enam tahun terakhir dengan rentang waktu 2017-2023; (b). Jurnal penelitian Perawat yang dilakukan di Indonesia; (c). Jurnal nasional yang terakreditasi saat artikel terbit yaitu Sinta 2 sampai Sinta 5. Menggunakan 15 metode kuantitatif.

HASIL

Pada penelitian caniago et al., (2020) menyimpulkan untuk mereduksi tingkat stress yang mereka rasakan dengan mengembangkan *emotional focused coping* yang bertujuan untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi stress. Sedangkan untuk penelitian yang dilakukan oleh Arfani et al., (2018) mengatakan perusahaan belum melakukan rotasi pegawai atau memutuskan untuk melakukan pensiun dini kepada pegawai tetap yang kurang produktif dan memperbarui jumlah pegawai yang seharusnya diukur dengan kapasitas kemampuan pegawai agar sesuai dengan target perusahaan untuk sekarang ini. Marenden et al., (2023) mengatakan *shift* kerja RSJD Abepura yang diterapkan ada 3 rotasi yaitu shift pagi pukul (07.30-14.30 WIT) dengan jumlah 5-6 orang yang dikarenakan aktivitas pagi hari untuk melayani pasien rawat inap lebih banyak. Pada *shift*

sore (14.00-21.00 WIT) dan shift malam (20.00-07.30 WIT) dilakukan dengan jumlah yang sama yaitu 2-3 orang, dan untuk pasiennya sendiri terdapat 10-17 orang di setiap ruang. Pembagian *shift* pagi, sore, malam cukup merata namun *shift* pagi dan malam perawat mengalami stres. Saat yang paling sibuk adalah shift pagi, pelayanan Kesehatan paling banyak dilakukan pada waktu tersebut, sehingga pada shift tersebut dibutuhkan lebih banyak perawat. Pada waktu shift malam pengawasan pada pasien juga harus selalu dilakukan. Bekerja di malam hari membuat tingkatan stres meningkat, dan berdampak pada terganggunya sistem dari aktivitas tubuh, menurunnya aktivitas fisik kerja, aktivitas dan interaksi menjadi tidak baik, terjadi gangguan tidur, hilangnya selera makan dan gangguan saluran cerna. Sari et al., (2018) memberikan penekanan bahwa terdapat perbedaan stres kerja antara perawat pria dan wanita di instalasi rawat inap RSD Balung Kabupaten Jember. Perawat Wanita memiliki stress kerja lebih tinggi dari perawat pria.

DISKUSI

Menurut Robbins & Judge (2015), stres adalah keadaan berubah yang menghadapkan seseorang pada tuntutan, sumber daya, atau peluang yang terkait dengan apa yang diinginkan dengan hasilnya yang dirasa penting namun tidak pasti (Heriyanto, 2022). Stres kerja jika tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan depresi, frustrasi dan sebagainya. Dalam penelitian (Bhastary, 2020) menjelaskan bahwa terdapat indikator stres kerja, antara lain sebagai berikut: Beban kerja yang berlebihan. Tekanan atau desakan waktu, kualitas supervisor yang kurang memadai, iklim kerja yang kurang baik, wewenang yang tidak mencukupi untuk melaksanakan tanggung jawab, ketidakjelasan peran, frustrasi, konflik peran, Perbedaan antara nilai-nilai perusahaan dan karyawan dan berbagai bentuk perubahan. (Bhastary, 2020).

Ahmed dalam yang dilakukan oleh Setyawati et al., (2018) mendefinisikan stress sebagai reaksi individu terhadap kekuatan lingkungan yang mempengaruhi kinerja individu. Pekerjaan stress yang

terkait dapat sangat melumpuhkan karena kemungkinan ancaman terhadap fungsi keluarga dan individu itu sendiri akan dipengaruhi oleh sejumlah penderita stres.

Caniago et al., (2020) penelitian ini dilakukan pada 110 perawat RSUD Royal Prima di Medan menjadi subjek penelitian, diperoleh hasil bahwa ada hubungan antara kecerdasan spiritual dengan stress kerja dengan koefisien korelasi Product Moment sebesar $r = -.329$ dan nilai $p = 0.000$, artinya semakin tinggi spiritual maka semakin rendah stress kerja, dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan spiritual maka semakin tinggi stress kerja.

Marenden et al., (2023) perawat di setiap ruangan kurang sehingga menyebabkan kelelahan, karena harus mengerjakan pekerjaan yang jauh berlebih dari semestinya. Kondisi ini dikarenakan jumlah pasien yang dirawat terlalu banyak. Perawat juga dituntut harus memberikan pelayanan keperawatan yang ekstra terhadap pasien. Banyaknya perawat dengan pasien yang memiliki rasio 1:10 sangat tidak seimbang dan hal ini mengakibatkan tingginya beban kerja perawat yang akan memicu stress di tempat kerja. Keadaan fisik para perawat akan mudah lelah dan tegang dikarenakan banyaknya pekerjaan melebihi kapasitas. Uji shift kerja dan stress kerja didapatkan dari $p\text{-value} = 0,323 > 0,05$.

SIMPULAN

Dari jurnal penelitian diatas, dipaparkan bahwa sumber stress dialami oleh perawat berasal dari *shift* atau beban kerja yang dibebankan pada perawat, jumlah perawat yang tidak sebanding dengan rasio pasien membuat perawat mudah mengalami stres, dan stress ini lebih banyak dialami oleh Wanita untuk mereduksi tingkat stres yang mereka rasakan dengan mengembangkan emotional focused coping yang bertujuan untuk mengontrol respon emosional terhadap situasi stres.

