

KONTRIBUSI *SENSE OF HUMOR* TERHADAP STRES KERJA PADA PERAWAT PASIEN STROKE

Nabella Aprina Lovy, Yolivia Irna Aviani

Universitas Negeri Padang

e-mail: nabellaaprialovy@gmail.com

Abstract: *Sense of Humor contribution to job stress in stroke patient nurses. This study aims to determine sense of humor contribution to job stress in nurses with stroke patients. The research design used quantitative study, with population of nurses working at the Bukittinggi National Stroke Hospital. The sampling technique used was cluster sampling with sample size of 53 nurses working in inpatients A and C. This research using Multidimensional Sense of Humor Scale (MSHS) and work stress scale consisting of threespects according to Robbins. Data collection technique using questionnaire. Testing the research hypothesis using regression analysis techniques. From the research obtained value $r = 0.204$ and the regression value of $p = 0.001$ ($p < 0.05$). Thus the hypothesis is accepted so that there is a contribution between the sense of humor to the nurses' work stress in stroke patients.*

Keywords: *Sense of humor, work stress, nurses*

Abstrak: *Kontribusi sense of humor terhadap stres kerja pada perawat pasien stroke.* Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat kontribusi *sense of humor* terhadap stres kerja pada perawat pasien stroke. Desain penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan populasi yaitu perawat pasien stroke yang bekerja di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster sampling* dengan jumlah sampel yaitu 53 orang perawat yang bekerja di ruang rawat inap A dan C. Penelitian ini menggunakan skala *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS) dan skala stres kerja yang terdiri dari tiga aspek menurut Robbins. Teknik pengambilan data adalah dengan menggunakan angket. Pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai $r = 0,204$ dan nilai regresi sebesar $p=0,001$ ($p<0,05$). Dengan demikian hipotesis diterima sehingga terdapat kontribusi antara *sense of humor* terhadap stres kerja perawat pada pasien stroke.

Kata Kunci: *Sense of humor, stres kerja, perawat.*

PENDAHULUAN

Stroke merupakan penyakit yang membutuhkan peran tenaga medis dalam penanganannya. Hal ini dikarenakan stroke merupakan penyakit yang disebabkan oleh adanya masalah aliran darah pada salah satu bagian otak yang mengakibatkan munculnya gangguan fungsional pada otak yang berupa kelumpuhan saraf (Dinata, Safrita, & Sastri, 2013). Dalam kasus ini, peran perawat sangat penting dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien stroke. Karena perawat memiliki waktu paling banyak untuk bertemu secara langsung dengan pasien dan memberikan pelayanan kesehatan 24 jam.

Perawat merupakan profesi yang bertugas membantu dokter dalam melayani pasien stroke. Secara umum tugas pokok perawat pasien stroke tidak jauh berbeda dengan tugas pokok perawat lainnya yaitu merawat pasien untuk mempercepat penyembuhannya. Menurut *American Nurses Association*, perawat memiliki 5 tugas penting yaitu menjaga dan merawat pasien, memberikan obat, menjaga kondisi pasien, memberikan motivasi dan perhatian (Permata, 2018).

Berprofesi sebagai seorang perawat merupakan pekerjaan yang tidaklah mudah. Dari satu sisi perawat harus mengerjakan tugas yang menyangkut kelangsungan hidup pasien dan disisi lain kondisi psikis dan psikologis perawat juga harus tetap

terjaga. Karena saat berhadapan dengan pasien stroke, perawat tidak hanya mengandalkan keterampilan, pengetahuan, dan konsentrasi yang tinggi saja. Tetapi perawat akan selalu dihadapkan dengan idealism profesi dengan berbagai macam masalah atau tantangan yang datang baik dari pasien, atasan maupun rekan kerja. Seperti ketika kondisi pasien mengalami kelumpuhan fisik akibat sakit stroke yang dideritanya menyebabkan perawat harus bekerja ekstra dalam memberikan perawatan pada pasien. Kondisi inilah yang dapat menyebabkan perasaan tertekan pada perawat yang membuatnya mudah stres. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Joice, Jones, dan Jhonston (2012) mengenai stres kerja pada perawat yang menangani pasien stroke. Dari hasil penelitiannya ditemukan bahwa perawat pasien stroke cenderung memiliki tingkat stres kerja yang tinggi.

