



## Hubungan Lingkungan Dan Sosial Budaya Dengan Stress Kerja Perawat

**Alivia Intan Fahrully**

Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

[aliviainanf@gmail.com](mailto:aliviainanf@gmail.com)

**Solehudin**

Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

[solehsolehudin412@gmail.com](mailto:solehsolehudin412@gmail.com)

**Lannasari**

Prodi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia Maju Jakarta

Alamat: Jl. Harapan No. 50 Lenteng Agung, Jagakarsa, Jakarta Selatan

Korespondensi penulis: [aliviainanf@gmail.com](mailto:aliviainanf@gmail.com)

**Abstract.** Indonesian nurses in Japan have pressures such as language barriers, culture, halal food for Muslims and long working hours which will make it difficult to find prayer time, these things which make it difficult for Indonesian workers will certainly have an impact on mental health, while the region, style life. and jobs that can cause stress and anxiety. The aim of the research is to determine the relationship between environment and socio-culture with the work stress of Indonesian nurses in Japan. This research method is correlation analysis with a cross sectional study design. Respondents totaled 40 people using the total sampling method. Using 3 questionnaires, namely Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS 21), Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS), and Revised Sociocultural Adaptation Scale (SCAS-R) questionnaire. Statistical analysis uses the Chi-Square test. The research results showed that the relationship between the environment and the work stress level of Indonesian nurses in Tokyo, Japan obtained a p-value of 0.002. The socio-cultural relationship with nurses' work stress levels obtained a p-value of 0.001. The conclusion is that there is an environmental and socio-cultural relationship with the work stress level of Indonesian nurses in Tokyo, Japan.

**Keywords:** Nurse; Work Stress; Environment; Socio-Cultural

**Abstrak.** Perawat Indonesia di Jepang mempunyai tekanan-tekanan seperti kendala bahasa, budaya, makanan halal bagi umat muslim dan jam kerja yang panjang akan membuat sulitnya mencari waktu sholat, hal-hal yang menyulitkan pekerja Indonesia ini tentunya akan berdampak pada kesehatan mental, sedangkan wilayah, gaya hidup. dan pekerjaan yang dapat menyebabkan stres dan kecemasan. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan lingkungan dan sosial budaya dengan stres kerja perawat Indonesia di Jepang. Metode penelitian ini merupakan analisis korelasi dengan desain studi cross sectional. Responden berjumlah 40 orang dengan metode total sampling. Menggunakan 3 kuesioner yaitu *Depression Anxiety Stress Scale 21* (DASS 21), *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), dan kuesioner *Revised Sociocultural Adaptation Scale* (SCAS-R). Analisis statistik menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian bahwa hubungan lingkungan dengan tingkat stres kerja perawat Indonesia di Tokyo, Jepang diperoleh p-value sebesar 0,002. Hubungan sosial budaya dengan tingkat stres kerja perawat diperoleh p-value sebesar 0,001. Kesimpulannya yaitu terdapat hubungan lingkungan dan sosial budaya dengan tingkat stres kerja perawat Indonesia di Tokyo, Jepang.

**Kata kunci:** Perawat; Stres Kerja; Lingkungan; Sosial Budaya

### LATAR BELAKANG

Stress adalah reaksi atau respon fisik terhadap stressor psikososial. Stress kerja adalah kondisi dimana seorang individu dihadapkan pada kesempatan, keterbatasan ataupun tuntutan

sesuai harapan dengan hasil yang ingin dicapai dalam kondisi penting dan tidak menentu. Perawat sebagai salah satu diagonal utama pada praktek kesehatan, dilaporkan tingkat stress tertinggi (Hakman et al., 2021). Area terkait stress utama diantara perawat studi adalah faktor waktu karena sebagian besar dari mereka melaporkan kurangnya waktu untuk melakukan tugas, beban kerja yang tinggi, kebutuhan mereka untuk bergegas untuk melakukan tugas, dan tidak ada waktu untuk istirahat (Safitri & Astutik, 2019). *The National Institute Occupational Safety and Health* (NIOSH) menunjukkan bahwa pekerjaan-pekerjaan yang berhubungan dengan rumah sakit atau kesehatan memiliki kecenderungan tinggi untuk terkena stress kerja atau depresi (Mariana & Ramie, 2021). Menurut *American National for Occupational Health* (ANAHO) kejadian stress kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stress pada pekerja (Rhamdani & Wartono, 2019).

