



## **STRATEGI KOPING PERAWAT RUMAH SAKIT UMUM DAERAH**

**Siti Citra Fitrianti\*, Kurniawan Yudianto, Imas Rafiyah**

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, Jalan Ir. Soekarno Km. 21 Jatinangor, Sumedang, Jawa Barat 40563, Indonesia

\*[siti21033@mail.unpad.ac.id](mailto:siti21033@mail.unpad.ac.id)

### **ABSTRAK**

Strategi koping merupakan serangkaian upaya, perilaku, tindakan yang dilakukan individu dalam mengelola stres serta memiliki peran penting bagi perawat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi strategi koping perawat RSUD Cililin. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan jenis penelitian survei. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling dengan melibatkan 105 perawat RSUD Cililin. Instrumen yang digunakan adalah The Brief COPE dengan 28 item pernyataan, kemudian dianalisis secara deskriptif kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi koping yang paling banyak digunakan yakni (63.8%). Namun, penelitian ini menunjukkan juga bahwa masih terdapat perawat yang menggunakan *emotion focused coping* (15.2%) dan *less useful coping* (8.6%). Penggunaan kedua strategi koping tersebut harus mendapatkan perhatian karena efeknya lebih terbatas dalam jangka pendek bagi kinerja perawat.

Kata kunci: perawat; rumah sakit daerah, strategi koping

### ***COPING STRATEGIES OF NURSES IN REGIONAL PUBLIC HOSPITAL***

#### **ABSTRACT**

*Coping strategies are a series of efforts, behaviors, actions taken by individuals in managing stress and have an important role for nurses. The purpose of this study was to identify the coping strategies of nurses at Cililin Hospital. The design of this study was quantitative descriptive with a survey research type. The sampling technique used in this study was total sampling involving 105 nurses at Cililin Hospital. The instrument used was The Brief COPE with 28 statement items, then analyzed quantitatively descriptively. The results showed that problem focused coping was the most widely used coping strategy, namely (63.8%). However, this study also showed that there were still nurses who used emotion focused coping (15.2%) and less useful coping (8.6%). The use of both coping strategies must receive attention because their effects are more limited in the short term for nurse performance.*

*Keywords: coping strategies; nurse; regional hospital*

### **PENDAHULUAN**

Perawat merupakan salah satu profesi yang memiliki peran krusial dalam menyelenggarakan jasa pelayanan kesehatan di rumah sakit. Bentuk jasa pelayanan kesehatan yang diselenggarakan perawat dilaksanakan melalui asuhan keperawatan. Dalam menyelenggarakan asuhan keperawatan, perawat harus menyelenggarakan jasa pelayanan kesehatan yang layak serta baik kepada klien sebagai suatu pertanggungjawaban dari perawat (Wirentanus, 2019). Oleh karena itu, perawat memiliki peran yang sangat krusial dan kompleks, yang dapat meningkatkan risiko mereka mengalami stres akibat pekerjaan. Stres yang berhubungan dengan pekerjaan telah diakui sebagai tantangan utama bagi profesi keperawatan di seluruh dunia (Baye et al., 2020). Penelitian ini diselenggarakan di Rumah Sakit Umum Daerah Cililin yang diketahui berdasarkan penelitian Azizah (2022) dilaporkan bahwa tanggapan perawat RSUD Cililin terhadap pernyataan kuesioner stres kerja mengenai

“masalah yang berhubungan dengan pekerjaan membuatku sering terjaga pada tengah malam” berada dalam kategori tinggi yakni dengan skor rata-rata 3.89. Skor rata-rata tersebut menggambarkan bahwa tingkat stres kerja perawat RSUD Cililin berada dalam kategori rata-rata yang cukup tinggi. Pernyataan kuesioner stres kerja tersebut berkaitan dengan gagasan OctasyIva (2023) yang memaparkan bahwa stres kerja yang tidak diatasi dengan tepat dapat memberikan dampak pada kesehatan mental dan fisik individu salah satunya gangguan tidur.

Stres yang berhubungan dengan pekerjaan memiliki sejumlah dampak negatif terhadap fisik, emosi, dan psikologis perawat (Baye et al., 2020). Selain itu, stres yang berhubungan dengan pekerjaan dapat mempengaruhi dan menurunkan kinerja, kepuasan kerja, dan prestasi kerja perawat sehingga stres kerja harus dikurangi, dicegah dan diatasi (Rupang, 2023). Disamping itu, dengan adanya perawat yang mengalami stres akibat pekerjaan akan mengakibatkan manajemen sumber daya rumah sakit menghadapi masalah maupun tantangan (Riandini et al., 2024). Oleh karena itu, salah satu langkah yang bisa diambil perawat RSUD Cililin dalam menangani stres kerja yang dialami yakni diselenggarakan melalui strategi koping.

