
PENGARUH BEBAN KERJA MENTAL DAN STRES KERJA TERHADAP KINERJA PERAWAT RAWAT INAP DI RSUD NGANJUK

THE INFLUENCE OF MENTAL WORKLOAD AND WORK STRESS ON THE PERFORMANCE OF INPATIENT NURSES AT RSUD NGANJUK

Nadila Septi Aliffia Hapsari^{1*}, Ani Asriani Basri¹, Nafilatul Fitri¹, Fariz Zuviel Arganata¹

¹Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Informasi Artikel	Abstrak
Dikirim Sept 4, 2025 Direvisi Des 24, 2025 Diterima Apr 30, 2026	Kejadian stres kerja menurut studi internasional yang dilakukan di Inggris menunjukkan bahwa perawat memiliki tingkat stres tertinggi, hingga 3.090 kasus per 100.000 karyawan. Hasil survei Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 50,9% perawat di Indonesia mengalami stres kerja akibat beban kerja berlebih, sehingga kinerja mereka menurun. Penelitian ini bertujuan untuk menguji serta menganalisis pengaruh langsung beban kerja mental terhadap kinerja perawat, serta pengaruh tidak langsung melalui stres kerja. Studi ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Nganjuk dengan melibatkan 159 responden perawat rawat inap yang dipilih menggunakan random sampling. Terdapat 3 variabel penelitian, yaitu beban kerja mental diukur menggunakan instrumen NASA-TLX, stres kerja diukur menggunakan kuesioner ENSS, dan kinerja diukur menggunakan kuesioner adaptasi Nursalam. Data dianalisis menggunakan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja mental terbukti memberikan pengaruh yang kuat dan signifikan terhadap kinerja perawat. Hasil uji mediasi menunjukkan bahwa secara tidak langsung, beban kerja mental melalui stres kerja dapat memengaruhi kinerja perawat, tetapi pengaruh langsung lebih besar daripada pengaruh total, sehingga stres kerja bukan variabel intervening/mediasi. Kesimpulan penelitian ini yaitu beban kerja mental secara langsung dapat menurunkan kinerja perawat tanpa melalui stres kerja. Kata Kunci: beban kerja mental, kinerja, stres kerja
Corresponding Author	Abstract
Jl. Besar Ijen No.77C, Oro-oro Dowo, Kec. Klojen, Kota Malang, Jawa Timur 65119 nadilasepti36@gmail.com	<i>According to an international study conducted in England, the incidence of work stress is highest among nurses, at 3,090 cases per 100,000 employees. A 2020 survey by the Indonesian National Nurses Association (PPNI) found that approximately 50.9% of nurses in Indonesia experience work stress due to excessive workload, resulting in decreased performance. This study aims to examine and analyze both the direct effect of mental workload on nurse performance and its indirect effect through work stress. This study was conducted at RSUD Nganjuk, with 159 inpatient nursing respondents selected through random sampling. There were three research variables: mental workload, measured using the NASA-TLX instrument; work stress, measured using the ENSS questionnaire; and performance, measured using the Nursalam adaptation questionnaire. Data were analyzed using SPSS. The results of the study showed that mental workload was proven to have a strong and significant effect on nurse performance. The results of the mediation test showed that mental workload, mediated by work stress, can indirectly affect nurse performance. Still, the direct effect exceeds the total effect, so</i>

work stress is not an intervening/mediating variable. The conclusion of this study is that mental workload can directly reduce nurse performance without going through work stress.

Keywords: mental workload, nurse performance, work stress

Pendahuluan

Salah satu pekerjaan di rumah sakit yang memegang peranan penting dalam pemberian perawatan medis adalah keperawatan. Kinerja erat kaitannya dengan besarnya beban kerja dan stres kerja perawat yang dapat memengaruhi pemberian pelayanan keperawatan kepada pasien. Semakin rendah beban kerja dan stres perawat, semakin baik kinerja yang diperoleh. Presentase terbesar kejadian stres di dunia, sebanyak 74%, dialami oleh perawat yang disebabkan oleh beban kerja yang berlebihan. Sehingga stres dapat memengaruhi kondisi mental dan fisik perawat, yang berpotensi menyebabkan penurunan kualitas kinerja perawat [1].

