

Lampiran 1

LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI PARTISIPAN

Saya adalah mahasiswa Program Studi S-1 Keperawatan Universitas Imelda Medan yang sedang melakukan penelitian dengan Pengalaman Perawat Tentang Tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di ruangan operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan Tahun 2024.

Saya mengharapkan kesediaan bapak/ibu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Penelitian ini tidak memberikan dampak di kemudian hari, informasi yang diberikan bapak/ibu hanya diperlukan sebagai data dalam penelitian dan identitas bapak/ibu akan dirahasiakan.

Peneliti memohon kepada bapak/ibu memberikan jawaban berdasarkan yang sebenarnya dan jujur apa adanya. Jika bapak/ibu bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, maka silahkan menandatangani lembar partisipasi ini.

Medan, Juli 2024

Peneliti

Responden,

(Muliadi Harefa)

()

Lampiran 2

PEDOMAN WAWANCARA

1. Menurut tanggapan bapak/ibu apakah yang dimaksud dengan beban kerja? Coba jelaskan
2. Seperti apakah beban kerja dalam ruangan operasi menurut pengalaman bapak//ibu? coba jelaskan
3. Apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat?
4. Faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat? coba jelaskan
5. Apakah yang harus dilakukan bapak/ibu jika kelebihan beban kerja? Coba jelaskan
6. Bagaimana cara bapak/ibu menahan diri setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang bapak/ibu dapatkan? Coba jelaskan
7. Menurut tanggapan bapak/ibu apakah yang dimaksud dengan stres kerja? Coba jelaskan
8. Faktor – faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stres kerja? Coba jelaskan
9. Bagaimana perasaan bapak/ibu saat merasa stres atau tertekan ditempat kerja?
10. Apakah stres mempengaruhi kondisi fisik bapak/ibu? dalam hal apa? Coba jelaskan
11. Apakah stres mempengaruhi hubungan dengan orang disekitar bapak/ibu? Dalam hal apa? Coba jelaskan
12. Bagaimana pola makan, tidur dan aktivitas bapak/ibu saat sedang mengalami stres kerja?
13. Apakah akibat yang ditimbulkan jika bapak/ibu mengalami stres kerja? Coba jelaskan
14. Bagaimana upaya bapak/ibu mengatasi stres kerja? Coba jelaskan
15. Bagaimana bapak/ibu menyikapi stres kerja yang bapak/ibu alami dari dua sudut pandang yang berbeda? coba jelaskan
16. Apakah cara yang dilakukan untuk tidak tertuju pada stres yang bapak/ibu rasakan? Coba jelaskan
17. Kegiatan apa saja yang bapak/ibu lakukan untuk mengurangi stres tersebut? Coba jelaskan
18. Mengapa bapak/ibu memilih kegiatan tersebut?
19. Bagaimana upaya bapak/ibu mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres tersebut?
20. Menurut bapak/ibu apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja? Coba jelaskan

Lampiran 3

CATATAN LAPANGAN (*FIELD NOTE*)

<p>Kode partisipan : P1</p> <p>Tempat wawancara : Ruang operasi</p> <p>Tanggal wawancara : 26 Juli 2024</p> <p>Waktu wawancara : 13.07 WIB</p>
<p>Gambaran partisipan saat akan wawancara :</p> <p>Partisipan tersenyum ramah saat peneliti datang. Partisipan mempersilahkan peneliti duduk. Partisipan menggunakan baju dinas operasi tertutup. Partisipan duduk disamping peneliti. Alat perekam dipegang tangan kanan diantara partisipan dan peneliti.</p>
<p>Gambaran partisipan selama wawancara :</p> <p>Partisipan aktif menjawab pertanyaan peneliti. Terkadang partisipan menjawab sambil tersenyum. Kontak mata positif. Terkadang partisipan menggerakkan tangan untuk memperagakan pengalaman yang dialami saat menjawab pertanyaan.</p>
<p>Gambaran suasana tempat selama wawancara :</p> <p>Wawancara dilakukan di nurs station dengan kondisi pencahayaan yang terang dari lampu, di ruangan operasi yang terdapat kursi dan disampingnya terdapat tempat tidur pasien.</p>
<p>Respon partisipan saat terminasi :</p> <p>Partisipan tampak tersenyum dan ramah saat selesai wawancara.</p>

Kode partisipan : P2

Tempat wawancara : Ruang operasi

Tanggal wawancara : 29 Juli 2024

Waktu wawancara : 14.00 WIB

Gambaran partisipan saat akan wawancara :

Partisipan tersenyum ramah saat peneliti datang. Partisipan mempersilahkan peneliti duduk. Partisipan menggunakan baju dinas operasi tertutup. Partisipan duduk disamping peneliti. Alat perekam dipegang tangan kanan diantara partisipan dan peneliti.

Gambaran partisipan selama wawancara :

Partisipan aktif dan lancar menjawab pertanyaan peneliti. partisipan menjawab dengan muka serius. Kontak mata positif. Terkadang partisipan berkomunikasi dengan teman perawat lainnya saat menjawab pertanyaan.

Gambaran suasana tempat selama wawancara :

Wawancara dilakukan di nurs station dengan kondisi pencahayaan yang terang dari lampu, ruangan nya sedikit berisik karna mondar-mandir kakak perawat, di ruangan operasi yang terdapat kursi dan disampingnya terdapat tempat tidur pasien.

Respon partisipan saat terminasi :

Partisipan tampak tersenyum, ramah dan memberikan semangat saat selesai wawancara.

Kode partisipan : P3

Tempat wawancara : Ruang operasi

Tanggal wawancara : 2 Agustus 2024

Waktu wawancara : 13.15 WIB

Gambaran partisipan saat akan wawancara :

Partisipan memanggil peneliti untuk masuk ruangan dengan ramah saat peneliti datang. Partisipan mempersilahkan peneliti duduk. Partisipan menggunakan baju dinas operasi tertutup. Partisipan duduk disamping peneliti. Alat perekam dipegang tangan kanan diantara partisipan dan peneliti.

Gambaran partisipan selama wawancara :

Partisipan lancar menjawab pertanyaan peneliti. Terkadang partisipan menjawab sambil tersenyum. Kontak mata positif. Terkadang partisipan menggerakkan tangan untuk memperagakan pengalaman yang dialami saat menjawab pertanyaan.

Gambaran suasana tempat selama wawancara :

Wawancara dilakukan di nurs station dengan kondisi pencahayaan yang terang dari lampu, partisipan duduk berhadapan dengan dengan peneliti, di ruangan operasi yang terdapat kursi dan disampingnya terdapat tempat tidur pasien.

Respon partisipan saat terminasi :

Partisipan tampak tersenyum, ramah dan memberikan salam saat selesai wawancara.

Kode partisipan : P4

Tempat wawancara : Ruang operasi

Tanggal wawancara : 2 Agustus 2024

Waktu wawancara : 15.05 WIB

Gambaran partisipan saat akan wawancara :

Partisipan tersenyum ramah saat peneliti datang. Partisipan mempersilahkan peneliti duduk. Partisipan menggunakan baju dinas operasi tertutup. Partisipan duduk disamping peneliti. Alat perekam dipegang tangan kanan diantara partisipan dan peneliti.

Gambaran partisipan selama wawancara :

Partisipan aktif menjawab pertanyaan peneliti. Terkadang partisipan menjawab sambil tersenyum. Kontak mata positif. Terkadang partisipan menggerakkan tangan untuk memperagakan pengalaman yang dialami saat menjawab pertanyaan.

Gambaran suasana tempat selama wawancara :

Wawancara dilakukan di nurs station dengan kondisi pencahayaan yang terang dari lampu, di ruangan operasi yang terdapat kursi dan disampingnya terdapat tempat tidur pasien.

Respon partisipan saat terminasi :

Partisipan tampak tersenyum dan ramah saat selesai wawancara.

Kode partisipan : P5

Tempat wawancara : Ruang operasi

Tanggal wawancara : 7 Agustus 2024

Waktu wawancara : 13.20 WIB

Gambaran partisipan saat akan wawancara :

Partisipan tersenyum ramah saat peneliti datang. Partisipan mempersilahkan peneliti duduk. Partisipan menggunakan baju dinas operasi tertutup. Partisipan duduk disamping peneliti. Alat perekam dipegang tangan kanan diantara partisipan dan peneliti.

Gambaran partisipan selama wawancara :

Partisipan aktif menjawab pertanyaan peneliti. Terkadang partisipan menjawab sambil tersenyum. Kontak mata positif. Terkadang partisipan menggerakkan tangan untuk memperagakan pengalaman yang dialami saat menjawab pertanyaan.

Gambaran suasana tempat selama wawancara :

Wawancara dilakukan di depan ruangan nurs station dengan kondisi pencahayaan yang terang dari lampu, di ruangan paling depan pas masuk ruangan operasi.

Respon partisipan saat terminasi :

Partisipan tampak tersenyum dan memberikan salam saat selesai wawancara.

Kode partisipan : P6

Tempat wawancara : Ruang operasi

Tanggal wawancara : 7 Agustus 2024

Waktu wawancara : 15.10 WIB

Gambaran partisipan saat akan wawancara :

Partisipan tersenyum ramah saat peneliti datang. Partisipan mempersilahkan peneliti duduk. Partisipan menggunakan baju dinas operasi tertutup. Partisipan duduk disamping peneliti. Alat perekam dipegang tangan kanan diantara partisipan dan peneliti.

Gambaran partisipan selama wawancara :

Partisipan aktif menjawab pertanyaan peneliti. Terkadang partisipan menjawab sambil tersenyum. Kontak mata positif. Terkadang partisipan menggerakkan tangan untuk memperagakan pengalaman yang dialami saat menjawab pertanyaan.

Gambaran suasana tempat selama wawancara :

Wawancara dilakukan di nurs station dengan kondisi pencahayaan yang terang dari lampu, di ruangan operasi yang terdapat kursi dan disampingnya terdapat tempat tidur pasien.

Respon partisipan saat terminasi :

Partisipan tampak tersenyum dan memberikan kata-kata semangat saat selesai wawancara.

Surat Lampiran 4 : Surat Permohonan Izin Survey Awal



UNIVERSITAS IMELDA MEDAN (UIM)

Jln. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayen Darat I Kecamatan Medan Timur
Kode Pos 20239, Telepon (061) 6645670 Fax. (061) 6618457
E-mail : univ.imeldamedan@gmail.com

Nomor : 315.03/B/UIM/IV/2024
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Survei Awal

Kepada Yth. :

Bapak Direktur Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia
Jl. Bilal No. 24 Pulo Brayen Darat I
Medan

Dengan Hormat,

Bersama ini kami memohon kepada Bapak Direktur untuk berkenan memberikan izin bagi mahasiswa/i atas :

Nama : Muliadi Harefa
NIM : 2014201080
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Penelitian : Tingkat Beban Kerja dan Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruang Operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia

Untuk melakukan survei awal di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia dengan tujuan penelitian Tugas Akhir Skripsi

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.



