

**PERBEDAAN STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFT KERJA
PAGI DAN MALAM PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD
DR.PIRNGADI MEDAN**

SKRIPSI

Oleh:

HENDRI FRANS MANURUNG

198600417



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2024

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 18/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)18/10/24

**PERBEDAAN STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFT KERJA
PAGI DAN MALAM PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD
DR.PIRNGADI MEDAN**

SKRIPSI

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi
Universitas Medan Area

Oleh:

HENDRI FRANS MANURUNG

198600417

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN**

2024

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

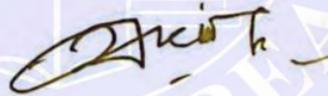
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 18/10/24

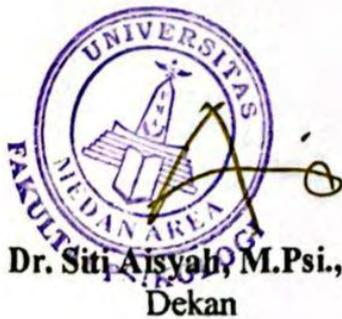
HALAMAN PENGESAHAN

Judul Skripsi : Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pagi dan Malam Pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr.Pirngadi Medan
Nama : Hendri Frans Manurung
Npm : 198600417
Bagian : Psikologi Industri dan Organisasi

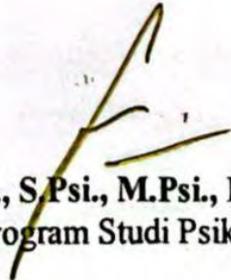
Disetujui Oleh
Komisi
Pembimbing



Nurmaida Irawani Siregar., M.Si, Psikolog



Dr. Siti Aisyah, M.Psi., Psikolog
Dekan



Faadhil., S.Psi., M.Psi., Psikolog
Ketua Program Studi Psikologi

TANGGAL DISETUJUI : 11 SEPTEMBER 2024

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

iii

Document Accepted 18/10/24

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)18/10/24

HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila di kemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 10 Juni 2024



Hendri Frans Manurung

NIM. 198600417

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hendri Frans Manurung
NPM : 198600417
Program Studi : Psikologi Industri dan Organisasi
Fakultas : Psikologi
Jenis Karya : Tugas Akhir

Demikian perkembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (Non-Exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

PERBEDAAN STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFT KERJA PAGI DAN MALAM PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD DR.PIRNGADI MEDAN

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan), dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.
Dengan pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Medan
Pada tanggal: 10 Juni 2024

Yang Menyatakan



Hendri Frans
Manurung NIM.
198600417

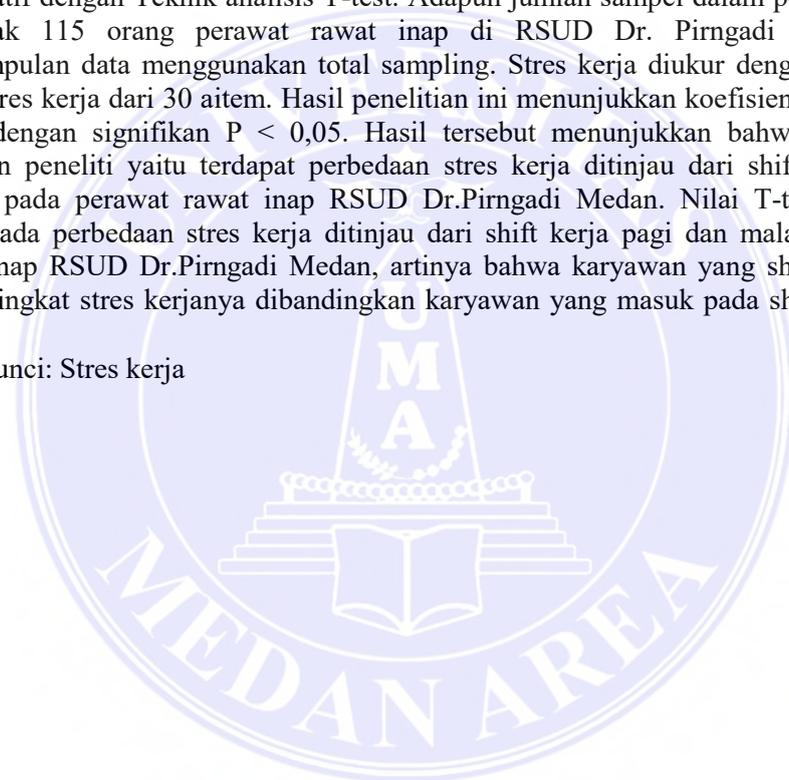
ABSTRAK

PERBEDAAN STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFT KERJA PAGI DAN MALAM PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD DR.PIRNGADI MEDAN

Oleh :
Hendri Frans Manurung
198600417

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah ada perbedaan stres kerja ditinjau dari shift kerja pagi, sore dan malam.. Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan Teknik analisis T-test. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 115 orang perawat rawat inap di RSUD Dr. Pirngadi Medan. Metode pengumpulan data menggunakan total sampling. Stres kerja diukur dengan menggunakan skala stres kerja dari 30 aitem. Hasil penelitian ini menunjukkan koefisien korelasi T-test = 3,859 dengan signifikan $P < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti yaitu terdapat perbedaan stres kerja ditinjau dari shift kerja pagi dan malam pada perawat rawat inap RSUD Dr.Pirngadi Medan. Nilai T-test menunjukkan bahwa ada perbedaan stres kerja ditinjau dari shift kerja pagi dan malam pada perawat rawat inap RSUD Dr.Pirngadi Medan, artinya bahwa karyawan yang shift malam lebih tinggi tingkat stres kerjanya dibandingkan karyawan yang masuk pada shift pagi dan shift sore.

Kata Kunci: Stres kerja



ABSTRACT

THE DIFFERENCES IN WORK STRESS BASED ON MORNING AND NIGHT SHIFTS AMONG INPATIENT NURSES AT RSUD DR. PIRNGADI MEDAN

BY:
HENDRI FRANS MANURUNG
NPM: 198600417

The aim of this study was to determine whether there are differences in work stress based on morning, afternoon, and night shifts. This research employed a quantitative approach using T-test analysis techniques. The sample size for this study comprised 115 inpatient nurses at RSUD Dr. Pirngadi Medan. Data collection was performed using total sampling. Work stress was measured using a work stress scale consisting of 30 items. The results indicated a T-test correlation coefficient of 3.859 with a significance level of $P < 0.05$. These results suggested that the hypothesis proposed by the researcher, which stated that there was a difference in work stress based on morning and night shifts among inpatient nurses at RSUD Dr. Pirngadi Medan, was accepted. The T-test value showed that there was a difference in work stress based on morning and night shifts among inpatient nurses at RSUD Dr. Pirngadi Medan, indicating that night shift employees experienced higher levels of work stress compared to those working the morning and afternoon shifts.

Keywords: *Work Stress*



RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Medan, pada tanggal 12 Agustus 2000 yang merupakan anak laki-laki dari ayah Nemson Manurung dan Ibu Suriani Girsang , Penulis merupakan anak ketiga.

Penulis menempuh Pendidikan di SD. Swasta Antonius VI 2006-2012, SMP Katholik Tri Sakti tahun 2012-2015, SMA Cahaya Medan tahun 2015-2018 dan pada tahun 2019 terdaftar sebagai mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas Medan Area.



KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan berkat dan karuniaNya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pagi dan Malam Pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr.Pirngadi Medan”.

Yang sangat teristimewa, kepada kedua orangtua penulis yakni ayah Nemson Manurung dan Ibu Suriani Girsang karena berkat doa mereka skripsi ini dapat terselesaikan.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Dr. Siti Aisyah, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membimbing serta memberikan dukungan kepada para mahasiswa agar dapat menyelesaikan tugas akhir tepat pada waktunya.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Bapak Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah membimbing serta memberikan dukungan kepada para mahasiswa agar dapat menyelesaikan tugas akhir tepat pada waktunya.

Terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Nurmaida Irawan Siregar., M.Si, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang sabar dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan berbagai masukan, arahan, waktu, kritikan, saran, serta nasihat yang diberikan kepada penulis.

Terima kasih juga penulis sampaikan kepada Ibu Endang Haryati, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik (PA) yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan kendala-kendala yang terjadi selama perkuliahan

Terima Kasih juga penulis sampaikan kepada teman-teman penulis Carlitos, Roli, Efran, Vitari , Nicholas , Hosanna , Eunike, Very, yang telah membantu penulis menyelesaikan kendala-kendala yang terjadi selama proses penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir/skripsi/tesis ini masih memiliki kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan tugas akhir/skripsi/tesis ini.

Medan,

Hendri Frans

Manurung NIM.

198600417



DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORIGINALITAS.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PERBEDAAN STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFT KERJA PAGI DAN MALAM PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD DR.PIRNGADI MEDAN	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	14
1.3 Tujuan Penelitian	14
1.4 Hipotesis	14
1.5 Manfaat Penelitian	14
1.5.1 Manfaat Teoritis	14
1.5.2 Manfaat Praktis	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	22
2.1 Stres Kerja.....	22
2.1.1 Pengertian Stres Kerja.....	22
2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja.....	23
2.1.3 Aspek-Aspek Yang Mempengaruhi Stres Kerja	25
2.1.4 Ciri Stres Kerja.....	27
2.2 Shift Kerja.....	28
2.2.1 Pengertian Shift Kerja	28
2.2.2 Macam-Macam Shift Kerja	30
2.2.3 Dampak dari Shift Kerja.....	31
2.3 Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Perawat	32

2.4	Kerangka Konseptual.....	34
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		23
3.1	Waktu dan Tempat Penelitian.....	23
3.2	Alat dan Bahan Penelitian.....	23
3.3	Tipe Penelitian	31
3.4	Identifikasi Variabel Penelitian	31
3.5	Definisi Operasional	31
3.6	Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel.....	32
3.7	Metode Pengumpulan Data.....	33
3.8	Validitas dan Reliabilitas	34
3.9	Teknik Analisis Data	36
3.10	Prosedur Kerja	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		35
4.1	Hasil Penelitian	35
4.2	Uji Asumsi	35
	4.2.1 Uji Normalitas	35
	4.2.2 Uji Homogenitas dan T-Test.....	36
4.3	Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik	37
4.4	Pembahasan	39
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		42
5.1	Simpulan	42
5.2	Saran	42
DAFTAR PUSTAKA		44
	Lampiran	47
	KUESIONER PENELITIAN.....	52
	PETUNJUK PENGISIAN!	52
	Contoh	52
	Scale: Stres Kerja	58
	NPar Tests	62
	T-Test [DataSet1].....	64