Strategi koping adalah upaya yang melibatkan kognitif dan perilaku yang terus berubah dalam mengelola tuntutan eksternal maupun internal tertentu yang dianggap membebani atau melebihi kapasitas individu dalam menghadapi situasi tersebut (Lazarus & Folkman, 1984). Strategi koping secara general dibagi menjadi ke dalam dua jenis yakni *emotion focused coping* atau strategi koping yang berorientasi pada emosi dan *problem focused coping* atau strategi koping yang berorientasi pada masalah. Akan tetapi, Carver et al (1989) menambahkan jenis strategi koping baru yakni *less useful coping* atau *dysfunctional coping* atau *avoidant coping* yang dikenal sebagai strategi koping yang kurang bermanfaat. Strategi koping terhadap stres kerja memiliki peran penting bagi perawat dalam menjaga serta mempertahankan kinerja mereka (Aji & Ambarini, 2014).

Terdapat banyak studi yang membahas terkait strategi koping perawat, namun belum ada studi yang membahas terkait strategi koping pada perawat RSUD Cililin. Maka dari itu, penelitian lebih lanjut penting untuk diselenggarakan sehingga strategi koping yang digunakan perawat RSUD Cililin dalam mengatasi stres kerja dapat teridentifikasi. Aji & Ambarini (2014) memaparkan bahwa perawat wajib memiliki kompetensi dalam menentukan strategi koping yang efektif serta tepat bagi dirinya supaya kinerjanya tetap optimal dan dalam kurun waktu yang bersamaan stresor tidak membuat dirinya terjebak dalam situasi stres. Ketidaktepatan penentuan strategi koping dapat mengakibatkan kegagalan dalam menyelesaikan masalah stres yang dapat memberikan dampak munculnya permasalahan lain (Rashadri, 2022). Oleh sebab itu, penelitian ini akan mengidentifikasi strategi koping perawat RSUD Cililin serta diharapkan penelitian ini dapat mengisi kesenjangan informasi penerapan strategi koping perawat dalam mengatasi stres di tempat kerja.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif jenis survei. Variabel penelitian dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yakni strategi koping. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Cililin pada tanggal 13 Desember 2024 sampai 02 Januari 2025. Populasi dalam penelitian ini melibatkan seluruh perawat pelaksana RSUD Cililin yang berjumlah 109 perawat pelaksana. Teknik sampling yang diaplikasikan dalam penelitian ini memanfaatkan teknik total sampling. Berdasarkan proses pengumpulan data, didapatkan total 105 perawat pelaksana yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Ketidakterlibatan 4 perawat pelaksana dalam penelitian ini diakibatkan oleh status perawat

yakni 2 orang perawat sedang menjalani cuti dan 2 orang perawat menolak untuk ikut serta dalam penelitian.

Penelitian ini mengadopsi instrumen The Brief COPE yang dirancang oleh Carver (1997) serta telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Priyanti & Hudiawati (2021) dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Hasil uji validitas instrumen The Brief COPE menunjukkan bahwa setiap pernyataan dalam kuesioner dinyatakan valid, dengan nilai rentang validitas sebesar 0,453-0,694. Hasil uji reliabilitas instrumen The Brief COPE dengan menerapkan metode Cronbach Alpha diperoleh hasil sebesar 0,885 yang menunjukkan bahwa skala yang diuji terbukti reliabel dengan reliabilitas data masuk kategori sangat tinggi. Instrumen The Brief COPE mencakup 28 pernyataan dengan menggunakan skala likert 1-4.

Pengumpulan data dilakukan secara luring menggunakan kuesioner berbentuk paper based yang diselenggarakan setelah peneliti memperoleh izin etik penelitian dari FITKes UNJANI dengan nomor surat 06/KEPK/FITKes-Unjani/X1/2024. Selain itu, peneliti menerapkan teknik analisis deskriptif untuk mengolah data hasil penelitian. Strategi koping dianalisis dengan menjumlahkan seluruh hasil skor item pertanyaan setiap responden sesuai dengan dimensi yang dihitung menggunakan perhitungan skor relatif oleh Lazarus & Folkman (1984) dengan rumus : skor hasil dimensi/skor maksimal dimensi x 100%. Kemudian hasil skor perhitungan setiap dimensi dibandingkan, dan skor yang paling besar ditetapkan sebagai jenis strategi koping yang diaplikasikan oleh responden.