Fenomena stres kerja sudah menjadi masalah di dunia, khususnya di Inggris sebanyak 385.000 kasus dan di Wales 11.000 sampai 26.000 kasus [2]. Stres kerja merupakan perasaan tertekan yang dirasakan karyawan saat menangani pekerjaan, yang disebabkan oleh ketidakseimbangan antara sifat pribadi mereka dan tuntutan pekerjaan serta lingkungan sekitar, dan dapat memengaruhi perilaku serta kesehatan fisik dan mental pekerja [3]. Selain itu, stres kerja merupakan suatu bentuk adaptasi terhadap ketidaksesuaian individu dengan lingkungan kerjanya, sehingga stres kerja yang terjadi pada perawat dapat mempengaruhi keselamatan dan kesehatan kerja [4].

Survei Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 50,9% perawat di Indonesia mengalami stres kerja akibat beban kerja berlebih sehingga mengakibatkan kinerja mengalami penurunan [5]. Beban kerja mental merupakan tuntutan pekerjaan yang melebihi kapasitas pekerja sehingga mengakibatkan beban kerja mental yang tinggi. Beban kerja mental dapat ditandai dengan perasaan mudah lupa, sulit berkonsentrasi, gelisah, dan mudah tersinggung [6].

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahmi tahun 2020 yang berjudul “Pengaruh Stres Kerja dan Beban Kerja terhadap Kinerja Perawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara”, stres kerja dan beban kerja secara simultan berpengaruh negatif terhadap kinerja perawat, sehingga stres kerja dan beban kerja dapat menurunkan kinerja perawat [7].

Hasil prasurvei yang dilakukan di RSUD Nganjuk menunjukkan bahwa sebagian besar pasien masih tidak puas terhadap mutu pelayanan keperawatan yang diberikan oleh tenaga perawat. Dari hasil survei kepuasan pasien, sebesar 51% keluhan paling banyak terdapat pada

pelayanan keperawatan. Berdasarkan data jumlah kunjungan pasien dalam 5 tahun terakhir, terdapat penurunan signifikan sebesar 48.731 kunjungan pasien. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kinerja perawat masih belum optimal. Salah satu faktor yang memengaruhi hal tersebut ialah beban kerja mental yang dialami perawat akibat ketidakseimbangan dalam pembagian tugas dan tanggung jawab. Hasil prasurvei pada 5 perawat menunjukkan bahwa 4 perawat mengalami beban kerja mental tinggi dan 1 perawat mempunyai beban mental agak tinggi. Penyebab beban kerja mental ini dapat dilihat berdasarkan jumlah tenaga keperawatan yang tersedia. Hasil prasurvei stres kerja dilakukan untuk mengetahui stres yang dialami oleh perawat. Survei menunjukkan bahwa 4 perawat mengalami stres kerja sedang dengan gejala pusing, mudah marah, dan tidak bersemangat dalam melakukan aktivitas, sementara 1 perawat lainnya memiliki stres kerja yang rendah.

Berdasarkan pemaparan permasalahan di atas, beban kerja mental dan stres kerja yang dirasakan perawat dapat menimbulkan masalah kesehatan dan keselamatan pekerja di kemudian hari serta memengaruhi kualitas kinerja pelayanan kesehatan di rumah sakit. Oleh karena itu, penelitian yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja Mental terhadap Kinerja Perawat Rawat Inap melalui Stres Kerja di Rumah Sakit Umum Daerah Nganjuk” perlu dilakukan dengan tujuan menganalisis pengaruh langsung beban kerja mental terhadap kinerja perawat serta pengaruh tidak langsung beban kerja mental melalui stres kerja terhadap kinerja perawat di RSUD Nganjuk.

Metode Penelitian

Studi ini dilakukan di RSUD Nganjuk, Jawa Timur. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari komite etik yang berwenang. Seluruh responden telah diberikan penjelasan mengenai penelitian dan menandatangani lembar informed consent sebelum berpartisipasi. Kerahasiaan identitas responden dijaga dan data yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian. Penelitian ini dilaksanakan selama 4 bulan.

