

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT STRES KERJA PADA CAREGIVER DI PANTI SOSIAL TRESNAWERDHA BUDI MULIA 03 CIRACAS JAKARTA TIMUR

Mega Rakhmaningrum¹, Muhamad Idris²

1. Program Studi Sarjana Keperawatan

2. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam As-syafi'iyah Jakarta, Indonesia

**email : mega.rakhma@gmail.com*

muhamadidris.fikes@uia.ac.id

ABSTRAK

Pendahuluan sebagai seorang caregiver, yang memberikan perawatan terutama untuk orang tua, menuntut pengorbanan yang besar, baik secara fisik dan emosional. Beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan stress kerja. Stres negatif dapat berdampak pada kesehatan fisik *caregiver* atau menyebabkan *caregiver* secara fisik atau verbal agresif terhadap klien atau lansia, salah satu alasan untuk penelantaran dan kekerasan pada lansia adalah stress pada *caregiver*. **Tujuan penelitian** untuk mengetahui hubungan beban kerja dan tingkat stress kerja pada pekerja sosial sebagai caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur. **Metode Penelitian** deskriptif korelasi. Jumlah populasi adalah sebanyak 80 *caregiver*. Sampel diambil dengan teknik total sampling. Hasil penelitian analisis yang digunakan univariat dan bivariat menggunakan *chi – square* dengan $\alpha = 5\%$. Pada nilai *Chi – Square* statistik yang digunakan *Continuity Correction* dengan nilai $p_{\text{value}} = 0,003$ ini lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ atau 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak. **Simpulan** terdapat hubungan beban kerja dengan tingkat stress kerja pada *caregiver* di Panti Werdha Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur. **Saran** maka Dinas Sosial DKI Jakarta penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk memberikan masukan dalam penentuan kebijakan pembagian tugas pada *caregiver* disetiap hari.

Kata Kunci : beban kerja, caregiver, tingkat stress kerja

ABSTRACT

Introduction as a caregiver, who provides care especially for older people, requires great sacrifice, both physically and emotionally. Excessive workload can cause work stress. Negative stress can have an impact on the physical health of the caregiver or cause the caregiver to be physically or verbally aggressive towards the client or the elderly, one reason for neglect and violence in the elderly is stress on the caregiver. **The purpose** of this study was to determine the relationship of workload and work stress levels in social workers as caregivers at Tresna Werdha Budi Mulia Social Home 03 Ciracas, East Jakarta. **The research method** is descriptive correlation. The population is 80 caregivers. Samples were taken by total sampling technique. **The results** of the analysis were used univariate and bivariate using *chi-square* with $\alpha = 5\%$. On the *Chi-Square* statistical value used *Continuity Correction* with a value of $p_{\text{value}} = 0.003$ is smaller than $\alpha = 5\%$ or 0.05 then the H_0 hypothesis is rejected. **Conclusion** there is a correlation between workload and work stress level at caregiver at Tresna Werdha Nursing Home Budi Mulia 03 Ciracas, East Jakarta. **The suggestion** is that the Jakarta Social Service of this study is expected to be a reference to provide input in determining the policy of assignment of duties to the caregiver every day.

Keywords: caregiver, work load, work stress level



LATAR BELAKANG

Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi, perbaikan sosio-ekonomi, perbaikan perawatan dan penyediaan fasilitas kesehatan serta semakin baiknya gizi masyarakat selama tiga dekade terakhir berdampak pada meningkatnya usia harapan hidup penduduk Indonesia menjadi 72 tahun (Kemensos, 2012).

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2004, menyatakan lanjut usia merupakan seseorang yang telah mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas. Komposisi penduduk tua bertambah pesat baik di negara maju maupun negara berkembang, hal ini disebabkan oleh penurunan angka *fertilitas* (kelahiran) dan *mortalitas* (kematian), serta peningkatan angka harapan hidup (*life expectancy*), yang mengubah struktur penduduk secara keseluruhan.