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Distribusi Penyebaran Skala Stres Kerja Sebelum Uji Coba	53
Tabel 3. Distribusi Penyebaran Skala Stres Kerja Setelah Uji Coba	60
Tabel 5. Deskripsi Subjek Penelitian	66
Tabel 6. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran	68
Tabel 7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Linearitas.....	69
Tabel 8. Rangkuman Hasil Analisis Uji Hipotesis Korelasi	70
Tabel 9. Hasil Perhitungan Nilai Rata-Rata Hipotetik dan Empirik	71



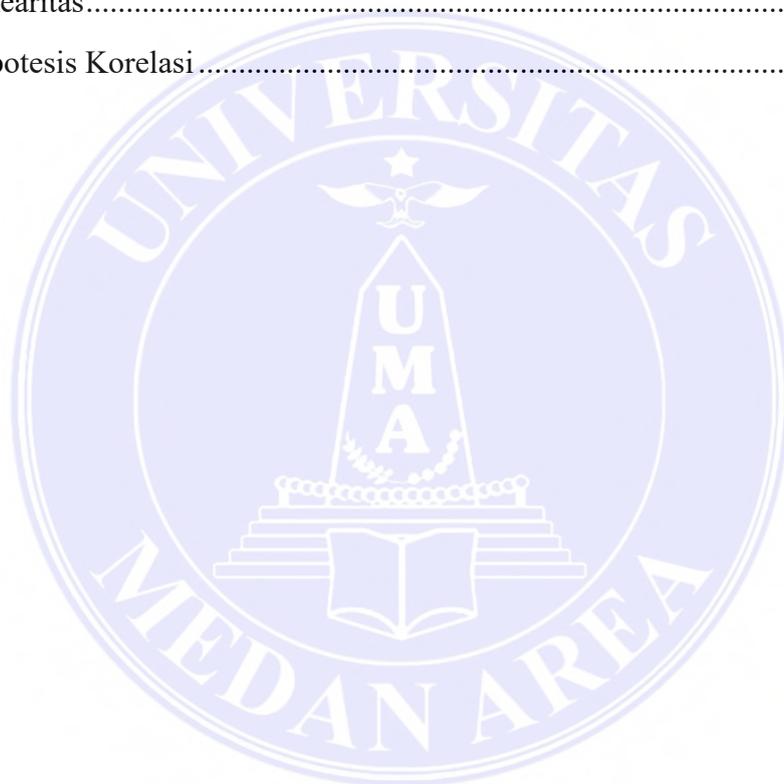
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual	35
Gambar 2. Kurva Stres Kerja	72



DAFTAR LAMPIRAN

Data Skala Stres Kerja	76
Identitas Responden	82
Lembar Persetujuan Responden	83
Skala Penelitian	84
Skala Uji Validitas dan Reliabilitas	88
Uji Normalitas	94
Uji Linearitas	96
Uji Hipotesis Korelasi	100



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Untuk tetap pada pekerjaannya saat ini, setiap individu berupaya memberikan hasil kerja yang optimal bagi organisasi tempat mereka bekerja. Demikian pula, sebuah organisasi akan mempertahankan perawat yang siap memberikan hasil kerja berkualitas tinggi seperti yang disyaratkan oleh organisasi. Rumah sakit menugaskan perawat untuk mencapai suatu tujuan pencapaian yang perlu dipenuhi untuk menentukan apakah perawat beroperasi pada efisiensi puncak atau tidak, hal ini disebut dengan tuntutan kerja. Perusahaan mengantisipasi bahwa para pekerjanya akan bekerja dengan standar tertinggi dalam menanggapi tuntutan ini sehingga bisnis dapat bergerak maju dengan cepat. Perusahaan yang memberlakukan sistem kerja shift pagi, shift siang dan shift malam bertujuan meningkatkan produktivitas. Produktivitas perusahaan sangat dipengaruhi oleh kualitas sumber daya manusia yang ada dalam perusahaan. Sumber daya tersebut adalah karyawan yang memiliki profesionalisme dan integritas. Profesionalisme tersebut salah satunya dapat dikembangkan melalui intensitas shift kerja yang baik sehingga kedepannya dapat meningkatkan produktivitas.

Perawat adalah orang yang bekerja di rumah sakit dan melaksanakan beberapa tugas. Namun, tuntutan terhadap waktu perawat ini sering kali mengakibatkan gugup dalam arti fisik dan mental. Kami menyebut keadaan tegang ini sebagai "stres kerja".

Stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang. Stres yang terlalu besar dapat mengancam

pelaksanaan kerja mereka. (Handoko, 1988)

Tingkat stres yang rendah hingga sedang mungkin bermanfaat bagi kinerja pekerja karena dapat meningkatkan motivasi dan dorongan, yang pada akhirnya dapat menghasilkan pekerjaan yang lebih baik. Tingkat stres yang tinggi dan terus-menerus dapat menimbulkan dampak buruk, merugikan, bahkan mematikan. Pada titik ini, stres menghalangi perawat untuk melaksanakan tugasnya secara efektif; dia kehilangan kendali atas tindakannya, membuatnya sulit mengambil keputusan dan menunjukkan perilaku yang tidak menentu. Penurunan kinerja perawat menimbulkan dampak sebagai berikut. (Gibson, 2006).

Salah satu penyebab stres dalam bekerja adalah sistem kerja bergilir/shift kerja. Shift kerja merupakan suatu sistem yang diterapkan perusahaan untuk meningkatkan produksi secara maksimal dan kontinyu dengan bekerja selama 24 jam dalam sehari. Hal ini akan berdampak negatif pada karyawan sehingga menimbulkan kelelahan mental atau stres (Marchelia, 2014). Tentu saja, terdapat tantangan dalam mencapai hasil kerja yang optimal, yang dapat menimbulkan stres kerja bagi perawat. Memori dan kinerja perawat terkena dampak negatif dari stres yang berhubungan dengan pekerjaan. Stres dapat terjadi akibat mengambil tindakan ketika pikiran perawat berpacu dengan kekhawatiran. Pikiran akan mudah teralihkan dan kehilangan perhatian. Hal ini juga ditandai dengan kinerja pekerjaan yang di bawah standar. Tentu saja, seorang perawat yang mengalami stres apapun sumbernya menjadi kurang antusias terhadap pekerjaannya jika orang-orang terdekat tidak memberikan dukungan moral.

Menurut Kroemer shift kerja yaitu hadir pada suatu tempat kerja yang sama secara regular pada waktu yang sama (shift tetap) atau dengan waktu yang

berbeda-beda (shift rotasi). Shift tetap yaitu karyawan yang bekerja secara tetap pada shift tertentu misalnya, karyawan yang bekerja pada shift malam secara tetap. sedangkan shift rotasi yaitu sistem kerja dimana karyawan bekerja secara shift yang berputar, bekerja dipagi hari sementara waktu, kemudian bertukar pada shift siang, lalu bekerja pada shift malam (Aamoodt dalam Marchelia, 2014)Munandar (2011) menyatakan bahwa beban kerja, termasuk shift kerja dalam hal ini, merupakan salah satu hal yang dapat menimbulkan stres kerja.

Shift kerja, sebagaimana didefinisikan oleh Suma'mur (2014), adalah jangka waktu dimana karyawan ditugaskan oleh pemberi kerja untuk menyelesaikan tugas. Blok-blok ini sering kali terdiri dari kerja pagi, siang, dan malam. Pergeseran kerja pertama kali dilakukan untuk tenaga kerja yang melayani masyarakat, namun untuk memenuhi permintaan pelanggan, para pelaku industri kini mulai menerapkan pengaturan jam kerja.

Rumah Sakit Dr Pirngadi Medan merupakan salah satu perusahaan yang menerapkan sistem waktu kerja pagi,sore,dan malam,hal itu diberitahu bahwa kondisi kerja perawat bervariasi berdasarkan temuan observasi yang dilakukan di RSUD. Meskipun ada orang yang bekerja dengan cepat, ada pula yang bekerja lebih lambat. Selain itu, ada perawat yang tampak muda dan gembira saat bekerja, terlihat dari senyumannya. Dimana setiap shift perawat terbagi 3 siklus jam kerja dibagi menjadi delapan jam, termasuk waktu istirahat, yaitu shift pagi dimulai pukul 08.00 – 16.00, sedang untuk shift siang dimulai pada pukul 16.00 – 24.00, dan untuk malam dimulai pada pukul 24.00 – 08.00. Sitem shift kerja ini diberikan dan sudah ditentukan oleh pihak perusahaan , meskipun telah ditentukan masih banyak perawat seperti adanya yang mengalami berbagai macam gangguan

seperti kelelahan , penurunan konsentrasi , pusing ,dan sering menguap terutama pada shift malam, maka dari itu banyak perawat yang cenderung lebih suka masuk di shift pagi dari pada malam.

Perawat yang mengalami banyak stres di tempat kerja sering kali merasa tergesa-gesa dan marah, kesulitan fokus pada banyak tugas sekaligus, dan umumnya tidak puas dengan pekerjaannya (apa yang telah mereka selesaikan). Dapat dilihat dari standart kerja perawat yang harus memiliki keterampilan klinis , ini termasuk dalam adminstrasi obat , perawatan luka , pemantauan vital signs , pelayanan pasien dimana pasien harus menunjukkan empati , komunikasi , sikap profesional dalam berinteraksi dengan pasien dan keluarga serta dapat memberikan edukasi dan ada dokumentasi dan pelaporan perubahan kondisi pasien , semua standart kerja menjadi salah satu tolak ukur perawat.

Jumlah perawat yang bekerja dengan shift lebih panjang setiap tahunnya meningkat sebagai dampak dari mendukung produksi kerja yang lebih tinggi. Oleh karena itu, pekerja diharuskan bekerja siang dan malam. Hal ini menimbulkan sejumlah masalah, terutama bagi karyawan yang merasa sulit atau tidak mungkin menyesuaikan diri dengan jadwal kerja rutin. Instansi dan perusahaan mungkin memiliki kebijakan shift kerja yang berbeda, namun secara umum, terdapat tiga shift setiap hari dengan masing-masing shift delapan jam kerja.