Pengukuran beban kerja mental menggunakan kuesioner baku yang sudah diuji validitas dan reliabilitasnya, yaitu NASA-TLX. Kuesioner ini digunakan untuk mengukur beban kerja mental dengan enam dimensi: tekanan kerja mental, tekanan fisik, tekanan waktu, tekanan kinerja, tingkat kesulitan, dan tekanan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Skor akhir beban kerja dihitung dengan mengalikan nilai rating dengan nilai bobot dari masing-masing dimensi, kemudian dijumlahkan dan dibagi dengan total bobot untuk mendapatkan nilai rata-

rata dengan kategori rendah (0-9), sedang (10-29), agak tinggi (30-49), tinggi (50-79), sangat tinggi (80-100).

Pengukuran stres kerja menggunakan *Expanded Nursing Stress Scale* (ENSS), kuesioner baku yang validitas dan reliabilitasnya telah diuji. Instrumen ini memiliki 57 butir pertanyaan yang sangat relevan untuk mengukur stres kerja perawat karena dikhususkan untuk mengukur stres yang dialami perawat berdasarkan subskala yang berkaitan dengan pekerjaan yang dilakukan. Stres kerja dikategorikan rendah apabila memiliki skor (0-50), stres sedang dengan skor (51-114), dan stres tinggi dengan skor (115-228).

Pengukuran kinerja perawat mengadaptasi kuesioner kinerja dari Nursalam (2017). Instrumen ini sudah diuji validitas dan reliabilitasnya. Instrumen ini terdiri dari 12 butir pertanyaan positif dan negatif untuk mengukur kinerja berdasarkan aspek kualitas pelayanan, berdasarkan perilaku perawat saat melayani pasien. Skor penilaian kinerja perawat dikategorikan sebagai kurang (12-23), cukup (24-35), dan baik (36-48).

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik pengambilan data menggunakan random *sampling* pada perawat rawat inap. Jumlah populasi sebanyak 264 perawat, kemudian dilakukan penarikan sampel menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh sampel sebanyak 159 perawat. Pengambilan data dilakukan melalui metode wawancara dan kuesioner. Analisis data menggunakan regresi linier untuk mengetahui hubungan kausalitas antarvariabel dengan program SPSS versi 24.

Hasil

a. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Gambaran umum karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, serta lama bekerja.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Perawat Rawat Inap di RSUD Nganjuk

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	33	20.8%
	Perempuan	126	79.2%
	Total	159	100%
2.	Usia		
	20-30 tahun	9	5.7%
	31-40 tahun	99	62.3%
	>40 tahun	51	32.1%
	Total	159	100%
3.	Pendidikan		

	D3	87	54.7%
	D4/S1	61	38.4%
	Profesi Ners	11	6.9%
	Total	159	100%
4.	Lama Bekerja		
	<3 tahun	3	1.9%
	>3 tahun	156	98.1%
	Total	159	100%

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 2 karakteristik responden di atas, mayoritas responden merupakan perempuan yang berada dalam rentang usia 31 hingga 40 tahun. Riwayat pendidikan responden paling banyak adalah lulusan D3 dan memiliki pengalaman kerja lebih dari 3 tahun.

2. Distribusi variabel

Gambaran variabel beban kerja mental, stres kerja, serta kinerja perawat rawat inap di RSUD Nganjuk.

Tabel 2. Distribusi Variabel Beban Kerja Mental, Stres Kerja, dan Kinerja Perawat Rawat Inap di RSUD Nganjuk

No	Variabel	Frekuensi	Presentase (100%)
1.	Beban Kerja Mental		
	Rendah	6	3.8%
	Sedang	28	17.6%
	Agak Tinggi	25	15.7%
	Tinggi	68	42.8%
	Sangat Tinggi	32	20.1%
	Total	159	100%
2.	Stres Kerja		
	Rendah	11	6.9%
	Sedang	87	54.7%
	Tinggi	61	38.4%
	Total	159	100%
3.	Kinerja Perawat		
	Baik	56	35.2%
	Cukup	81	50.9%
	Kurang	22	13.8%
	Total	159	100%