## HASIL

Tabel 1.  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Perawat (n=105)

Karakteristik	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	44	41.9
Perempuan	61	58.1
Usia		
21 - ≥ 40 tahun	97	92.4
>40 tahun – 60 tahun	8	7.6
Daerah Asal (etnis)		
Sunda	99	94.3
Jawa	6	5.7

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa jenis kelamin perawat RSUD Cililin mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 61 orang (58.1%). Berdasarkan usia, diketahui usia perawat RSUD Cililin mayoritas responden berada pada rentang usia 21-≥ 40 tahun sebanyak 97 orang (92.4%). Selain itu, berdasarkan daerah asal (etnis) diketahui perawat RSUD Cililin mayoritas responden berasal dari etnis Sunda sebanyak 99 orang (94.3%).

Tabel 2.  
Distribusi Frekuensi Strategi Koping Perawat (n=105)

Strategi Koping	f	%
<i>Problem Focused Coping</i> (PFC)	67	63.8
<i>Emotion Focused Coping</i> (EFC)	16	15.2
<i>Less Useful Coping</i> (LUC)	9	8.6
PFC dan EFC	11	10.5
EFC dan LUC	1	1.0
PFC dan LUC	1	1.0

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui bahwa sebagian besar perawat RSUD Cililin menggunakan *problem focused coping* (PFC) (63.8%) dalam mengatasi stres yang disebabkan oleh pekerjaan.

Tabel 3.

Distribusi frekuensi Strategi Koping Perawat Berdasarkan Karakteristik Demografi (n=105)

Karakteristik	Strategi Koping											
	PFC		EFC		LUC		PFC & EFC		EFC & LUC		PFC & LUC	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Jenis Kelamin												
Laki-laki	29	65.9	7	15.9	5	11.4	1	2.3	1	2.3	1	2.3
Perempuan	38	62.3	9	14.8	4	6.6	10	16.4	0	0.0	0	0.0
Daerah Asal (etnis)												
Sunda	64	64.6	14	14.1	8	8.1	11	11.1	1	1.0	1	1.0
Jawa	3	50.0	2	33.3	1	16.7	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Usia												
21- ≥40 tahun	62	63.9	14	14.4	9	9.3	10	10.3	1	1.0	1	1.0
>40-60 tahun	5	62.5	2	25.0	0	0.0	1	12.5	0	0.0	0	0.0

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa perawat RSUD Cililin berjenis kelamin laki-laki lebih banyak menerapkan *less useful coping* (LUC) (11.4%) dibandingkan dengan perawat perempuan. Berdasarkan daerah asal (etnis), diketahui bahwa perawat RSUD Cililin dengan etnis Sunda lebih banyak menerapkan *problem focused coping* (PFC) (64.6%) dibandingkan jenis strategi koping lainnya. Sedangkan perawat RSUD Cililin dengan etnis Jawa juga lebih banyak menerapkan *problem focused coping* (PFC) (50.0%) dibandingkan jenis strategi koping lainnya. Berdasarkan usia, diketahui bahwa perawat dengan rentang usia >40-60 tahun lebih banyak menerapkan *emotion focused coping* (EFC) (14.4%) dibandingkan perawat pada rentang usia 21- ≥40 tahun.

## PEMBAHASAN

### Strategi Koping

Berdasarkan hasil penelitian, dihasilkan bahwa perawat RSUD Cililin sebagian besar menggunakan *problem focused coping* (63.8%) dalam mengatasi stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Penelitian Janitra et al (2021) melaporkan hasil yang sama dengan penelitian ini, dalam penelitiannya dilaporkan bahwa sebanyak (65.8%) perawat menggunakan *problem focused coping* dalam mengatasi stres. *Problem focused coping* adalah strategi koping yang efektif untuk diaplikasikan individu dalam mengatasi stresor. *Problem focused coping* merupakan strategi koping dengan karakteristik yang mendorong individu untuk terlibat secara langsung dalam upaya memecahkan masalah yang dihadapi (Fathi & Simamora, 2019). Patrick & Bensley (2024) mengungkapkan bahwa *problem focused coping* merupakan strategi koping paling adaptif dalam mengatasi stres, karena *problem focused coping* mengambil pendekatan aktif dalam menangani masalah yang dihadapi.