Dr. dr. Imelda Liliyanti, S.Kp., M.Pd., MN

Cc : File

Lampiran 5 : Surat Izin Melakukan Survey Awal



PT. IMELDA PEKERJA INDONESIA RSU. IMELDA PEKERJA INDONESIA

Jl. Bilal No. 24, Telp. (061) 6610072-6631380-6630196 Fax. (061) 6618457
Pulo Brayan Darat I Kec. Medan Timur Pos 20239
Email : ritonga.imelda@gmail.com
Website : <http://rsuimelda.co.id>

Medan, 18 Mei 2024

No : 0369/RSU.IPI/V/2024
Lamp : -
Hal : **Izin Melakukan Survei Awal**

Kepada Yth,
Rektor Universitas Imelda Medan (UIM)
Di -
Tempat

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat ~~sandar~~ nomor : 315.03/B/UIM/IV/2024, tanggal 03 April 2024, perihal Permohonan Izin Survei Awal, maka dengan ini kami sampaikan bahwa nama yang tersebut di bawah ini **Disetujui** untuk melakukan Survei Awal di RSU Imelda Pekerja Indonesia Medan. Adapun nama mahasiswa/i tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Muliadi Harefa
NIM : 2014201080
Judul : **Tingkat Beban Kerja Dan Tingkat Stress Kerja Perawat Di Ruang Operasi RSU Imelda Pekerja Indonesia**

Demikian hal ini kami sampaikan, atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,
RSU. Imelda Pekerja Indonesia

(dr. Hedy Tan, MARS, MOG, Sp. OG)
Direktur

Cc. File

Lampiran 6 : Surat permohonan Izin Penelitian



UNIVERSITAS IMELDA MEDAN (UIM)

Jln. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayan Darat I Kecamatan Medan Timur
Kode Pos 20239, Telepon (061) 6645670 Fax. (061) 6618457
E-mail : univ.imeldamedan@gmail.com

Nomor : 780.03/B/UIM/VII/2024
Lampiran : -
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth. :

Bapak Direktur Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia

Jl. Bilal No. 52 Pulo Brayan Darat I

Medan

Dengan Hormat,

Bersama ini kami memohon kepada Bapak Direktur untuk berkenan memberikan izin bagi mahasiswa/i atas :

Nama : Muliadi Harefa
NIM : 2014201080
Program Studi : S1 Keperawatan
Judul Penelitian : Tingkat Beban Kerja dan Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruangan Operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2024

Untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia dengan tujuan penelitian Tugas Akhir Skripsi

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasama yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Medan, 01 Juli 2024

Rektor,

Dr.dr. Imelda Liaha Ritonga, S.Kp.,M.Pd.,MN

Cc : file

Lampiran 7 : Surat Izin Melakukan Penelitian



PT. IMELDA PEKERJA INDONESIA RSU. IMELDA PEKERJA INDONESIA

Jl. Bilal No. 24, Telp. (061) 6610072 - 6631380 - 6630196 Fax. (061) 6618457
Pulo Brayan Darat I Kec. Medan Timur Pos 20239
Email : ritonga.imelda@gmail.com
Website : <http://rsuimelda.co.id>

Medan, 19 Juli 2024

No : 0698/RSU.IPI/VII/2024

Lamp : -

Hal : Ijin Melakukan Penelitian

Kepada Yth.

Rektor Universitas Imelda Medan (UIM)

Di -

Tempat

Dengan hormat,

Sesuai dengan surat saudara nomor : 780.03/B/UIM/VII/2024, tanggal 01 Juli 2024, perihal Permohonan Izin Penelitian, maka dengan ini kami sampaikan bahwa nama yang tersebut di bawah ini disetujui untuk melakukan Izin Penelitian di RSU Imelda Pekerja Indonesia Medan. Adapun nama mahasiswa/i tersebut adalah sebagai berikut :

Nama : Muliadi Harefa

NIM : 2014201080

Judul : Tingkat Beban Kerja dan Tingkat Stress Kerja Perawat di Ruang Operasi
Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2024.

Demikian hal ini kami sampaikan, atas kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Hormat saya,
RSU Imelda Pekerja Indonesia



dr. Hedy Tan, MARS, MOG, SpOG
Direktur

Cc. File

Lampiran 8 : Surat Permohonan Ethical Clearance

Medan, 04 Juli 2024

Hal : Permohonan Ethical Clearance

Kepada Yth :
Ketua Komite Etik
Universitas Imelda Medan

Dengan hormat,

Sehubungan dengan adanya Kegiatan Penelitian, untuk itu saya mohon izin untuk diterbitkan Ethical Clearance / Persetujuan Etik Penelitian dari Komisi Etik Universitas Imelda Medan.

Adapun Peneliti dan Judul Penelitian sebagai berikut :

Nama : Muliadi Harefa
NIM : 2014201080
Prodi : S1 Keperawatan
Waktu Penelitian : Juni 2024
Judul Proposal : Tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di ruangan Operasi RSU Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2024

Bersama ini pula saya sampaikan Proposal Penelitian (terlampir).

Demikian Permohonan saya, atas perhatian dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Peneliti

Muliadi Harefa

Lampiran 9 : Surat Kelaikan Ethical Clearance



LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT UNIVERSITAS IMELDA MEDAN (UIM)

Jln Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayan Darat I Kecamatan Medan Timur
Kode Pos. 20239, Telepon (061) 6645670 Fax. (061) 661845

PERSETUJUAN KOMITE ETIK NO. 516/LPPM-UIM/VII/2024/e

Judul	Tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di ruangan Operasi RSUD Imelda Pekerja Indonesia Tahun 2024
Dokumen	Formulir Pengajuan dokumen
Nama Peneliti	Muliadi Harefa
NIM	2014201080
Dokter/Ahli Medis yang bertanggung jawab	-
Tanggal kelaikan	8 Juli 2024
Program Studi	S1 Keperawatan

Komisi Etik Penelitian Universitas Imelda Medan menyatakan bahwa protokol diatas telah memenuhi prinsip etis berdasarkan Deklarasi Helsinki 1975. Dan oleh karena itu penelitian ini dapat dilaksanakan.

Surat Kelaikan Etik ini berlaku 1 (satu) tahun sejak tanggal terbit

Komisi Etik Penelitian Universitas Imelda Medan memiliki hak untuk memeriksa kegiatan penelitian setiap saat. Peneliti wajib menyampaikan laporan akhir setelah penelitian selesai dan laporan kemajuan penelitian jika dibutuhkan.

Demikianlah surat ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ketua



Meriani Terlina, SKM., S.Kep., M.Biomed
NIDN: 0129056601

Lampiran 10 : Transkrip Wawancara

TRANSKIP WAWANCARA PARTISIPAN 1

- Peneliti : Selamat sore Bu, perkenalkan saya atas nama muliadi harefa Mahasiswa Universitas Imelda Medan jurusan S1 Keperawatan disini saya akan melakukan penelitian tentang judul tingkat beban kerja dan stres kerja Perawat diruangan Operasi, mohon izin Bu, untuk memperkenalkan dirinya ?
- Partisipan 1 : Nama saya Ratna Simajuntak jabatan Kepala ruangan di Kamar Bedah Rumah Sakit Umum Imelda, Lama bekerja kira-kira 12 tahun
- Peneliti : Baik Bu, langsung saja saya akan mewawancarai Ibu, Pertanyaan yang pertama menurut tanggapan Ibu apakah yang dimaksud dengan beban kerja?
- Partisipan 1 : Yang dimaksud dengan beban kerja merujuk pada tugas dan tanggung jawab harus dilakukan seseorang pada periode yang mencakup sebagai aspek jumlah tugas, ibaratnya kita harus menyelesaikan tugas-tugas yang ada di OK seperti laporan-laporan Operasi, tindakan operasi, baru yang kedua kompleksitas tugas tingkat-tingkat tugas kesulitan yang membutuhkan keterampilan khusus menambah beban secara signifikan waktu dan yang diperlukan
- Peneliti : Lanjut pertanyaan yang kedua Seperti apakah beban kerja dalam ruangan operasi menurut pengalaman ibu ?
- Partisipan 1 : Menurut pengalaman ibu beban kerja di OK Ibaratnya ini banyaknya jadwal operasi itu kan jadi beban juga sama kita, hmm baru tindakan yang mau kita lakukan kita harus menguasainya itukan menjadi beban, baru personil yang kurang jadi beban begitu,...
- Peneliti : Baik lanjut pertanyaan yang ketiga apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat ?
- Partisipan 1 : Terjadi stres dan tidak fokus bekerja

- Peneliti : Lanjut pertanyaan keempat faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat ?
- Partisipan 1 : Faktor,,, Permintaan dan lamanya bekerja Permintaan dan lamanya bekerja kompleksitas tugas dan tekanan waktu dan kurangnya Personil di kamar bedah itulah,,,
- Peneliti : Lanjut pertanyaan yang kelima Apakah yang harus dilakukan Ibu jika kelebihan beban kerja ?
- Partisipan 1 : Mengevaluasi dan memprioritaskan-memprioritas pekerjaan, ibaratnya kita prioritaskan tugas-tugas yang paling penting dan yang paling mendesak baru delegasi hmm delegasikan untuk memberikan instruksi yang jelas kepada tim dan menggunakan keahlian kekuatan anggota tim menangani bagian-bagian yang spesifik yang sudah ahli Memegang bagian tersebut baru manajemen waktu merencanakan jadwal yang dibuat di setiap tugas berdasarkan prioritas baru membatasi gangguan kurangi gangguan dan penggunaan yang tidak perlu sewaktu kerja, meningkatkan efisien dan fokus kepada pekerjaan, komunikasi efektif, melaporkan masalah komunikasi yang berlebihan mengevaluasi sesuai beban kerja itu saja
- Peneliti : lanjut pertanyaan yang ke enam bagaimana cara ibu menahan diri setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang ibu dapatkan ?
- Partisipan 1 : Yaaa,,, istirahatlah rasaku baru menarik nafas panjang ambil istirahat seperti berjalan-jalan sebentar melakukan aktivitas ringan membantu menyegarkan pikiran
- Peneliti : apakah dengan cara itu bisa menurunkan stres yang ibu alami?
- Partisipan 1 : Bisa, karena kita sudah menarik nafas panjang gitu,,,,,,
- Peneliti : Lanjut pertanyaan yang ketujuh menurut tanggapan ibu apakah yang dimaksud dengan stres kerja?
- Partisipan 1 : Keadaan emosi yang timbul karena adanya ketidak sesuaian antara beban kerja dengan kemampuan kita
- Peneliti : Lanjut pertanyaan yang kedelapan faktor-faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stres kerja ?
- Partisipan 1 : Banyaknya jadwal operasi kurangnya personil dah cukup itu

- Peneliti : Baik lanjut pertanyaan yang ke sembilan bagaimana perasaan ibu saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja?
- Partisipan 1 : cemas, kelelahan dan perasaan tidak menentu gelisah,,,
- Peneliti : Apakah stres mempengaruhi kondisi fisik ibu dalam hal apa ?
- Partisipan 1 : ia mempengaruhi nggak bisa tidur, sakit kepala dan perubahan berat badan
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah stres mempengaruhi hubungan dengan orang di sekitar ibu dalam hal apa?
- Partisipan 1 : Dalam perubahan sikap, mood penurunan kualitas hubungan dan perubahan perilaku
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya, bagaimana pola makan, tidur, dan aktivitas ibu saat sedang mengalami stres kerja?
- Partisipan 1 : Tidak selera makan, makan berlebihan, makan tidak teratur,, Pola tidur tidak bisa tidur, insomnia, tidur terlalu banyak
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah akibat yang ditimbulkan jika ibu mengalami stres kerja ?
- Partisipan 1 : **Stres bisa mengakibatkan sakit mengalami mempengaruhi kesehatan fisik dan mental emosional seseorang bisa sakit jantung, gangguan pencernaan kesehatan imun dan masalah hidup**
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana upaya ibu mengatasi stres kerja ?
- Partisipan 1 : **Relaksasi lah olahraga menciptakan lingkungan kerja yang sehat komunikasi dengan teman berdiskusi dan mengelola emosi**
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana Ibu menyikapi stres kerja yang Ibu alami dari dua sudut pandang yang berbeda ?
- Partisipan 1 : Mempersiapkan mental dan fisik mengelola tekanan dan memastikan kesehatan pribadi baru perbanyak latihan dan mengatur waktu dukungan teman kerja.
- Peneliti : pertanyaan ke enam belas apakah cara yang dilakukan untuk tidak tertuju pada stres yang ibu rasakan ?
- Partisipan 1 : Pergi jalan- jalan hiling,,,,,

- Peneliti : Pertanyaan ketujuh belas kegiatan apa saja yang ibu lakukan untuk mengurangi stress tersebut ?
- Partisipan 1 : Dengar musik lah karaokean,,,,,,
- Peneliti : Mengapa Ibu memilih kegiatan tersebut ?
- Partisipan 1 : karna bisa menghilangkan stres,,,,,,
- Peneliti : Baik lanjut pertanyaan berikutnya bagaimana upaya ibu mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres kerja ?
- Partisipan 1 : mengendalikan emosi dan mengatur perasaan untuk menghadapi masalah yang memicu stres khususnya dilingkungan kerja seperti diruangan operasi melakukan pendekatan sistematis dan berfokus pada ketrampilan
- Peneliti : Pertanyaan terakhir menurut Ibu apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja ?
- Partisipan 1 : Sangat berhubungan sekali
- Peneliti : Bisa ibu memberikan penjelasan mengapa beban kerja bisa berhubungan dengan stres kerja ?
- Partisipan 1 : Karena kita menghadapi Operasi yang sulit dan menghadapi operator-operator Operator
- Peneliti : Baik bu itu saja yang menjadi pertanyaan saya terima kasih atas waktu yang ibu berikan, selamat sore bu.
- Partisipan 1 : Selamat sore.