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 3 distribusi variabel beban kerja mental, stres kerja, dan kinerja perawat, diperoleh hasil bahwa mayoritas responden memiliki beban kerja mental tinggi dengan persentase sebesar 42,8% (68 perawat). Sedangkan 87 perawat (54,7%) memiliki stres kerja sedang. Sementara itu, mayoritas responden memiliki kinerja cukup dengan persentase 50,9% dan jumlah 81 perawat.

b. Analisis Regresi

1. Analisis Regresi I (Beban kerja mental terhadap stres kerja)

Tabel 3. Hasil Uji Analisis Regresi Pertama

Variabel	(a) Beta	T	Beta (X1)	P-value
Beban Kerja Mental (X)	0.385	0.030	0.717	0.000

Sumber: Data Primer, 2025

Merujuk pada Tabel 4 di atas, hasil pengujian pada analisis pertama menunjukkan bahwa nilai koefisien regresi bersifat positif sebesar 0,717, yang artinya apabila beban kerja mental menurun, maka stres kerja yang dirasakan perawat cenderung ikut menurun. Pengaruh beban kerja mental terhadap stres kerja perawat menunjukkan pengaruh yang kuat dan signifikan, dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar $0,000 < 0,05$.

2. Analisis Regresi II (Beban kerja mental terhadap kinerja perawat)

Tabel 4. Hasil Uji Analisis Regresi Kedua

Variabel	(a) Beta	T	Beta (X2)	P-value
Beban Kerja Mental (X)	-0.407	0.035	-0.676	0.000

Sumber: Data Primer, 2025

Merujuk pada Tabel 5 di atas, hasil pengujian analisis kedua menunjukkan bahwa nilai hubungan regresi bersifat negatif, yaitu -0,676. Artinya, beban kerja mental memberikan pengaruh negatif terhadap kinerja perawat. Beban kerja mental perawat yang semakin tinggi akan membuat kinerja perawat semakin menurun. Sehingga beban kerja mental berpengaruh kuat dan signifikan dengan $P\text{-value}$ sebesar $0,000 < 0,05$.

3. Analisis Regresi III (Stres kerja terhadap kinerja perawat)

Tabel 5. Hasil Uji Analisis Regresi Ketiga

Variabel	(a) Beta	T	Beta (Z)	P-value
Stres Kerja (Z)	-0.912	0.052	-0.813	0.000

Sumber: Data Primer, 2025

Merujuk pada Tabel 6 hasil uji analisis ketiga, didapat nilai koefisien sebesar -0.813, yang artinya stres kerja mempunyai pengaruh negatif terhadap kinerja perawat. Apabila perawat mengalami stres kerja yang tinggi, maka kinerja perawat akan menurun. Stres kerja memberikan pengaruh kuat dan signifikan terhadap kinerja perawat dengan $P\text{-value}$ $0,000 < 0,05$.

4. Analisis Regresi IV (Beban kerja mental terhadap kinerja perawat melalui stres kerja)

Table 6. Hasil Uji Analisis Regresi Keempat

Pengaruh Variabel	Pengaruh Kausal		Total Pengaruh
	Langsung	Tidak Langsung	
$X \rightarrow Z$	0.717		
$X \rightarrow Y$	-0.676		
$Z \rightarrow Y$	-0.813		
$X \rightarrow Z \rightarrow Y$		-0.549	-1.225

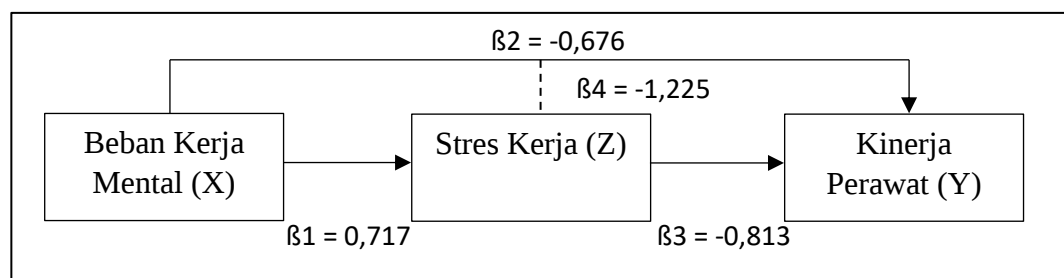
Sumber: Data Primer, 2025

Perhitungan pengaruh langsung dan tidak langsung dilakukan dengan rumus berikut:

Pengaruh langsung $\beta_2 = -0,676$

Pengaruh tidak langsung $\beta_1 \times \beta_3 = 0,717 \times -0,813 = -0,549$

Total pengaruh $\beta_2 + (\beta_1 \times \beta_3) = -1,225$



Gambar 1. Analisis Hipotesa

Berdasarkan tabel 7 hasil analisis hipotesis keempat, dapat disimpulkan bahwa beban kerja mental mempunyai pengaruh total terhadap kinerja perawat melalui stres kerja sebesar -1,225. Nilai pengaruh langsung beban kerja mental terhadap kinerja lebih besar, yaitu $-0,676 > -1,225$. Sehingga variabel stres kerja bukan merupakan variabel mediasi (intervening). Kinerja perawat dapat menurun secara langsung akibat beban kerja mental yang tinggi.

Pembahasan

1. Pengaruh beban kerja mental terhadap stres kerja perawat

Kondisi kerja dapat memaksimalkan hasil dalam waktu tertentu. Selain memengaruhi tingkat kinerja, aspek-aspek seperti tuntutan fisik maupun lingkungan kerja juga berkontribusi terhadap kondisi kesehatan mental serta keselamatan kerja seseorang, selain terhadap kinerjanya. Stres yang disebabkan oleh tuntutan kerja fisik dapat memengaruhi kesehatan mental karyawan. Pekerja mengalami ketidakseimbangan psikologis yang menyebabkan kesulitan berkonsentrasi [8].

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa beban kerja mental memiliki pengaruh signifikan terhadap stres kerja. Hal tersebut dapat diartikan bahwa beban kerja mental perawat yang semakin tinggi akan membuat stres kerja yang dirasakan perawat semakin meningkat.

Berdasarkan observasi dan wawancara di lapangan, stres kerja pada perawat terjadi karena sebagian besar perawat ditargetkan untuk menyelesaikan tugas, seperti asuhan keperawatan, tepat waktu, sekitar 8–10 asuhan keperawatan setiap hari. Perawat setiap harinya melakukan pekerjaan berulang sehingga menimbulkan kelelahan fisik maupun mental serta menimbulkan kejenuhan. Kondisi tersebut dapat berdampak pada menurunnya tingkat konsentrasi dalam menjalankan pekerjaan. Selain itu, jam kerja perawat sering tidak tertentu akibat kondisi pasien yang memerlukan perawatan khusus. Kurangnya informasi yang diberikan oleh dokter saat pemeriksaan juga membuat perawat harus berpikir ekstra, mengingat, dan memutuskan tindakan.

Penelitian ini menunjukkan kesamaan hasil dengan penelitian di Instalasi CSSD Rumah Sakit Umum Haji, yaitu terdapat hubungan antara beban kerja mental dan stres kerja. Hubungan ini terlihat di mana mereka harus menyelesaikan tugas sesuai dengan target waktu yang ditetapkan. Selain itu, pekerjaan yang dilakukan bersifat *repetitif* dan dilakukan setiap hari. Ketika jumlah pasien dan kebutuhan alat steril untuk operasi meningkat, tenaga kerja dituntut untuk mempersiapkan alat-alat tersebut dengan cepat. Kondisi tersebut turut meningkatkan tekanan kerja mental yang pada akhirnya berdampak pada stres kerja [8]. Selain itu, penelitian yang dilakukan di Rawat Inap RSJD Dr. R. M. Soedjarwadi Klaten ini juga menunjukkan bahwa beban kerja mental berhubungan dengan tingkat stres, terbukti dari penelitian terhadap perawat di rumah sakit yang memperoleh hasil $p = 0,027$. Nilai ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel, dengan kekuatan korelasi sebesar 0,556 yang tergolong kuat [9]. Penelitian yang dilakukan di PT. Nilai koefisien korelasi yang diperoleh adalah sebesar 0,669, maknanya beban kerja memiliki hubungan kuat dan bersifat positif dengan stres kerja. Artinya, semakin tinggi beban kerja, maka stres kerja juga akan semakin tinggi, begitu pula sebaliknya. Beban kerja memiliki nilai koefisien determinasi sebesar 0,447, yang berarti beban kerja memberikan sumbangan efektif sebesar 44,7% terhadap stres kerja [10].