Hasil penelitian ini mengungkapkan temuan yang bertentangan dengan fenomena penelitian yang menunjukkan bahwa perawat RSUD Cililin mengalami stres kerja dalam rata-rata kategori cukup tinggi. Selain itu, hasil penelitian ini juga bertolak belakang dengan pernyataan Tesfaye (2018) dalam Hardiyanti & Permana (2019) Hardiyanti & Permana (2019) yang memaparkan semakin tinggi pengaplikasian strategi koping adaptif yang diaplikasikan perawat maka semakin rendah tingkat stres kerja yang dialami perawat. Dominannya penggunaan *problem focused coping* pada perawat RSUD Cililin sesuai dengan karakteristik profesi perawat serta status RSUD Cililin sebagai salah satu RSUD tipe C di Kabupaten Bandung Barat.

Perawat adalah salah satu jenis profesi yang mempunyai karakteristik khusus yang mengharuskan perawat mempunyai tingkat kesabaran yang cukup tinggi dan mempunyai

kompetensi dalam pengambilan keputusan yang harus segera dilakukan dengan tepat dan cepat. Selain itu, RSUD Cililin merupakan salah satu rumah sakit tipe C di wilayah Kabupaten Bandung Barat serta menjadi pilihan utama untuk mendapatkan jasa pelayanan kesehatan bagi masyarakat Kecamatan Sindangkerta, Cililin, Gunung Halu, dan Rongga. Disamping itu, RSUD Cililin juga menjadi rumah sakit rujukan untuk rumah sakit tipe D, klinik, dan puskesmas di sekitarnya yang dapat menimbulkan potensi peningkatan jumlah pasien yang datang untuk berobat. Peningkatan jumlah pasien yang datang untuk berobat mengharuskan perawat RSUD Cililin untuk menyelesaikan tugas pekerjaan dalam situasi dan waktu yang terbatas.

Situasi tersebut mengakibatkan perawat RSUD Cililin tidak mempunyai banyak kesempatan dalam melakukan kegiatan lain untuk mengurangi perasaan negatif yang dihadapi ataupun melepaskan beban emosional saat berada dalam lingkungan kerja. Oleh karena itu, meskipun perawat RSUD Cililin mengalami stres kerja dalam rata-rata cukup tinggi, perawat lebih condong menerapkan *problem focused coping*. Penggunaan *problem focused coping* pada perawat RSUD Cililin disebabkan karena *problem focused coping* merupakan strategi koping yang memiliki karakteristik alternatif yang berfokus untuk mengatasi masalah secara langsung sehingga penggunaan strategi ini akan mendorong perawat untuk mengatasi stres kerja dengan tepat dan cepat sesuai dengan karakteristik profesi perawat.

Berdasarkan hasil penelitian, dihasilkan bahwa sebagian kecil perawat RSUD Cililin menggunakan *emotion focused coping* (15.2%) dalam mengatasi stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Penelitian Janitra et al (2021) menunjukkan hasil yang bertentangan dengan penelitian ini, dalam penelitiannya dihasilkan hampir setengah responden (30.8%) menerapkan *emotion focused coping* dalam mengatasi stres kerja. *Emotion focused coping* adalah upaya yang diaplikasikan individu dalam meredakan atau mengatasi stres yang dialami, bukan dengan menyelesaikan masalah secara langsung, tetapi dengan mengelola dan mempertahankan keseimbangan emosi mereka (Addawiyah et al., 2023). Penggunaan *emotion focused coping* pada perawat RSUD Cililin menggambarkan bahwa sebagian kecil perawat mempunyai kesulitan dalam beradaptasi dengan stresor yang dihadapi karena stres kerja yang tinggi.