Secara global jumlah lansia diprediksi akan terus mengalami peningkatan. Secara global, Asia dan Indonesia dari tahun 2015 sudah memasuki era penduduk menua (*ageing population*) karena jumlah penduduknya yang berusia 60 tahun ke atas (penduduk lansia) melebihi angka 7 persen dengan presentase dunia sekitar (61,5%), asia (63,8%), Indonesia (8,1%) (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Berdasarkan data proyeksi penduduk, diperkirakan tahun 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia (9,03%). Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta), tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Suatu negara dikatakan berstruktur tua jika mempunyai populasi lansia di atas tujuh persen. Lansia di Indonesia tahun 2017 telah mencapai 9,03% dari keseluruhan penduduk (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Dan untuk wilayah jumlah penduduk lansia di provinsi DKI Jakarta

sendiri sebanyak (6,5%) (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Besarnya jumlah penduduk lansia di Indonesia di masa depan membawa dampak positif maupun negatif. Berdampak positif, apabila penduduk lansia berada dalam keadaan sehat, aktif dan produktif. Disisi lain, besarnya jumlah penduduk lansia menjadi beban jika lansia memiliki masalah penurunan kesehatan yang berakibat pada peningkatan biaya pelayanan kesehatan, penurunan penghasilan, peningkatan disabilitas, tidak adanya dukungan sosial dan lingkungan yang tidak ramah terhadap penduduk lansia (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Tantangan yang dihadapi akibat meningkatnya jumlah lanjut usia, terutama mereka yang tidak potensial dan terlantar, adalah penyediaan jaminan sosial baik formal maupun informal. Diperkirakan kurang lebih 3,3 juta lansia memerlukan pelayanan sosial, sebagian besar terlantar dan memerlukan upaya perlindungan khusus (Komnas Lanjut Usia, 2000). Disinilah timbul arti penting bagi Negara Indonesia untuk mempersiapkan panti-panti werdha yang tetap memberikan peluang bagi lanjut usia untuk tetap sejahtera tinggal di dalamnya.

Caregiver merupakan seorang yang dibayar ataupun yang sukarela bersedia memberikan perawatan kepada orang lain yang memiliki masalah kesehatan dan keterbatasan dalam merawat dirinya sendiri, bantuan tersebut meliputi bantuan untuk kehidupan sehari-hari, perawatan, kesehatan, finansial, bimbingan, persahabatan serta interaksi social (Nainggolan 2013). Macam *caregiver* tergantung dari penyakit yang diderita oleh pasien.

Beban kerja merupakan kombinasi dari beban kerja kuantitatif dan kualitatif. Beban kerja secara kuantitatif yaitu timbul karena tugas – tugas terlalu banyak atau sedikit, sedangkan beban kerja kualitatif jika pekerja merasa tidak mampu melakukan tugas atau tidak menggunakan

keterampilan atau potensi dari pekerja (Kim et al, 2012).

Tidak hanya itu saja, beban kerja yang terlalu berlebihan akan menimbulkan kelelahan fisik atau mental dan reaksi – reaksi emosional seperti sakit kepala, gangguan pencernaan dan mudah marah. Sedangkan beban kerja yang terlalu sedikit dimana terjadi pengulangan gerak akan mengakibatkan kebosanan, rasa monoton. Beban kerja yang berlebihan atau rendah dapat menimbulkan stress kerja (Kim et al, 2012).

Stres negatif dapat berdampak pada kesehatan fisik *caregiver* atau menyebabkan *caregiver* secara fisik atau verbal agresif terhadap klien atau lansia. Studi juga menunjukkan bahwa salah satu alasan untuk penelantaran dan kekerasan pada lansia adalah stress pada *caregiver* (Okoye 2011).

Stres sebagai sebuah keadaan yang kita alami ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya (Jannah, 2013). Stres muncul karena suatu stimulus menjadi berat dan berkepanjangan sehingga individu tidak lagi bisa menghadapinya, atau stres dapat muncul akibat kejadian besar dalam hidup maupun gangguan sehari-hari dalam kehidupan.

Berdasarkan penelitian Insiyah (2014), perawat lansia atau *caregiver* di panti werdha merasakan beban psikologis ketika merawat lansia. Beban psikologis tersebut diantaranya rasa malu, marah, tegang, lelah, tertekan, dan ketidakpastian. Dijelaskan juga bahwa perasaan bersalah yang dialami perawat atau *caregiver* disebabkan oleh perasaan tidak bisa memberikan yang terbaik bagi lansia yang dirawatnya.