Menurut Ohue et.al (2021), terdapat laporan di seluruh dunia tentang kesehatan mental perawat yang terlibat dengan pasien COVID-19, petugas kesehatan menunjukkan masalah kesehatan mental seperti gangguan stress pasca trauma (PTSD), depresi, gangguan kecemasan, dan gangguan tidur. Di Jepang, hasil survei yang dilakukan oleh *Japanese Nursing Association* menunjukkan bahwa 15,4% respon di rumah sakit, perawat dan perawat praktik telah mengundurkan diri, memberikan alasan perubahan lingkungan kerja dan resiko infeksi sehubungan dengan penyebaran infeksi COVID-19. Setelah tanggapan ini dipersempit pada lembaga medis yang ditunjuk secara publik untuk penyakit menular dan lembaga medis yang bekerja sama, jumlahnya meningkat menjadi 21,3%. Ini jauh melebihi tingkat pemisahan 10,7% untuk perawat penuh waktu dalam keadaan normal (Ohue et al., 2021).

Tanggapan menunjukkan bahwa dalam banyak kasus, alasan untuk mengundurkan diri adalah karena tidak menapat dukungan dari keluarga. 20,5% perawat menjawab bahwa mereka pernah mengalami diskriminasi dan prasangka. Dalam konteks turnover ini, seperti yang diharapkan, niat untuk mengundurkan diri jelas ada, dan diyakini bahwa mengurangi niat untuk mengundurkan diri menyebabkan penurunan turnover (Deswarta et al., 2021). Aktivitas turnover ini secara negatif mempengaruhi kinerja dan produktifitas kerja, menurunkan komitmen organisasi perawat yang terus bekerja, meningkatkan kelelahan dan mengarah ke lingkaran setan lebih banyak turnover. Mempertimbangkan untuk mencari solusi masalah perawat yang meninggalkan pekerjaannya dan mencegah peningkatan turnover sangat penting selama pandemik. Secara umum, turn over dikaitkan dengan burnout, dan pencegahan burnout dilaporkan efektif dalam mengurangi turnover diantara perawat (Giranda et al., 2024).

Kemampuan manusia beradaptasi berbeda pada setiap individu, lingkungan dan sosial budaya adalah faktor utama yang mempengaruhi kesehatan psikologis. Lingkungan adalah keadaan sekitar yang mempengaruhi perkembangan dan tingkah laku makhluk hidup (Sulistiyowati, 2019). Istilah sosial budaya merupakan bentuk gabungan dari istilah sosial yang berarti masyarakat, dan budaya dalam arti semua hasil karya, rasa, dan cipta masyarakat. Sosial budaya dalam arti luas mencakup segala aspek kehidupan (Hidayat & Mesra, 2023).

Perawat Indonesia dan Philipina yang bekerja di bawah Kementerian Kesehatan Saudi Arabia cenderung memiliki tingkat stress yang sedang. Penelitian ini dilakukan terhadap 300 perawat Indonesia dan Philipina dengan mengukur variable wilayah, gaya hidup dan pekerjaan yang dapat menyebabkan stress dan kecemasan (Indriati & Usman, 2022). Menurut Yamamoto et.al (2018), 72 perawat dan calon perawat menanggapi survei, secara keseluruhan 79,2% dari mereka merasa bingung tentang perbedaan antara bekerja di Jepang dan negara asal dan memiliki beban kualitatif dan fisik sebagai akibat pekerjaan. Beban kuantitatif pekerjaan, lingkungan kerja, dan pemahaman SOC terkait dengan keakraban dengan kehidupan dan pemahaman bahasa Jepang (Miller et al., 2019).

Berdasarkan Economic Partnership Agreement (EPA), calon perawat dan care worker dari Indonesia mulai tiba di Jepang pada Agustus di tahun yang sama. Selain itu, tinggal dan bekerja di Jepang, negara dengan budaya yang mungkin sangat berbeda dari budaya asalnya dapat menjad sumber stress tambahan (Fukui et al., 2022). Jepang masih belum matang dalam hal koeksistensi multicultural. Karena Jepang memiliki masyarakat monocultural yang kuat, kebijakan multicultural di kota-kota lokal dimaksudkan untuk mempromosikan integrasi penduduk non-Jepang ke dalam wilayah lokal daripada menciptakan masyarakat yang menerima latar belakang budaya yang berbeda. Tekanan sehari-hari ini mungkin berdampak pada kesehatan mental pekerja imigran (Sato et al., 2016).