Paparan stres kerja dalam tingkat tinggi pada pegawai akan menyebabkan pegawai menghadapi kesulitan dalam menghadapi dan mengatasi tugas yang harus diselesaikan (Maghfirah, 2023). Saleky (2022) menyatakan bahwa stres yang dialami oleh individu dapat mempengaruhi dan menghambat kompetensi seseorang dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, yang berpengaruh terhadap aktivitas sehari-hari serta pekerjaannya. Disisi lain, lingkungan kerja dalam jasa pelayanan kesehatan seringkali berjalan dengan serba cepat dan masalah muncul secara tidak terduga sehingga perawat harus berespon dengan menggunakan kemampuannya dalam berpikir kritis dan keterampilan mengambil keputusan yang cepat untuk mendapatkan solusi praktis untuk menangani masalah yang dihadapi (American Nurses Association, 2023). Maka dari itu, prevalensi penggunaan *emotion focused coping* pada sebagian kecil perawat RSUD Cililin mempunyai karakteristik yang tidak sesuai dengan lingkungan kerja jasa pelayanan kesehatan. Hal ini disebabkan karena perawat yang menggunakan *emotion focused coping* dalam menghadapi stres yang berhubungan dengan pekerjaan cenderung tidak mengatasi masalah yang dialaminya secara langsung, akan tetapi perawat lebih cenderung mengatasi keseimbangan emosinya.

Berdasarkan hasil penelitian, dihasilkan bahwa sebagian kecil perawat RSUD Cililin menggunakan *less useful coping* (8.6%) dalam mengatasi stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Janitra et al (2021) yang melaporkan

bahwa sebagian kecil perawat (3.3%) menggunakan *less useful coping* untuk mengatasi stres. *Less useful coping* merupakan strategi koping yang cenderung digunakan individu saat beban masalah yang dihadapi dirasakan semakin berat serta intensitasnya semakin meningkat (Moritz et al., 2016). *Less useful coping* adalah jenis strategi koping yang dianggap kurang bermanfaat dalam menangani masalah serta mempunyai potensi untuk membuat kondisi menjadi lebih buruk (Nolvi et al., 2022). Faisal & Mutiah (2020) mengungkapkan bahwa individu yang menggunakan *less useful coping* memiliki kebiasaan dalam mengurangi upaya untuk mengatasi masalah dengan cara mengalihkan perhatiannya melalui kegiatan lain.

Penggunaan *less useful coping* pada sebagian kecil perawat RSUD Cililin dipengaruhi oleh sumber koping. Stuart (2009) mengungkapkan bahwa sumber koping individu mencakup sumber daya ekonomi, kepercayaan spiritual, dukungan sosial, serta pandangan positif. Disisi lain, berdasarkan hasil wawancara pada kajian awal, perawat RSUD Cililin mengungkapkan bahwa konflik dengan kerja merupakan salah satu sumber stres yang paling sering dihadapi saat bekerja. Puspita Wibawa, (2022) menjelaskan bahwa dalam lingkup dunia pekerjaan, dukungan sosial dapat berasal dari rekan kerja maupun atasan.

Dukungan sosial adalah salah satu sumber koping yang dapat mendukung individu dalam mengatasi masalah. Bentuk dukungan sosial dari rekan kerja dapat berbentuk berbagi pengetahuan dan keterampilan, memberikan dukungan moral pada situasi sulit, dan memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas pekerjaan (Haras, 2024). Oleh sebab itu, dengan adanya konflik dengan rekan kerja sebagai sumber stres mengakibatkan sebagian kecil perawat RSUD Cililin lebih cenderung menerapkan strategi koping *less useful coping* dengan cara melakukan kegiatan lain yang dapat mengalihkan pikirannya dari permasalahan yang dihadapi saat bekerja dibandingkan dengan meminta bantuan secara nyata maupun meminta dukungan emosional kepada rekan kerja.

Menariknya, berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa terdapat perawat RSUD Cililin yang menggunakan lebih dari satu jenis strategi koping. Dalam penelitian ini dihasilkan bahwa terdapat perawat RSUD Cililin menggunakan kombinasi strategi koping *problem focused coping* dan *emotion focused coping* (10.5%), *emotion focused coping* dan *less useful coping* (1.0%), dan *problem focused coping* dan *less useful coping* (1.0%) dalam mengatasi stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Penggunaan lebih dari satu jenis strategi koping dalam penelitian ini sejalan dengan karakteristik strategi koping dalam teori *Transactional Model of Stress and Coping*. Dalam teori *Transactional Model of Stress and Coping*, strategi koping ditafsirkan sebagai “upaya perilaku dan kognitif yang terus berubah dalam mengelola tuntutan internal dan/atau eksternal tertentu yang dinilai melebihi atau membebani sumber daya orang tersebut” (Lazarus, 1999; Kato, 2015). Tafsir teori tersebut menggambarkan bahwa strategi koping mempunyai karakteristik yang dapat berubah dari satu waktu ke waktu lain, tergantung pada kondisi stres maupun tekanan yang dialami sehingga tidak menutup kemungkinan individu untuk menerapkan berbagai jenis strategi koping.