Dari hasil *literature review* merekomendasikan adanya mengelola stres dengan baik, perlunya dikaji mengenai *shifting* yang dilakukan agar dapat mengurangi tingkat stres yang dialami perawat dan

dapat memberikan layanan yang baik kepada pasien dengan cepat, tepat, dan bermutu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfani, M. R., & Luturlean, B. S. (2018). Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Karyawan di PT Sucpfindo Cabang Bandung. *e-Proceeding of Management Vol.5(2)*, 2770-2785
- Bhastary, M. D. (2020). Pengaruh Etika Kerja dan Stres Kerja terhadap Kepuasan Kerja Karyawan. *MANEGGIO: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 160-170 DOI: <https://doi.org/10.30596/maneggio.v3i2.5287>.
- Caniago, I. N., Marpaung, W., & Mirza, R. (2020). Stres Kerja ditinjau dari Kecerdasan Spiritual pada Perawat. *PSYCHO IDEA* tahun 18(1), 82-90 DOI: [10.30595/psychoidea.v18i1.5796](https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i1.5796).
- Heriyanto, & Handayani, S. (2022). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja dan Kompetensi terhadap Kinerja Pegawai di Kantor Pencarian dan Pertolongan Yogyakarta. *Jurnal Ekonomi Manajemen dan Akuntansi*, 1-14 <https://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/JEMA/article/view/3037>.
- Indonesia, B. P. (2019, Agustus 12). Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan. Diambil kembali dari Badan Pemeriksa Keuangan RI: <https://peraturan.bpk.go.id/Details/138617/permenkes-no-26-tahun-2019>
- K, R. P., & Prasetyo, A. P. (2018). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Terhadap Stres Kerja Anggota Polri Divisi PROPAM Polda Jawa Barat. *Jurnal Manajemen dan Bisnis (ALMANA) VOL. 2(1)*, 105-115 DOI <https://doi.org/10.36555/almana.v2i1.128>.
- Kesehatan, K. (2019, Agustus 09). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 26 Tahun 2019 tentang Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan. Diambil kembali dari Database Peraturan: <https://peraturan.bpk.go.id/Details/138617/permenkes-no-26-tahun-2019>
- Kuncoro, A. B., & Suprpto, Y. L. (2022). Pengaruh Stres Kerja, beban Kerja, dan Lingkungan kerja, terhadap Turnover Intention Karyawan PT. valdo Sumber Daya Mandiri Yogyakarta. *Jurnal Ekonomi Manajemen dan Akuntansi Vol.1(3)*, 43-51 <http://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/JEMA/article/view/3109>.
- Kusnanto. (2004). Pengantar Profesi & Praktik Keperawatan Profesional. Jakarta: EGC.
- Maranden, A. A., Irijayanti, A., & Wayangku, E. C. (2023). Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Abepura Kota Jayapura. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia* 22(2), 221-228 <https://doi.org/10.14710/jkli.22.2.221-228>.
- Nurendra, A. M., & Saraswati, M. P. (2020). Model Peranan Work Life Balance, Stres Kerja dan Kepuasan Kerja pada Karyawan. *Humanitas Vol. 13(2)*, 84-94. DOI: [10.26555/humanitas.v13i2.6063](https://doi.org/10.26555/humanitas.v13i2.6063).
- Oktrima, R., Naura, B., & Dewinda, H. R. (2021). Konflik Peran Ganda dan Stres Kerja Karyawati yang Bekerja di Bank XXX Kanca Dharmasraya. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan Vol. 3(2)*, 107-112. DOI: [10.26555/jptp.v3i2.20281](https://doi.org/10.26555/jptp.v3i2.20281).
- R, S. T., & Akbar, S. A. (2019). Hubungan Usia, Masa Kerja dan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Karyawan Service Well Company PT. ELNUSA TBK Wilayah Muara Badak. *KESMAS UWIGAMA Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 5(1)* <https://journal.uwgm.ac.id/index.php/KESMAS>, 46-61. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/HealthyTadulako/article/view/8749>.
- Rahman, A., Salmawati, L., & Suatama, P. I. (2017). Hubungan Stres Kerja dengan Kinerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Palu. *Jurnal Kesehatan Tadulako Vol. 3(2)*, 1-75.
- Robbins, S. P., & Coulter, M. (2016). *Manajemen edisi ketiga belas*. 13th: Erlangga.

- Saam, Z., & Wahyuni, S. (2012). Psikologi Keperawatan. Cetakan ke-3: RajaGrafindo Persada.
- Sari, R., Sampeadi, & Sunardi. (2018). Perbedaan Organizational Citizenship Behavior (OCB), Kepuasan Kerja dan Stres Kerja berdasarkan Gender pada Perawat Instalasi Rawat Inap RSD Balung Kabupaten Jember. *Bisma Jurnal Bisnis dan Manajemen* Vol. 12(3), 331-340. OI: <https://doi.org/10.19184/bisma.v12i3.9003>.
- Setyawati, N. W., Aryani, N. A., & Ningrum, E. P. (2018). Stres Kerja dan Disiplin Kerja teradap Kinerja Karyawan. *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi UNIAT*, 405-412. DOI:10.36226/jrmb.v3i3.158.
- Wartono, T. (2017). Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Karyawan (Studi pada Karyawan Majalah Mother and Baby). *KREATIF Jurnal Ilmiah Prodi Manajemen Universitas Pamulang* Vol. 4(2), 41-55. DOI: <http://dx.doi.org/10.32493/jk.v4i2.y2017.p%25p>.
- Wiratama, M. Y., & Ramadhani, R. K. (2021). Hubungan antara Sense of Humor dengan Stres Kerja pada Pegawai. *Acta Psychologia* vol. 3(1), 81-87. DOI: <https://dpi.org/10/21831/ap.v3i1.40051>.