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti tanggal 29 September 2022 di Asosiasi IPMI (Ikatan Perawat Muslim Indonesia) Jepang terhadap terhadap 19 orang perawat Indonesia 50% terdapat indikasi perawat Indonesia yang mengalami stress kerja seperti merasakan kelelahan, cepat bosan, kurang betah, sulit berkonsentrasi, merasa kurang nyaman, merasa tertekan dan lain-lain yang disebabkan perbedaan budaya, kendali terhadap beban kerja dan hubungan antar teman kerja. Berdasar hal tersebut dari segi lingkungan, sosial budaya, iklim, perbedaan waktu, perbedaan bahasa dan pola pikir, serta lingkungan kerja, dari berbagai faktor tersebut individu akan mudah mengalami stress.

Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan lingkungan dan sosial budaya dengan stres kerja perawat Indonesia di Jepang.

## **KAJIAN TEORITIS**

Konsep dasar lingkungan sosial merujuk pada pemahaman tentang bagaimana individu saling berinteraksi dalam konteks sosial mereka. Struktur sosial mengacu pada pola-pola yang terbentuk dari hubungan antarindividu dalam masyarakat. Ini mencakup status, peran, dan hierarki sosial yang membentuk kerangka interaksi sosial. Norma sosial adalah aturan atau standar perilaku yang diterima dalam suatu masyarakat. Mereka menentukan apa yang dianggap tepat atau tidak tepat, baik atau buruk dalam interaksi sosial (Zaid et al., 2021).

Peran sosial adalah perilaku yang diharapkan dari individu berdasarkan status sosial mereka dalam masyarakat. Setiap individu biasanya memiliki beberapa peran, seperti peran sebagai anak, siswa, karyawan. Kelas sosial mengacu pada kelompok-kelompok dalam masyarakat yang memiliki tingkat akses terhadap sumber daya dan kesempatan yang serupa (P. Nugraha & Kustanti, 2018). Kelas sosial dapat memengaruhi interaksi sosial dan kehidupan sehari-hari individu.

Konsep budaya sosial merujuk pada cara di mana budaya memengaruhi dan membentuk interaksi sosial serta struktur masyarakat. Norma dan nilai-nilai budaya membentuk landasan bagi interaksi sosial dalam masyarakat. Norma adalah aturan-aturan yang mengatur perilaku yang diterima dalam suatu kelompok atau masyarakat, sementara nilai-nilai merupakan keyakinan yang dianggap penting oleh suatu kelompok masyarakat (Setiyadi et al., 2023).

Bahasa adalah salah satu aspek budaya yang paling penting dalam interaksi sosial. Bahasa tidak hanya sebagai alat komunikasi, tetapi juga mencerminkan nilai-nilai, keyakinan, dan struktur sosial dalam masyarakat. Agama dan kepercayaan merupakan aspek penting dari budaya sosial yang mempengaruhi norma, nilai-nilai, dan praktik-praktik sosial dalam masyarakat (Bidayaturrohmah, 2023). Mereka sering kali menjadi sumber moral dan etika yang mengatur perilaku sosial.

Stress kerja perawat adalah tekanan fisik, mental, dan emosional yang timbul dari tuntutan pekerjaan dalam profesi perawatan kesehatan. Perawat sering kali menghadapi beban kerja yang berat, termasuk tugas-tugas fisik yang memerlukan kekuatan dan stamina, serta tanggung jawab emosional yang tinggi dalam merawat pasien yang sakit atau mengalami penderitaan (Padila & Andri, 2022). Perawat sering berinteraksi dengan pasien dan keluarga mereka dalam situasi yang emosional, termasuk kematian, penderitaan, dan krisis kesehatan.

Keterlibatan emosional ini dapat menyebabkan stres tambahan karena perawat merasakan beban emosional yang tinggi (Siswadi et al., 2021).

Lingkungan kerja perawat sering kali dipenuhi dengan ketidakpastian, seperti perubahan kondisi pasien yang tiba-tiba, keputusan medis yang mendesak, atau keadaan darurat yang tidak terduga. Ketidakpastian ini dapat menimbulkan stres karena perawat harus siap untuk merespons dengan cepat. Perawat sering kali harus mengelola volume informasi yang besar, termasuk informasi medis, instruksi perawatan, dan dokumentasi pasien (Masruro & Musoli, 2022). Overload informasi ini dapat menyebabkan stres dan kelelahan mental.