Selain itu, kecenderungan perawat RSUD Cililin dalam penelitian ini dalam menggunakan lebih dari satu jenis strategi koping menunjukkan bahwa perawat memiliki kompetensi dalam mengaplikasikan fleksibilitas koping. Fleksibilitas koping adalah kemampuan individu untuk mengubah strategi kopingnya secara adaptif untuk memenuhi tuntutan situasi stres yang berbeda (Kato, 2012). Individu dengan kemampuan fleksibilitas koping mempunyai gagasan bahwa dirinya dapat mengatasi permasalahan yang dialaminya secara efisien (Noer et al., 2019; Susilawati & Dirgahayu, 2024). Disamping itu, Kato (2020) menegaskan bahwa individu dengan fleksibilitas koping yang beragam cenderung menunjukkan respon adaptif terhadap stres seperti berkurangnya gangguan psikologis dan fisik.

### **Strategi Koping Berdasarkan Karakteristik Perawat**

Berdasarkan hasil penelitian, dilaporkan bahwa strategi koping berdasarkan karakteristik jenis kelamin perawat diperoleh bahwa penerapan *less useful coping* (LUC) lebih banyak digunakan oleh perawat berjenis kelamin laki-laki (11.4%) dibandingkan perawat perempuan. Penggunaan *less useful coping* pada perawat laki-laki RSUD Cililin memiliki kaitan dengan tekanan budaya *toxic masculinity* pada masyarakat. *Toxic masculinity* adalah sebuah konsep yang menuntut laki-laki untuk mencerminkan sikap ketangguhan, kekuatan, superioritas, dan dominasi baik dalam keluarga, pekerjaan, pengambilan keputusan dan pemecahan masalah (Marsya & Faladhin, 2019; Syahfitri & Mawangir, 2024). Tuntutan budaya *toxic masculinity* pada masyarakat akan mempengaruhi pola pemilihan strategi koping yang akan diaplikasikan oleh perawat laki-laki saat menghadapi stres kerja yang dirasakan semakin meningkat intensitasnya atau tidak dapat diatasi. Tekanan budaya *toxic masculinity* tersebut akan mendorong perawat laki-laki untuk cenderung mengaplikasikan *less useful coping* dengan cara mengalihkan perhatiannya pada aktivitas yang kurang bermanfaat dalam mengatasi masalah atau stressor dibandingkan dengan mengekspresikan emosinya maupun mencari dukungan kepada orang disekitarnya.

Berdasarkan hasil penelitian, dilaporkan bahwa strategi koping berdasarkan karakteristik usia perawat diperoleh bahwa dengan rentang usia >40-60 tahun lebih banyak menggunakan *emotion focused coping* (EFC) (25.0%) dibandingkan perawat dengan rentang usia 21-40 tahun. Penggunaan *emotion focused coping* pada perawat yang berusia lebih tua memiliki kaitan dengan pengalaman kerja dan masa kerja perawat. Perawat yang berusia lebih tua biasanya memiliki wawasan yang lebih luas serta pengalaman kerja yang cukup lama dalam lingkungan pekerjaan (Purnomo et al., 2024). Dengan demikian, perawat yang berusia lebih tua cenderung mempunyai kemampuan dalam menganalisis bahwa terdapat beberapa situasi di lingkungan kerja seperti kematian dan konflik dengan rekan kerja merupakan hal yang tidak bisa dikendalikan secara penuh. Maka dari itu, dibandingkan dengan menangani masalah yang dihadapi perawat yang berusia lebih tua akan memilih untuk mengontrol diri dengan cara mengelola emosinya.

Berdasarkan hasil penelitian, dilaporkan bahwa strategi koping berdasarkan karakteristik daerah asal (etnis) perawat diperoleh bahwa perawat RSUD Cililin dengan etnis Sunda lebih banyak menggunakan *problem focused coping* (PFC) (64.6%) dibandingkan jenis strategi koping lainnya. Penggunaan *problem focused coping* pada perawat etnis Sunda RSUD Cililin sesuai dengan nilai budaya yang dianut oleh masyarakat etnis Sunda. Dalam kehidupan sehari-hari etnis Sunda dikenal dengan menerapkan nilai budaya “Sabilulungan” yang mempunyai makna gotong royong. Selain gotong royong, “Sabilulungan” mengandung makna yang sangat mendalam yaitu sebagai motivasi bagi setiap individu untuk saling bekerjasama dalam menyelesaikan berbagai pekerjaan di berbagai aspek kehidupan (Sutarman, 2017). Maka dari itu, nilai budaya yang dianut etnis Sunda tersebut mendorong perawat etnis Sunda RSUD Cililin untuk mengaplikasikan *problem focused coping* saat berada di lingkungan kerja dengan cara mencari bantuan kepada rekan kerja untuk bekerjasama dalam mengatasi masalah pekerjaan yang dialami.