Dengan demikian, temuan ini menegaskan bahwa manajemen beban kerja mental merupakan faktor krusial dalam upaya menurunkan tingkat stres kerja pada perawat. Oleh

karena itu, pihak manajemen rumah sakit disarankan untuk melakukan evaluasi terhadap sistem kerja.

2. Pengaruh beban kerja mental terhadap kinerja perawat

Dampak negatif dari beban kerja mental yang berlebihan bila tidak dikelola dengan baik akan mempengaruhi kinerja perawat, seperti menurunkan kualitas keperawatan, menurunkan tingkat produktivitas, menurunkan kepuasan pasien, yang dapat menyebabkan penurunan pemasukan dan profit rumah sakit, sehingga dapat mempengaruhi keselamatan pasien [11].

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, ditemukan pengaruh negatif yang signifikan antara beban kerja mental dan kinerja perawat. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat beban kerja mental yang dialami perawat, kinerja mereka cenderung menurun.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di lapangan, perawat harus menangani pasien dengan jumlah 8-10 per shift, idealnya yaitu 5-8 per shift. Sehingga perawat merasa mengalami tuntutan beban kerja mental yang tinggi. Selain itu, perawat diharuskan untuk tetap fokus, cepat, dan akurat, namun kondisi fisik yang kurang memadai, seperti harus mengingat dosis obat, memantau tanda-tanda vital beberapa pasien sekaligus, dan tetap menjaga komunikasi yang baik dengan keluarga pasien. Kondisi tersebut diperburuk oleh keterbatasan jumlah tenaga kesehatan dan sistem kerja shift yang padat. Perawat tidak memiliki cukup waktu untuk beristirahat karena jam istirahat tidak bisa ditentukan, mengingat kondisi pasien yang mudah berubah-ubah. Hal ini membuat perawat lebih rentan terhadap penurunan konsentrasi dan kesalahan kerja, sehingga berdampak pada penurunan kinerja.

Hasil penelitian ini selaras dengan studi yang dilakukan di Rumah Sakit Islam Siti Aisyah Kota Madiun, yang menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dan kinerja perawat, dengan nilai signifikansi P-value 0,019 yang mengindikasikan bahwa hubungan tersebut signifikan [12]. Selain itu, merujuk pada penelitian yang dilakukan di Instalasi Rawat Inap PMI Kota Bogor, hasil yang diperoleh sejalan, yaitu sebanyak 57,9% responden mempersepsikan beban kerja yang berat, dan 78,9% responden memiliki kinerja yang rendah, dengan p value 0,003 ($<0,05$) [13].

Dengan demikian, hasil penelitian ini menguatkan pemahaman bahwa untuk meningkatkan kinerja perawat, organisasi perlu memperhatikan aspek-aspek beban kerja

mental. Misalnya, dengan memberikan pelatihan manajemen stres, menyusun jadwal kerja yang efisien, serta menyediakan dukungan yang memadai.

3. Pengaruh stres kerja terhadap kinerja perawat

Stresor dapat memicu stres kerja, baik dari aspek fisik maupun psikologis. Di sisi lain, stresor juga berdampak pada kinerja perawat dalam menjalankan tugasnya. Stres yang timbul akibat beban kerja akan memengaruhi kualitas dan hasil pekerjaan yang dilakukan [14].