Lingkungan kerja perawat sering kali ditandai dengan beban kerja yang tinggi. Mereka mungkin harus menghadapi jumlah pasien yang besar, tuntutan waktu yang ketat, dan tanggung jawab yang berat dalam merawat pasien yang sakit atau cedera. Beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan stres dan kelelahan fisik maupun mental. Faktor-faktor lingkungan fisik seperti kebisingan, suhu yang tidak nyaman, atau fasilitas yang kurang memadai juga dapat berkontribusi terhadap stres kerja perawat (Martini et al., 2022).

## METODE PENELITIAN

Penelitian Metode penelitian ini merupakan analisis korelasi dengan desain studi cross sectional. Responden berjumlah 40 perawat Indonesia yang bekerja di panti Lansia Tokyo, Jepang. Teknik pengambilan sampel dengan metode *Total Sampling*. Pengambilan data menggunakan 3 kuesioner yaitu *Depression Anxiety Stress Scale 21* (DASS 21), *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS), dan kuesioner *Revised Sociocultural Adaptation Scale* (SCAS-R). Analisis statistik menggunakan uji Chi-Square.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Hubungan Lingkungan dengan Stress Kerja Perawat

Tabel 2. Hubungan Lingkungan dengan Stress Kerja Perawat Indonesia di Jepang

Lingkungan	Tingkat Stres						<i>p-value</i>	OR	CI 95%
	Ringan		Berat		Total				
	F	%	F	%	F	%			
Tinggi	18	45.0	5	12.5	23	57.5	0,002	8.64	

Rendah	5	12.5	12	30.0	17	42.5			2.050- 36.423
Total	23	57,5	17	42.5	40	100.0			

Hasil analisa tabel 2, bahwa dari responden sebanyak 40 orang, responden yang memiliki dukungan tinggi dari lingkungan dengan stress ringan sebanyak 18 orang (45%), dan responden yang memiliki dukungan tinggi lingkungan dengan tingkat stress berat sebanyak 5 orang (12,5%). Sedangkan responden yang mendapat dukungan lingkungan yang rendah dengan stress berat sebanyak 12 orang (30%). Table diatas setelah dilakukan Uji Chi-Square didapatkan nilai p-value sebesar  $0,002 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Lingkungan Dengan Tingkat Stress kerja Perawat Indonesia di Tokyo, Jepang. Nilai *Odds Ratio* 8.640 yang menunjukkan bahwa dengan dukungan dari lingkungan yang rendah dengan stress ringan memiliki peluang 8 kali daripada responden yang memiliki dukungan tinggi lingkungan dengan stress berat.

## 2. Hubungan Sosial Budaya dengan Stress Kerja Perawat

Tabel 3. Hubungan Sosial Budaya dengan Stress Kerja Perawat Indonesia di Jepang

Sosial Budaya	Tingkat Stres						<i>P-value</i>	OR	CI 95%
	Ringan		Berat		Total				
	F	%	F	%	F	%			
Rendah	18	45,0	3	7,5	23	52,5	0,001	16,8	3.417- 82,603
Tinggi	5	12,5	14	35,0	19	47,5			
Total	23	57,5	17	42,5	40	100			

Hasil analisa tabel 3, menunjukkan bahwa bahwa dari responden sebanyak 40 orang perawat yang memiliki nilai beradaptasi rendah sosial budaya dengan tingkat stress ringan sebanyak 18 orang (45,0%), dan nilai beradaptasi tinggi sosial budaya dengan tingkat stress berat sebanyak 3 orang (7,5%). Sedangkan perawat yang dapat nilai adaptasi tinggi sosial budaya dengan tingkat stress ringan sebanyak 5 orang (12,5%), dan perawat yang nilai adaptasi tinggi sosial budaya dengan tingkat stress berat sebanyak 14 orang (35%). Dari tabel diatas dapat dilihat setelah dilakukan Uji Chi-Square didapatkan nilai p-value sebesar  $0,001 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada Hubungan Sosial Budaya dengan Tingkat Stress Kerja Perawat di Tokyo, Jepang. Nilai *Odds Ratio* 16.800 yang menunjukan bahwa nilai adaptasi rendah sosial budaya memiliki peluang 16 kali dengan tingkat stress ringan dari nilai adaptasi tinggi sosial budaya dengan tingkat stress berat.

## Pembahasan

### 1. Hubungan Lingkungan dengan Stress Kerja Perawat

Hasil penelitian ini didapatkan hasil *p-value* sebesar  $0,002 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan lingkungan dengan tingkat stress kerja perawat di Tokyo, Jepang. Nilai *Odds Ratio* 8,640 yang menunjukkan bahwa dukungan lingkungan yang rendah dengan stress ringan memiliki peluang 8 kali dari pada dukungan lingkungan tinggi dengan tingkat stress berat.