TRANSKIP WAWANCARA PARTISIPAN 2

- Peneliti : Selamat sore, Kak,,,,,,
- Partisipan 2 : Sore,,,
- Peneliti : Perkenalkan, saya atas nama Muliadi Harefa, mahasiswa Universitas Medan, jurusan S1 Keperawatan di sini saya akan melakukan penelitian tentang tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di ruang operasi. Sebelumnya Kak, mohon memperkenalkan dirinya.
- Partisipan 2 : Baik dek, perkenalkan nama kakak Ika Surabina kakak lama bekerja disini sudah 6 tahun
- Peneliti : Baik kak, langsung saja kita memulainya wawancaranya, Pertanyaan yang pertama menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan beban kerja?
- Partisipan 2 : Menurut kakak, beban kerja itu adalah suatu kondisi yang membebani tenaga kerja, baik secara fisik maupun non-fisik dalam menyelesaikan pekerjaan. Selain itu, beban kerja diperlukan untuk menetapkan waktu bagi seseorang pekerja yang memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pekerjaan tertentu pada suatu tingkat kinerja yang telah ditetapkan
- Peneliti : Lanjut pertanyaan berikutnya, seperti apakah beban kerja dalam ruangan operasi menurut pengalaman kakak?
- Partisipan 2 : Menurut pengalaman kakak, beban kerja yang ada dalam ruangan operasi satu dulu adalah waktu operasi dimana durasi operasi bisa bervariasi dari beberapa menit hingga beberapa jam, beban kerja dalam hal waktu ini menuntut stamina dan ketahanan fisik serta mental dari semua anggota tim medis, kemudian kedua manajemen pasien setelah operasi ada proses pemantauan pasien yang membutuhkan perhatian ini termasuk memantau kondisi pasien di ruang pemulihan memastikan manajemen nyeri yang tepat dan memberikan perawatan lanjutan yang diperlukan
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya, apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat?
- Partisipan 2 : Menurut kakak Yang terjadi jika beban kerja itu meningkat adalah akan menimbulkan kelelahan baik secara fisik maupun mental dan

reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala gangguan pencernaan dan mudah marah

Peneliti : Pertanyaan berikutnya faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat ?

Partisipan 2 : Faktor yang mempengaruhi beban kerja meningkat pertama adalah masalah komunikasi dimana kurangnya komunikasi yang efektif atau miskomunikasi yang dapat menyebabkan kebingungan, duplikasi pekerjaan, atau kesalahan, dan itu bisa menambah beban kerja. Kemudian koordinasi tim, kinerja tim yang tidak harmonis atau kurangnya kolaborasi yang dapat menghambat alur kerja dan meningkatkan beban kerja

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah yang harus dilakukan kakak jika kelebihan beban kerja?

Partisipan 2 : Kalau menurut kakak sendiri, hal yang harus dilakukan jika kelebihan beban kerja itu adalah satu, memastikan tugas didistribusikan dengan adil di antara anggota tim. Kedua, menggunakan teknik manajemen waktu yang efektif untuk mengelola prioritas waktu. Kemudian ketiga memberikan dukungan dan pelatihan kepada karyawan untuk meningkatkan keterampilan dan efisiensi mereka Kemudian keempat secara teratur memantau beban kerja dan menilai apakah ada kebutuhan untuk penyesuaian atau penambahan sumber daya

Peneliti : Selanjutnya bagaimana cara kakak menahan diri Setelah merasa frustrasi Akibat beban kerja yang kakak dapatkan ?

Partisipan 2 : Menurut kakak cara kakak menahan diri Setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang didapatkan adalah jika beban kerja kakak berlebihan kakak bicarakan dengan atasan atau manajer tentang kemungkinan penyesuaian atau dukungan tambahan kemudian komunikasikan yang terbuka dapat membantu menemukan solusi yang tepat setelah itu kakak berbicara dengan rekan kerja yang bisa memahami situasi juga bisa membantu mendapatkan perspektif baru dan dukungan moral

Peneliti : Pertanyaan berikutnya menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan stres kerja?

Partisipan 2 : Kalau menurut tanggapan kakak di sini, stres kerja itu merupakan perasaan tertekan yang dialami oleh pekerja dalam menghadapi pekerjaan yang disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya adalah

tidak adanya dukungan sosial dan kondisi lingkungan kerja yang tidak mendukung.

Peneliti : Pertanyaan berikutnya faktor-faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stres kerja ?

Partisipan 2 : Menurut kakak faktor-faktor yang bisa memicu munculnya stres kerja di ruangan operasi pertama adalah beban kerja yang berlebihan dimana pekerjaan yang memerlukan jam kerja panjang atau jumlah tugas yang sangat banyak yang dapat membuat seseorang merasa kewalahan dan kelelahan kemudian lingkungan kerja yang tidak nyaman seperti suhu ekstrim, kebisingan, atau pencahayaan buruk yang dapat mempengaruhi kesejahteraan perawat

Peneliti : Selanjutnya bagaimana perasaan kakak saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja?

Partisipan 2 : Perasaan kakak ketika merasa stres atau tertekan di tempat kerja itu adalah kesulitan berkonsentrasi di mana kakak merasa sulit untuk fokus pada tugas atau menyelesaikan pekerjaan

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah stres mempengaruhi kondisi fisik kakak?

Partisipan 2 : Ya, stres itu dapat mempengaruhi kondisi fisik kakak, pertama dulu adalah perubahan berat badan dimana stres itu dapat menyebabkan perubahan nafsu makan yang signifikan, bisa juga menyebabkan peningkatan ataupun penurunan berat badan, kemudian gangguan kulit yang dimana stres itu dapat memperburuk kondisi kulit seperti berjerawat atau psoriasis yang bisa menyebabkan rasa tidak nyaman dan mempengaruhi penampilan serta kepercayaan diri kakak

Peneliti : Selanjutnya, apakah stres mempengaruhi hubungan dengan orang di sekitar kakak?

Partisipan 2 : Kalau menurut kakak sendiri stres itu tidak mempengaruhi hubungan kakak dengan orang di sekitar kakak karena kenapa? jika kakak ada masalah kalau stres itu kakak pendam sendiri jadi tidak melibatkan orang lain yang ada di sekitar kakak

Peneliti : Selanjutnya bagaimana pola makan tidur dan aktivitas kakak saat sedang mengalami stres kerja kalau kakak sedang mengalami stres kerja ?

Partisipan 2 : Pola makan kakak untuk jadwal makan mungkin menjadi tidak teratur karena kakak lebih fokus pada pekerjaan atau merasa tidak punya waktu untuk makan dengan baik kemudian untuk pola tidur kualitas tidur mungkin menurun sehingga tidur terasa tidak menyegarkan dan tubuh tidak mendapatkan istirahat yang cukup. kalau dari aktivitas sehari-hari, stres dapat menyebabkan kesulitan dan berkonsentrasi, dan membuat keputusan yang bisa mempengaruhi efisiensi dalam menyelesaikan tugas.

Peneliti : Selanjutnya, apakah akibat yang ditimbulkan jika kakak mengalami stres kerja?

Partisipan 2 : Akibat yang dapat ditimbulkan jika kakak mengalami stres kerja ini adalah salah satunya dapat berdampak dalam kelalaian kerja. misalnya kesalahan pemberian obat, kesalahan dosis obat dari kelalaian yang ditimbulkan itu bisa memberikan dampak yang serius terhadap pasien, sehingga akan timbul kejadian-kejadian yang tidak diinginkan

Peneliti : Bagaimana upaya kakak mengatasi stres kerja?

Partisipan 2 : Upaya kakak dalam mengatasi stres kerja adalah satu kakak mengusahakan untuk mendapatkan tidur yang cukup karena tidur yang baik sangat penting untuk pemulihan fisik dan mental kemudian mengonsumsi makanan bergizi dan menghindari makanan yang tinggi gula atau lemak yang bisa mempengaruhi energi dan mood

Peneliti : Selanjutnya, bagaimana kakak menyikapi stres kerja yang kakak alami dari dua sudut pandang yang berbeda?

Partisipan 2 : Cara kakak menyikapi stres kerja yang kakak alami dari dua sudut pandang yang berbeda, pertama dulu adalah kakak mendiskusikan perasaan dan tantangan dengan teman, keluarga, atau mentor. mendapatkan dukungan sosial dapat membantu mengurangi beban emosional kemudian kakak melakukan evaluasi secara berkala terhadap beban kerja untuk memastikan bahwa tugas yang diberikan sesuai dengan kapasitas dan kemampuan kakak

Peneliti : Pertanyaan berikutnya kegiatan apa saja yang kakak lakukan Untuk mengurangi stres tersebut ?

Partisipan 2 : Kegiatan kakak yang kakak lakukan untuk mengurangi stres yang terjadi pada kakak itu yaitu kakak meluangkan waktu untuk menjalani kegiatan favorit kakak, misalnya kakak memastikan

untuk menyisikan waktu untuk melakukan kegiatan yang memberikan kesenangan contohnya seperti jalan-jalan dan lain-lainnya

- Peneliti : Selanjutnya mengapa kakak memilih kegiatan tersebut?
- Partisipan 2 : Kakak memilih kegiatan tersebut karena menurut kakak kegiatan itu bisa mengurangi stres yang akibat dari pekerjaan kakak itu.
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana upaya kakak mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres tersebut ?
- Partisipan 2 : Upaya kakak mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres dalam kerja yaitu kakak menciptakan budaya lingkungan ditempat kerja dimana anggota tim saling membantu dan berbagi beban, dukungan tim yang solid dapat membantu mengurangi stres individu,, kemudian setelah menghadapi situasi yang menegangkan tersebut kakak meluangkan waktu untuk merenung dan mengevaluasi bagaimana kakak harus mengelola emosi kakak sendiri
- Peneliti : Lanjut pertanyaan yang terakhir menurut kakak, apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja?
- Partisipan 2 : Menurut kakak, beban kerja berhubungan dengan stres kerja karena beban kerja yang tinggi dan tidak terkelola dengan baik seringkali berhubungan langsung dengan stres kerja, beban kerja yang tinggi seringkali mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, kurangnya waktu untuk istirahat atau rekreasi, pola makan yang tidak sehat dan kurang tidur yang dapat memperburuk efek stres dan mengurangi kemampuan tubuh untuk menangani tekanan
- Peneliti : Baik kak, itu saja yang menjadi pertanyaan saya terima kasih sudah meluangkan waktunya,,,,,
- Partisipan 2 : Sama-sama dek,,,,,,

TRANSKIP WAWANCARA PARTISIPAN 3

Peneliti : Selamat siang kak Perkenalkan saya atas nama Muliadi Harefa, mahasiswa Universitas Imelda Medan jurusan S1 Keperawatan, disini saya akan melakukan penelitian tentang tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di ruang operasi, mohon izin kak untuk memperkenalkan dirinya,,,,,?

Partisipan 3 : Oh baik,,, nama saya Sri Purnama umur saya 32 tahun, lama bekerja saya disini sudah 11 tahun

Peneliti : Baik langsung saja saya mewancarai kakak pertanyaan yang pertama menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan beban kerja ?

Partisipan 3 : Beban kerja,,,,, menurut kakak beban kerja itu adalah suatu tugas-tugas yang diberikan pada tenaga kerja atau tenaga medis untuk diselesaikan pada waktu tertentu menggunakan ketrampilan dan potensi dari tenaga kerja tersebut

Peneliti : Seperti apakah beban kerja dalam ruang operasi Menurut pengalaman kakak ?

Partisipan 3 : Hmmm,,, menurut pengalaman saya beban kerja dalam ruang operasi itu ada dua macam yaitu persiapan sebelum operasi dan pemulihan pasca prosedur. persiapan sebelum operasi itu ada beberapa macam yaitu persiapan meliputi penataan alat, persiapan pasien, dan pengecekan semua peralatan. persiapan ini memerlukan perhatian detail dan waktu yang cukup, sedangkan pemulihan pasca prosedur itu adalah setelah operasi. ada tugas tambahan seperti memastikan pemulihan pasien, menangani dokumentasi, dan membersihkan serta mensterilkan ruang operasi. tugas-tugas ini menambah beban kerja secara keseluruhan

Peneliti : Pertanyaan yang ketiga apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat

Partisipan 3 : Menurut kakak jika beban kerja meningkat di ruang operasi ada berbagai konsekuensi dapat terjadi yang mempengaruhi kualitas perawatan pasien contohnya seperti peningkatan risiko kesalahan misalnya dengan meningkatnya beban kerja risiko kesalahan medis atau prosedural bisa meningkat kelelahan atau tekanan yang tinggi dapat mengurangi konsentrasi dan ketelitian yang berpotensi

mempengaruhi hasil prosedur dan yang kedua penurunan kualitas perawatan. Jika tenaga medis tertekan oleh volume tugas yang tinggi mereka mungkin tidak dapat memberikan perhatian yang sama pada setiap pasien, ini bisa mengakibatkan kualitas perawatan yang menurun itu menurut saya

Peneliti : Pertanyaan yang keempat, faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat?