Salah satu faktor yang bersumber pada pekerjaan diantaranya beban kerja. Beban kerja berlebih adalah apabila pekerja merasa tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, ataupun suatu tugas yang tidak disertai keterampilan dan

potensi dari pekerja tersebut (Munandar, 2008).

Menurut penelitian, beban kerja yang melebihi kemampuan akan mengakibatkan kelelahan kerja. Beban kerja yang berlebihan (*overload*) dapat menyebabkan pekerja kelelahan (*fatigue*), kelelahan ini jika tidak diistirahatkan dapat menyebabkan pekerja sakit (Mardiani, 2010). Adanya perubahan fisik, emosi, kognitif dan perilaku juga merupakan gejala terjadinya stres kerja (Greenberg, 2004).

Panti werdha (rumah perawatan orang – orang lanjut usia) ini biasanya diperuntukkan bagi lansia yang tidak mempunyai sanak keluarga atau teman yang mau menerima, sehingga pemerintah wajib melindungi lansia dengan menyelenggarakan panti werdha (Oktariyani 2012).

Panti sosial yang dikelola oleh pemerintah dinamakan panti sosial tresna werdha. Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) adalah suatu lembaga pelayanan sosial yang menempatkan lansia sebagai penerima layanan. Panti Sosial Tresna Werdha berada dibawah bimbingan kementerian sosial republik indonesia. Jumlah Panti Sosial Tresna Werdha yang dikelola oleh Pemerintah Pusat maupun Daerah dan Masyarakat (2010) berjumlah 235 unit dengan jumlah lanjut usia yang mampu ditangani sebanyak 11.397 orang (Kemensos, 2010). Sedangkan di wilayah DKI Jakarta sendiri terdapat 12 panti werdha yang dikelola oleh dinas sosial maupun oleh swasta.

PSTW Budi Mulia adalah suatu lembaga pelayanan sosial yang berada di bawah naungan Dinas Sosial provinsi DKI Jakarta. Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 di Ciracas Jakarta Timur. Memiliki warga binaan 250 jiwa yang ditampung dipanti tersebut. Dinas sosial menyebutkan bahwa untuk menjadi anggota atau penghuni PSTW adalah lansia terlantar laki – laki atau perempuan

yang berusia minimal 60 tahun dan sehat jasmani dan rohani.

Berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa dari 22 responden yang berada di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas, sebanyak 81,8% mengalami stres sedang dan 18,2% mengalami stres ringan. Beban kerja yang dialami responden, mengalami beban kerja yang sedang 72,7% dan tinggi 27,3%. Dari data dan fakta yang ditemukan peneliti dan mengacu pada teori Hurrell bahwa beban kerja merupakan salah satu faktor yang menyebabkan stres kerja.

Banyaknya penelitian yang memperlihatkan kondisi stress yang terjadi pada para *caregiver* dan adanya perhitungan perbandingan jumlah *caregiver* dengan warga binaan sosial yang cukup signifikan yakni di PSTW Budi Mulia 01 ratio antara jumlah *caregiver* dan warga binaan sosial adalah 1:16, dan di PSTW 03 ratio perbandingannya 1:11, membuat peneliti ingin melihat seberapa jauh hubungan beban kerja terhadap tingkat stres kerja yang dialami oleh para *caregiver*.

Berdasarkan uraian diatas perlu dilakukan penelitian tentang “Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja Pada *Caregiver* di Panti Sosial Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur”.

METODE PENELITIAN

1. Desain Penelitian

Metode pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelatif dengan *cross sectional* yaitu pengambilan data yang dilakukan pada satu waktu (Sujarweni, 2014).

2. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat yang menjadi lokasi penelitian ini adalah di Panti Sosial Tresna Werdha 03 Ciracas Jakarta Timur. Penelitian ini dilakukan pada bulan April - Agustus 2019.

3. Populasi

Populasi dalam penelitian ini populasinya adalah 80 orang *caregiver* di Panti Sosial Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur.

4. Sampel

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel dengan total sampling, yaitu teknik menentukan sampel bila semua responden digunakan sebagai sampel. Jumlah sampel yang diambil peneliti berjumlah 80 orang.