Berdasarkan beberapa pendapat mengenai lingkungan, dapat dijelaskan bahwa pada kondisi dukungan lingkungan yang buruk, pekerja dapat bersikap acuh tak acuh pada tugasnya, tidak tumbuh motivasi untuk berkreasi, stress kerja, produktivitas merosot yang pada akhirnya dalam kondisi yang paling jelek akan terjadi eksodus pekerja ke organisasi lain yang memiliki dukungan lingkungan yang baik (Badri, 2020). Pada umumnya seseorang lebih senang dengan kondisi dukungan dari lingkungan sekitar yang baik dan nyaman. Dengan demikian sangatlah penting memperhatikan hal ini sebagai salah satu cara untuk menurunkan tingkat stress, dengan membentuk kondisi lingkungan yang baik (Sofiantika & Susilo, 2020).

Sebagai pekerja asing yang hidup dalam lingkungan budaya yang asing. Tidak dapat dihindari bahwa perawat Indonesia mengalami berbagai tingkat “gesekan” hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor lingkungan mempengaruhi tingkat psikologi perawat. Adaptasi lingkungan sosial budaya seperti komunikasi interpersonal dan kemampuan menguasai Bahasa Jepang sangat menentukan tingkat stress perawat yang bekerja di Jepang (Arita et al., 2022). Faktor lingkungan memang mempengaruhi tingkat stress kerja, stress kerja bisa disebabkan oleh adanya gangguan dalam organisasi, lingkungan dan individu itu sendiri (Greenberg et al., 2020). Perbedaan penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian tersebut adalah penelitian tersebut menggunakan metode wawancara, dan disajikan dalam bentuk narasi, hubungan dengan lingkungan kerja. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan metode cross sectional study dan variabel dependen lingkungan yang bukan hanya lingkungan kerja tetapi meliputi lingkungan sekitar, keluarga serta teman (Shakya et al., 2018). Persamaan penelitian yang peneliti lakukan dengan penelitian tersebut adalah pola interaksi dari latar belakang sosial budaya.

Dalam hal komunikasi dengan pasien, ada semacam kesenjangan komunikasi antara perawat Indonesia dan pasien Jepang. Sebagian besar perawat Indonesia yang diwawancarai untuk penelitian ini bekerja di rumah sakit atau fasilitas perawatan dimana sebagian besar pasien atau penghuninya adalah lansia, terbaring di tempat tidur atau pikun, sehingga membutuhkan perawatan total. Karena gangguan fisik atau mental tersebut, pasien ini mengalami kesulitan dalam komunikasi verbal hingga sulit bagi mereka untuk mengetahui bagian tubuh mana yang sakit dan apa yang mereka butuhkan (Bozdağ & Ergün, 2021). Selain itu, lansia yang tinggal di luar Tokyo biasanya berbicara dalam dialek, dan bukan dalam bahasa Jepang standar, oleh karena itu komunikasi antara kedua belah pihak menjadi semakin sulit. Namun demikian, sebagian besar perawat Indonesia merasa bahwa pasien mereka sangat ramah dan menghargai.

## 2. Hubungan Sosial Budaya dengan Stress Kerja Perawat

Hasil penelitian didapatkan nilai *p-value* sebesar  $0,001 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan sosial budaya dengan tingkat stress kerja perawat Indonesia di Tokyo, Jepang. Nilai *Odds Ratio* 16.800 yang menunjukkan bahwa nilai adaptasi rendah dari sosial budaya memiliki peluang 16 kali dengan tingkat stress ringan daripada nilai adaptasi tinggi dari sosial budaya dengan tingkat stress berat.

Mengenai komunikasi dengan staf Jepang, sebagian besar perawat Indonesia mampu berkomunikasi dengan staf Jepang di tingkat SD Jepang. Namun ini tidak berarti bahwa mereka berkomunikasi “secara terbuka dan bebas” tentang pekerjaan mereka. Hal ini terlihat jelas dalam interaksi mereka dengan anggota staf senior seperti kepala perawat di beberapa rumah sakit tertentu, situasi tersebut tampaknya semakin diperparah oleh perbedaan budaya yang terkait dengan pola sehari-hari (Khatiwada et al., 2021). Dalam kaitannya dengan budaya kerja, sebagian besar perawat Indonesia mengalami gegar budaya terkait perbedaan etos kerja. Dalam satu kasus seperti itu, kekakuan jam kerja di Jepang, pembagian yang ketat antara jam kerja dan waktu senggang, biasanya tidak terlibat dalam obrolan ringan selama jam kerja dan terus bergerak, sedemikian rupa sehingga mereka tidak dapat melakukan hal lain selain itu (Barbati et al., 2022).