Penelitian Williamson dkk. (Marchelia, 2014) meneliti efek peralihan dari tujuh hari kerja menjadi tiga hari kerja, yang secara alami menyebabkan penurunan tidur dan kesulitan makan. Ketika seorang perawat bekerja pada shift pagi, pola tidur dan aktivitas sehari-hari mereka tetap tidak berubah, dan mereka

merasa segar kembali dari tidur malam yang nyenyak. Sebaliknya, perawat yang bekerja pada shift malam ditempatkan di lingkungan yang tidak sesuai sehingga menghambat kemampuan mereka untuk melakukan pekerjaannya secara efektif, sehingga menyebabkan Karyawan yang bekerja pada malam hari mengalami kelelahan dan kinerja di bawah standar. Selain itu, rutinitas dan pola tidur mereka sehari-hari juga tidak seperti orang-orang pada umumnya yang bekerja pada shift malam.

Gangguan jumlah dan kualitas tidur, yang sering terjadi pada pekerja shift (antara 50% dan 60%), dibandingkan dengan pekerja non-shift (antara 5% dan 11%), dapat diklasifikasikan sebagai gangguan tidur. Agar dapat mengembangkan langkah-langkah pencegahan untuk mencegah penyakit akibat kerja, diperlukan demonstrasi dampak shift kerja terhadap kelainan pola tidur pada pekerja shift. Penelitian menunjukkan bahwa persentase karyawan dengan pola tidur buruk lebih tinggi dibandingkan karyawan dengan pola tidur baik. Pernyataan karyawan yang menguraikan berapa banyak waktu tidur yang mereka butuhkan setiap hari memperkuat hal ini (Syarifah dalam Yunita, 2019).

Salah satu sumber rujukan RS Sumut adalah RSUD Dr. Pirngadi Medan. Terletak di Jalan Prof. H.M. Yamin Sh No. 47, Perintis, Medan Timur, Sumatera Utara 20234, adalah Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Pirngadi Medan. Berdasarkan dari data statistik di web (rsupirngadi.pemkomedan.go.id). Di RS Pirngadi Medan, perawat rawat inap bekerja dengan salah satu dari tiga pola shift: satu hari bertugas pagi, siang, atau malam, diikuti dengan satu hari libur. Kepala ruangan, dr Pirngadi Medan, Kepala Bagian Keperawatan RSUD, menentukan jadwal shift. Saat perawat memulai shift pagi, mereka pulang pada pukul 17.00

WIB. Hal ini memberikan mereka waktu untuk memulihkan diri dan bersiap menghadapi keesokan harinya, saat memulai shift pagi pada pukul 08.00 WIB. Sedangkan perawat yang bekerja pada shift sore diharapkan masuk kerja pada pukul 17.00 WIB hingga pukul 24.00 WIB, namun jumlah waktu hentinya hampir sama dengan perawat yang bekerja pada shift pagi. Akibatnya, perawat yang bekerja pada shift ini mengalami penurunan kebugaran fisik di siang hari. Tiba di rumah pada pagi hari memungkinkan perawat untuk memulihkan diri dan mempersiapkan tugas keesokan harinya. Sedangkan perawat yang bekerja shift malam harus melakukan pekerjaan konstruktif di waktu senggangnya. Karena diharuskan segera standby mulai pukul 00.00 hingga 07.00 WIB, perawat memiliki kebiasaan tidur yang tidak teratur. Akibatnya, tingkat stres kerja mereka lebih tinggi dibandingkan perawat yang bekerja pada shift lain.

Selain mematuhi jadwal shift kerja yang ditentukan oleh organisasi, perawat harus memenuhi tuntutan kerja dengan mengikuti pedoman yang dituangkan dalam uraian tugas masing-masing. Tuntutan lapangan kerja di RSUD Dr. memberikan penjelasan mengenai hal tersebut. Tujuan Pirngadi Medan adalah memberikan pelayanan terbaik kepada pasien. Perawat harus selalu menyadari kebutuhan pasiennya, termasuk memenuhi kebutuhan pasien dan memberikan obat sesuai dengan petunjuk dosis. Meski demikian, tidak ada perbedaan job desk pada pembagian shift.

Stres di tempat kerja mungkin timbul dari gangguan sosial dan masalah kesehatan yang dihadapi pekerja shift. Dibandingkan dengan shift pagi, shift malam lebih cenderung menimbulkan stres (Novitasari, dalam Hazmidar 2017). Dibandingkan dengan pekerja shift pagi, pekerja shift malam melaporkan

kesulitan tidur yang lebih tinggi. Temuan serupa juga ditemukan pada penelitian lain yang menunjukkan bahwa pekerja shift malam lebih cenderung memiliki kebiasaan tidur tidak teratur dibandingkan pekerja shift pagi dan sore. (Amran, 2012)

Faktanya, bekerja dalam shift mempengaruhi seberapa baik kinerja tubuh pekerja, terutama pada malam hari. Pekerjaan shift malam dapat dianggap berbahaya karena dapat berdampak pada kesehatan dan keselamatan seseorang serta hubungan sosial dan keluarga. (Australian Manufactur Workers' Association dalam Saraswati, 2018).Health and Safety Authority (dalam Saraswati, 2018) Hal ini menunjukkan bahwa bila kebutuhan tidur seseorang tidak terpenuhi dengan baik maka akan timbul rasa lelah yang dapat menimbulkan kecelakaan kerja. Hal ini disebabkan oleh ketidakseimbangan antara lingkungan kerja dan kondisi fisik. Pekerja shift akan memiliki keinginan yang kuat untuk tidur saat bekerja jika kebutuhan tidurnya tidak terpenuhi.

Ketiga shift tersebut menunjukkan dinamika stres kerja sebagai berikut: karena jam kerja perawat selaras dengan waktu yang diperlukan untuk beraktivitas, maka biasanya stres kerja pada shift pagi lebih sedikit. Stres di tempat kerja karena perawat masih bisa menyesuaikan jam kerja dengan kondisi fisiknya, maka shift sore pun cenderung lebih singkat. Sebaliknya, pekerja shift malam seringkali mengalami tingkat stres kerja yang signifikan karena mereka harus bekerja sepanjang malam untuk menyelesaikan tugas yang memerlukan banyak waktu istirahat.

Dari penjelasan sebelumnya sudah jelas bahwa shift kerja karyawan mempunyai dampak terhadap tingkat stres kerja. Penelitian mengenai “Perbedaan

Stres Kerja Dilihat dari Shift Kerja Pagi dan Malam pada Pasien Rawat Inap di RSUD Pirngadi Medan” inilah yang penulis tertarik untuk lakukan pada situasi tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, maka pertanyaan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah perawat rawat inap di RSUD Dr. Pirngadi Medan mengalami perbedaan tingkat stres kerja pada shift pagi dan shift malam?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah perawat rawat inap di RSUD Dr. Pirngadi Medan ada mengalami tingkat stres kerja yang berbeda-beda pada shift pagi dan shift malam.

1.4 Hipotesis

Hipotesis penelitian berfungsi sebagai panduan bagi peneliti ketika mereka mencari dan mengumpulkan data. Menurut hipotesis penelitian, berdasarkan hasil dari t – test menunjukkan bahwa ada perbedaan stress kerja ditinjau dari shift kerja pagi dan malam yang artinya bahwa perawat yang shift malam lebih tinggi dari tingkat stressnya dibandingkan yang masuk pada shift pagi dan sore hal itu menunjukkan hipotesisnya negatif karena diliat dari hasil koefisien korelasi uji t – test 3,859 dengan signifikansi $P < 0,05$.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan di bidang

psikologi dan menjadi landasan bagi upaya penelitian di masa depan, khususnya bagi peneliti yang akan datang.

1.5.2 Manfaat Praktis

Pihak rumah sakit mengharapkan masukan dan informasi mengenai “Perbedaan Stres Kerja Berdasarkan Shift Kerja Pagi dan Malam pada Perawat Rawat Inap di RSUD Dr. Pirngadi Medan” kepada pimpinan dan perawatnya.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Stres Kerja

2.1.1 Pengertian Stres Kerja

Handoko (dalam Wibowo, 2014), mendefinisikan stres kerja sebagai suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi proses berpikir, emosi, dan kondisi seseorang, hasilnya stres yang terlalu berlebihan dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan dan pada akhirnya akan mengganggu pelaksanaan tugas-tugasnya. Menurut Sasono (dalam Wibowo, 2014), stres kerja bisa dipahami sebagai keadaan di mana seseorang menghadapi tugas atau pekerjaan yang tidak bisa atau belum bisa dijangkau oleh kemampuannya.

Stres juga dapat berarti respon dari dalam atau dalam diri seseorang terhadap tantangan fisik maupun mental yang datang dari dalam atau luar dirinya. Stres juga merupakan tanggapan seseorang terhadap perubahan lingkungan yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam baik secara fisik maupun mental. Morgan & King (dalam Marchelia, 2014) Cartwright dan Cooper (dalam Mauladi, 2015) mengemukakan stres kerja sebagai suatu ketegangan atau tekanan yang dialami ketika tuntutan yang dihadapkan melebihi kekuatan yang ada pada diri kita.

Stres adalah tekanan-tekanan dalam kehidupan dan bagaimana orang merasakannya, mempercayainya, menggapainya, dan menanggulangnya. Definisi “stres” yang sebenarnya dari kamus Webster adalah, “faktor yang bersifat jasmaniah, kimiawi atau emosional yang menyebabkan ketegangan tubuh atau mental, dan mungkin merupakan faktor penyebab timbulnya penyakit” (Don,

2006)

Berdasarkan pengertian tentang stres kerja yang telah dikemukakan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa stres kerja adalah suatu kondisi dinamik individu dalam menghadapi peluang, kendala, atau tuntutan yang terkait dengan apa yang sangat diinginkan dan hasilnya dipersepsikan sebagai sesuatu yang tidak pasti tetapi penting.

2.1.2 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja

Menurut Luthans (2006) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi stres terdiri dari empat hal yaitu:

- a. Extra Organizational stressor, yang terdiri dari perubahan sosial teknologi, keluarga, relokasi, keadaan ekonomi dan keuangan, ras dan kelas keadaan tempat tinggal.
- b. Group Stressors, yang terdiri dari kurangnya kebersamaan dalam grup, kurangnya dukungan sosial, serta adanya konflik intraindividu, interpersonal dan intergroup.
- c. Individual Stressor, yang terdiri dari konflik dan ketidakjelasan peran, serta disposisi individu seperti pola kepribadian tipe A, kontrol personal, learned helplessness, self-efficacy, dan daya tahan psikologis.