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh negatif signifikan terhadap kinerja perawat. Hal tersebut diartikan bahwa apabila stres kerja perawat meningkat maka kinerja perawat akan mengalami penurunan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di lapangan, perawat dituntut untuk menyelesaikan asuhan keperawatan setiap harinya. Selain itu, perawat juga mengalami kejenuhan akibat pekerjaan yang dilakukan setiap hari, yaitu berhubungan langsung dengan pasien yang berbeda-beda. Perawat harus dituntut untuk memiliki sikap yang ramah dan penuh semangat. Selain itu, informasi dari dokter terkait kondisi medis pasien kurang memadai, sehingga perawat harus lebih memahami dan memutuskan tindakan. Selain itu, perawat juga mengalami stres ketika pasien mengalami kondisi darurat medis tetapi dokter tidak ada, sehingga perawat mengalami tekanan untuk mengambil keputusan yang tepat. Sehingga kondisi tersebut dapat memengaruhi perawat dalam menyelesaikan pekerjaannya.

Hasil studi ini selaras dengan studi terdahulu, yakni terdapat hubungan antara tingkat stres kerja dan kinerja perawat di bangsal rawat inap RS Panti Waluyo Sawahan Malang [14]. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian yang dilaksanakan di Rumah Sakit Jiwa Sulawesi Tenggara, yang menunjukkan bahwa faktor stres dan beban kerja memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja perawat [7]. Selain itu, penelitian yang dilakukan di PT. Galamedia Bandung Perkasa bahwa stres Kerja berpengaruh negatif signifikan terhadap Kinerja Pegawai [15].

4. Pengaruh beban kerja mental terhadap kinerja perawat melalui stres kerja

Hasil pengujian hipotesis menunjukkan bahwa pengaruh total yang diberikan variabel beban kerja mental terhadap kinerja perawat melalui stres kerja lebih kecil daripada pengaruh langsung yang disumbangkan beban kerja mental terhadap kinerja. Sehingga variabel stres kerja bukan variabel intervening/mediasi. Artinya, secara langsung beban kerja mental dapat menurunkan kinerja tanpa melalui stres. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa beban kerja mental merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap

kinerja perawat. Tingginya beban kerja mental berpotensi menurunkan kualitas kinerja individu serta meningkatkan tingkat stres di lingkungan kerja.

Fakta di lapangan menunjukkan bahwa stres kerja disebabkan oleh kurangnya sikap kooperatif dari pasien atau keluarga pasien di RSUD Nganjuk. Akibatnya, penjelasan tentang kondisi medis tidak dapat diterima dengan baik oleh perawat. Oleh karena itu, hubungan antara stres kerja dan beban kerja sangat penting dalam kaitannya dengan tuntutan tugas dan peran. Sebagian besar beban kerja perawat berasal dari tuntutan pekerjaan yang mendesak (tuntutan waktu) untuk menyelesaikan tugas dengan cepat, sementara kondisi pribadi dan lingkungan kerja tidak mendukung, seperti hubungan antar rekan kerja yang membuat kinerja perawat menurun.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan di rawat inap dalam RSU Kota Banjar yang menyatakan bahwa stres kerja bukan variabel intervening yang memengaruhi kinerja secara tidak langsung melalui beban kerja sebesar 39,9%, sedangkan sisanya, yaitu 60,1%, dipengaruhi oleh variabel lain di luar model. Karena nilai koefisien hubungan langsung lebih besar dibandingkan dengan koefisien hubungan tidak langsung, dapat disimpulkan bahwa pengaruh antara variabel-variabel tersebut lebih dominan bersifat langsung [16].

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh beban kerja mental terhadap kinerja perawat rawat inap melalui stres kerja di RSUD Nganjuk, dapat disimpulkan bahwa kinerja perawat dapat menurun secara langsung tanpa melalui stres kerja. Sehingga beban kerja mental yang tinggi secara langsung dapat menurunkan kinerja perawat. Sehingga stres kerja bukan merupakan variabel intervening atau variabel mediasi. Karena pengaruh langsung yang diberikan beban kerja mental terhadap kinerja lebih besar daripada nilai pengaruh total, keduanya dapat menurunkan kinerja perawat.