Seorang Antropolog yang terkenal tentang studinya tentang keterlibatan orang-orang yang terpinggirkan. Dalam interaksi sosial budaya yang saling bertentangan. Dalam pandangan gesekan, yang didefinisikan sebagai konektivitas yang tidak sempurna antara orang-orang dari budaya dan strata Sosial-Ekonomi yang berbeda, dapat menjadi kreatif ketika memberikan perekat yang memberi makna pada interaksi budaya. Dari studinya tersebut menunjukkan, bagaimanapun bahwa dengan tidak adanya upaya khusus, gesekan



juga dapat menghalangi proses penyesuaian yang mulus dalam pengaturan budaya yang tidak dikenal (Hapsari & Hamamah, 2020). Perbedaan sosial budaya dalam medan transnasional seperti yang dialami oleh perawat Indonesia di Jepang dapat menimbulkan “Gesekan”. Terutama penting dalam hal ini adalah bahwa gesekan muncul dari interaksi yang beragam dan saling bertentangan di seluruh latar belakang sosial budaya individu perawat seperti usia, status perkawinan, Etnis, nilai-nilai keluarga dan hubungan, pengalaman kerja, motivasi diri dan harapan pada satu sisi, dan budaya kerja serta landasan kelembagaan dari lingkungan kerja mereka di sisi lain. Studi ini menemukan bahwa gesekan menghasilkan efek atau konsekuensi yang tidak dapat diprediksi, yang dapat mendukung atau membatasi. Mereka terbukti dapat mendukung atau membatasi dalam hal penyesuaian perawat Indonesia terhadap latar belakang budaya asing, dan hal ini pada gilirannya terbukti sangat berperan dalam membentuk keputusan mereka, apakah mereka harus terus bekerja di Jepang atau kembali ke rumah (Alam & Wulansari, 2012).

Faktor utama yang mempengaruhi status kesehatan mental adalah jenis kelamin dan status perolehan kualifikasi nasional. Diperlukan sistem dukungan yang berkesinambungan dan komprehensif bagi pekerja imigran EPA (*Economic Partnership Agreement*) Indonesia. Penelitian ini meneliti perawat Indonesia yang bekerja di Jepang dengan perbedaan budaya dan bahasa yang dapat menambah sumber stress. Menggunakan kuesioner GHQ 28 (*General Health Questionnaire*) yang dapat mengetahui gejala somatik, kecemasan dan insomnia, disfungsi sosial, dan depresi berat. Desain penelitian menggunakan korelasi deskriptif, dengan teknik pengumpulan data menggunakan survey dan kuesioner (Fukui et al., 2022).

Persamaan dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu meneliti hubungan dengan perbedaan budaya yang dapat menambah sumber stress. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah kuesioner sosial budaya, peneliti menggunakan kuesioner skala adaptasi sosiokultural/*Socio Cultural Adaptation Scale* (SCAS). Dengan menggunakan *Revised Sociocultural Adaptation Scale* (SCAS-R). Skor total menunjukkan tingkat kompetensi dalam menyesuaikan diri dengan perbedaan sosial budaya. Skala ini mengukur jumlah keterampilan perilaku dan kognitif, yang mencerminkan kemampuan untuk menyesuaikan diri atau berinteraksi secara efektif dengan anggota masyarakat negara tuan rumah (S. Nugraha & Ohara-Hirano, 2016).

Perbedaan sosial budaya meliputi, bahasa yang berbeda, sosial dan kultural yang berbeda akan menambah sumber stress bagi imigran di suatu negara lain. Selain bekerja dengan kaum mayoritas penduduk pribumi, perawat Indonesia harus menyesuaikan diri

dengan budaya serta sosial, yang mana penyesuaian diri ini berbeda tiap individu, dengan sulitnya menyesuaikan sosial budaya ini akan menambah stress hingga mempengaruhi kualitas kerja dengan bertambahnya stress di tempat kerja (Marni & Indra, 2021).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian variabel lingkungan dari jumlah sampel 40 responden yang mendapat dukungan tinggi dari lingkungan sebanyak 23 orang. Responden yang mendapat dukungan rendah dari lingkungannya sebanyak 17 orang. Variabel sosial budaya, dari responden sebanyak 40 orang, yang nilai adaptasi rendah sosial budaya sebanyak 21 orang dan nilai adaptasi tinggi sosial budaya sebanyak 19 orang. Variabel tingkat stress, bahwa jumlah sampel sebanyak 40 responden dengan tingkat stress ringan sebanyak 23 orang sedangkan tingkat stress berat sebanyak 15 orang. Kesimpulan penelitian ada hubungan lingkungan dan sosial budaya dengan tingkat stress kerja perawat Indonesia di Tokyo, Jepang