Partisipan 3 : Menurut saya ada beberapa faktor yang mempengaruhi beban kerja meningkat yaitu satu kekurangan tenaga kerja, yang dimana kurangnya staff atau keterampilan yang memadai bisa mengakibatkan beban kerja lebih berat pada karyawan yang ada, dua alat dan teknologi tidak adanya alat atau teknologi yang tepat dapat memperlambat proses kerja dan menambah beban kerja yang ketiga, kesehatan fisik dan mental masalah kesehatan baik fisik maupun mental dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menangani beban kerja yang ada

Peneliti : Pertanyaan yang kelima apakah yang harus dilakukan kakak jika kelebihan beban kerja ?

Partisipan 3 : Menurut saya yang harus kami lakukan jika kelebihan beban kerja itu pertama-tama kita harus menentukan dulu prioritas atau pekerjaan yang seaneh-aneh tidak akan selesai kalau kita tidak bisa memilih mana yang penting untuk diselesaikan terlebih dahulu, kedua fokus pada profesionalitas, ketiga jangan sungkan minta bantu, keempat singkirkan pengganggu fokus kerja dan kelima bikin time plan

Peneliti : Baik pertanyaan berikutnya bagaimana cara kakak menahan diri setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang kakak dapatkan?

Partisipan 3 : Menurut saya,,, hal yang harus saya lakukan itu dengan meningkatkan keterampilan atau mengembangkan keterampilan baru yang ada dan dapat membantu mengelola tugas dengan lebih efisien dan mengurangi rasa frustrasi dan ada lagi yaitu cara pelatihan atau kursus yang dimana adanya pelatihan tambahan dapat membantu saya merasa lebih siap dan kurang tertekan dalam menghadapi beban kerja tersebut

Peneliti : Pertanyaan yang selanjutnya menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan stres kerja?

- Partisipan 3 : Menurut saya stres kerja itu adalah suatu keadaan emosional yang timbul karena adanya ketidaksesuaian antara beban kerja dengan kemampuan individu untuk mengatasi stres kerja yang dihadapinya, stres kerja dapat memiliki pengaruh positif maupun negative, stres yang bersifat positif seperti motivasi pribadi rangsangan untuk bekerja lebih keras dan meningkatnya inspirasi hidup yang lebih baik dengan cara mengubah persepsi mencapai prestasi kerja yang yang lebih baik
- Peneliti : Baik pertanyaan berikutnya faktor-faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stres kerja ?
- Partisipan 3 : Eeee,,, menurut saya faktor organisasi yang dimana tekanan untuk menghindari kekeliruan atau menyelesaikan tugas dalam kurun waktu terbatas, beban kerja berlebihan atasan yang menuntut dan tidak tegas serta rekan kerja yang tidak menyenangkan itu dek menurut saya,,,
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana perasaan kakak saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja ?
- Partisipan 3 : Eeemm,,, menurut saya perasaan tidak berharga yang dimana merasa tidak dihargai atau tidak dianggap penting di tempat kerja dan ketegangan emosional yang artinya merasa emosional yang tidak stabil atau mudah marah tanpa alasan yang jelas
- Peneliti : Selanjutnya pertanyaan kesepuluh apakah stres mempengaruhi kondisi fisik kakak?
- Partisipan 3 : Ya, sangat mempengaruhi dek , contohnya seperti gangguan tidur yang dimana stres sering menyebabkan masalah tidur seperti insomnia atau tidur yang tidak nyenyak dan juga kelelahan stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan kelelahan kronis di mana seseorang merasa lelah meskipun telah cukup istirahat
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah stres mempengaruhi hubungan orang lain disekitar kakak, dalam hal apa ?
- Partisipan 3 : Bisa mempengaruhi dek contohnya seperti kecenderungan mengalami konflik yang dimana stres ini dapat meningkatkan kemungkinan seseorang untuk terlibat dalam konflik atau argument dengan orang disekitar mereka dan bisa juga penurunan kualitas hubungan artinya ketika seseorang stres mereka mungkin kurang memiliki waktu dan energy untuk menginvestasikan hubungan secara positif

Peneliti : Pertanyaan selanjutnya bagaimana pola makan, tidur dan aktivitas saat sedang mengalami stres kerja ?

Partisipan 3 : Berubah-ubah dek, berbeda-beda contohnya kalau makan kakak itu kakak makan berlebihan atau makan banyak karena perubahan mood yang artinya beberapa orang mungkin makan berlebihan sebagai bentuk pelarian dari stres memilih makanan yang tinggi lemak dan gula kalau pula tidur juga kalau kakak lagi stres, tidurnya terlalu banyak atau terlalu lama beberapa orang mungkin mencoba untuk menarikan diri dari stres dengan tidur lebih banyak dari biasanya meskipun tidur yang berlebihan juga bisa berdampak negatif pada kesehatan dan kalau aktivitas kakak sehari-hari eeee,,, menurut kakak itu menurunnya, menurun produktivitas kakak meskipun seseorang mungkin menghabiskan banyak waktu bekerja produktivitas dan kualitas pekerjaan bisa menurun karna kelelahan mental dan emosional tersebut

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah akibat yang ditimbulkan Jika kakak mengalami stres kerja ?

Partisipan 3 : Ada beberapa akibatnya dek, contohnya akibat pada hubungan sosial yang dimana hubungan yang terganggu artinya stres dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih mudah tersinggung atau kurang sabar yang dapat mempengaruhi hubungan dengan keluarga, teman, dan rekan kerja. ada juga penurunan kualitas sosial, artinya seseorang yang mengalami stres mungkin menarik diri dari kegiatan social dan interaksi dengan orang lain yang bisa memperburuk rasa kesepian dan isolasi sekian dek,,,

Peneliti : Bagaimana upaya kakak mengatasi stres kerja?

Partisipan 3 : Hummm,,,,, upaya kakak itu mengusahakan untuk memisahkan waktu kerja dan waktu pribadi jangan membawa pekerjaan ke rumah jika memungkinkan dan memanfaatkan waktu cuti dan liburan untuk istirahat dan menyegarkan diri dari rutinitas kerja

Peneliti : Pertanyaan selanjutnya bagaimana kakak menyikapi stres kerja yang kakak alami dari dua sudut pandang yang berbeda ?

Partisipan 3 : Menurut saya itu coba diskusikan perasaan dan tantangan dengan teman dan keluarga mendapatkan dukungan sosial dapat membantu mengurangi beban emosional, jika diperlukan pertimbangkan untuk berkonsultasi dengan professional kesehatan mental untuk mendapatkan bantuan

- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah cara yang dilakukan untuk tidak tertuju pada stres yang kakak rasakan ?
- Partisipan 3 : Hmm,,,, menurut saya, buat ruang kerja yang nyaman dan terorganisasi dengan baik lingkungan yang bersih dan teratur dapat mengurangi stres yang disebabkan oleh kekacauan atau ketidaknyamanan. Pastikan untuk mengambil istirahat secara teratur dari pekerjaan untuk menyegarkan pikiran dan tubuh, istirahat sejenak dapat membantu anda kembali dengan fokus yang lebih baik dan juga tetapkan tujuan yang realistis dan dapat dicapai dalam pekerjaan dan kehidupan pribadi, menetapkan tujuan yang jelas dapat memberikan rasa pencapaian dan mengurangi stres yang disebabkan oleh ketidakpastian, rayakan pencapaian kecil dan kemajuan yang telah kita buat, mengaku keberhasilan, tidak peduli seberapa kecil dapat meningkatkan motivasi dan mengurangi perasaan stres
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya kegiatan apa saja yang kakak lakukan untuk mengurangi stres tersebut ?
- Partisipan 3 : Kegiatan yang saya lakukan itu seperti buat daftar tugas dan prioritaskan pekerjaan untuk mengelola beban kerja dengan lebih efektif membagi tugas besar menjadi bagian-bagian kecil dapat membantu mengurangi perasaan kewalahan, selama bekerja ambil istirahat singkat untuk menghindari kelelahan istirahat 5 menit setiap jam dapat membantu menyegarkan pikiran dan tubuh
- Peneliti : Selanjutnya mengapa kakak memilih kegiatan tersebut?
- Partisipan 3 : Karena kegiatan itu lebih efektif dan lebih mudah kakak rasa untuk kakak lakukan
- Peneliti : Pertanyaan yang ke Sembilan belas bagaimana upaya kakak mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres tersebut ?
- Partisipan 3 : Cara saya yaitu jika memungkinkan ambil waktu singkat untuk menjauh dari situasi yang menegangkan ini bisa berupa istirahat singkat untuk menyegarkan pikiran dan mengurangi ketegangan dan setelah menghadapi situasi yang menegangkan, luangkan waktu untuk merenung dan mengevaluasi bagaimana anda mengelola emosi, identifikasi apa yang berhasil dan apa yang bisa diperbaiki untuk kedepannya

Peneliti : Baik, pertanyaan yang terakhir menurut kakak apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja ?

Partisipan 3 : Ya ada hubungannya dek,,,,, ketika individu merasa tidak memiliki kontrol atas pekerjaan mereka atau bagaimana tugas dilakukan ini dapat meningkatkan stress, rasa kehilangan kontrol dapat membuat seseorang merasa tertekan dan tidak mampu mengatasi beban kerjanya dan juga kurangnya dukungan dari atasan atau rekan kerja dapat memperburuk stress, tanpa bantuan atau bimbingan yang cukup, individu mungkin merasa terisolasi dan kesulitan dalam mengelola beban kerja dan juga ketika tugas yang diberikan tidak sesuai dengan keterampilan atau keahlian seseorang ini dapat menambah stress, individu mungkin merasa tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik atau memiliki harapan yang dapat menyebabkan perasaan frustrasi,,,,, demikian jawaban saya

Peneliti : Baik kak, terima kasih itu saja yang menjadi pertanyaan saya

Partisipan 3 : Sama-sama

TRANSKIP WAWANCARA PARTISIPAN 4

- Peneliti : Selamat siang Kak
- Partisipan 4 : Iya,,, siang dek
- Peneliti : Perkenalkan saya atas nama muliadi harefa, mahasiswa Universitas Imelda Medan, jurusan S1 Keperawatan di sini saya akan melakukan penelitian tentang tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di ruang operasi, mohon izin kak untuk memperkenalkan dirinya,,
- Partisipan 4 : Nama saya Yunita Helena umur 34 tahun saya bekerja di ruang OK saya membuat kerja 12 tahun
- Peneliti : Baik kak, langsung saja saya mau mewawancarai kakak
- Partisipan 4 : Oke
- Peneliti : Pertanyaan yang pertama menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan beban kerja?
- Partisipan 4 : Menurut tanggapan saya beban kerja merujuk pada jumlah tugas, tanggung jawab, dan aktivitas yang harus dilakukan oleh seseorang dalam periode terpotong tertentu, ini mencakup berbagai aspek seperti jumlah tugas, jumlah proyek yang harus dikerjakan, jumlah laporan yang harus ditulis atau jumlah pertemuan yang harus dihadiri.
- Peneliti : Pertanyaan yang kedua, seperti apakah beban kerja dalam ruangan operasi menurut pengalaman kakak?
- Partisipan 4 : **Beban kerja dalam ruangan operasi dapat sangat intensif dan memerlukan manajemen yang cermat untuk memastikan kelancaran dan keselamatan prosedur berdasarkan pengalaman saya beberapa aspek yang menggambarkan beban kerja di ruang operasi yaitu satu Persiapan dan penetaan yaitu sebelum operasi dimulai tim medis harus mempersiapkan ruang operasi termasuk sterilisasi alat dan bahan menyiapkan peralatan bedah serta memastikan bahwa semua yang diperlukan tersedia dan dalam kondisi baik, proses ini memerlukan perhatian rinci dan waktu, yang kedua yaitu koordinasi tim, di ruangan operasi berbagai profesional kesehatan seperti dokter bedah asisten bedah anesthesiolog dan perawat harus bekerjasama secara harmonis koordinasi yang efektif sangat**

penting untuk keberhasilan operasi dan memerlukan komunikasi yang cepat dan jelas

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat?