Tingginya stres kerja pada perawat pasien stoke menjadi masalah yang serius bagi kesehatan instansi tempatnya bekerja, karena akan berdampak pada pencapaian tujuan instansi tersebut. Menurut Rice (dalam Safaria & Saputra, 2009) jika stres kerja pada perawat terus berkembang tanpa penanganan yang tepat maka dampak yang muncul adalah timbulnya ledakan emosi yang sewaktu-waktu dapat terjadi ketika memberikan pelayanan perawatan kepada

pasien stroke. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Desima (2013) bahwa stres kerja berpengaruh pada perilaku *caring* perawat atau rasa peduli, hormat dan menghargai orang lain. Artinya semakin tinggi stres kerja perawat dalam melakukan tugasnya maka perilaku *caring* perawat akan semakin kurang baik. Selain itu resiko absensi dan *burnout* juga menjadi hal yang harus dihindari karena ini akan berpengaruh pada kelancaran kualitas layanan instansi tersebut (Gibson, Ivancevich, & Donelly, 1985).

Tanggal 13 Maret 2019, peneliti melakukan wawancara pada 25 orang perawat. Terdapat perbedaan cara perawat dalam menyikapi tingginya stresor dari lingkungan kerja. Hal ini dibuktikan dengan 19 dari 25 orang subjek menunjukkan bahwa mereka merasa tertekan saat bekerja, karena banyaknya tekanan-tekanan yang berasal dari lingkungan kerja dan mengakibatkan perawat mengalami kewalahan, perasaan tertekan, dan munculnya masalah-masalah kesehatan. Menurut Robbins dan Judge (2013) stres kerja merupakan masalah serius yang harus dihadapi oleh seseorang, karena akan menyebabkan munculnya gangguan kesehatan. 6 dari 25 orang perawat mengatakan bahwa ketika mereka merasa tertekan dan mendapatkan masalah ditempat kerja dan cara yang mereka gunakan untuk mengatasinya adalah dengan

melakukan *coping* melalui candaan dan bergurau bersama rekan kerja, pasien maupun atasan karena dengan begitu mereka merasa lebih rileks dan bahagia dibandingkan harus mengeluhkan masalah pekerjaan yang pada dasarnya adalah kewajiban yang harus mereka jalani. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Lussier (2008), bahwa bersenang-senang dan tertawa merupakan salah satu cara untuk mengontrol stres.

Setiap orang memiliki cara yang berbeda-beda dalam merespon stres. Menurut Gregson (2007) salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang untuk menghadapi stres adalah kepribadian. Hasil penelitian Saidah, Ekawati dan Widjasena (2018), menunjukkan bahwa tipe kepribadian berkorelasi signifikan dengan stres kerja. Robbins (dalam Widyowati & Priambodo, 2016) menjelaskan bahwa karakteristik kepribadian merupakan faktor dari dalam diri seseorang yang mempengaruhi tingkat stres kerjanya. Salah satu karakteristik kepribadian yang dimiliki oleh seseorang adalah *sense of humor* atau rasa humor. Menurut Hartanti (2002) *sense of humor* merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk membuat humor, menghargai atau menanggapi humor serta kemampuan untuk menggunakan humor tersebut sebagai cara untuk menyelesaikan masalah.

Penelitian yang dilakukan oleh Widyowati dan Priambodo (2016) menunjukkan bahwa *sense of humor* berhubungan signifikan dengan stres kerja, atau efektif digunakan untuk mengatasi masalah stres kerja, kecemasan, dan membantu seseorang untuk mengatasi masalah dengan lebih baik. Menurut Thorson dan Powell (dalam Zulkarnain, & Novliadi 2009), karakteristik kepribadian orang yang memiliki *sense of humor* adalah orang yang mampu menonjolkan dirinya, dominan, hangat, asertif, tampak selalu gembira, mampu membangkitkan emosi-emosi positif, *ekstrovert*, dan terlihat lebih ceria.

