

Nama : Nuzul Jumilah Fitriani

NIM : 1033242106

Judul : Hubungan Beban Kerja Dan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Perawat Dinas Malam Di Rumah Sakit Meilia 2025

ABSTRAK

Latar Belakang: Perawat yang bertugas pada dinas malam memiliki risiko tinggi mengalami stres kerja akibat gangguan ritme sirkadian, beban kerja yang berat, serta keterbatasan dukungan sosial di lingkungan kerja. Stres kerja pada perawat dapat berdampak pada penurunan kesehatan fisik dan mental, serta menurunkan kualitas pelayanan keperawatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dan dukungan sosial dengan tingkat stres perawat yang menjalani dinas malam di Rumah Sakit Meilia Cibubur tahun 2025. **Metode penelitian:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proportional random sampling* terhadap 65 perawat yang menjalani dinas malam. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner NASA-TLX untuk mengukur beban kerja, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial, dan *Nursing Stress Scale* (NSS) untuk mengukur tingkat stres perawat. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rank dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara beban kerja dengan tingkat stres perawat ($r = 0,923$; $p < 0,001$). Selain itu, terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat stres perawat ($r = 0,988$; $p < 0,001$). Semakin tinggi beban kerja dan semakin rendah dukungan sosial, maka semakin tinggi tingkat stres perawat saat menjalani dinas malam. **Kesimpulan:** Beban kerja dan dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat stres perawat yang menjalani dinas malam. Oleh karena itu, pihak rumah sakit diharapkan dapat mengelola beban kerja secara lebih optimal serta meningkatkan dukungan sosial di lingkungan kerja guna menurunkan tingkat stres perawat dan meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan.

Kata kunci: Beban kerja, Dinas malam, Dukungan sosial, Tingkat stres perawat.

Nama : Nuzul Jumilah Fitriani
NIM : 1033242106
Judul : Hubungan Beban Kerja Dan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Stres Perawat Dinas Malam Di Rumah Sakit Meilia 2025

ABSTRAK

Background: Nurses who work night shifts are at high risk of experiencing work-related stress due to circadian rhythm disturbances, heavy workloads, and limited social support in the workplace. Work stress among nurses can negatively affect physical and mental health and reduce the quality of nursing care. **Objective:** This study aimed to analyze the relationship between workload and social support and the stress levels of nurses working night shifts at Melia Cibubur Hospital in 2025.

Methods: This study employed a quantitative method with a correlational design and a cross-sectional approach. The sample was selected using proportional random sampling, involving 65 nurses working night shifts. Data were collected using the NASA Task Load Index (NASA-TLX) to measure workload, the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) to assess social support, and the Nursing Stress Scale (NSS) to measure nurses' stress levels. Data analysis was conducted using the Spearman Rank correlation test with a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$).

Results: The results showed a very strong and significant relationship between workload and nurses' stress levels ($r = 0.923$; $p < 0.001$). In addition, a very strong and significant relationship was found between social support and nurses' stress levels ($r = 0.988$; $p < 0.001$). Higher workload and lower social support were associated with higher stress levels among nurses working night shifts.

Conclusion: Workload and social support have significant relationships with the stress levels of nurses working night shifts. Therefore, hospital management is expected to optimize workload management and enhance social support in the workplace to reduce nurses' stress levels and improve the quality of nursing care.

Keywords: Workload, Night shift, Social support, Nurses' stress level.

