

EDUKASI *COPING STRESS* KERJA PERAWAT *SHIFT* MALAM MELALUI MEDIA *BOOKLET*

Zalsa Dwi Ramdhani¹, Hermawati²

zallisaaja01@gmail.com

Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang : Perawat merupakan tenaga kesehatan yang memiliki peran penting dalam memberikan asuhan keperawatan 24 jam, termasuk pada *shift* malam yang rentan menimbulkan *stress* kerja akibat ketidakseimbangan beban kerja dan jumlah tenaga, yang jika tidak tertangani dapat berdampak pada penurunan kualitas pelayanan dan kesehatan mental. Salah satu strategi yang dapat digunakan untuk mengatasinya adalah edukasi *coping stress* melalui media *booklet* yang praktis, ringkas, dan mudah diakses. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan mengembangkan media *booklet* berjudul “*Coping Kuat, Stress Lewat*” sebagai sarana edukasi untuk meningkatkan pengetahuan perawat *shift* malam dalam mengenali dan mengelola *stress* kerja. **Metode :** Metode yang digunakan adalah pembuatan media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE) dengan bentuk *booklet* menggunakan media *Canva*. **Hasil :** Hasil luaran kegiatan ini adalah *booklet* tentang *coping stress* perawat *shift* malam yang diajukan untuk mendapatkan Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dari Direktorat Hak Cipta Indonesia, yang diharapkan dapat digunakan secara mandiri oleh perawat, mahasiswa keperawatan, dan tenaga kesehatan lain sebagai panduan praktis dalam mengelola *stress* kerja

Kata kunci: Edukasi, *Coping Stress*, perawat *shift* malam, *booklet*