Sense of humor merupakan aspek penting untuk membantu seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungannya maupun dengan masalah-masalahnya terutama masalah stres kerja. Perawat yang memiliki *sense of humor* yang tinggi diharapkan mampu memperoleh reaksi yang lebih menyenangkan dan juga dapat mengatasi masalah stres kerja yang dialaminya. Studi mengenai efektivitas *sense of humor* dalam mengatasi masalah stres kerja diantaranya juga pernah diteliti oleh Tariq dan Naima (2013) dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa rasa humor bermanfaat secara tidak langsung pada tingkat stres, yaitu ketika seseorang melakukan humor tingkat stres seseorang menjadi rendah. Dalam hasil penelitiannya

juga dijelaskan bahwa seseorang mendapatkan skor tinggi untuk variabel *sense of humor* cenderung memiliki mental yang sehat dan mampu menghadapi masalah-masalahnya.

Zeman (dalam Tariq & Khan, 2013) menggambarkan tentang orang yang sehat secara mental adalah orang yang memiliki harga diri yang tinggi, suka berinteraksi dengan orang lain, hangat, dan penuh kasih sayang. Hal inilah yang mendasari tentang pentingnya *sense of humor* dalam dunia kerja khususnya tenaga kerja keperawatan. Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas dengan banyaknya bukti-bukti *valid* yang menunjukkan bahwa *sense of humor* memiliki hubungan yang signifikan dengan stres kerja, maka dari itu peneliti tertarik untuk membuktikan secara empiris seberapa besar “Kontribusi *sense of humor* terhadap stres kerja pada perawat pasien stroke”.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain penelitian korelasional. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel *sense of humor* sebagai variabel bebas dan variabel stres kerja sebagai variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bekerja di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi.

Metode pengambilan sampel yang digunakan oleh peneliti adalah *cluster random sampling*. Teknik *cluster random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel dengan cara melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2010). Sampel pada penelitian ini adalah perawat pasien stroke yang bekerja di Rumah Sakit Stroke Bukittinggi (RSSN) di bagian ruang rawat inap A dan C. Jumlah subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 53 orang dengan mayoritas perempuan yaitu. Setiap perawat diminta untuk mengisi pernyataan yang telah disusun oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek *sense of humor* dan aspek-aspek stres kerja.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan skala *Multidimensional Sense of Humor Scale* (MSHS) yang diadaptasi dari alat ukur yang disusun oleh Putri (2017) dan skala stres kerja yang disusun berdasarkan aspek dari Robbins

(2008). Peneliti telah melakukan uji coba skala stres kerja kepada 45 orang perawat dan diperoleh nilai r sebesar 0,907 untuk skala stres kerja dan nilai r sebesar 0,936 untuk skala *sense of humor*. Hasil tersebut diperoleh setelah melakukan uji reliabilitas dan validitas menggunakan program SPSS.

Pengujian normalitas dalam penelitian ini menggunakan formula *One Sample Kolmogrov-Smirnov Z*. Peneliti juga melakukan uji linieritas yang bertujuan untuk melihat status linier suatu distribusi data penelitian (Winarsunu, 2009). Teknik analisis yang digunakan untuk menganalisis variabel bebas dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sampel dalam penelitian ini berjumlah 53 orang perawat yang bekerja di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi (RSSN).

Tabel 1. Rata-rata Hipotetik dan Rata-rata Empiris

Variabel	Skor Hipotetik				N	Skor Empiris			
	Min	Max	Mean	SD		Min	Max	Mean	SD
<i>Sense of Humor</i>	25	100	62,5	12,5	53	52	78	71,5	4,4
Stres Kerja	33	132	82,5	16,5	53	44	86	64,6	6,9

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa rata-rata empirik *sense of humor* dari perawat pasien stroke adalah 71,5 dan

rerata hipotetiknya adalah sebesar 62,5. Ini menunjukkan bahwa secara umum skor rerata empirik perawat pasien stroke lebih