Partisipan 4 : Ketika beban kerja meningkat ada beberapa atau ada berbagai dampak yang bisa terjadi yaitu satu, stres dan kelelahan yaitu meningkatkan beban kerja dapat menyebabkan stres yang signifikan dan kelelahan fisik serta mental, kelelahan ini dapat mengurangi energi dan memotivasi serta berpengaruh kesejahteraan secara keseluruhan kemudian penurunan kualitas kerja penurunan kualitas kerja ini dengan meningkatkan niat beban kerja individu mungkin tidak dapat memberikan perhatian penuh pada setiap tugas, hal ini dapat mengakibatkan penurunan kualitas kerja, kesalahan dan hasil yang kurang memuaskan

Peneliti : Selanjutnya pertanyaan keempat faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat?

Partisipan 4 : Beban kerja bisa meningkat akibat berbagai faktor yang saling berinteraksi dimana faktor utama yang dapat mempengaruhi peningkatan beban kerja yaitu satu, permintaan dan volume pekerjaan yaitu jika permintaan untuk layanan meningkat organisasi mungkin harus menyediakan layanan lebih banyak yang pada gilirannya menambah beban kerja, yang kedua dan tugas yang berlimpah ganda dapat meningkatkan beban kerja individu atau tim, kemudian kompleksitas tugas,, tugas yang kompleks itu tugas yang memerlukan keterampilan khusus kemudian masalah yang rumit atau analisis mendalam biasanya memerlukan lebih banyak waktu dan usaha yang menambah beban kerja kedua kombinasi tugas ketika beberapa kombinasi tugas yang berbeda harus diselesaikan secara bersamaan kompleksitas meningkat mempengaruhi beban kerja

Peneliti : Selanjutnya apakah yang harus dilakukan kakak jika kelebihan beban kerja ? Partisipan 4 : Langkah yang bisa diambil untuk menghadapi dan mengatasi kelebihan beban kerja yaitu satu evaluasi dan prioritas maksudnya tinjau daftar tugas dan identifikasi yang paling penting atau mendesak fokuskan energi pada tugas-tugas yang memiliki dampak terbesar atau kondisi dimana membutuhkan penanganan yang cepat dan prioritas tugas-tugas yang penting dan mendesak dari yang tidak begitu penting yang kedua itu evaluasi dan menyesuaikan beban kerja yaitu

tinjau,,, tinjau beban kerja dimana evaluasi apakah beban kerja yang ada sesuai dengan kapasitas dan kemampuan anda diskusikan dengan manajer tentang kemungkinan penyesuaian beban kerja yang kedua itu negosiasi maksudnya jika perlu negosiasikan tanggal, waktu dan distribusi untuk tugas menciptakan keseimbangan yang lebih baik

Peneliti : Baik pertanyaan berikutnya bagaimana cara kakak menahan diri setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang kakak dapatkan?

Partisipan 4 : Oke cara kakak untuk menahan diri dan mengelola frustrasi akibat beban kerja yang berat memerlukan strategi yang efektif untuk menjaga mental dan emosional cara untuk mengatasi dan mengelola akibat beban kerja yang tinggi yang pertama yaitu komunikasi masalah yaitu diskusikan dengan atasan dimana jika beban kerja anda berlebihan bicarakan dengan atasan atau manajer tentang kemungkinan penyesuaian atau dukungan tambahan komunikasi yang terbuka dapat membantu menemukan solusi yang tepat yang kedua cari hubungan ke rekan kerja berbicara dengan rekan kerja yang bisa memahami situasi juga bisa membantu mendapatkan perspektif perspektif baru dan dukungan moral langkah dua yaitu fokus pada hal yang positif satu, fokuskan perhatian pada pencapaian dan hal-hal positif yang telah anda lakukan ini dapat membantu meningkatkan motivasi dan mengurangi rasa frustrasi yang kedua yaitu lakukan aktivitas yang menyenangkan membuang waktu untuk Melakukan aktivitas yang anda nikmati dan yang membuat kita merasa bahagia.

Peneliti : Selanjutnya menurut agapan kakak apakah yang dimaksud dengan Stres kerja ?

Partisipan 4 : Stres kerja, menurut saya eeee,,, stres kerja itu merupakan suatu kondisi dimana seseorang yang mengalami gangguan psikologis maupun fisik dalam menghadapi suatu permasalahan atau pekerjaan dan perasaan-perasaan negatif yang tidak menyenangkan pada kondisi kerja karena tuntutan kerja yang berlebihan dan kurangnya waktu istirahat yang berakibat khusus pada fisik, psikis dan perilaku sehingga berdampak terhadap pekerjaan yang menimbulkan stres kerja.

Peneliti : Pertanyaan berikutnya faktor-faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stres kerja?

Partisipan 4 : Stres kerja bisa dipicu oleh berbagai faktor tergantung pada jenis pekerjaan dan lingkungan kerja contohnya seperti beban kerja berlebihan maksudnya pekerjaan yang memerlukan jam kerja panjang atau jumlah tugas yang sangat banyak dapat membuat seseorang merasa kewalahan dan kelelahan yang kedua yaitu tekanan waktu dan tenggat maksudnya harapan untuk menyelesaikan tugas dan dalam waktu singkat dan dapat meningkatkan kecemasan dan stress yang ketiga eeee,,, yaitu tanggung jawab yang berat, yaitu memikul tanggung jawab besar atau mengambil keputusan penting dapat menambah tekanan

Peneliti : Pertanyaan selanjutnya bagaimana perasaan kakak saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja ?

Partisipan 4 : Perasaan,,,,, perasaan saya ketika merasa stres atau tertekan di ruang operasi itu satu, kecemasan intens yang artinya rasa cemas yang tinggi tentang hasil operasi potensi komplikasi dan kesejahteraan pasien, yang kedua yaitu kelelahan fisik dan mental dimana merasa sangat lelah setelah jam kerja yang panjang atau setelah menangani prosedur yang kompleks dapat memerlukan konsentrasi tinggi

Peneliti : Selanjutnya pertanyaan berikutnya apakah stres mempengaruhi kondisi fisik kakak, dalam hal apa?

Partisipan 4 : Ya,,,,, stres itu dapat memiliki dampak pada kondisi fisik contohnya saja gangguan tidur stres sering menyebabkan masalah tidur seperti insomnia atau tidur yang tidak nyenyak yang kedua yaitu masalah pencernaan stres ini dapat menyebabkan atau memperburuk gangguan pencernaan seperti sakit perut, diare, sembelit atau sindrom iritasi usus besar yang ketiga yaitu sakit kepala stres juga bisa mengakibatkan sakit kepala

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah stres mempengaruhi hubungan dengan orang di sekitar kakak dalam hal apa?

Partisipan 4 : Heemm,,,,, stres dapat mempengaruhi hubungan dengan orang di sekitar kita dapat berdampak pada interaksi sosial dan hubungan kepada sesama tim kita sendiri misalnya stres dapat menyebabkan penurunan suasana hati kita yang tiba-tiba seperti kemarahan, kececeemasan atau kesedihan, yang kedua yaitu kita mengalami stres mungkin menarik diri dari interaksi sosial atau menyisolasi diri sendiri dari orang lain, yang ketiga yaitu kurang empati kita stres juga dapat membuat seseorang lebih fokus pada masalah

pribadi dan kurang sensitif terhadap perasaan atau kebutuhan orang lain.

Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana pola makan, tidur dan aktivitas kakak Saat sedang mengalami stres kerja?

Partisipan 4 : Eeeeeee,,,, ketika saya mengalami stres kerja, pola makan, tidur, dan aktivitas sehari-hari seringkali terpengaruh di mana kalau pola makan, kita kehilangan nafsu makan di mana stres dapat menyebabkan hilangnya selera makan membuat kita merasa tidak lapar atau tidak tertarik pada makanan, yang kedua yaitu pola tidur pola tidur kakak merasa insomnia dimana stres kerja sering menyebabkan kesulitan tidur seperti sulit untuk tidur atau terbangun di malam hari dan tidak bisa kembali tidur yang ketiga atau yang terakhir aktivitas sehari-hari yaitu kehilangan motivasi stres bisa menyebabkan penurunan motivasi untuk melakukan aktivitas di luar pekerjaan seperti berolahraga atau bersosialisasi

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah akibat yang ditimbulkan jika kakak mengalami stres kerja?

Partisipan 4 : Stres kerja dapat memiliki atau dapat mengakibatkan yang berpengaruh pada kesehatan fisik mental dan emosional kita yaitu akibat pada kesehatan mental misalnya kecemasan dan depresi yaitu stres kerja yang berkepanjangan dapat memicu atau memperburuk kecemasan dan depresi menyebabkan perasaan tertekan atau cemas atau tidak berdaya, yang kedua kehilangan konsentrasi kita juga kemampuan untuk fokus dan membuat keputusan bisa terganggu, mempengaruhi produktivitas dan kualitas pekerjaan, yang ketiga yaitu kelelahan mental rasa lelah yang terus menerus dan merasa tidak berdaya dalam menghadapi tuntutan kerja dapat menyebabkan kelelahan mental

Peneliti : Selanjutnya bagaimana upaya kakak mengatasi stres kerja ?

Partisipan 4 : Upaya saya mengatasi stres kerja upaya saya mengatasi stres kerja adalah ciptakan lingkungan kerja yang sehat yaitu organisasi tempat kerja yang artinya pastikan area kerja kita teratur dan bebas dari gangguan lingkungan yang bersih dan terorganisir dapat membantu mengurangi stress, yang kedua mengambil istirahat mengambil istirahat pendek secara teratur untuk meregakan tubuh dan menyegarkan pikiran ini bisa termasuk berjalan sejenak melakukan peregangan, yang kedua yaitu perawatan diri yang cukup dan berkualitas, sangat penting untuk pemulihan fisik dan

mental makan sehat konsumsi makanan yang bergizi dan hindari makanan yang tinggi gula atau lemak yang mempengaruhi energi dan mood

Peneliti : Selanjutnya bagaimana kakak menyikapi stress kerja yang kakak alami dari dua sudut pandang yang berbeda ?

Partisipan 4 : Cara saya untuk menyikapi stress kerja dapat dilakukan dari berbagai sudut pandang dan pendekatan yang digunakan bisa sangat berbeda tergantung pada konteksnya yaitu satu identifikasi sumber stres dimana yaitu identifikasi faktor-faktor spesifik yang menyebabkan stres seperti beban kerja yang berat, konflik interpersonal atau tuntutan pekerjaan yang tidak realistis yang kedua manajemen waktu kita buat jadwal kerja yang realistis dan prioritaskan tugas, yang ketiga yaitu teknik relaksasi dimana kita terapkan teknik relaksasi ini seperti pernafasan dalam, meditasi atau yoga untuk menenangkan pikiran dan tubuh

Peneliti : Selanjutnya apakah cara yang dilakukan untuk tidak tertuju pada stres yang kakak rasakan ?

Partisipan 4 : Huumm,,, untuk menghindari untuk tidak tertuju pada stres yang saya alami beberapa cara yang dapat diterapkan yaitu bangun dukungan sosial dimana berbicara dengan orang yang terpercaya perasaan dan tantangan kita dengan teman, keluarga atau rekan kerja berbicara tentang stres dapat membantu saya mendapatkan perspektif baru dan dukungan emosional jika stres terasa berlebihan pertimbangkan untuk mencari dukungan emosional jika stres terasa berlebihan pertimbangkan untuk mencari dukungan dari seseorang profesional kesehatan mental atau konselor untuk membantu mengatasi masalah secara berlebihan dan lebih mendalam

Peneliti : Pertanyaan berikutnya kegiatan apa saja yang kakak lakukan untuk mengurangi stres tersebut ?