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

a. Gambaran Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi usia Pada *Caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Usia	Frekuensi	Persentase
> 30 - 65 Tahun	48	60
> 20 - 30 Tahun	32	40
Total	80	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 80 responden, didapatkan kelompok usia responden yang berusia > 30 – 65 tahun sebanyak 48 orang (60%), sedangkan yang berusia > 20 – 30 tahun sebanyak 32 orang (40%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Pendidikan Pada *Caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Pendidikan	Frekuensi	Persentase
SPK/SMA	52	65.0
D3	18	22.5
S1	10	12.5
Total	80	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 80 responden, didapat kelompok tingkat pendidikan yang SPK/SMA sebanyak 52 orang

(65%), tingkat pendidikan yang D3 sebanyak 18 orang (22,5%), dan tingkat pendidikan yang S1 sebanyak 10 orang (12,5%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Status Pernikahan Pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Status Pernikahan	Frekuensi	Persentase
Menikah	61	76.2
Belum Menikah	19	23.8
Total	80	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 80 responden, didapat kelompok status pernikahan yang menikah sebanyak 61 orang (71,2%), sedangkan yang belum menikah sebanyak 19 orang (23,8%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Masa Kerja Pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Masa Kerja	Frekuensi	Persentase
> 6 Bulan-3 Tahun	18	22.5
4 - 6 Tahun	23	28.8
7 - 10 Tahun	24	30.0
> 10 Tahun	15	18.8
Total	80	100

Tabel 4 menunjukkan dari 80 responden, didapat kelompok masa kerja yang 7 – 10 tahun sebanyak 24 orang (30%), 4-6 tahun sebanyak 23 orang (28,8%), > 6 bulan-3 tahun sebanyak 18 orang (22,5%), dan > 10 tahun sebanyak 15 orang (18,8 %).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-Laki	20	25.0
Perempuan	60	75.0
Total	80	100

Tabel 5 menunjukkan bahwa dari 80 responden, didapat kelompok jenis kelamin yang perempuan sebanyak 60 orang (75%), sedangkan laki-laki sebanyak 20 orang (25%).

b. Gambaran Beban Kerja

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Beban Kerja	Frekuensi	Persentase
Beban Sedang	16	20
Beban Berat	64	80
Total	80	100

Tabel 6 menunjukkan gambaran beban kerja yang dialami oleh caregiver, dari hasil analisis univariat didapat bahwa caregiver yang merasakan beban berat sebanyak 64 orang (80%), sedangkan caregiver yang merasakan beban sedang sebanyak 16 orang (20%).

c. Gambaran Tingkat Stres Kerja

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Kerja Pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Tingkat Stres Kerja	Frekuensi	Persentase
Tingkat Stres Rendah	8	10.0
Tingkat Stres Sedang	72	90.0
Total	80	100

Tabel 7 menunjukkan gambaran tingkat stres kerja yang dialami oleh caregiver, dari hasil analisis univariat didapat bahwa caregiver yang merasakan tingkat stres sedang sebanyak 72 orang (90%), sedangkan caregiver yang

merasakan tingkat stres rendah sebanyak 8 orang (10%).

2. Analisa Bivariat

Tabel 8 Crosstabulation Hasil Uji Chi – Square dan Risk Estimate Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur Tahun 2019

Beban Kerja	Tingkat Stres Kerja		T	P	OR
	Tingkat Stres Rendah	Tingkat Stres Sedang	T	Val	(95 % CI)
	N %	N %	N %	ue	
Beban Sedang	18 22.5%	11 13.8 %	29 35.3%		
Beban Berat	13 16.2%	38 47.5 %	51 63.7 %	0.003	4.8
Total	31 38.7 %	49 61.3 %	80 100.0 %		

Berdasarkan tabel 8 diketahui bahwa dari 80 responden, yang mengalami beban kerja berat sebanyak 51 orang dengan tingkat stres sedang sebanyak 38 orang (47,5%), tingkat stres rendah sebanyak 13 orang (16,2%). Kemudian dari 29 orang yang mengalami tingkat stres rendah sebanyak 18 orang (22,5%) dan tingkat stres sedang sebanyak 11 orang (13,8%). Kesimpulan dari tabel 4.8 adalah dari 80 responden didapatkan bahwa total yang merasakan beban kerja dengan tingkat stres sedang sebanyak 49 orang (61,2%), dan beban kerja dengan tingkat stres rendah sebanyak 31 orang (38,7%).