tinggi dari pada rata-rata hipotetik penelitian. Artinya tingkat *sense of humor* perawat pasien stroke lebih tinggi dari pada populasi. Sedangkan rata-rata empirik stres kerja perawat pasien stroke adalah 64,6 dan *mean* hipotetik perawat adalah 82,5. Ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan skor *mean* empiris perawat pasien stroke lebih rendah dari pada hipotetiknya. Artinya tingkat stres kerja perawat rendah atau secara statistik subjek lebih banyak yang tidak mengalami stres kerja. Masing-masing variabel dan aspeknya dikategorikan menjadi tiga kategori aspek yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Variabel *sense of humor*, rata-rata perawat pasien stroke berada pada kategori sedang cenderung tinggi yakni 12 orang (22,6%) berada pada kategori tinggi dan 41 orang (77,4%) berada pada kategori sedang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *sense of humor* perawat pasien stroke berada pada kategori sedang. Berdasarkan aspeknya menunjukkan bahwa *mean* empiris pada semua aspek *sense of humor* memiliki skor yang lebih tinggi dari *mean* hipotetik penelitian. Aspek pertama yaitu *humor production* memiliki skor nilai empiris yang lebih besar dari *mean* hipotetik yaitu $33,5 > 30$, aspek kedua yaitu *coping with humor* yaitu $19,9 > 17,5$, aspek ketiga yaitu *humor appreciation* yaitu $8,9 > 7,5$, dan aspek keempat yaitu *attitude toward humor and humorous people* memiliki nilai *mean*

empiris $9,1 > 7,5$, hal ini berarti bahwa tingkat *sense of humor* perawat pada setiap lebih tinggi dibandingkan dengan populasi pada umumnya.

Variabel stres kerja rata-rata subjek berada pada kategori rendah cenderung sedang yakni sebanyak 25 orang (47,17%) berada pada kategori sedang dan 28 (52,83%) berada pada kategori rendah, sehingga dapat disimpulkan bahwa stres kerja perawat pasien stroke berada pada kategori rendah. Berdasarkan aspeknya rata-rata subjek penelitian menunjukkan bahwa rerata empiris pada semua aspek stres kerja memiliki skor yang lebih rendah dari rerata hipotetik penelitian. Pada aspek pertama yaitu fisiologis, rerata empirik lebih rendah daripada rerata hipotetiknya yaitu $19,9 < 25$. Pada aspek kedua yaitu psikologis, rerata empirik lebih rendah dari pada rerata hipotetiknya yaitu $25,3 < 30$. Selanjutnya pada aspek ketiga yaitu perilaku, rerata empirik lebih rendah dari pada rerata hipotetiknya yaitu $19,4 < 27,5$. Artinya stres kerja subjek penelitian lebih rendah dari pada rata-rata populasi yang ada pada umumnya jika ditinjau dengan beberapa aspek yang digunakan oleh peneliti.

Uji asumsi dilakukan sebelum uji hipotesis. Uji asumsi yang dilakukan antara lain uji normalitas dan uji linieritas. Hasil uji normalitas yang didapat pada variabel *sense of humor* K-SZ yang diperoleh

sebesar 1,26 dan $p=0,08$ ($p>0,05$) yang menandakan bahwa data berdistribusi normal. Sedangkan untuk variabel stres kerja K-SZ yang diperoleh sebesar 0,88 dan $p=0,41$ ($p>0,05$) yang menandakan bahwa data pada variabel ini berdistribusi secara normal. Oleh karena itu asumsi normalitas telah terpenuhi. Sementara pada uji linieritas ditemukan bahwa skor *linierity* antara *sense of humor* dengan stres kerja adalah 0,001. Sementara skor *Deviation from Linearity* adalah 0,690. Artinya antara *sense of humor* dengan stres kerja mempunyai hubungan yang linier. Hal ini dilihat dari *linierity* $0,001 < 0,05$, dan *Deviation from Linearity* $0,690 > 0,05$. Hasil analisis regresi didapatkan hasil *R Square* sebesar 0,204 sehingga kontribusi variabel *sense of humor* terhadap variabel stres kerja adalah sebesar 20,4%. Didapatkan pula *F* regresinya sebesar 13,101. Koefisien korelasi sebesar 0,452 dan dengan nilai $p = 0,001$ ($p<0,01$) yang menandakan H_a diterima dan H_0 ditolak. Didapatkan nilai koefisien regresi *sense of humor* terhadap stres kerja sebesar -0,708. Sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis kerja (H_a).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat kontribusi antara *sense of humor* terhadap stres kerja pada perawat pasien