Berdasarkan hasil penelitian, dilaporkan bahwa strategi koping berdasarkan karakteristik daerah asal (etnis) perawat diperoleh bahwa perawat RSUD Cililin dengan etnis Jawa lebih banyak menggunakan *problem focused coping* (PFC) (50.0%) dibandingkan jenis strategi koping lainnya. Penggunaan *problem focused coping* pada perawat dengan etnis Jawa sesuai dengan nilai budaya yang dianut oleh masyarakat etnis Jawa. Dalam menjalani kehidupan sehari-hari etnis Jawa dikenal dengan menerapkan nilai budaya “Nrimo Ing Pandum” yang merupakan bentuk dari sikap pengendalian untuk menjaga diri agar tidak bereaksi terhadap

sesuatu dengan berlebihan serta tetap tenang dan fokus mencari solusi dari permasalahan (Rakhmawati, 2022). Oleh karena itu, nilai budaya yang dianut etnis Jawa tersebut mendorong perawat etnis Jawa RSUD Cililin menerapkan *problem focused coping* untuk mengatasi masalah pekerjaan secara aktif dengan mencari solusi yang efektif sehingga permasalahan yang dihadapi dapat diatasi dengan baik.

## SIMPULAN

Hasil penelitian menggambarkan bahwa sebagian besar perawat RSUD Cililin mengaplikasikan strategi koping adaptif yaitu *problem focused coping* untuk mengatasi stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Akan tetapi, dalam penelitian ini dihasilkan juga bahwa terdapat perawat yang mengaplikasikan strategi koping *less useful coping* dan *emotion focused coping* dalam mengatasi stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Tentunya hal ini harus mendapatkan perhatian bagi manajemen rumah sakit karena kedua jenis strategi koping tersebut memiliki karakteristik strategi koping yang bertujuan untuk meredakan stres yang dialami dibandingkan dengan mengatasi stres yang dialami secara aktif maupun langsung, sehingga dampaknya lebih terbatas hanya dalam jangka pendek bagi kinerja perawat. Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk mengidentifikasi strategi koping perawat dalam jangka panjang untuk menggambarkan konsistensi penggunaan strategi koping perawat dengan menggunakan analisis longitudinal untuk menggambarkan konsistensi penggunaan strategi koping yang diaplikasikan oleh perawat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Addawiyah, M. R., Aprilia, J., Habibah, S., & Hasanah, A. (2023). Emotion Focused Coping Yang Dilakukan Oleh Korban Ghosting. *PARADE RISET*, 1(1), 49–68.
- Aji, A. B., & Ambarini, T. K. (2014). Coping stress perawat dalam menghadapi agresi pasien di rumah sakit jiwa dr. radjiman wediodiningrat lawang. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 3(4).
- American Nurses Association. (2023, September 15). *Problem Solving in Nursing: Strategies for Your Staff*.
- Azizah, S. J. (2022). Pengaruh Work-Family Conflict dan stres kerja terhadap kinerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Cililin KAB. Bandung Barat . (*Doctoral Dissertation, UIN Sunan Gunung Djati Bandung*).
- Baye, Y., Demeke, T., Birhan, N., Semahegn, A., & Birhanu, S. (2020). Nurses' work-related stress and associated factors in governmental hospitals in Harar, Eastern Ethiopia: A cross-sectional study. *PloS One*, 15(8), e0236782.
- Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol'too long: Consider the brief cope. *International Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 92–100.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Faisal, A., & Mutiah, D. (2020). *The influence of coping strategies, social support and demographic factors on psychological well-being of overseas students Syarif Hidayatullah State Islamic University Jakarta*.