Berdasarkan tabel di atas didapatkan hasil nilai *Chi – Square*, terlihat tidak ada *cell* yang kurang dari 5 dan tabel hitung 2 x 2, maka statistic yang digunakan *Continuity Correction* dengan nilai $p_{value} = 0,003$ ini lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ atau 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak.

Kesimpulannya adalah terdapat hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada *caregiver* di Panti Werdha Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas.

Selanjutnya untuk menilai besarnya kekuatan hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada *caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur digunakan *Odss Ratio* dengan nilai OR=4,8 bahwa dapat disimpulkan yang memiliki “beban kerja berat berisiko untuk mengalami stres sebanyak 4,8 kali dibandingkan beban kerja normal”. Hal ini juga berarti bahwa semakin berat beban kerja maka akan meningkatkan tingkat stres.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Beban Kerja Pada Caregiver di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas

Beban kerja berlebihan dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres. Beban kerja berlebih atau kuantitatif adalah apabila pekerja merasa tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, ataupun suatu tugas tidak disertai keterampilan dan potensi dari pekerja tersebut (Munandar, 2009).

Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur terjadi beban kerja berlebih dikarenakan *caregiver* bekerja tidak sesuai *jobdisk* yang ada, dan cenderung sering melakukan pekerjaan yang berbeda dalam satu waktu dikarenakan lebih dari 50 % warga binaan sosial menderita *skizofrenia* dan cenderung agresif terhadap sesama atau terhadap petugas panti. Disatu sisi para *caregiver* dalam sebulan wajib membawa warga binaan yang harus kontrol ke pelayanan kesehatan (RSUD) guna untuk memeriksakan keadaanya. Hal ini menambah beban kerja yang dialami

caregiver, dikarenakan pihak panti harus mengikuti pelayanan sesuai dengan prosedur yang ada, walau sudah dilakukan kerja sama sebelumnya. Hal ini bisa memakan waktu seharian. Belum lagi jika ada warga binaan yang harus dapat perawatan rawat inap di rumah sakit, *caregiver* harus bersedia menemani warga binaan dirumah sakit yang diatur dalam shif. Dikarenakan tidak semua rumah sakit yang bekerja sama dengan panti werdha bersedia atau memperbolehkan warga binaan tidak ada yang menjaga.

2. Gambaran Tingkat Stres Kerja Pada *Caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas

Menurut Okoye dan Asa (2011), sebagai seorang *caregiver*, yang memberikan perawatan terutama untuk orang tua, menuntut pengorbanan yang besar, baik secara fisik dan emosional. *Caregiver* berada pada risiko kesehatan yang lebih besar daripada penerima perawatan, karena ketika *caregiver* mengabdikan diri dengan kebutuhan orang lain, mereka cenderung mengabaikan kebutuhan mereka sendiri. Mereka mungkin tidak mengenali atau mungkin mengabaikan tanda-tanda penyakit, kelelahan atau depresi yang mereka alami.

Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur para *caregiver* juga mengalami tingkat stres kerja. Dikarenakan mereka harus bisa membagi antara pekerjaan dan urusan pribadi. Hal tersebut harus dilakukan karna *caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur harus menghadapi kondisi pekerjaan mereka, memanfaatkan waktu yang ada dan harus mencapai target dalam pekerjaannya. Sehingga sebagian dari *caregiver* sering atau pernah

mengalami gejala fisik ataupun emosional. Seperti sakit punggung, sakit kepala, nyeri otot, rasa lelah, khawatir dan terkadang suasana hati berubah-ubah atau mengalami kebingungan. Namun hal tersebut sedikit mereka atasi dengan adanya tingkah-tingkah yang tak terduga dari warga binaan yang seringkali menjadi hiburan untuk para petugas panti.

3. Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Stres Kerja Pada *Caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur.

Hasil nilai *Chi-Square*, terlihat tidak ada *cell* yang kurang dari 5 dan tabel hitung 2 x 2, maka statistic yang digunakan *Continuity Correction* dengan nilai *pvalue* = 0,003 ini lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ atau 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah terdapat hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada *caregiver* di Panti Werdha Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas.