stroke. Perubahan pada tingkat stres perawat disebabkan oleh *sense of humor* yang terdiri dari empat aspek yaitu *humor production*, *coping with humor*, *appreciation humor*, dan *attitude humor and humourous people*. Penyebab lainnya disebabkan oleh faktor-faktor lain di luar penelitian. Hal ini berarti bahwa masih banyak faktor-faktor lain selain *sense of humor* yang dapat mempengaruhi tingkat stres kerja perawat. Hasil ini sependapat dengan teori yang dikemukakan oleh Santrock (2003) dan Robbins dan Judge (2013) bahwa kepribadian seseorang memiliki kontribusi pada tinggi rendahnya tingkat stres kerja. Salah satu karakteristik kepribadian yang dimiliki oleh seseorang adalah *sense of humor*. Artinya ketika perawat pasien stroke memiliki karakteristik kepribadian *sense of humor* yang tinggi maka perawat tersebut cenderung untuk lebih tidak tertekan dan merasa stres dibandingkan dengan perawat yang memiliki karakteristik kepribadian *sense of humor* yang rendah.

Menurut Eysenck (dalam Fitriani & Hidayah, 2012) sesuatu yang bersifat humor adalah sesuatu yang dapat membuat tertawa. Greenberg (2008) menjelaskan bahwa dengan tertawa tubuh seseorang akan menghasilkan hormon *endorphin* yang berpengaruh terhadap menurunnya hormon yang dapat memicu stres yaitu hormon *cortisol*, *adrenalin*, *epinephrine*. Sehingga

dapat menurunkan tingkat stres kerja yang dialami oleh perawat. *Endorphin* merupakan hormon yang akan diproduksi dan dikeluarkan oleh *pituitary gland*, yang akan dilepaskan ketika seseorang melakukan aktifitas fisik dan pada saat tertawa (Ramdhani, 2013). Menurut Rokade (2011) hormon *endorphin* berperan dalam perasaan senang dan emosi yang positif. Artinya ketika hormon *endorphin* diaktifkan terus menerus maka hormon *cortisol*, *adrenalin*, *epinephrine* akan semakin turun dan tingkat stres kerja perawat pasien stroke akan semakin rendah.

Hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa secara umum perawat pasien stroke memiliki *sense of humor* yang sedang dengan tingkat stres kerja yang rendah dan koefisien pada penelitian ini memiliki nilai negatif. Hal ini bermakna bahwa kenaikan pada tingkat *sense of humor* akan diikuti dengan penurunan dari tingkat stres kerja. Artinya semakin tinggi tingkat *sense of humor* perawat pasien stroke maka tingkat stres kerjanya akan semakin menurun. Begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat *sense of humor* yang dimiliki oleh perawat pasien stroke maka tingkat stres kerja perawat tersebut akan semakin tinggi. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa banyaknya subjek penelitian yang berada pada kategori sedang dengan stres kerja yang rendah. Hasil penelitian yang dilakukan oleh

Widyowati dan Priambodo (2016) menunjukkan hal yang sama yaitu kepekaannya terhadap humor memiliki korelasi yang signifikan dengan stres kerja pada pegawai dan berkontribusi pada stres kerjanya.

Aspek pertama yaitu *humor production*, nilai empirik lebih tinggi dibandingkan dengan nilai hipotetik. Artinya perawat pasien stroke rata-rata memiliki kecenderungan untuk memproduksi humor. Aspek yang kedua yaitu *coping with humor*, secara umum nilai empirik lebih besar dibandingkan dengan nilai hipotetik. Artinya perawat pasien stroke memiliki kemampuan untuk menggunakan humor dalam mengatasi masalah-masalah emosional atau stres kerja. Aspek ketiga yaitu *humor appreciation*, secara umum nilai empirik lebih tinggi dibandingkan dengan nilai hipotetik penelitiannya. Artinya perawat pasien stroke memiliki kemampuan untuk mengapresiasi setiap humor dan kelucuan-kelucuan yang ada disekitarnya. Selanjutnya aspek keempat yaitu *attitude toward humor and humorous people*, secara umum nilai empirik lebih tinggi dibandingkan dengan nilai hipotetiknya. Artinya perawat pasien stroke memiliki sikap positif terhadap humor yang ada disekitar mereka atau perawat pasien stroke mampu menerima dan merespon humor yang ada disekitarnya.