Partisipan 4 : Untuk mengurangi stres terdapat berbagai kegiatan yang saya dapat lakukan yang dapat membantu baik secara fisik maupun mental yaitu olahraga dan aktivitas fisik misalnya perjalanan kaki atau berlari aktivitas ini membantu melepaskan endorfin hormon yang dapat meningkatkan suasana hati dan mengurangi kecemasan, yang kedua yaitu hobi dan aktivitas kreatif yang artinya kita terlibat dalam kegiatan kita nikmati seperti melukis, bergabung dan membaca juga dapat memberikan waktu istirahat mental dan membantu mengalihkan perhatian dari stres

- Peneliti : Mengapa kakak memilih kegiatan tersebut?
- Partisipan 4 : Karena dengan kegiatan itu saya bisa menghilangkan atau dapat mengurangi stres saya
- Peneliti : Selanjutnya bagaimana upaya kakak mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres tersebut?
- Partisipan 4 : Upaya saya untuk mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stress khususnya di lingkungan kerja seperti ruang operasi memerlukan pendekatan yang sistematis yang berfokus pada keterampilan emosional yaitu eeee,, saya mengubah pola pikir negatif menjadi lebih positif, identifikasi pikiran negatif dan ganti dengan pemikiran yang lebih realistis dan konstruktif misalnya alih alihkan pikiran saya tidak bisa menangani ini ubah menjadi saya akan melakukannya yang terbaik dan mencari dukungan jika diperlukan
- Peneliti : Baik pertanyaan yang terakhir menurut kakak apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja?
- Partisipan 4 : Ya sangat berhubungan dan sangat jelas beban kerja seringkali berhubungan erat dengan stres kerja hubungan antara kedua ini dapat dipahami melalui eeee,, **ketika jumlah tugas atau tanggung jawab yang harus diselesaikan melebihi kapasitas seseorang ini dapat menyebabkan perasaan kewalahan, kelebihan beban kerja seringkali mengarahkan pada stres karena individu merasa tertekan untuk menyelesaikan semua tugas dalam waktu yang terbatas**
- Peneliti : Baik kak, itu saja yang menjadi pertanyaan saya terimakasih sudah meluangkan waktunya
- Partisipan 4 : Sama – sama.

TRANSKIP WAWANCARA PARTISIPAN 5

- Peneliti : Selamat sore, Bang
- Partisipan 5 : Sore,,,,,
- Peneliti : Perkenalkan, saya atas nama Muliadi harefa, mahasiswa Universitas Imelda Medan, jurusan S1 Keperawatan, disini saya akan melakukan penelitian tentang tingkat beban kerja dan stres kerja perawat di Ruang Operasi, mohon izin bang, untuk memperkenalkan dirinya
- Partisipan 5 : Iya,,, nama saya Nelson Saragih, saya dari ruangan kamar bedah,,,,
- Peneliti : Langsung saja bang, saya mewawancarai abang, menurut tanggapan abang, apakah yang dimaksud dengan beban kerja ?
- Partisipan 5 : Beban kerja adalah sebuah keadaan ketika karyawan dibebankan tugas yang wajib diselesaikan dalam jangka waktu tertentu, hal tersebut didefinisikan sebagai kombinasi ketersediaan sumber daya dalam proses tuntutan pekerjaan dan kemampuan bekerja
- Peneliti : Baik lanjut pertanyaan kedua seperti apakah beban kerja dalam ruangan operasi menurut pengalaman,,,, pengalaman abang ?
- Partisipan 5 : Yaa,,,, seperti kinerja seorang perawat dapat dilihat dari mutu asuhan keperawatan yang diberikan kepada pasien untuk meningkatkan mutu pelayanan, kesehatan beban kerja merupakan faktor yang harus diperhatikan untuk mendapatkan produktivitas kinerja yang tinggi
- Peneliti : Lanjut pertanyaan yang ketiga apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat?
- Partisipan 5 : Yang terjadi jika beban kerja merupakan sesuatu yang muncul dari interaksi antara tuntutan tugas-tugas lingkungan kerja, di mana digunakan sebagai tempat kerja keterampilan berlaku dan persepsi dari pekerja
- Peneliti : Pertanyaan keempat faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat?
- Partisipan 5 : Faktor tugas-tugas yang bersifat fisik seperti sarana kerja, kondisi kerja, tata ruang, tempat kerja, sikap kerja sedangkan tugas-tugas

yang bersikap mental seperti kompleksitas pekerjaan, tingkat kesulitan pekerjaan, dan tanggung jawab pekerjaan

Peneliti : Pertanyaan kelima, apakah yang harus dilakukan jika kelebihan beban kerja?

Partisipan 5 : Kelebihan beban kerja, merebaknya konflik dalam lingkungan kerja bisa menjadi tanda bahwa terdapat kelebihan beban kerja pada pegawai, beban kerja berlebih membuat energi seseorang terkuras, kesehatan berkurang, kelelahan bahkan berkurangnya kualitas hubungan antara pegawai

Peneliti : Pertanyaan keenam bagaimana cara abang menahan diri setelah frustrasi akibat beban kerja yang abang dapatkan ?

Partisipan 5 : Caranya adalah pertama sharing dengan rekan kerja, lupakan pekerjaan sejenak jaga pola hidup

Peneliti : Pertanyaan ketujuh menurut tanggapan abang apakah yang dimaksud dengan stres kerja?

Partisipan 5 : Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang karyawan

Peneliti : Pertanyaan berikutnya, faktor-faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stress kerja?

Partisipan 5 : Faktor yang menimbulkan stress di pekerjaan antara lain faktor intrinsik dalam pekerjaan, peran individu dalam organisasi, pengembangan karir, hubungan dalam pekerjaan, struktur dan iklim organisasi

Peneliti : Lanjut pertanyaan kesembilan bagaimana perasaan abang saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja?

Partisipan 5 : Perasaanku,,, bicarakan keluhan dengan seseorang yang dapat dipercaya melakukan kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuan kembangkan hobi yang bermanfaat, meningkatkan ibadah dan mendekatkan diri pada Tuhan, yang kelima, berpikir positif.

Peneliti : Lanjut pertanyaan berikutnya, apakah stres mempengaruhi kondisi fisik abang, dalam hal apa?

- Partisipan 5 : Dalam hal rasa tertekan dan stres bisa menyebabkan seseorang mengalami perubahan perilaku, kondisi ini menyebabkan penurunan nafsu makan, sering gugup, mudah marah hingga mencari pelampiasan misalnya dengan mengonsumsi minuman beralkohol dan merokok
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana pola makan, tidur, dan aktivitas abang saat sedang mengalami stres kerja?
- Partisipan 5 : Rasa stres, pola tidur, dan pola makan tidak teratur malas untuk melakukan banyak hal dan cemas,,,
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah akibat yang ditimbulkan jika abang mengalami stres kerja?
- Partisipan 5 : Dampak stres di tempat kerja Insomnia, sakit kepala, gangguan kepribadian, gangguan kecemasan dan depresi,,
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya, bagaimana upaya abang mengatasi stres kerja?
- Partisipan 5 : Upayanya yang pertama, satu bicarakan keluhan dengan seseorang yang dapat dipercaya, yang kedua melakukan kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuan, tiga kembangkan hobi yang menempah, empat berpikir positif
- Peneliti : Lanjut pertanyaan berikutnya bagaimana upaya abang mengatasi stres kerja ? Partisipan 5 : Cara mengatasi stres kerja ialah yang yang pertama, jaga kesehatan dengan cara olahraga, aktifitas fisik teratur, duduk cukup, makan bergizi, terapkan perilaku hidup bersih dan sehat
- Peneliti : Lanjut pertanyaan berikutnya, apakah cara yang dilakukan tidak tertuju pada stres yang abang rasakan?
- Partisipan 5 : Caranya adalah tetap terapkan perilaku hidup sehat dan bersegera dalam melakukan pemeriksaan ke fasilitas kesehatan terdekat apabila mengalami gangguan stres yang tidak kunjung membaik, agar bisa segera mendapatkan penanganan secara cepat dan tepat dari petugas kesehatan
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya, kegiatan apa saja yang abang lakukan untuk mengurangi stres tersebut?
- Partisipan 5 : Satu cara menghilangkan stres yang cukup efektif adalah misalnya menulis, memancing, membaca buku, dan menonton film

- Peneliti : Mengapa abang memilih kegiatan tersebut?
- Partisipan 5 : Karena kegiatan tersebut bisa menurangi stres yang saya alami
- Peneliti : Baik pertanyaan selanjutnya bagaimana upaya abang mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres tersebut ?
- Partisipan 5 : Yang pertama menahan amarah serta mengendalikan diri, yang kedua, mengontrol tingkat kesadaran diri, yang ketiga melakukan aktivitas yang disukai, guna mengalihkan pikiran, yang keempat mengubah sudut pandang, yang kelima mampu saling memaafkan
- Peneliti : Baik pertanyaan yang terakhir, menurut abang apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja?
- Partisipan 5 : Stres kerja dapat menjadi risiko bagi kesehatan dan keselamatan kerja ketika pekerjaan yang dilakukan melebihi kapasitas, sumber daya dan kemampuan pekerja, salah satu faktor yang dapat menimbulkan stress kerja yaitu beban kerja berlebih, tanda-tanda beban berlebih yaitu mudah tersinggung, kelelahan fisik dan mental, ketidak tegasan hilangnya objektivitas, kecenderungan berbuat salah kesilafan dalam hubungan interpersonal
- Peneliti : Baik bang, terima kasih,,,ya bang
- Partisipan 5 : Oke,,,,,

TRANSKIP WAWANCARA PARTISIPAN 6

- Peneliti : Selamat siang Kak
- Partisipan 6 : Selamat siang dek
- Peneliti : Perkenalkan saya atas nama Muliadi harefa Mahasiswa Universitas Imelda Medan. Di sini saya akan melakukan penelitian tentang tingkat beban kerja dan stres kerja perawat diruangan Operasi. Izin Kak, untuk memperkenalkan dirinya ?
- Partisipan 6 : Perkenalkan, nama saya Nartyani Gultom lama bekerja Udah 11 tahun umur 34 tahun bekerja di ruang kamar bedah
- Peneliti : Baik kak, langsung saja kita mulai wawancaranya kak
- Partisipan 6 : Oke dek
- Peneliti : Pertanyaan yang pertama menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan beban kerja?
- Partisipan 6 : Menurut saya itu beban kerja adalah pekerjaan yang harus diselesaikan oleh seorang pekerja dalam jangka waktu yang dekat juga bisa, dalam jangka waktu yang dikit juga bisa, nah jika pekerjaan itu dapat diselesaikan maka hal tersebut bukan merupakan beban kerja dan eeeee,, jika pekerjaan itu tidak dapat diselesaikan dengan baik, maka pekerjaan tersebut merupakan suatu beban kerja gitu dek.
- Peneliti : Selanjutnya, seperti apakah beban kerja dalam ruangan operasi menurut pengalaman kakak?
- Partisipan 6 : Eeeee,,, sesuai dengan pengalaman kakak yang kakak alami sampai sekarang itu, contohnya mempersiapkan pasien untuk prosedur, yang kedua membantu dokter bedah dengan instrumen dan alat selama prosedur pembedahan dan mengelola penghilang rasa sakit pasien atau memantau respon pasien gitu ajah dek.
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah yang terjadi jika beban kerja meningkat?

- Partisipan 6 : Eeeee,,, gimana ya dek ya eeee,, contohnya beban kerja yang terlalu berlebihan akan mengakibatkan dampak yang tidak baik yaitu contohnya akan menimbulkan kelelahan baik secara fisik maupun mental dan reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala, stres dan mudah marah gitu aja lho dek.
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya faktor apa saja yang mempengaruhi beban kerja meningkat?
- Partisipan 6 : Faktor yang dapat mempengaruhi beban kerja meningkat itu yang pertama, kurangnya keterampilan atau pengalaman seorang perawat yang kurang berpengalaman atau tidak memiliki keterampilan khusus untuk prosedur tertentu, mungkin menghadapi tantangan tambahan yang meningkatkan beban kerja, nah yang kedua itu tekanan waktu,,, nah jika prosedur harus diselesaikan dalam waktu yang sangat terbatas atau ada banyak prosedur yang dijadwalkan dalam waktu singkat tekanan waktu dapat meningkat, eeee,,, yang terakhir dek kekurangan atau kerusakan peralatan dapat menambah beban kerja karena seorang perawat mungkin harus menangani masalah teknis atau mencari alternatif.
- Peneliti : Selanjutnya, apakah yang harus dilakukan kakak jika kelebihan kerja ?
- Partisipan 6 : Eeee,,, yang harus dilakukan yang pertama dek kolaborasi dengan rekan kerja yang artinya pastikan adanya koordinasi yang baik dan kolaborasi diantara anggota tim untuk membagi beban kerja secara lebih merata, yang kedua mengevaluasi apakah beban kerja yang ada sesuai dengan kemampuan kita, itu aja dek.
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya, bagaimana cara kakak menahan diri setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang kakak dapatkan ?
- Partisipan 6 : Cara saya menahan diri setelah merasa frustrasi akibat beban kerja yang saya dapatkan yang pertama dek memahami dan menerima kondisi yang telah terjadi, yang kedua mencoba melihat sisi positif dari masalah yang saya hadapi.