Menurut Munandar (2011) faktor-faktor yang dapat menimbulkan stres kerja antara lain :

Faktor-faktor intrinsik dalam pekerjaan Termasuk dalam kategori ini adalah tuntutan fisik yang meliputi:

1. Bising : merupakan sumber stres yang menyebabkan peningkatan

dari ketidak seimbangan psikologis. Kondisi demikian menimbulkan kecelakaan dengan tidak mendengar suara peringatan.

2. Vibrasi (getaran) : merupakan sumber stres yang meningkatkan taraf cathecholamine, dan perubahan dari fungsinya seseorang secara psikologikal dan neurological. Kondisi kerja yang tidak menyenangkan karena adanya getaran dinilai sebagai pembangkit stres 37% dari pekerja.

3. Hygine, lingkungan yang kotor dan tidak sehat merupakan pembangkit stres. Kondisi berdebu, kotor dan akomodasi waktu istirahat yang kurang baik, juga toilet yang kurang memadai dinilai oleh para pekerja sebagai faktor tinggi pembangkit stres.

Beban kerja meliputi kategori:

Kerja shift/kerja malam. Para pekerja shift lebih sering mengeluh tentang kelelahan dan gangguan perut dari pada pekerja pagi dan siang yang berpengaruh terhadap Menurut Carry Cooper (dalam Wibowo, 2014) faktor-faktor yang dapat menimbulkan dan menyebabkan stres kerja antara lain :

1. Kondisi kerja yang buruk berpotensi menjadi penyebab pekerja mudah jatuh sakit, mudah stres, sulit berkonsentrasi dan menurunnya produktivitas kerja. Banyaknya pekerjaan yang digunakan melebihi kapasitas kemampuan perawat tersebut. Akibatnya perawattersebut mudah lelah dan berada dalam ketegangan emosional dan biologikal karena gangguan ritme circadian dari tidur/keadaan bangun (wake cyle), pola suhu ritme pengeluaran adrenalin.
2. Beban kerja. Beban kerja yang terlalu berat, berlebihan dan beban kerja yang terlalu sedikit merupakan pembangkit stres.
3. Penghayatan terhadap resiko dan bahaya. Resiko dan bahaya jabatan

tertentu merupakan sumber dari stres. tinggi.

2.1.3 Aspek-Aspek Yang Mempengaruhi Stres Kerja

Beehr dan Newman (dalam Luthans, 2005) mengklasifikasikan 3 aspek yang mempengaruhi stres kerja yaitu :

a. Aspek Fisik

Stres dapat menyebabkan perubahan metabolisme sehingga dapat mempengaruhi keadaan fisiologis individu. Umumnya gejala fisik yang tampak pada pekerja dapat berupa seperti : migrain, sakit pada punggung, kram otot, susah tidur, lelah, gangguan pencernaan dan pernafasan.

b. Aspek Psikis

Stres yang berkaitan dengan pekerjaan dapat menimbulkan ketidakpuasan dalam pekerjaan. Hal ini adalah efek psikologis yang jelas dan paling sederhana. Namun, stres muncul pada keadaan psikis pada pekerja misalnya : mudah lupa, Susah berkonsentrasi, sukar mengambil keputusan. Termasuk juga gejala Emosional seperti mudah marah.

c. Aspek Perilaku

Gejala stres yang berkaitan dengan perilaku dalam kehidupan pribadi akan muncul pada pekerja seperti : tidak dapat berhubungan akrab dengan orang lain, tidak dapat mempercayai orang lain, menarik diri, tidak punya kontrol hidup, membuat tujuan yang tidak realitis, self esteem rendah, dan mudah bertengkar. Sedangkan dalam kehidupan pekerjaan, para pekerja akan mengalami hal-hal seperti kehilangan kreativitas, sering absen, tidak ada inisiatif, dan tidak

dapat bekerja bersama orang lain.

Robbins dan Judge (2011) mengatakan bahwa aspek – aspek stres kerja adalah sebagai berikut :

a. Aspek Fisiologis

Gejala awal yang akan ditimbulkan ketika seseorang mengalami stres kerja biasanya ditandai oleh gejala fisiologis. Stres dapat menyebabkan penyakit di dalam tubuh yang ditandai dengan perubahan metabolisme tubuh seperti peningkatan tekanan darah, sakit kepala, jantung berdebar, serta dapat menyebabkan penyakit jantung.

b. Aspek Psikologis

Stres dapat menyebabkan ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, sikap suka menunda dan lainnya yang dapat menimbulkan rasa ketidakpuasan terhadap berbagai hal terutama dalam hal pekerjaan.

c. Aspek Perilaku

Stres yang berkaitan dengan perilaku adalah seperti perubahan dalam produktivitas, meningkatnya absensi, dan tingkat keluarnya perawatdari perusahaan. Dampak lainnya adalah perubahan dalam kebiasaan sehari-hari seperti gangguan makan, gangguan tidur, dan juga peningkatan dalam konsumsi rokok maupun alkohol.

Berdasarkan uraian tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek stress kerja dapat diklasifikasikan menjadi 3 kategori yaitu : fisik, psikologis dan perilaku. Aspek fisik dapat berupa gejala – gejala fisiologis seperti gangguan pencernaan, gangguan pernafasan, hipertensi. Aspek psikis dapat berupa gejala - gejala emosional seperti panik, gelisah, depresi. Aspek perilaku dapat berhubungan dengan kehidupan & kerjaan.

b. Ciri Stres Kerja

Untuk kebanyakan orang, stres tidak cepat menyebabkan sakit keras, stres diungkapkan melalui ciri-ciri umum, seperti somnambulisme (tidak dapat tidur) , merokok berat, sulit berkonsentrasi dalam pengambilan keputusan, dan masamasa lelah yang panjang (Munandar,2001)

Anoraga (2001) Stres yang tidak teratasi menimbulkan ciri badaniah, jiwa, dan ciri sosial. Dapat ringan, sedang, dan berat. Pada sistem saraf otonom, stres menimbulkan ciri seperti keluarnya keringat dingin, rasa panas dingin, asam lambung yang meningkat (sakit maag), kejang lambung dan usus, mudah kaget, gangguan seksual, dan lain-lain.

Hardjana (1994) dan Anoraga (2001) mengemukakan ciristres dikemukakan dalam segi diri kita yang penting, yaitu: fisik, emosi, intelektual, dan interpersonal.

1. Fisik, seperti :Sakit kepala, tidur tidak teratur, gatal-gatal pada kulit, urat tegang terutama pada leher dan bahu, tekanan darah tinggi, berubah selera makan, lelah/kehilangan daya energi.
2. Emosional, seperti : gelisah, rasa harga diri menurun, terlalu peka dan mudah tersinggung, marah-marah, gampang menyerang orang lain dan bermusuhan.
3. Intelektual, seperti : susah berkonsentrasi, mudah lupa/daya ingat menurun, melamun secara berlebihan, kehilangan rasa humor yang sehat, produktivitas/prestasi kerja menurun
4. Interpersonal, seperti : kehilangan kepercayaan kepada orang lain, mudah mempersalahkan orang lain, mudah membatalkan janji/tidak

memenuhinya, suka mencari-cari kesalahan orang lain, mengambil sikap terlalu membentengi dan mempertahankan diri.

Williams, 1997 (dalam Nuryati, 2010) menunjukkan sejumlah symptoms yang umum dari proses berlangsungnya stres.

- a. Ciri-ciri yang bersifat fisik, seperti : perubahan pola tidur, lelah, pusing, sesak napas, gangguan pencernaan, otot tegang.
- b. Ciri-ciri yang bersifat mental, seperti : mudah marah dan lekas tersinggung, cemas dan gelisah, sulit mengambil keputusan, sulit menyelesaikan persoalan, suasana hati mudah berubah/labil, sulit berkonsentrasi, sulit mengingat bahkan hal-hal yang baru saja didengar, merasa kehilangan harga diri, suka menyendiri atau mengurung diri.

2.2 Shift Kerja

2.2.1 Pengertian Shift Kerja

Menurut Suma'mur (1994), shift kerja merupakan pola waktu kerja yang diberikan pada tenaga kerja untuk mengerjakan sesuatu oleh perusahaan dan biasanya dibagi atas kerja pagi, sore dan malam. Proporsi pekerja shift semakin meningkat dari tahun ke tahun, ini disebabkan oleh investasi yang dikeluarkan untuk pembelian mesin-mesin yang mengharuskan penggunaannya secara terus menerus siang dan malam untuk memperoleh hasil yang lebih baik. Sebagai akibatnya pekerja juga harus bekerja siang dan malam. Hal ini menimbulkan banyak masalah terutama bagi tenaga kerja yang tidak atau kurang dapat menyesuaikan diri dengan jam kerja yang lazim.

Sistem shift kerja sistem shift kerja dapat berbeda antar instansi atau perusahaan, walaupun biasanya menggunakan tiga shift setiap hari dengan delapan jam kerja setiap shift. Shift kerja mempunyai berbagai definisi tetapi biasanya shift kerja disamakan dengan pekerjaan yang dibentuk di luar jam kerja biasa (08.00- 17.00). Ciri khas tersebut adalah kontinuitas, pergantian dan jadwal kerja khusus.

Secara umum yang dimaksud dengan shift kerja adalah semua pengaturan jam kerja, sebagai pengganti atau tambahan kerja siang hari sebagaimana yang biasa dilakukan. Namun demikian adapula definisi yang lebih operasional dengan menyebutkan jenis shift kerja tersebut. Shift kerja disebutkan sebagai pekerjaan yang secara permanen atau sering pada jam kerja yang tidak teratur (Kuswadji, 2007).

Menurut Nurmiyanto (2004), shift kerja berbeda dengan hari kerja biasa, dimana pada hari kerja biasa, pekerjaan dilakukan secara teratur pada waktu yang telah ditentukan sebelumnya, sedangkan shift kerja dapat dilakukan lebih dari satu kali untuk memenuhi jadwal 24 jam/hari. Biasanya perusahaan yang berjalan secara kontinyu yang menerapkan aturan shift kerja ini. Selain itu, masyarakat yang membutuhkan kebutuhan sosial akan pelayanan dengan waktu yang lebih banyak seperti polisi dan rumah sakit juga benar – benar dibutuhkan dalam 24 jam/hari, 7 hari/minggu.

