

Anugerah Kori (2008). "Terapi Tawa dan Stres Kerja pada Perawat Kamar Bedah". Skripsi Sarjana Strata 1. Surabaya: Fakultas Psikologi Universitas Surabaya.

INTISARI

Dalam kehidupan sehari-hari, seorang yang bekerja terkadang mengalami stres kerja. Penyebabnya pun bermacam-macam antara lain, relasi dengan orang lain, masalah dengan pekerjaan itu sendiri, dan masalah keluarga. Stres kerja dapat dialami oleh siapa saja, termasuk perawat. Perawat mempunyai tanggung jawab yang besar, baik terhadap tugas yang diberikan oleh atasannya maupun tanggung jawab terhadap pasien yang ditanganinya. Bila perawat mengalami stres akan berpengaruh pada kinerja dan produktivitasnya. Oleh karena itu, perlu dilakukan suatu penanganan khusus supaya stres tidak berkelanjutan, salah satu alternatifnya adalah terapi. Terapi untuk menangani stres pun beragam, ada terapi air dan relaksasi. Untuk saat ini telah ada inovasi baru dari terapi, yaitu terapi tawa. Terapi tawa bisa digunakan untuk meredakan stres kerja yang dialami oleh para perawat.

Penelitian ini, ingin mengetahui apakah terapi tawa dapat menurunkan stres kerja pada perawat, khususnya perawat kamar bedah. Dalam penelitian ini, yang menjadi variabel bebas adalah terapi tawa. Variabel tergantung adalah stres kerja.

Jenis penelitian ini adalah *quasi eksperimental* (bukan eksperimen sesungguhnya) dan desain yang digunakan adalah *two group pretest-posttest control group design*. Subjek penelitian adalah perawat bedah di gedung bedah pusat terpadu (GBPT) RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Terdiri atas 10 perawat pelatihan di luar RSUD Dr. Soetomo, sebagai kelompok eksperimen dan 7 perawat dalam GBPT, sebagai kelompok kontrol. Analisis data menggunakan parametrik, dengan uji-t sampel berpasangan dan uji-t sampel individu.

Hasil uji statistik parametrik menunjukkan nilai signifikansi $0,000 < \alpha = 0,01$, sehingga terdapat perbedaan skor stres kerja yang sangat signifikan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah terapi. Hal ini disebabkan karena kesungguhan dari subjek untuk mengikuti semua kegiatan proses terapi. Jumlah subjek yang mengikuti cukup berpengaruh, karena terapi tawa merupakan terapi kelompok yang dilakukan oleh beberapa orang.

Kata kunci: stres kerja, terapi tawa, perawat bedah.