- Peneliti : Selanjutnya menurut tanggapan kakak apakah yang dimaksud dengan stres kerja?
- Partisipan 6 : Eeee,,, menurut saya, stres itu adalah perasaan yang dapat kita rasakan saat berada di bawah tekanan, merasa kewalahan atau kesulitan menghadapi suatu keadaan.
- Peneliti : Selanjutnya faktor-faktor apa saja yang bisa memicu munculnya stres kerja ?
- Partisipan 6 : Faktor yang bisa memicu munculnya stres kerja itu menurut saya besarnya beban kerja yang kita dapatkan, yang kedua tekanan waktu yang harus kita selesaikan dalam waktu tertentu, yang ketiga pasien yang kondisi sakit yang sulit,, itu aja dek.
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana perasaan kakak saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja ?
- Partisipan 6 : Perasaan saya saat merasa stres atau tertekan di tempat kerja yaitu yang pertama saya merasa cemas, mudah tersinggung atau depresi. Yang kedua kehilangan dan kelelahan minat dalam pekerjaan, yang ketiga kesulitan berkonsentrasi dalam bekerja.
- Peneliti : Selanjutnya apakah stres mempengaruhi kondisi fisik kakak dalam hal apa?
- Partisipan 6 : Ya,,,,, bagi saya itu berpengaruh contohnya seperti saya merasa lemas pusing serta jantung saya berdebar cepat gitu dek.
- Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah stres mempengaruhi hubungan dengan orang di sekitar kakak dalam hal apa?
- Partisipan 6 : Ya,,,,, stres dapat mempengaruhi hubungan saya dengan orang lain sekitar saya yang dapat berdampak menjadi menjadi lebih mudah tersinggung terus membuat saya cepat emosi dan cenderung menghindari komunikasi dengan orang lain
- Peneliti : Selanjutnya bagaimana pula makan, tidur, dan aktivitas kakak saat sedang mengalami stres kerja?
- Partisipan 6 : Eeee,,,,, kalau pola makan saya kan dek kalau lagi stres itu kan di diri saya dek ya eeee,, saya kurang nafsu makan jadi

gara-gara stres itu membuat saya kekurangan nafsu makan gitu, kalau tidur juga dek ketika saya stres juga saya pulas tidur, nanti ketika saya bangun juga membuat saya bersemangat lagi karena pada saat tidur itu saya sudah menghilangkan stres salah satunya itu, kalau aktivitas saya Pada saat stres itu yaa,,, seperti adek dulu lah ya pasti kurang bersemangat kan gitu dek.

Peneliti : Pertanyaan berikutnya apakah akibat yang ditimbulkan jika kakak mengalami stres kerja?

Partisipan 6 : Kalau saya dek, akibat yang ditimbulkan jika saya sedang mengalami stres, yang pertama itu saya sulit menenangkan pikiran, yang kedua itu saya merasa rendah diri, yang ketiga saya merasa kesepian, yang keempat itu saya sering bingung, yang kelima itu kadang saya menghindari orang lain, yang terakhir itu kadang saya sulit mengendalikan diri sehingga saya menjadi depresi stress gitu dek.

Peneliti : Lanjut bagaimana upaya kakak mengatasi stres kerja ?

Partisipan 6 : Upaya saya yang sering saya lakukan untuk mengatasi stres kerja yang pertama itu saya sering melakukan kegiatan atau hobi yang saya minati, yang kedua itu eee,,, saya sering berpikir positif, yang ketiga itu menenangkan pikiran dan mengembangkan hobi yang keempat saya membicarakan keluhan dengan seseorang yang dapat saya percaya atau bercerita dengan orang lain

Peneliti : Pertanyaan berikutnya bagaimana kakak menyikapi stres kerja yang kakak alami dari dua sudut pandang ?

Partisipan 6 : Eeee,,, cara saya menyikapi dalam stres kerja yang saya alami dari dua sudut pandang yang berbeda yaitu yang pertama berbicara dengan orang terpercaya yang artinya curhat perasaan dan tantangan dengan rekan kerja seperti teman, keluarga dan orang terdekat kita dan yang kedua itu kita meningkatkan keterampilan yang relevan untuk pekerjaan saya melalui pelatihan di bidang yang saya minati.

Peneliti : Pertanyaan berikutnya, apakah cara yang dilakukan untuk tidak tertuju pada stres yang kakak rasakan ?

- Partisipan 6 : Cara yang saya lakukan itu untuk tidak tertuju pada stress yang saya rasakan yang pertama mengalihkan perhatian seperti membaca buku, mendengarkan musik karena dengan cara ini saya bisa menjadi seperti mengubah suasana hati saya menjadi tenang dan mengalihkan perhatian dari stress, yang kedua itu mengobrol dengan teman karena dengan cara ini saya dapat merasa mendapat dukungan dari orang lain atau dengan teman dan bisa menghadapi stres dengan lebih tenang.
- Peneliti : Baik selanjutnya, kegiatan apa saja yang kakak lakukan untuk mengurangi stres tersebut?
- Partisipan 6 : Eeeee,,, kegiatan yang saya lakukan untuk mengurangi stres tersebut yaitu meluangkan waktu untuk menjalani kegiatan favorit saya misalnya pergi ke konser bermain game, menonton film membaca novel favorit jalan-jalan dan lainnya,,, karena meluangkan waktu untuk menjalani kegiatan favorit itu dapat memberi saya kesenangan, Itu saja.
- Peneliti : Baik, lanjut mengapa kakak memilih kegiatan tersebut?
- Partisipan 6 : Eee,, karena kegiatan tersebut dapat mengurangi stres yang sedang saya alami dek.
- Peneliti : Baik pertanyaan berikutnya bagaimana upaya kakak mengendalikan emosi atau mengatur perasaan ketika menghadapi masalah yang memicu stres tersebut ?
- Partisipan 6 : Cara saya untuk mengendalikan emosi yaitu terutama dulu saya sering menahan sabar saya untuk tidak secara langsung saya luapkan emosi saya dengan seseorang dan kedua itu saya memendam,,,,, saya memendam masalah saya sehingga saya tidak menimbulkan suatu emosi juga dek, gitu ajah.
- Peneliti : Baik pertanyaan yang terakhir menurut kakak apakah beban kerja berhubungan dengan stres kerja ?
- Partisipan 6 : Ya menurut saya itu beban kerja dengan stres kerja itu yang sangat berhubungan karena eeee,,, beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan stres karena kewajiban tugas perawat yang besar seperti tugas di saat jadwal yang padat, tanggung jawab besar, dan ketika situasi darurat yang

sering terjadi dapat meningkatkan kecemasan dan tekanan pada seorang perawat juga dek.

Peneliti : Baik kak, itu saja yang menjadi pertanyaan saya, terima kasih sudah meluangkan waktunya.

Partisipan 6 : Sama – sama dek

Lampiran 11

MASTER DATA

DATA TABLE HASIL WAWANCARA

No	OBJEKTIF	SUB TEMA	JAWABAN					
			P1	P2	P3	P4	P5	P6
1	Jenis beban kerja	Persiapan pre operasi			persiapan sebelum operasi itu ada beberapa macam yaitu persiapan meliputi penataan alat, persiapan pasien, dan pengecekan semua peralatan. persiapan ini memerlukan perhatian detail dan waktu yang cukup	persiapan dan penetaan yaitu sebelum operasi dimulai tim medis harus mempersiapkan ruang operasi termasuk sterilisasi alat dan bahan menyiapkan peralatan bedah serta memastikan bahwa semua yang diperlukan tersedia dan dalam kondisi baik		eeeeee,,, sesuai dengan pengalaman kakak yang kakak alami sampai sekarang itu, contohnya mempersiapkan pasien untuk prosedur
		Manajemen pasien post operasi		manajemen pasien setelah operasi ada proses pemantauan pasien yang membutuhkan perhatian ini termasuk memantau kondisi pasien di ruang pemulihan memastikan manajemen nyeri yang tepat dan memberikan perawatan lanjutan yang diperlukan	ada tugas tambahan seperti memastikan pemulihan pasien, menangani dokumentasi, dan membersihkan serta mensterilkan ruang operasi. tugas-tugas ini menambah beban kerja secara keseluruhan			

		Manajemen waktu	menurut pengalaman ibu beban kerja di OK Ibaratnya ini banyaknya jadwal operasi itu kan jadi beban juga sama kita	beban kerja yang ada dalam ruangan operasi satu dulu adalah waktu operasi dimana durasi operasi bisa bervariasi dari beberapa menit hingga beberapa jam				
2	Akibat beban kerja	kelelahan		menurut kakak yang terjadi jika beban kerja itu meningkat adalah akan menimbulkan kelelahan baik secara fisik maupun mental	kelelahan atau tekanan yang tinggi dapat menurunkan konsentrasi dan ketelitian yang berpotensi mempengaruhi hasil prosedur dan yang kedua penurunan kualitas perawatan	ketika beban kerja meningkat ada beberapa atau ada berbagai dampak yang bisa terjadi yaitu satu, stres dan kelelahan		Eeeee,,, gimana ya dek ya eeee,, contohnya beban kerja yang terlalu berlebihan akan mengakibatkan dampak yang tidak baik yaitu contohnya akan menimbulkan kelelahan baik secara fisik maupun mental
		Stress	terjadi stres dan tidak fokus bekerja			ketika beban kerja meningkat ada beberapa atau ada berbagai dampak yang bisa terjadi yaitu satu, stres dan kelelahan		dan reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala, stres dan mudah marah gitu aja lho dek
		Penurunan kualitas kerja			menurut kakak jika beban kerja meningkat di ruang operasi ada berbagai konsekuensi dapat terjadi yang mempengaruhi kualitas perawatan pasien			hal ini dapat mengakibatkan penurunan kualitas kerja, kesalahan dan hasil yang kurang memuaskan
3	Factor yang mempengaruhi beban kerja	Kompleksitas tugas	faktor,,, permintaan dan lamanya bekerja permintaan dan lamanya bekerja			kemudian kompleksitas tugas,, tugas yang kompleks itu tugas	tugas-tugas yang bersikap mental seperti kompleksitas	

			kompleksitas tugas dan tekanan waktu dan kurangnya personil di kamar bedah itulah			yang memerlukan keterampilan khusus kemudian masalah yang rumit atau analisis mendalam biasanya memerlukan lebih banyak waktu dan usaha yang menambah beban kerja	pekerjaan, tingkat kesulitan pekerjaan, dan tanggung jawab pekerjaan	
		jumlah tugas	faktor permintaan dan lamanya bekerja			beban kerja bisa meningkat akibat berbagai faktor yang saling berinteraksi dimana faktor utama yang dapat mempengaruhi peningkatan beban kerja yaitu satu, permintaan dan volume pekerjaan yaitu jika permintaan untuk layanan meningkat organisasi mungkin harus menyediakan layanan lebih banyak pada gilirannya menambah beban kerja		
		Sarana dan prasarana			alat dan teknologi tidak adanya alat atau teknologi yang tepat dapat memperlambat proses kerja dan menambah beban		faktor tugas- tugas yang bersifat fisik seperti sarana kerja	yang terakhir dek kekurangan atau kerusakan peralatan dapat menambah beban kerja karna seorang perawat mungkin harus

					kerja			menangani masalah teknis atau mencari alternative
		Waktu pelaksanaan tugas	faktor permintaan dan lamanya bekerja, kompleksitas tugas dan tekanan waktu					nah yang kedua itu tekanan waktu, nah jika prosedur harus diselesaikan dalam waktu yang sangat terbatas atau ada banyak prosedur yang dijadwalkan dalam waktu singkat tekanan waktu dapat meningkat
		Jumlah pekerja	kurangnya personil di kamar bedah itulah		menurut saya ada beberapa faktor yang mempengaruhi beban kerja meningkat yaitu satu kekurangan tenaga kerja, yang dimana kurangnya staff atau keterampilan yang memadai bisa mengakibatkan beban kerja lebih berat pada karyawan yang ada			
		komunikasi		faktor yang mempengaruhi beban kerja meningkat pertama adalah masalah komunikasi dimana kurangnya komunikasi yang efektif atau miskomunikasi yang dapat menyebabkan kebingungan,				

				duplikasi pekerjaan, atau kesalahan, dan itu bisa menambah beban kerja				
		Koordinasi tim		kemudian koordinasi tim, kinerja tim yang tidak harmonis atau kurangnya kolaborasi yang dapat menghambat alur kerja dan meningkatkan beban kerja				
		Kondisi kesehatan			yang ketiga, kesehatan fisik dan mental masalah kesehatan baik fisik maupun mental dapat mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menanggapi beban kerja yang ada			
4	Factor stress kerja	Beban kerja	banyaknya jadwal operasi kurangnya personil dah cukup itu	menurut kakak faktor-faktor yang bisa memicu munculnya stres kerja di ruangan operasi pertama adlah beban kerja yang berlebihan dimana pekerjaan yang memerlukan jam kerja panjang atau jumlah tugas yang sangat banyak yang dapat membuat seseorang merasa kewalahan dan kelelahan	menurut saya, beban kerja berlebihan itu dek menurut saya			faktor yang bisa memicu munculnya stres kerja itu menurut saya besarnya beban kerja yang kita dapatkan