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan sampai artikel penelitian terbit. Besar harapan, bahwa artikel ini dapat bermanfaat untuk semua

## **DAFTAR REFERENSI**

- Alam, B., & Wulansari, S. A. (2012). To Stay or Not to Stay: Diverse and Conflicting Interactions between Indonesian Nurses' Socio-Cultural Backgrounds and Their Work Environment. *Southeast Asian Studies*, 49(4), 611–628.
- Arita, K., Shibanuma, A., Carandang, R. R., & Jimba, M. (2022). Competence in Daily Activities and Mental Well-Being among Technical Intern Trainees in Japan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(6). <https://doi.org/10.3390/ijerph19063189>
- Badri, I. A. (2020). Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Stres Kerja Perawat. *Human Care Journal*, 5(1), 379. <https://doi.org/10.32883/hcj.v5i1.730>
- Barbati, A., Geraci, A., Niro, F., Pezzi, L., & Sarchiapone, M. (2022). Do Migration and Acculturation Impact Somatization? A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph192316011>
- Bidayaturohmah, A. (2023). Modal Sosial Perawat Perempuan Pada Masa Pandemi. *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Keagamaan Islam*, 20(1), 91–110. <https://doi.org/10.19105/nuansa.v20i1.8605>
- Bozdağ, F., & Ergün, N. (2021). Psychological Resilience of Healthcare Professionals During COVID-19 Pandemic. *Psychological Reports*, 124(6), 2567–2586. <https://doi.org/10.1177/0033294120965477>
- Deswarta, D., Masnur, M., & Mardiansah, A. (2021). Pengaruh Stres Kerja dan Kepuasan

- Kerja Terhadap Turnover Intention Perawat Rumah Sakit Prima Pekanbaru. *E-Bisnis : Jurnal Ilmiah Ekonomi Dan Bisnis*, 14(2), 58–63. <https://doi.org/10.51903/e-bisnis.v14i2.476>
- Fukui, E., Uchino, T., Onozaka, M., Kawashimo, T., Iwai, M., Takubo, Y., Maruyama, A., Miura, S., Sekizaki, R., Mizuno, M., Katagiri, N., Tsujino, N., & Nemoto, T. (2022). The Mental Health of Young Return Migrants with Ancestral Roots in Their Destination Country. *Journal of Personalized Medicine*, 12(11), 10–17. <https://doi.org/10.3390/jpm12111858>
- Giranda, G., Kusumajaya, H., & Maryana, M. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan keinginan pindah kerja (Turnover Intention) Tenaga Kesehatan. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(1), 1377–1386. <https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v6i1.1946>
- Greenberg, N., Docherty, M., Gnanapragasam, S., & Wessely, S. (2020). Managing mental health challenges faced by healthcare workers during covid-19 pandemic. *The BMJ*, 368(March), 1–4. <https://doi.org/10.1136/bmj.m1211>
- Hakman, H., Suhadi, S., & Nani, Y. (2021). Pengaruh Beban Kerja , Stres Kerja , Motivasi Kerja Terhadap Kinerja. *Nursing Care and Health Technology Journal*, 1(2), 47–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.56742/nchat.v1i2.17>
- Hapsari, Y., & Hamamah, H. (2020). Investigating Socio-Cultural Adaptation of International Students in Indonesian Higher Education. *Proceedings of the Brawijaya International Conference on Multidisciplinary Sciences and Technology*, 456(Bicmst), 180–184.
- Hidayat, M. F., & Mesra, R. (2023). Pola Adaptasi Sosial Masyarakat Pindahan Desa Motoling di Dusun Jauh Pelita, Desa Tondei, Motoling Barat. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(2), 1368–1375. <https://doi.org/10.58258/jime.v9i2.5102>
- Indriati, F. N., & Usman, A. M. (2022). Analisis Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Kecemasan Perawat Di Rsud Kabupaten B Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan*, 10(1), 53. <https://doi.org/10.35790/jkp.v10i1.38801>
- Khawiwada, J., Muzembo, B. A., Wada, K., & Ikeda, S. (2021). The effect of perceived social support on psychological distress and life satisfaction among Nepalese migrants in Japan. *PLoS ONE*, 16(2 February), 1–9. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0246271>
- Mariana, E. R., & Ramie, A. (2021). Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat. *Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 158–168. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.997>
- Marni, E., & Indra, R. L. (2021). Psychological Description (Stress) of Nurses in Caring for Covid-19 Patients. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 5(1), 17–23. <https://doi.org/10.36341/jka.v5i1.1837>
- Martini, I. A. O., Adriati, I. G. A. W., & Sutrisni, K. E. (2022). Meningkatkan Kepuasan Kerja Melalui Motivasi, Kepemimpinan Dan Lingkungan Kerja. *Jurnal Magister Manajemen Unram*, 11(2), 151–160. <https://doi.org/10.29303/jmm.v11i2.718>
- Masruro, A., & Musoli, M. (2022). Pengaruh Stres Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Perawat RS PKU Muhammadiyah Temanggung Anas. *Jurnal Ekonomika Dan Bisnis*, 9(2), 227–239.
- Miller, R., Tomita, Y., Ong, K. I. C., Shibanuma, A., & Jimba, M. (2019). Mental well-being of international migrants to Japan: a systematic review. *BMJ Open*, 9(11), 1–8.