Saran

Rumah Sakit Umum Daerah Nganjuk perlu melakukan pengendalian, seperti manajemen stres kerja, dengan memberikan program pengecekan secara berkala 1 tahun sekali untuk memonitoring beban kerja mental dan stres yang dirasakan oleh perawat. Sebelumnya, program ini sudah dijalankan, tetapi belum berjalan secara maksimal. Selain itu, memberikan program senam sehat dan relaksasi di sela-sela bekerja dapat mengurangi ketegangan dan kecemasan

saat melakukan pekerjaan yang sekiranya menekan psikologis perawat. Hal ini dilakukan agar beban kerja dan stres kerja perawat dapat memberikan pengaruh positif terhadap kinerjanya, bukan sebaliknya. Meningkatnya beban kerja perawat akan menyebabkan stres akibat pekerjaan meningkat, yang akan berdampak pada kinerja perawat dalam menjalankan tugasnya. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk menambahkan variabel yang bervariasi, seperti kepuasan kerja dan lingkungan kerja. Selain itu, diharapkan peneliti selanjutnya dapat menggunakan variabel selain stres kerja sebagai variabel mediasi.

Daftar Pustaka

1. Mariana ER, Ramie A. Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat: Literature Review. *JKM J Keperawatan Merdeka*. 2021;1(2):158–68.
2. Aisyah RN, Handayani S. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Stress Kerja pada Perawat Akibat Beban Kerja yang Tinggi: Literatur Review. *J-KESMAS J Kesehat Masy*. 2023;9(2):191.
3. Azteria V, Dwi Hendarti R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stress Kerja Pada Perawat Rawat Inap Di Rs X Depok Pada Tahun 2020. *Pros Forum Ilm Tah IAKMI (Ikatan Ahli Kesehat Masy Indones*. 2020;25–6.
4. Imama UN, Dwiyanti E. THE RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND. 2024;9(1):57–69.
5. Maranden AA, Irjayanti A, Wayangkau EC. Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Abepura Kota Jayapura. *J Kesehat Lingkung Indones*. 2023;22(2):221–8.
6. Marfuah N, Sumardiyono S, Fauzi RP. Hubungan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja dan Stres Kerja pada Pegawai PT X. *J Kesehat Masy*. 2024;12(2):140–7.
7. Rahmi N. Pengaruh Beban Kerja Mental dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2020. 2020;5(1):108–17.
8. Fahamsyah D. Analisis Hubungan Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja Di Instalasi Ccssd Rumah Sakit Umum Haji Surabaya. *Indones J Occup Saf Heal*. 2017;6(1):107.
9. Prabawati R. Hubungan beban kerja mental dengan stres kerja pada perawat bagian rawat inap RSJD Dr. RM Soedjarwadi Klaten. *Skripsi Fak Kedokt Univ Sebel* 2012;58.
10. Riznanda WM, Kusumadewi D. Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Karyawan Divisi Produksi. *Character J Penelit Psikol*. 2023;10(03):792–804.
11. Budiawan LN, Rachman L, Anisa R. Dampak Beban Kerja Terhadap Stabilitas Emosi Dan

-
- Burnout Pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD), Intensive Care Unit (ICU), Dan Rawat Inap. *J Community Med.* 2023;11(1):1–9.
12. Rodríguez, Velastequí M. Hubungan Beban Kerja dengan Kinerja perawat di Ruang Rawat Inap (Muzdalifah, Multazam dan Arofah) Rumah Sakit Islam Kota Madiun. 2019;1–23.
 13. Noovianty T. Hubungan beban kerja dengan kinerja perawat di Instalasi Rawat Inap. *J Ilm Wijaya* [Internet]. 2022;14(1):44–56. Tersedia pada: www.jurnalwijaya.com;
 14. Nurcahyani E, Widodo D, Rosdiana Y, Ilmu Kesehatan F, Tribhuwana Tungadewi U. Hubungan Tingkat Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat. *J Care.* 2016;4(1):42–50.
 15. Monika S. Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Galamedia Bandung Perkasa. *Sereal Untuk.* 2018;51(1):51.
 16. Maharani R, Budianto A. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam. *J Manag Rev* [Internet]. 2019;3(2):327. Tersedia pada: <http://jurnal.unigal.ac.id/index.php/managementreviewdoi:http://dx.doi.org/10.25157/mr.v3i2.2614>
-