Selanjutnya untuk menilai besarnya kekuatan hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada *caregiver* di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur digunakan *Odss Ratio* dengan nilai OR = 4,8 bahwa dapat di simpulkan yang memiliki “beban kerja berat berisiko untuk mengalami stres sebanyak 4,8 kali dibandingkan beban kerja normal”. Hal ini juga berarti bahwa semakin berat beban kerja maka akan meningkatkan tingkat stres.

SIMPULAN

1. *Caregiver* di panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur yang merasakan beban berat sebanyak 64 orang (80%), sedangkan *caregiver* yang merasakan beban sedang sebanyak 16 orang (20%).

2. *Caregiver* di panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas Jakarta Timur yang merasakan tingkat stres kerja sedang sebanyak 72 orang (90%), sedangkan *caregiver* yang merasakan tingkat stres rendah sebanyak 8 orang (10%).
3. Hasil nilai *Chi – Square*, terlihat tidak ada *cell* yang kurang dari 5 dan tabel hitung 2×2 , maka statistic yang digunakan *Continuity Correction* dengan nilai $p_{\text{value}} = 0,003$ ini lebih kecil dari $\alpha = 5\%$ atau 0,05 maka hipotesis H_0 ditolak. Kesimpulannya adalah terdapat hubungan beban kerja dengan tingkat stres kerja pada *caregiver* di Panti Werdha Tresna Werdha Budi Mulia 03 Ciracas.

SARAN

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk memberikan masukan dalam penentuan kebijakan pembagian tugas pada *caregiver* disetiap hari untuk Panti Sosial Tresna Werdha 03 Ciracas Jakarta Timur.
2. Sebagai sumber bacaan di perpustakaan Universitas Islam As-Syafi'iyah untuk pengembangan ilmu pengetahuan dan kesehatan khususnya mengenai beban kerja dan tingkat stres kerja untuk dasar penelitian berikutnya.
3. Peneliti dapat meningkatkan pengetahuan dan pengalaman yang diperoleh selama penelitian mengenai beban kerja dan tingkat stres kerja. Bagi peneliti selanjutnya perlu dikembangkan lagi penelitian yang sejenis dengan cakupan sampel yang lebih besar dan faktor-faktor yang lebih banyak agar didapatkan hasil penelitian yang baru lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Insiyah & Hastuti, R. T. 2014. *Pengaruh Penyelesaian Masalah (Problem Solving Therapy) Terhadap Penurunan Distress Psikologik Pada Caregiver Lansia di RT 03*

RW 04 Mojosoongo, Jebres, Surajarta. Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan, Vol. 3 No.2, Novemver 2014, hal. 106-214. <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/Int/article/download/103/93> [Diakses pada 21 April 2019]

Jannah. Miftahul. 2013. *Gangguan Stres Pasca Trauma “Gagal Untuk Menikah” (Skripsi)*. Program S1 Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang (tidak diterbitkan).

Kementrian Kesehatan RI. 2017. *Analisis Lansia Di Indonesia. Jakarta Selatan (tidak diterbitkan)*. <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/lain-lain/Analisis%20Lansia%20Indonesia%202017.pdf>[Diakses pada 30 April 2019].

Kemensos. Symposium On Ageing. “Ageing in Thhe 21st Century: A Celebration and Challenge. 2012. <https://id.scribd.com/document/348893392/ENDAHA-SARWENDAH-FKIK> [Diakses pada 27 April 2019].

Kim H., Chang M., Rose K & Kim S. *Predictors of caregiver burden in caregivers of individuals with dementia*. Journal of Advanced Nursing. 2012. Diakses dari http://www.readcube.com/articles/10.1111%2Fj.1365-2648.2011.05778777.x/r3-referer=wol&tracking_action=1&purchase_referrer=onlinelibrary.wiley.com&purchase_site_license=LICEN SE DENIED[Diakses pada 30 April 2019].

Munandar. A.S. 2008. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta. UI Press.

Oktariyani. *Gambaran Status Gizi Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Budi Mulia 01 dan 03 Jakarta Timur*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia. Depok. 2012.

- Okuye, UO dan Asa. SS. 2011.
*Caregiving and Stress : Experience
of People Taking care of Elderly
relations in Sounth-Eastern Nigeria.*
- Sujarweni, (2014). *Metode Penelitian
Kesehatan.* Jakarta: Rineka.