Istilah giliran kerja adalah strategi penjadwalan jam kerja sedemikian rupa sehingga kelompok-kelompok perawat tetap yang berbeda, melakukan tugas pekerjaan yang sama dalam jangka waktu yang berbeda selama periode 24 jam. Giliran kerja merupakan keharusan dalam organisasi sektor kemasyarakatan

seperti, rumah sakit, pemadam kebakaran, kepolisian, pegawai SPBU bagian operator dan juga sektor swasta lainnya (Jewell & Marc, 2017). Waktu kerja seperti yang tertera dalam undang-undang ketenagakerjaan No. 13 Tahun 2003 diatur sebagai 7 jam dalam 1 hari atau 40 jam untuk 1 minggu dalam 6 hari kerja. Dan yang lainnya 8 jam dalam 1 hari atau 40 jam untuk 1 minggu dalam 5 hari. Sedangkan hari dan jam kerja adalah waktu kerja yang ditetapkan oleh perusahaan dengan didasarkan pada ketentuan perundangundangan yang berlaku mengenai ketenagakerjaan (Yanuar,2006).

Dari beberapa pendapat tentang pengertian shift kerja adalah pola waktu kerja yang diberikan kepada pekerja sesuai prosedur dan aturan perusahaan untuk mengerjakan sesuatu dengan lokasi kerja yang sama, pada saat yang sama, pada waktu yang berlainan atau pada waktu yang telah ditentukan sebelumnya dalam 24 jam atau dalam 1 hari yang biasanya di bagi atas 3 shift, yaitu shift pagi,siang, dan malam.

2.2.2 Macam-Macam Shift Kerja

Macam-macam kerja Shift Dalam pelaksanaan sistem kerja shift, biasanya perawat tidak bekerja secara terus menerus selama 24 jam penuh, tetapi kebanyakan perusahaan membagi waktu 24 jam tersebut menjadi tiga shift yang masing-masing bekerja selama 8 jam perhari, yaitu shift pagi, shift siang/sore dan shift malam. Sedangkan berdasarkan tetap atau tidaknya waktu dalam bekerja shift, dapat dibedakan menjadi dua macam shift (Nuryati, 2007) yaitu:

Kerja shift tetap Jenis shift ini, perawat bekerja pada satu shift tertentu atau pada shift yang tetap dengan jam kerja dan hari kerja yang tetap pada setiap hari kerjanya, misalnya seseorang yang bekerja pada shift pagi. Maka seterusnya

perawattersebut akan bekerja pada shift pagi, dan demikian pula dengan perawat pada shift siang/sore dan shift malam.

Kerja shift rotasi atau shift beredar Pada jenis shift ini, perawat bekerja pada shift yang tidak tetap, artinya perawat akan berpindah dari satu shift ke shift yang lainnya setelah periode tertentu. Seseorang yang bekerja pada shift pagi tidak seterusnya akan bekerja pada shift itu sesudah periode waktu tertentu (sejumlah hari) perawattersebut akan mengalami perubahan jam kerja yaitu dari shift pagi ke shift siang/sore dan kemudian ke shift malam.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat dua macam shift kerja yaitu shift tetap dengan waktu jam kerja yang tetap pada setiap harinya, dan shift rotasi yang artinya perawat akan mengalami perubahan jam kerja dari shift satu ke shift yang lainnya.

2.2.3 Dampak dari Shift Kerja

Perawat yang bekerja dengan sistem kerja shift juga mempunyai masalah sosial hal ini terjadi karena ketidaksesuaian jadwal perawat dengan orang lain disekitarnya. Perawat yang bekerja pada shift pagi dan malam selama periode tertentu akan menyebabkan perawat menjadi sulit untuk mengikuti kegiatan organisasi sosial (Nuryati, 2007).

Kerja shift juga membawa dampak pada problem-problem penyesuaian. Para pekerja shift mengalami banyak problem dalam penyesuaian fisiologis, psikologis, dan sosial. Masalah fisiologis timbul karena terganggunya ritme harian individu, dan mengganggu perputaran waktu untuk makan, tidur, dan bekerja, yang mengakibatkan pekerja seringkali mengalami masalah penyesuaian fungsi fisiologis. Dimana masalah fisiologis ini dapat berupa keluhan-keluhan seperti

kurang tidur, kelelahan, gangguan saluran pencernaan, dan berkurangnya nafsu makan.(Muchinsky dkk dalam Nuryati, 2007). Sedangkan keluhan psikologis yang dialami perawat adalah depresi, tidak puas terhadap jam kerja karyawan, stres dan menjadi lekas marah (Gordon & Henefin dalam Nuryati, 2007).

Berdasarkan dampak dari kerja shift diatas, Para pekerja shift mengalami banyak problem dalam penyesuaian fisiologis, psikologis, dan sosial yang dapat berpengaruh pada perawat yang mengakibatkan timbulnya stres kerja.

2.3 Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Perawat

Menurut Munandar (2011) salah faktor yang dapat menimbulkan stress kerja adalah beban kerja, yang termasuk dalam beban kerja disini adalah : Kerja shift/kerja malam. Para pekerja shift lebih sering mengeluh tentang kelelahan dan gangguan perut dari pada pekerja pagi dan siang yang berpengaruh terhadap emosional dan biologikal karena gangguan ritme circadian dari tidur/keadaan bangun (wake cyle), pola suhu ritme pengeluaran adrenalin.

Stres kerja adalah sesuatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidak seimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seorang perawat(Rivai 2004). Menurut Robbins (2008) stres adalah suatu kondisi dinamis di mana seorang individu dihadapkan pada peluang, tuntutan, atau sumber daya yang terkait dengan apa yang dihasratkan oleh individu itu dan hasilnya dipandang tidak pasti dan penting.

Menurut Cooper (dalam Munandar, Penelitian ini termasuk penelitian 2001), shift kerja merupakan tuntutan tugas yang kuantitatif. Dilihat dari tujuan penelitian, dapat menyebabkan stres kerja. Monk & Tepas shift merupakan sumber utama dari stres bagi pekerja. Para pekerja shift malam lebih sering

mengeluh tentang kelelahan dan gangguan perut daripada pekerja pagi/siang dan dampak dari kerja shift terhadap kebiasaan makan yang mungkin menyebabkan gangguan- gangguan perut dan pengaruhnya adalah emosional dan biological (Munandar, 2001).

Menurut Wijono (2006), pekerja yang mengalami stres kerja dengan jam kerja/minggu antara 37 hingga 40 jam, sedangkan pekerja yang mengalami stres kerja sedang mempunyai jumlah jam kerja/minggu bahkan antara 61 hingga 71 jam. Stres kerja tinggi mempunyai jumlah terkadang hanya ada tiga. Idealnya, seorang jam kerja/minggu antara 41 hingga 60 jam.

Shift kerja merupakan suatu sistem yang diterapkan perusahaan untuk meningkatkan produksi secara maksimal dan kontinu dengan bekerja selama 24 jam dalam sehari. Hal ini akan berdampak negatif pada perawat sehingga menimbulkan kelelahan mental atau stres. (Winarsunu, 2008). Adnan (2002) mengemukakan bahwa sistem shift kerja dapat berdampak positif dan negatif. Dampak positifnya adalah memaksimalkan sumber daya yang ada, memberikan lingkungan kerja yang sepi khususnya shift malam dan memberikan waktu libur yang banyak.

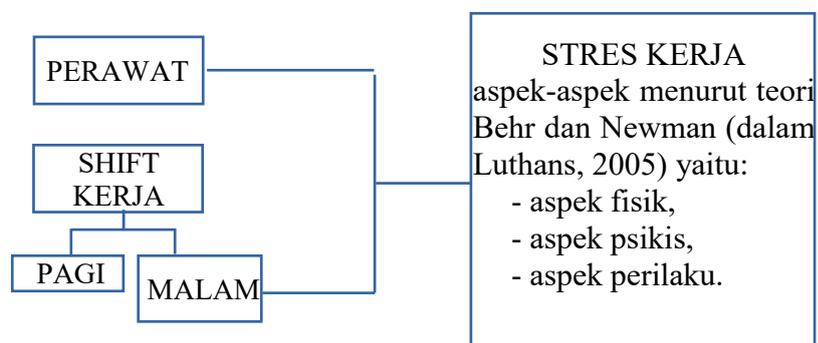
Sedangkan dampak negatifnya adalah penurunan kinerja. Tidak semua orang dapat menyesuaikan diri dengan sistem shift kerja karena membutuhkan banyak sekali penyesuaian waktu, seperti waktu tidur, waktu makan dan waktu berkumpul bersama keluarga.

Perawat yang bekerja pada malam hari akan berada pada suasana bekerja akan tetapi ritme circadiannya berada pada fase rileks, yaitu suhu badan, denyut jantung, tekanan darah, kapasitas fisik, kemampuan mental dan produksi adrenalin

menurun/istirahat. Irama sirkadian adalah proses-proses yang saling berhubungan yang dialami tubuh untuk menyesuaikan perubahan waktu selama 24 jam sehingga seseorang akan terganggu jika terjadi perubahan jadwal kegiatan seperti pada shift kerja karena irama sirkadian atau jam biologis tubuh tidak mampu mengatasi perubahan situasi yang ada. Selain itu bekerja pada malam hari juga akan menimbulkan masalah lain yaitu mengganggu waktu tidur dan makan, mengurangi kemampuan kerja dan meningkatkan kesalahan dan kecelakaan kerja, menghambat hubungan sosial dan keluarga yang pada akhirnya menimbulkan stres dan akan memberi dampak terhadap kinerja perawat perusahaan tersebut (Tayyari & Smith, 1997, Bridger, dalam Winarsunu, 2008).

Dengan melihat kejadian diatas terdapat perbedaan kondisi dan masalah dalam setiap shift. Mengacu pada asumsi bahwa stres kerja disebabkan oleh hampir semua kondisi kerja, berarti kondisi kerja setiap shift yang berbeda dapat mengakibatkan tingkat stres kerja yang berbeda pada karyawan. Adapun penelitian terdahulu dengan judul: perbedaan stres kerja ditinjau dari shift kerja pada pegawai bagian produksi PT. Unisem Batam (Marchelia, 2014). Menunjukkan bahwa ada perbedaan stres kerja yang signifikan ditinjau dari shift kerja pada pegawai dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dimana shift malam lebih tinggi tingkat stresnya dengan mean = 71.25 dibandingkan shift pagi dengan nilai mean = 64.57 dan shift siang dengan mean = 60.72. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan stres kerja pada pegawai ditinjau dari shift kerjanya masing-masing.