- Fathi, A., & Simamora, R. H. (2019). Investigating nurses' coping strategies in their workplace as an indicator of quality of nurses' life in Indonesia: a preliminary study. *IOP Conference Series: Earth and Environmental Science*, 248(1), 012031.
- Hardiyanti, R., & Permana, I. (2019). Strategi coping terhadap stress kerja pada perawat di rumah sakit: Literatur review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*.
- Janitra, F. E., Melastuti, E., Yusuf, A. H., Fadhillah, H., & Wibawa, Y. A. (2021). Perceived stigma, psychological response, and nurse coping in the COVID-19 pandemic in Indonesia. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 9(1), 10–17.
- Kato, T. (2012). Development of the Coping Flexibility Scale: evidence for the coping flexibility hypothesis. *Journal of Counseling Psychology*, 59(2), 262.
- Kato, T. (2015). The dual-process theory: new approach to coping flexibility. *Coping Flexibility with Stress in Health and in Disease*, 19–37.
- Kato, T. (2020). Examination of the coping flexibility hypothesis using the coping flexibility scale-revised. *Frontiers in Psychology*, 11, 561731.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Maghfirah, N. (2023). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRES KERJA KARYAWAN. *Jurnal Doktor Manajemen*, 127–136.
- Marsya, U., & Faladhin, J. (2019). Belenggu Patriarki pada Peran Laki-Laki Bangsawan Jawa dalam Film Kartini Karya Hanung Bramantyo. *POPULIKA*, 7(1), 81–93.
- Moritz, S., Jahns, A. K., Schröder, J., Berger, T., Lincoln, T. M., Klein, J. P., & Göritz, A. S. (2016). More adaptive versus less maladaptive coping: What is more predictive of symptom severity? Development of a new scale to investigate coping profiles across different psychopathological syndromes. *Journal of Affective Disorders*, 191, 300–307.
- Nolvi, M., Brogårdh, C., Jacobsson, L., & Lexell, J. (2022). Sense of coherence and coping behaviours in persons with late effects of polio. *Annals of Physical and Rehabilitation Medicine*, 65(3), 101577.
- Octasyilva, A. (2023). Analysis of Work Stress Level and Impact on Employee Health and Performance at PT. X. *JURNAL ILMU PENGETAHUAN DAN TEKNOLOGI (IPTEK)*, 7(2), 8–12.
- Patrick, P. M., & Bensley, E. (2024). Coping in the classroom: A study of Professional Quality of Life (ProQoL) in Australian teachers. *Australian Journal of Education*, 00049441241297714.
- Priyanti, T., & Hudiawati, D. (2021). Overview of life satisfaction and coping in congestive heart failure patients at UNS Surakarta Hospital. *Prosiding University Research Colloquium*, 35–42.
- Purnomo, S. S., Sumarni, T., & Kurniawan, W. E. (2024). Gambaran Kualitas Kehidupan Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD Ajibarang. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(22), 1201–1215.

- Puspita Wibawa, E. P. (2022). Peran Dukungan Sosial Rekan Kerja Dalam Menjelaskan Kecemasan Saat Kembali Work From Office Pada Karyawan. *Journal of Syntax Literate*, 7(2).
- Rahmawati, S. M. (2022). Nrimo ing pandum dan etos kerja orang jawa: tinjauan sila Ketuhanan Yang Maha Esa. *Jurnal Pancasila*, 3(1), 7–19.
- Rashdri, B. M. (2022). Literature Review: Stress and Stress Coping Strategies During Online Learning. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3).
- Riandini, A., Saragih, R., Hasibuan, T. A., & Munika, T. (2024). Analisis Hubungan Stress Kerja Terhadap Kinerja Perawat: Literature Review. *Jurnal Kesehatan dan Teknologi Medis (JKTM)*, 6(3).
- Rupang, E. R. (2023). Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Stres Kerja Perawat Intensive. *Jurnal Keperawatan*, 1497–1512.
- Saleky, A. A. (2022). *Factors Affecting Nurses' Stress in the Emergency Room*. 22–30.
- Susilawati, S., & Dirgahayu, I. (2024). Gambaran Coping Flexibility pada Klien Rehabilitasi Napza. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 12(4), 935–946.
- Sutarman, U. (2017). Penerapan konsep kearifan lokal masyarakat sunda (sabilulungan) dalam pembelajaran sejarah. *Historia: Jurnal Pendidik Dan Peneliti Sejarah*, 1(1).
- Syahfitri, A. I., & Mawangir, M. (2024). Fenomena Toxic Masculinity di Masyarakat dari Persepsi Mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang. *Indonesian Journal of Behavioral Studies*, 4(2), 105–116.
- Wirentanus, L. (2019). *Peran Dan Wewenang Perawat Dalam Menjalankan Tugasnya Berdasarkan Undang-*.