Penelitian-penelitian sebelumnya yang telah membahas *sense of humor* seperti penelitian Puspita dan Rangkuti (2015) menunjukkan *sense of humor* berkontribusi dengan tingkat kebahagiaan seseorang. Ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Thorson dan Powell (1997) yaitu individu yang mempunyai *sense of humor* yang tinggi akan tampak selalu bahagia, mampu membangkitkan emosi-emosi positif, dan terlihat lebih ceria. Artinya perawat pasien stroke yang bekerja di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi (RSSN) cenderung lebih bahagia dan jauh dari masalah stres kerja. Pada hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa secara umum perawat pasien stroke cenderung lebih bahagia dan jauh dari masalah stres kerja. Hal ini sesuai dengan banyaknya pernyataan subjek yang menunjukkan bahwa mereka tidak merasa tertekan dengan masalah-masalah yang berhubungan dengan stres kerja dan mampu mengatasi masalah-masalah tersebut tanpa harus merugikan instansi dan dirinya.

Stres kerja pada perawat pasien stroke terdiri dari tiga aspek yaitu aspek psikologis yang mengacu pada masalah kesehatan. Secara umum rata-rata empiris lebih rendah dari pada rata-rata hipotetik. Artinya perawat pasien stroke tidak menunjukkan masalah-masalah kesehatan yang berhubungan dengan stres kerja. Aspek kedua yaitu psikologis mengacu

pada masalah emosi. Secara umum rata-rata empiris lebih rendah dari pada rata-rata hipotetik. Artinya perawat pasien stroke tidak menunjukkan adanya masalah-masalah emosi yang berhubungan dengan stres kerja perawat. Selanjutnya aspek ketiga perilaku, mengacu pada sikap perawat pada pekerjaan dan lingkungan kerjanya. Secara umum *mean* empiris lebih rendah dibandingkan dengan *mean* hipotetik. Artinya perawat tidak menunjukkan munculnya perubahan-perubahan sikap terhadap pekerjaan perawat dalam merawat pasien stroke.

Secara keseluruhan pada penelitian ini, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa teori-teori yang telah dikemukakan oleh para ahli yang berkaitan dengan hasil penelitian yang diteliti oleh peneliti pada perawat pasien stroke yang bekerja di Rumah Sakit Stroke Nasional Bukittinggi (RSSN) bahwa tingkat *sense of humor* perawat rata-rata berada pada kategori sedang, sedangkan kategori tingkat stres kerja rata-rata perawat pasien stroke di RSSN berada pada kategori rendah. Serta teori-teori yang telah diteliti oleh para ahli berkaitan dengan hasil penelitian ini telah diteliti oleh peneliti dan diperoleh hasil bahwa semakin tinggi *sense of humor* maka semakin rendah tingkat stres kerja perawat pasien stroke. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat kontribusi *sense of humor*

terhadap stres kerja pada perawat pasien stroke.

perawat cenderung menurun, dan begitu pula sebaliknya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengujian hipotesis mengenai kontribusi *sense of humor* terhadap stres kerja, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Secara umum tingkat *sense of humor* perawat pasien stroke berada pada kategori sedang. Hal ini berarti perawat cenderung memiliki *sense of humor* yang berperan penting dalam melakukan perawatan pada pasien stroke.
2. Secara umum stres kerja perawat pasien stroke berada pada kategori rendah. Hal ini berarti meskipun pekerjaan perawat memiliki sumber stresor yang cukup tinggi, itu semua tidak membuat mereka merasa tertekan dengan pekerjaannya.
3. Terdapat kontribusi *sense of humor* terhadap tingkat stres kerja pada perawat pasien stroke. Korelasi koefisien dalam penelitian ini bernilai negatif yang artinya jika tingkat *sense of humor* meningkat maka stres kerja

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah dikemukakan sebelumnya, dikemukakanlah beberapa saran yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian ini diharapkan agar perawat pasien stroke mulai mengembangkan *sense of humor* yang dimilikinya sebagai cara untuk mengatasi masalah stress pada saat menghadapi situasi yang cenderung menekan ditempat kerja.
2. Disarankan kepada instansi rumah sakit agar dapat membuat program-program mengenai cara menghadapi masalah stres kerja pada perawat pasien stroke dengan memanfaatkan karakteristik kepribadian *sense of humor* yang dimiliki perawat.
3. Disarankan bagi peneliti selanjutnya dapat menindaklanjuti penelitian ini dengan memperdalam masalah yang akan diteliti dan mempertimbangkan faktor lain yang dapat memberi pengaruh yang lebih besar terhadap stres kerja pada perawat pasien stroke.