2.4 Kerangka Konseptual



Gambar 1. Kerangka Konseptual



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

3.1.1 Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan untuk melakukan pengambilan data selama 9 hari mulai dari tanggal 26 Juni sampai dengan tanggal 5 Juli 2024 dan semua data telah terpenuhi penulis meminta surat bukti telah selesai melakukan penelitian dari pihak RSUD Dr.Pirngadi Medan

3.1.2 Tempat Penelitian

Tempat Penelitian ini dilaksanakan di Jl. Prof. H. M. Yamin No.47, Perintis, Kec. Medan Timur., Kota Medan, Sumatera Utara 20234.

3.2 Alat dan Bahan Penelitian

Alat dan bahan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan skala stres kerja yang disusun oleh penulis dengan berdasarkan aspek-aspek stres kerja menurut Behr dan Newman (dalam, Luthans, 2005) yaitu: aspek fisik, aspek psikis, aspek perilaku. Pengumpulan data yang digunakan untuk mengungkap “ Perbedaan Stress Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pagi dan Malam Pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr.Pirngadi Medan ” dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala ukur. Penelitian ini menggunakan skala Semantic Differential (SD), skala digunakan untuk mengukur sikap .

Tidak menggunakan bentuk checklist ataupun pilhan ganda pada

penyusunan instrumen penelitian, tetapi disusun dalam satu garis kontinum yang jawaban “sangat positif” yang terletak disebalah kanan dan jawaban yang sangat “negatif” terletak disebalah kiri atau sebaliknya.



Tabel 1. Distribusi penyebaran skala Stres Kerja sebelum uji coba alat ukur

No	Aspek	Indikator	Nomor item		Jumlah
			Favorable	Unfavorable	
1	<i>Aspek fisik</i>	Meningkatnya detak jantung , tekanan darah , dan risiko potensi terkena gangguan kardiovaskuler , gangguan pernapasan , gangguan tidur	2,4,17,18,23,30	1,3,5,6	10
2	<i>Aspek Psikis</i>	kecemasan, kejenuhan, ketegangan, kesal, dan sikap yang menunda-nunda pekerjaan, mengalami kelelahan mental	15,16,19,27	14,16,11,24,25, 28	10
3	<i>Aspek Perilaku</i>	Menghindari pekerjaan , menurunnya performasi , meningkatnya penggunaan rokok dan alkohol , makan secara berlebihan sebagai pelarian , meningkatnya sikap agresi dan mencuri	8,10,13,20,21,26, 29	7,12,22	10
Total			30		

3.3 Tipe Penelitian

Tipe penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Menurut Azwar (2009), penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Penelitian ini termasuk dalam penelitian non- eksperimen, dimana peneliti tidak memberikan perlakuan terhadap subjek penelitian. Penelitian ini dapat dikatakan sebagai penelitian uji beda bila ditinjau dari judul penelitian. Penelitian uji beda ataupun uji komparasi yaitu untuk melihat apakah ada perbedaan antara variabel yang diteliti (Sugiyono,2003). Penelitian ini menggunakan uji komparasi dikarenakan variabel terikat penelitian (stres kerja) akan dibedakan dengan variabel bebas (shift kerja).

3.4 Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Sugiyono (2008) variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel-variabel yang akan diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut :

Variabel bebas (independent/X) : Shift Kerja

Variabel terikat (dependent/Y) : Stres Kerja

3.5 Definisi Operasional

Azwar (2003) mengemukakan bahwa definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati. Definisi operasional variabel

penelitian merupakan batasan atau spesifikasi dari variabel-variabel penelitian, yang secara konkrit berhubungan dengan realisasi yang akan diukur dan merupakan manifestasi

dari hal-hal yang akan diamati dalam penelitian. Adapun definisi operasional variabel-variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Stres Kerja.

Stres kerja adalah kondisi yang menimbulkan tekanan pada perawat sehingga dapat mengganggu kualitas dan hasil kerja, fisiologis, dan perilaku kognitif.

Adapun untuk mengukur stress kerja menggunakan aspek fisik, aspek psikis, dan aspek perilaku.

Shift Kerja

Shift Kerja adalah pola waktu kerja yang diberikan kepada perawat sesuai prosedur dan aturan perusahaan untuk mengerjakan sesuatu dengan lokasi kerja yang sama, pada saat yang sama, pada waktu yang berlainan atau pada waktu yang telah ditentukan sebelumnya dalam 24 jam atau dalam 1 hari di bagi atas 3 shift, yaitu shift pagi dari jam 07.00 wib- 15.00 wib, siang 15.00wib - 23.00 wib , dan malam 23.00 wib – 07.00 wib.

3.6 Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

3.6.1 Populasi

Hadi (2004) menyatakan bahwa populasi adalah individu yang biasa dikenai generalisasi dari kenyataan-kenyataan yang diperoleh dari sampel penelitian. Sedangkan menurut Arikunto (2006) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Adapun populasi adalah perawat yang berjumlah 115 orang

perawat rawat inap di RSUD Dr.Pirngadi Medan.

3.6.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2003) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Menyadari luasnya keseluruhan populasi dan keterbatasan yang dimiliki peneliti maka subjek penelitian yang dipilih adalah sebagian dari keseluruhan populasi yang dinamakan sampel. Pada penelitian ini diambil berdasarkan shift kerja perawat pada saat penelitian yang berjumlah 115 perawat rawat inap di RSUD Dr.Pirngadi.

3.6.3 Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah menggunakan teknik sampling, teknik sampling merupakan teknik pengambilan sampel, untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian (Sugiyono,2003). Pengambilan sampelnya menggunakan teknik total sampling, dimana yang dapat diartikan menurut Supranto (2008) pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling.

3.7 Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

Skala Stres Kerja

Alat ukur yang digunakan peneliti untuk mengukur stres kerja ialah dengan skala stres kerja yang telah disusun oleh penulis dengan berdasarkan aspek-aspek menurut teori Behr dan Newman (dalam Luthans, 2005) yaitu: aspek fisik, aspek psikis, aspek perilaku.

Pengumpulan data yang digunakan untuk mengungkap “ Perbedaan Stress Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pagi dan Malam Pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr.Pirngadi Medam ” dalam penelitian ini diungkap menggunakan skala ukur. Penelitian ini menggunakan skala Semantic Differential (SD), skala digunakan untuk mengukur sikap . Tidak menggunakan bentuk checklist ataupun pilhan ganda pada penyusunan instrumen penelitian, tetapi disusun dalam satu garis kontinum yang jawaban “sangat positif” yang terletak disebalah kanan dan jawaban yang sangat “negatif” terletak disebalah kiri atau sebaliknya.

3.8 Validitas dan Reliabilitas

Validitas merupakan suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen. Oleh karena itu, suatu instrumen yang valid akan mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid berarti memiliki validitas yang rendah. Suatu instrumen dikatakan valid apabila mampu mengukur apa yang diinginkan karena instrumen yang menghasilkan data yang tidak sesuai dengan tujuan pengukuran akan menghasilkan validitas yang rendah (Arikunto, 2006). Untuk mengetahui validitas angket maka peneliti menggunakan teknik statistik korelasi Product Moment dengan rumus angka kasar yang dikemukakan Pearson (dalam Azwar, 2013). Nilai validitas setiap butir (koefisien r product moment Pearson) sebenarnya masih perlu dikoreksi karena kelebihan bobot. Kelebihan bobot ini terjadi karena skor butir yang dikoreksinya dengan skor total ikut sebagai komponen skor total, dan hal ini menyebabkan koefisien r menjadi lebih besar (Hadi, 2011). Reliabilitas alat ukur adalah untuk mencari dan mengetahui sejauh mana hasil pengukuran dapat dipercaya. Reliabel dapat juga dikatakan kepercayaan, keajekan, kestabilan,

konsistensi dan sebagainya. Hasil pengukuran dapat dipercaya apabila dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama selama dalam diri subjek yang di ukur memang belum berubah (Azwar, 1997). Skor yang akan diestimasi reliabilitasnya dalam jumlah yang sama banyak. Tinggi rendahnya reliabilitas, secara empirik ditunjukkan oleh suatu angka yang disebut nilai koefisien reliabilitas. Reliabilitas yang tinggi ditunjukkan dengan nilai rxx mendekati angka 1. Kesepakatan secara umum reliabilitas yang dianggap sudah cukup memuaskan jika ≥ 0.700 .

Di bawah ini Tabel 4.2 yang menjelaskan perincian butir – butir skala stres kerja ditinjau dari shift kerja pagi dan malam yang sah dan gugur.

Tabel 4.2 Skala perbedaan stress kerja ditinjau dari shift kerja pagi dan malam setelah uji coba

No	Aspek	Indikator	Nomor item		Gugur	Jumlah
			Favorable	Unfavorable		
1	<i>Aspek fisik</i>	Meningkatnya detak jantung , tekanan darah , dan risiko potensi terkena gangguan kardiovaskuler , gangguan pernapasan , gangguan tidur	2,4,17,18,23,30	1,3,5,6	-	0
2	<i>Aspek Psikis</i>	kecemasan, kejenuhan, ketegangan, kesal, dan sikap yang menunda-nunda pekerjaan, mengalami kelelahan mental	15,16,19,27	14,16,11,24,25,28	-	0

3	<i>Aspek Perilaku</i>	Menghindari pekerjaan , menurunnya performasi , meningkatnya penggunaan rokok dan alkohol , makan secara berlebihan sebagai pelarian , meningkatnya sikap agresi dan mencuri	8,10,13,20,21,26,29	7,12,22	-	0
Total					0	0

Kemudian pada hasil uji reliabilitas seluruh item yang valid menggunakan rumus *Cronbach alpha*. Suatu instrument dikatakan reliabel jika nilai *Cronbach alpha* lebih besar dari batasan yang telah ditentukan yakni 0,5 atau nilai korelasi hasil perhitungan lebih besar dari pada nilai dalam tabel dan dapat digunakan untuk penelitian.

3.9 Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan analisis T-test. T-test merupakan uji beda dua sampel berpasangan. Sampel berpasangan merupakan subjek yang sama, tapi mengalami perlakuan yang berbeda. Model uji beda ini digunakan untuk menganalisis model penelitian sebelum dan sesudah. Menurut Widiyanto (2013), T-test merupakan salah satu metode pengujian yang digunakan untuk mengkaji keefektifan perlakuan, ditandai adanya perbedaan rata-rata sebelum dan rata-rata sesudah diberikan perlakuan.