<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-029988>

- Nugraha, P., & Kustanti, E. R. (2018). The Relationship Between Husband's Social Support and Dual Role Conflict in Female Nurses. *Jurnal Empati*, 7(2), 794–801. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21715>
- Nugraha, S., & Ohara-Hirano, Y. (2016). The Mental Health Predictors of Indonesian EPA Nurses and Certified Care Worker Candidates in Japan. *Japanese Psychological Research*, 58(1), 85–96. <https://doi.org/10.1111/jpr.12100>
- Ohue, T., Togo, E., Ohue, Y., & Mitoku, K. (2021). Mental health of nurses involved with COVID-19 patients in Japan, intention to resign, and influencing factors. *Medicine (United States)*, 100(31), E26828. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000026828>
- Padila, P., & Andri, J. (2022). Beban Kerja dan Stres Kerja Perawat. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 919–926. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3582>
- Rhamdani, I., & Wartono, M. (2019). Hubungan antara shift kerja, kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 2(3), 104–110. <https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2019.v2.104-110>
- Safitri, L. N., & Astutik, M. (2019). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Perawat Dengan Mediasi Stress Kerja. *Jurnal Riset Manajemen & Bisnis Dewantara*, 2(1), 13–26. <https://doi.org/10.26533/jmd.v2i1.344>
- Sato, F., Hayakawa, K., & Kamide, K. (2016). Investigation of mental health in Indonesian health workers immigrating to Japan under the Economic Partnership Agreement. *Nursing & Health Sciences*, 18(3), 342–349. <https://doi.org/10.1111/nhs.12275>
- Setiyadi, A., Wardani, N. S., Manurung, S., & Mufarokhah, H. (2023). Culture Shock And The Ability To Adjust In Indonesian Nurses Who Work Abroad. *Jurnal Keperawatan*, 15(4), 383–396. <https://journal2.stikeskendal.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/1898>
- Shakya, P., Tanaka, M., Shibanuma, A., & Jimba, M. (2018). Nepalese migrants in Japan: What is holding them back in getting access to healthcare? *PLoS ONE*, 13(9), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0203645>
- Siswadi, Y., Radiman, R., Tupti, Z., & Jufrizen, J. (2021). Faktor Determinan Stress Kerja dan Kinerja Perawat. *Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 22(1), 17–34. <https://doi.org/10.30596/jimb.v22i1.5627>
- Sofiantika, D., & Susilo, R. (2020). Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Kejadian Kecelakaan Kerja Pada Perawat Ruang Rawat Inap Di RSUD Banyumas. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, September, 249–253. <https://doi.org/https://doi.org/10.30651/jkm.v0i0.5436>
- Sulistiyowati, T. (2019). Model Adaptasi Pekerja Migran Perempuan Dalam Mengkonstruksi Identitas Sosial Di Negara Tujuan. *Jurnal Perempuan Dan Anak*, 2(1), 1. <https://doi.org/10.22219/jpa.v2i1.5633>
- Zaid, Z., Shinta, A., Aufa, M. F., & Pratondo, K. (2021). Norma Sosial dan Pengaruh Sosial terhadap Minat Vaksin Covid-19. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8(2), 91–99. <https://doi.org/https://doi.org/10.33653/jkp.v8i2.682>