DAFTAR RUJUKAN

Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi. Edisi kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Desima, Riza. (2013). Tingkat stres kerja perawat dengan perilaku caring perawat. *Jurnal Keperawatan*, 4(1), 43-55.

- Dinata, C. A., Safrita, Y., & Sastri, S. (2013). Gambaran faktor resiko dan tipe stroke pada pasien rawat inap di bagian penyakit dalam RSUD Kabupaten Solok Selatan periode 1 Januari 2010-31 Juni 2012. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 2(2), 57-61.
- Fitriani, A., & Hidayah, N. (2012). Kepekaan humor dengan depresi pada remaja ditinjau dari jenis kelamin. *Jurnal Humanitas*, 9(1), 76-89.
- Gibson, J. L., Invancevich, J. M., & Donnelly, J. H. (1985). *Organization. behavior structure processes*. Jakarta: Erlangga.
- Greenberg, J. S. (2008). *Comprehensive stress management 10th ed*. Noy York: McGraw-Hill.
- Gregson, Terry. (2007). *Life without stress*. Jakarta: Prestasi Pustaka Karya.
- Hartanti. (2002). Peran sense of humor dari dukungan sosial pada tingkat depresi penderit dewasa pascastroke. *Anima Indonesia Psychological Journal*, 17(2), 107-119.
- Joice, S., Jones, M., & Johnston, M. (2012). Stress of caring and nurses' beliefs in the stroke rehabilitation environment: a cross-sectional study. *International Journal of Therapy and Rehabilitation*, 19(4), 209-216.
- Lussier, R. N. (2008). *Human relation in organizations*. New York: McGraw-Hill.
- Permata, Novita. (2018, Maret 17). *Yuk, kenali apa saja tugas perawat di rumah sakit!* Retrieved Maret 7, 2019, from Klikdokter.com: <https://www.klikdokter.com/info-sehat/read/3381419/yuk-kenali-apa-saja-tugas-perawat-di-rumah-sakit>.
- Puspita, A., & Rangkuti, R. A. (2015). Hubungan sense of humor dengan kebahagiaan pada lansia. *Jurnal Pemikiran & Penelitian Psikologi*, 10(1), 25-30.
- Putri, F. L. (2017). *Studi korelasi antara sense of humor dengan tingkat stress pada mahasiswa Fakultas Psikologi UNPAD yang sedang menyusun penelitian skripsi*. Jatinangor: Universitas Padjadjaran.
- Ramdhani, Neila. (2013). Terapi tawa untuk menurunkan stres pada penderita hipertensi. *Jurnal Psikologi*, 40(1), 15-27.
- Robbins, Stephen P., & Judge, Timothy A. (2013). *Organizational behavior edition 15*. New Jersey: Person Education.
- Rokade, P B. (2011). Release of endomorphin hormone and its effect on our body and moods: a review. *International Conference on Chemical, Biological and Environment Sciences*, 436-438.
- Safaria, Triantoro., & Saputra, Nofrans Eka. (2009). *Managemen Emosi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Saidah, N., Ekawati., & Widjasena. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada staf administrasi ruangan di RSUD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 94-102.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Tariq, Q., & Naima, A. K. (2013). Relationship of sense of humor and mental health: a correlation study.

- Asian Journal of Social Sciences & Humanites*, 2(1), 333-339.
- Widyowati, A., & Priambodo, E. P. (2016). Hubungan antara kepekaan humor dengan stres kerja pada pegawai Balai Karantina Pertanian Kelas I Semarang Jawa Tengah. *Jurnal Psikologika*, 21(1), 47-56.
- Winarsunu, T. (2009). *Statistik psikologi dan pendidikan*. Malang: UMM Press.
- Zulkarnain., & Novliadi, Ferry. (2009). Sense of humor dan kecemasan menghadapi ujian di kalangan mahasiswa. *Majalah Kedokteran*, 42(1), 48-54.