3.10 Prosedur Kerja

1. Persiapan Administrasi

Penulis meminta surat izin penelitian dan pengambilan data kepada pihak

dari Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang diajukan kepada Pihak RSUD Dr.Pirngadi Medan pada tanggal 24 Juni 2024 untuk melaksanakan penelitian dan pengambilan data di RSUD Dr.Pirngadi Medan. Selanjutnya setelah mendapatkan surat izin dan meminta izin untuk melakukan penelitian. Setelah selesai melakukan pengambilan data selama 9 hari mulai dari tanggal 26 Juni sampai dengan tanggal 5 Juli 2024 dan semua data telah terpenuhi penulis meminta surat bukti telah selesai melakukan penelitian dari pihak RSUD Dr.Pirngadi Medan guna melengkapi administrasi.

2. Persiapan Alat Ukur

Persiapan yang dimaksud adalah persiapan alat ukur yang nantinya digunakan. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala stres kerja yang akan dibagikan kepada perawat di RSUD Dr.Pirngadi Medan sebanyak 115 orang responden. Ketika melakukan penelitian pada suatu tempat yang telah ditentukan oleh peneliti sebelumnya secara sistematis.

Tahapan kerja pertama yang peneliti lakukan , yaitu melakukan komunikasi dan koordinasi terlebih dahulu kepada Direktur RSUD Dr. Pirngadi Medan , yaitu Dr.Syamsul Arifin Nasution Sp.OG guna meminta izin hendak melaukukan penelitian dan pengambilan data guna keperluan penyusunan skripsi dengan judul “ Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pagi dan Malam pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr. Pirngadi Medan ”. Pada saat yang bersamaan , peneliti juga bertanya terkait dokumen admintrasi perizinan penelitian yang dibutuhkan oleh pihak RSUD Dr. Pirngadi Medan. Setelah melakukan koordinasi dan komunikasi perizinan penelitian selama 9 hari dengan pihak RSUD Dr . Pirngadi Medan , akhirnya peneliti diizinkan untuk melakukan penelitian di RSUD Dr.

Pirngadi Medan dan diminta untuk melengkapi dokumen administrasi perizinan penelitian , yaitu berupa surat pengantar izin penelitian dan pengambilan data dari Universitas Medan Area.

Setelah mendapatkan izin untuk melakukan penelitian dan pengambilan data dari pihak RSUD Dr . Pirngadi Medan , peneliti kemudian melakukan pengurusan surat izin penelitian dan pengambilan data kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area mengeluarkan surat. Kemudian setelah peneliti menerima surat izin penelitian dan pengambilan data dari pihak Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, selanjutnya peneliti mengirimkan surat tersebut kepada pihak RSUD Dr. Pirngadi Medan. Setelah tahap perizinan selesai , kemudian peneliti ,melakukan koordinasi kepada pihak RSUD Dr. Pirngadi Medan untuk menentukan tanggal yang tepat dilakukan penyebaran alat ukur berupa kuisisioner penelitian kepada perawat rawat inap yang bekerja di RSUD Dr . Pirngadi Medan , sehingga penyebaran kuisisioner tidak mengganggu waktu pada saat bekerja. Setelah melakukan komunikasi dengan pihak RSUD Dr . Pirngadi Medan, akhirnya disepakati penelitian dan penyebaran kuisisioner dilakukan pada Rabu , 26 Juni 2024.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan temuan penelitian penulis, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan temuan analisis teknik uji T, perawat rawat inap RSUD Dr. Pirngadi Medan mengalami tingkat stres kerja yang berbeda-beda tergantung pada apakah mereka bekerja shift pagi atau malam.

Nilai selisih $t = 3,859$ dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$ menunjukkan hasil tersebut.

Berdasarkan hasil nilai Levene Statistic dari variabel stres kerja adalah 62,379. Hasil tersebut menunjukkan bahwa variabel stres kerja hanya berdistribusi sebesar 62,379%.

Berdasarkan hasil uji mean hipotetik dengan mean empirik maka diketahui bahwa stres kerja pada shift pagi tergolong sedang hal ini dapat dilihat dari nilai mean hipotetik 40 dan mean empirik 42,76.

Dengan nilai mean hipotetik sebesar 40 dan mean empiris maka dapat disimpulkan bahwa stres kerja pada shift malam relatif tinggi. 47,98.

5.1 Saran

Menindaklanjuti kesimpulan di atas, berikut rekomendasi yang dapat diperoleh untuk mendapatkan masukan dari pihak-pihak terkait:

1. Bagi Responden

Disarankan agar responden yang menghadapi stres terkait pekerjaan mengelolanya secara konstruktif dengan menggunakannya sebagai motivasi untuk membantu perawat di Dr. Pirngadi Medan melakukan tugasnya dengan lebih hati-hati.

2. Bagi Pihak RS .Umum Pirngadi dan Perawat

Disarankan kepada Rumah Sakit Dr.Pirngadi Medan hendaknya dapat membantu perawat dalam menghadapi stress kerja serta memberikan

dukungan dari lingkungan sekitar dan religiusitas. Hal ini akan memungkinkan residen terhindar dari

Selain itu pihak rumah sakit Dr. Pirngadi Medan harus melakukan sistem ice

breaking, dalam kehidupan pribadi perawat bisa perbanyak ibadah, olahraga dan menjalankan hobi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan kepada peneliti selanjutnya hendaknya memperbesar jumlah subjek peneliti. Selain itu, mempertimbangkan jumlah perawat. Peneliti selanjutnya dapat meneliti perbedaan shift kerja pada perawat dalam menurunkan stress kerja.



DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, 2002. Psikologi Qur'ani. Bandung : Pustaka Hidayah Perilaku Organisasi. Bandung: Pustaka Setia.
- Asih, G, Y. (2009). Ergonomika. Dalam Kehidupan Sehari-hari. Semarang: Semarang University Press.
- Amran. 2012 Hubungan Pergantian Waktu Kerja dengan Pola Tidur Pekerja. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, **Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional Vol. 6, No. 4, Februari 2012
- Arikunto, S.2006. Metode Penelitian Kuantitatif. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, 1997. Metode Penelitian Jilid I. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2002). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta, Indonesia: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. 2003. Metode Penelitian. Yogyakarta : Pustaka Belajar
- Buana, R.D. 2020. Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. Jurnal Sosial dan Budaya Syar i · March 2020: Universitas Mercu Buana.
- Cartwright, S., Cooper, C.L., and Murphy, Organisation A Protective Approach To Stress In The Workplace. American Psychological Assosiation. Washington. 15:217-229.
- Gibson., Ivancevich., and Donnelly. (2006). Organization (Alih bahasa). Jakarta: Penerbit Erlangga
- Hadi, S. (2004). Metodologi Research. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Hadi, Nur. 2011. Corporate Social Responsibility. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hart, S., & Staveland, L. (2022). *Development of NASA Task Load Index (TLX): Result of Empirical and Theoretical Research*. California: NASA-Ames Research.
- Handoko, H. T. (2014). Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia. Yogyakarta: BPFE.
- Irwandy. 2014. Hubungan antara Beban Kerja dengan Stress Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Islam Surakarta.” Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Jewel & March (2017). Psikologi Industri Dan Organisasi Modern. Edisi 2. (Terjemahan Pudjaatmata). Jakarta: Arcan.
- Juliana, dkk., 2018. Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik, Tbk. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 9(1):53-63. p-ISSN 2086-6380. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
- Lientje Setyawati K.M., 2011, Selintas Tentang Kelelahan Kerja, Yogyakarta: Amara Books.
- Luthans, Fred. 2005. Organizational Behaviour 10th Edition. New York: McGraw- Hill International Editions.
- Luthans, Fred. (2006). Perilaku Organisasi. Alih bahasa: Vivin Andhika Yuwono, Sekar Purwanti, Arie P, dan Winong Rosari. Yogyakarta: Andi.
- Luthans, F. (2015). Perilaku Organisasi. Yogyakarta: Penerbit Andi
- Marchelia. 2014 STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFTKERJA PADA KARYAWAN. Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan Vol. 02, No.01, Januari 2014.
- Munandar. AS. 2001. Psikologi Industri Dan Organisasi. Jakarta: UI-Press
- Munandar, Ashar Sunyoto. (2011). Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta: UI-Pers.
- Nuryati, 2007. Kinerja Organisasi. Jakarta: Pustaka Setia.
- Novitasari, M., Jayanti, S., dan Ekawati. 2015. Perbedaan Kelelahan dan Stres Kerja Pada Tenaga Kerja Shift I, II dan III Bagian Produksi Pabrik Minuman PT. X Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal), Vol. 3, No. 1, hlm. 385- 394.
- Nurmianto, E. 2004. Ergonomi Konsep Dasar Dan Aplikasinya Edisi Kedua. Surabaya: Guna Widya.
- Permatasari, dkk. 2019. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Matahari Department Store Cabang Lippo Plaza Kendari. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. VOL. 2/NO.5. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo.
- Robbins P. Stephen. (2006) Perilaku Organisasi. Edisi 10. Diterjemahkan Oleh: Drs. Benyamin Molan. Erlangga Jakarta.
- Robbins, Stephen P. and Timothy A. Judge. (2011). Organizational Behavior. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Rosyid Al, Harun, 2006, Teknik Penarikan Sampel dan Penyusunan Skala. Bandung: Universitas Padjadjaran.

- Rivai, Veitzhal 2004. Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan : Dari Teori Ke Praktik, Jakarta Grafindo Persada.
- Rivai, Veitzhal. 2013. Manajemen Sumber Daya Manusia Untuk Perusahaan : Dari Teori Ke Praktik, Jakarta Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2003. Metode Penelitian: Bandung: ALFABETA
- Sugiyono. 2008. Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D. Bandung: ALFABETA.
- Supranto (2008) , Metodologi Research 2, Andi Offset, Yogyakarta, 2004.
- Suma'mur, PK. 1994. Hygiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja. Cetakan Kesebelas. Haji Masagung. Jakarta.
- Saraswati. 2018. Hubungan Gangguan Tidur Pada Pekerja Shift Dengan Kejadian Kecelakaan Di Terminal Petikemas. Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga.
- Schuler, R. S. dan Jackson, S. E., 2006, Manajemen Sumber Daya Manusia;Menghadapi Abad Ke- 21. Edisi Ke-Enam. Jakarta: Erlangga
- Sopiah, H. 2016. Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Karyawan Laundry di Kelurahan Warungboto Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta.<http://download.portalgaruda>.
- Wibowo, A.M., dan Izzati, U.A. (2019). Hubungan antara Employee Engagement dengan Organizational Citizenship Behavior pada perawat Rumah Sakit X. Jurnal Penelitian Psikologi. Vol 06 No 03.
- Wibowo. (2013). Perilaku dalam Organisasi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Wibowo. (2014). Perilaku Dalam Organisasi. Edisi 1-2. Jakarta: Rajawali Pers.
- Wibowo, A.M., dan Izzati, U.A. (2019). Hubungan antara Employee Engagement dengan Organizational Citizenship Behavior pada perawat Rumah Sakit X. Jurnal Penelitian Psikologi. Vol 06 No 03.
- Wijono, Sutarto. (2006). Psikologi Industri Dan Organisasi. Jakarta: Kencana.
- Wijono, S. (2009). Pengaruh Locus of Control Eksternal dan Iklim Organisasi Terhadap Stres Kerja Manajer Madya. Asvatta. The Journal of Psychology. Vol 1. No. 1: 7-24
- Wijono, S. (2015). Psikologi Industri & Organisasi. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Winarsunu, Tulus. (2008). Psikologi Keselamatan Kerja. Yogyakarta: Umm Press.
- Wright, C.F. (2018). Australian Industrial Relations in 2017. Journal Of Industrial Relation. April 20, 2018.