		Lingkungan kerja		kemudian lingkungan kerja yang tidak nyaman seperti suhu ekstrim, kebisingan, atau pencahayaan buruk yang dapat mempengaruhi kesejahteraan perawat	atasan yang menuntut dan tidak tegas serta rekan kerja yang tidak menyenangkan itu dek menurut saya		faktor yang menimbulkan stress di pekerjaan antara lain hubungan dalam pekerjaan	
		Tuntutan tugas				yang ketiga eeee., yaitu tuntutan tugas, yaitu memikul tanggung jawab besar atau mengambil keputusan penting dapat menambah tekanan		
5	Dampak stress kerja	Kesehatan fisik dan mental	stres bisa mengakibatkan sakit mengalami mempengaruhi kesehatan fisik dan mental emosional seseorang bisa sakit jantung, gangguan pencernaan kesehatan imun dan masalah hidup			stres kerja dapat memiliki atau dapat mengakibatkan yang berpengaruh pada kesehatan fisik mental dan emosional kita yaitu akibat pada kesehatan mental misalnya kecemasan dan depresi yaitu stres kerja yang berkepanjangan dapat memicu atau memperburuk kecemasan dan depresi menyebabkan perasaan tertekan atau cemas atau tidak berdaya	dampak stres di tempat kerja Insomnia, sakit kepala, gangguan kepribadian, gangguan kecemasan dan depresi	kalau saya dek, akibat yang ditimbulkan jika saya sedang mengalami stres, yang pertama itu saya sulit menenangkan pikiran, yang kedua itu saya merasa rendah diri, yang ketiga saya merasa kesepian, yang keempat itu saya sering bingung, yang kelima itu kadang saya menghindari orang lain, yang terakhir itu kadang saya sulit mengendalikan diri sehingga saya menjadi depresi

		Hubungan sosial			ada beberapa akibatnya dek, contohnya akibat pada hubungan sosial yang dimana hubungan yang terganggu artinya stres dapat menyebabkan seseorang menjadi lebih mudah tersinggung atau kurang sabar yang dapat mempengaruhi hubungan dengan keluarga, teman, dan rekan kerja			stress gitu dek yang kelima itu kadang saya menghindari orang lain
		Kualitas kerja		akibat yang dapat ditimbulkan jika kakak mengalami stres kerja ini adalah salah satunya dapat berdampak dalam kelalaian kerja. misalnya kesalahan pemberian obat, kesalahan dosis obat dari kelalaian yang ditimbulkan itu bisa memberikan dampak yang serius terhadap pasien, sehingga akan timbul kejadian-kejadian yang tidak diinginkan		yang kedua kehilangan konsentrasi kita juga kemampuan untuk fokus dan membuat keputusan bisa terganggu, mempengaruhi produktivitas dan kualitas pekerjaan		
6	Upaya mengatasi stress kerja	relaksasi	relaksasi olahraga	lah	memanfaatkan waktu cuti dan liburan untuk istirahat dan			

					menyegarkan diri dari rutinitas kerja			
		komunikasi	komunikasi dengan teman berdiskusi				upaya yang pertama, satu bicarakan keluhan dengan seseorang yang dapat dipercaya	yang keempat saya membicarakan keluhan dengan seseorang yang dapat percaya atau bercerita dengan orang lain
		Istirahat tidur		upaya kakak dalam mengatasi stres kerja adalah satu kakak mengusahakan untuk mendapatkan tidur yang cukup karena tidur yang baik sangat penting untuk pemulihan fisik dan mental		yang kedua mengambil istirahat mengambil istirahat pendek secara teratur untuk meregakan tubuh dan menyegarkan pikiran		
		Mengonsumsi makanan bergizi		kemudian mengonsumsi makanan bergizi dan menghindari makanan yang tinggi gula atau lemak yang bisa mempengaruhi energi dan mood		konsumsi makanan yang bergizi dan hindari makanan yang tinggi gula atau lemak yang mempengaruhi energi dan mood		
		Berfikir positif					yang keempat berpikir positif	yang kedua itu eee,, saya sering berpikir positif
7	Hubungan beban kerja dengan stress kerja	Ada hubungan		menurut kakak, beban kerja berhubungan dengan stres kerja karena beban kerja yang tinggi dan tidak terkelola dengan baik seringkali berhubungan langsung dengan stres kerja, beban kerja yang tinggi	ketika tugas yang diberikan tidak sesuai dengan keterampilan atau keahlian seseorang ini dapat menambah stress, individu mungkin merasa tidak mampu menyelesaikan tugas dengan baik	ketika jumlah tugas atau tanggung jawab harus diselesaikan melebihi kapasitas seseorang ini dapat menyebabkan perasaan kewalahan, kelebihan beban		beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan stres karena kewajiban tugas perawat yang besar seperti tugas di saat jadwal yang padat, tanggung jawab besar, dan ketika situasi darurat yang sering terjadi dapat meningkatkan

				seringkali mempengaruhi kesehatan fisik dan mental	atau memiliki harapan yang dapat menyebabkan perasaan frustrasi	kerja seringkali mengarahkan pada stres karena individu merasa tertekan untuk menyelesaikan semua tugas dalam waktu yang terbatas		kecemasan dan tekanan pada seorang perawat juga dek
--	--	--	--	--	---	---	--	---

Lampiran 12 : Lembar Konsultasi



LEMBAR KONSULTASI SKRIPSI MAHASISWA

NAMA : MULIADI HAREFA

NIM : 2014201080

JUDUL : **TINGKAT BEBAN KERJA DAN STRES KERJA PERAWAT DI RUANGAN OPERASI RUMAH SAKIT UMUM IMELDA PEKERJA INDONESIA MEDAN**

Dosen Pembimbing : **HAMONANGAN DAMANIK, S.Kep.,Ns.,M.Kep**

No.	Hari/Tanggal	Materi Bimbingan	Tindak Lanjut	Keterangan
1.	Selasa, 26/03/24	Penentuan judul skripsi	- Dosen pembimbing mengarahkan mencari 10 jurnal internasional	Terlaksana
2.	Senin, 01/04/24	Review jurnal	- Dosen pembimbing mengarahkan tentang cara pengerjaan skripsi untuk membuat BAB I	Terlaksana
3.	Jumat, 05/04/24	Pengerjaan BAB I	- Dosen pembimbing mengarahkan ada beberapa yang perlu diperbaiki	Terlaksana
4.	Senin, 08/04/24	Perbaikan BAB I	- Dosen pembimbing mengarahkan untuk melanjutkan BAB II-BAB III	Terlaksana
5.	Selasa, 30/04/24	Pengerjaan BAB II	- Dosen pembimbing mengarahkan untuk penambahan teori dalam BAB II	Terlaksana
6.	Sabtu, 18/05/24	Perbaikan BAB II	- BAB II telah disetujui - Dosen pembimbing mengarahkan untuk melanjutkan BAB III	Terlaksana
7.	Senin,	Pengerjaan BAB III	- Dosen pembimbing memberikan penjelasan pada	Terlaksana

	27/05/24		instrumen penelitian dan prosedur pengumpulan data penelitian	
8.	Rabu, 19/06/24	Perbaiki BAB III	<ul style="list-style-type: none"> - BAB 3 disetujui dan ada beberapa yang perlu diperbaiki - Dosen pembimbing mengarahkan untuk melakukan survey awal 	Terlaksana
9.	Senin, 24/06/24	Melakukan survey awal	<ul style="list-style-type: none"> - Kontrak waktu dengan partisipan telah dilakukan - Dosen pembimbing memberikan penjelasan tentang panduan wawancara 	Terlaksana
10	Jumat, 28/06/24	Pengumpulan data penelitian	<ul style="list-style-type: none"> - wawancara telah dilakukan kepada 6 orang partisipan - Dosen pembimbing mengarahkan untuk melanjutkan BAB IV 	Terlaksana
11.	Selasa, 23/07/24	Pengerjaan BAB IV	<ul style="list-style-type: none"> - Dosen pembimbing mengarahkan cara membuat sub tema 	Terlaksana
12.	Jumat, 27/07/24	Perbaiki BAB IV	<ul style="list-style-type: none"> - BAB IV telah disetujui dan ada beberapa yang perlu diperbaiki 	Terlaksana
13.	Selasa, 06/08/24	Pengerjaan BAB V	<ul style="list-style-type: none"> - Dosen pembimbing memberikan penjelasan terkait BAB IV – BAB V yang perlu ditambahkan 	Terlaksana
14.	Senin, 12/08/24	Perbaiki BAB IV- BAB V	<ul style="list-style-type: none"> - Pembimbing menyetujui BAB IV-BAB V 	Terlaksana

Medan, Agustus 2024

Di ketahui oleh,
Dosen Pembimbing

Mahasiswa

Hamonangan Damanik S.Kep.,Ns.,M.Kep.

Muliadi Harefa

Lampiran 13 : Dokumentasi Penelitian





Lampiran 14 : Bukti Revisi

BUKTI REVISI

Saya yang bernama di bawah ini :

Nama : Muliadi Harefa

Nim : 2014201080

Prodi : S1 Keperawatan

Benar telah melakukan revisi hasil penelitian yang berjudul "**Tingkat Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat di Ruang Operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan.**" Kepada penguji I

Demikian pernyataan ini saya perbuat, untuk digunakan seperlunya.

Diketahui :

Penguji I



(Hamonangan Damanik, S.Kep.,Ns.,M.Kep)

BUKTI REVISI

Saya yang bernama di bawah ini :

Nama : Muliadi Harefa
Nim : 2014201080
Prodi : S1 Keperawatan

Benar telah melakukan revisi hasil penelitian yang berjudul **“Tingkat Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat di Ruang Operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan.”** Kepada penguji II

Demikian pernyataan ini saya perbuat, untuk digunakan seperlunya.

Diketahui :

Penguji II



(Arta Marisi Dame, S.Kep.,Ns.,M.Kep)

BUKTI REVISI

Saya yang bernama di bawah ini :

Nama : Muliadi Harefa

Nim : 2014201080

Prodi : S1 Keperawatan

Benar telah melakukan revisi hasil penelitian yang berjudul **“Tingkat Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat di Ruang Operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan.”** Kepada penguji III

Demikian pernyataan ini saya perbuat, untuk digunakan seperlunya.

Diketahui :

Penguji III



(Candra Meriani Damanik, S.Kep.,Ns.,M.Kep)

BUKTI REVISI

Saya yang bernama di bawah ini :

Nama : Muliadi Harefa

Nim : 2014201080

Prodi : S1 Keperawatan

Benar telah melakukan revisi hasil penelitian yang berjudul **“Tingkat Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat di Ruang Operasi Rumah Sakit Umum Imelda Pekerja Indonesia Medan.”** Kepada penguji III

Demikian pernyataan ini saya perbuat, untuk digunakan seperlunya.

Diketahui :

Penguji III



(Candra Meriani Damanik, S.Kep.,Ns.,M.Kep)