Lampiran

Skala Stres Kerja

No	NAM	USI	1	2	3	4	5	6	7	8	9	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	TOTAL				
A	A		0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0		
1	P	38	3	1	3	1	1	3	3	1	1	1	2	2	2	1	1	1	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	27	
2	A	38	1	1	1	1	3	3	1	3	1	3	1	1	2	1	1	1	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	25	
3	D	38	3	3	3	3	1	1	3	3	1	3	2	2	2	3	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	37		
4	S	41	1	3	1	2	3	1	1	3	1	1	1	1	2	1	2	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	27		
5	H	37	1	3	3	2	1	1	1	1	3	3	2	2	2	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	1	4	33		
6	A	33	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	37		
7	A	36	3	3	3	2	3	3	1	1	3	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4	1	3	3	3	2	1	2	38		
8	A	46	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	19		
9	N	43	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1	3	1	1	2	1	2	2	1	2	2	4	4	4	4	4	2	3	1	34		
10	O	40	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	3	3	3	3	4	3	1	4	3	1	1	3	3	4	3	1	3	4	41		
11	L	40	2	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	1	1	2	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	1	22		
12	M	40	1	2	1	3	3	1	3	1	1	1	1	3	3	1	3	1	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	29	
13	M	47	3	3	1	3	3	1	3	3	1	2	3	1	2	3	3	1	1	2	2	1	2	2	2	3	3	3	3	2	3	1	36		
14	M	33	1	2	1	3	3	3	3	1	3	1	2	3	2	3	3	1	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	35	
15	S	38	1	3	1	3	3	2	3	1	2	1	2	2	2	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	32		
16	Z	39	3	3	2	3	3	2	3	3	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	37	
17	R	40	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	4	3	4	4	4	2	4	3	35		
18	R	44	1	3	1	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3	1	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	2	3	38	
19	H	42	1	1	1	3	3	3	3	1	3	1	2	1	2	3	3	1	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	32		
20	J	44	3	3	3	2	2	1	2	3	1	1	3	3	1	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	36	
21	A	56	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	3	2	1	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	36		
22	N	51	3	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	2	2	1	2	3	1	1	3	3	1	3	40		
23	N	59	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	2	3	1	3	1	1	3	3	1	2	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	26		
24	M	52	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	3	2	1	55
25	P	33	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	3	50	

26	F	41	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	48	
27	L	48	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	5	4	4	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	50
28	Z	53	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	49	
29	N	55	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	5	4	48	
30	D	61	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	5	4	4	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	54	
31	R	60	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	48	
32	R	59	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	5	4	46	
33	H	60	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	52	
34	M	60	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	2	4	3	3	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	55	
35	K	57	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	50	
36	A	55	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	48	
37	Z	61	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	50	
38	D	61	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	48	
39	Y	37	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	48	
40	A	37	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	46	
41	A	37	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	3	52	
42	W	37	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	2	4	3	3	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	55	
43	R	35	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	50	
44	R	39	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	48	
45	D	40	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	2	2	5	4	4	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	50	
46	P	41	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	49	
47	M	41	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	5	4	48	
48	M	49	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	50	
49	A	55	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	48	
50	A	50	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	5	4	4	4	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	54	
51	A	33	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	48	
52	S	36	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	5	4	46	
53	S	46	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	52	
54	Y	43	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	2	4	3	3	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	55	
55	Y	59	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	50	
56	O	60	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	50	
57	A	40	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	46	

58	D	47	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	50		
59	R	33	3	1	4	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	48		
60	D	38	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	3	49	
61	R	39	2	1	2	3	3	3	3	2	3	4	4	4	1	3	3	2	3	1	4	3	3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	43	
62	A	59	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	2	3	50	
63	A	60	2	3	1	4	4	4	4	2	4	3	4	3	4	4	4	1	3	3	1	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	51	
64	M	60	1	3	4	3	3	4	3	1	4	4	1	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	47	
65	M	57	3	3	1	3	3	4	3	3	4	2	3	3	2	3	3	1	2	3	1	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	44	
66	P	55	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	52
67	L	61	2	3	1	3	3	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	43
68	K	61	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
69	J	37	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	46
70	S	37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	48	
71	A	37	2	4	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	57
72	M	37	3	2	3	3	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	4	52
73	J	35	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	45
74	N	39	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	4	4	3	1	3	1	3	3	2	3	1	2	1	2	2	2	3	46	
75	Z	40	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	2	1	2	1	2	3	52
76	A	41	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	3	2	1	45	
77	E	41	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	51
78	D	49	3	4	4	3	3	3	3	3	1	4	4	4	3	3	4	1	1	1	3	3	3	3	3	3	1	3	1	2	1	2	3	51
79	E	55	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	4	1	2	4	3	3	3	3	2	2	1	2	3	1	1	3	3	1	3	3	48	
80	D	50	2	3	2	3	3	3	2	3	4	4	4	4	3	4	4	2	3	3	1	2	2	3	2	3	3	1	2	3	2	3	49	
81	S	33	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	2	3	3	2	1	50	
82	A	36	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	1	3	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	3	1	3	45
83	E	46	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	50	
84	M	43	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	1	4	3	4	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	53	
85	N	40	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	51	
86	E	40	2	3	2	2	3	2	4	1	3	3	3	2	1	2	3	4	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	5	4	40	
87	S	40	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	49	
88	K	47	1	2	2	1	2	2	4	4	4	4	4	2	3	1	4	3	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	43	
89	S	33	4	3	1	4	3	1	1	3	3	4	3	1	3	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	2	5	4	44

90	H	38	1	2	3	1	2	3	3	2	3	4	3	3	3	1	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	40	
91	M	39	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	52	
92	A	38	1	2	2	1	2	2	2	3	3	4	3	2	3	1	3	4	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	38	
93	W	38	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	3	4	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	44	
94	J	38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	47	
95	H	41	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	46	
96	G	37	3	4	2	3	4	2	4	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	53	
97	G	33	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	52	
98	Y	36	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	43	
99	A	46	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	2	4	3	43	
10	M	43	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	5	4	51	
10	A	40	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	45		
10	R	40	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	50		
10	D	40	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	55		
10	D	47	3	4	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	5	4	51		
10	L	33	2	3	2	2	3	2	4	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	41	
10	G	38	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	3	4	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	48	
10	R	39	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	50	
10	G	40	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	48	
10	R	44	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	2	5	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	2	2	2	5	4	50	
11	H	42	3	2	2	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	4	4	3	1	3	3	2	1	1	1	1	3	3	2	2	2	3	49	
11	L	44	3	2	3	4	4	2	3	3	2	2	3	2	5	3	3	4	1	1	1	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	48	
11	S	56	4	3	3	4	4	5	4	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	1	1	3	3	2	2	1	3	55

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

11 3	N	51	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	50	
11 4	H	59	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	4	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	1	1	1	3	1	48
11 5	A	49	4	2	2	3	3	5	3	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	3	3	50



UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 18/10/24

Access From (repository.uma.ac.id)18/10/24

KUESIONER PENELITIAN

Nama (inisial) :
 Usia :
 Jenis Kelamin : a. Laki-laki b. Perempuan

PETUNJUK PENGISIAN!

- a. Isilah daftar pernyataan berikut dengan cara memberi silang (X) pada salah satu jawaban yang tersedia sesuai persepsi Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban benar atau salah, penelitian lebih melihat angka-angka terbaik dari persepsi Bapak/Ibu/Saudara tentang Stres kerja shift pagi dan malam.
- b. Jawaban tersedia berupa angka yang mempunyai arti sebagai berikut:

Contoh :

Aktif	5	4	3	2	1	Pasif
	5 = Sangat Positif					
	4 = Positif					
	3 = Netral					
	2 = Negatif					
	1 = Sangat Negatif					

Sangat setuju	5	4	3	2	1	Sangat tidak setuju
---------------	---	---	---	---	---	---------------------

Lampiran

Skala Stres kerja

No	Pernyataan						
1	Ketika saya kena jadwal shift malam,tubuh saya merasa lelah						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
2	Saya tetap memanfaatkan waktu senggang untuk tertidur						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
3	Suasana di tempat kerja terasa pengap sehingga nafas saya jadi sesak						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
4	Tubuh saya tetap sehat meskipun saya harus masuk shift malam						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
5	Pertukaran shift membuat tubuh saya menjadi pegal-pegal						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
6	Saya merasa sangat lelah ketika sudah memasuki shift malam						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
7	Meskipun shift malam memiliki banyak waktu senggang,saya tetap tidak bisa tidur						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
8	Meskipun saya memiliki waktu sedikit untuk beristirahat,saya tetap tertidur						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju

9	Saya marah apabila ditegur teman yang tidak berwenang dalam pekerjaan						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
10	Apabila ditegur teman saya tidak tersinggung						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
11	Saya menyelesaikan pekerjaan saya lebih sering melamun						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
12	Saya tidak suka apabila kerjaan saya dikritik						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
13	Saya menerima kritik untuk membangun semangat saya dalam bekerja						
	Sangat setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
14	Pekerjaan saya membuat saya sering tidak fokus						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
15	Saya merasa senang apabila shift saya diganti oleh atasan						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
16	Saya tidak senang apabila perawat lain tidak bertanggung jawab terhadap pekerjaannya.						
17	Bekerja membuat tekanan darah saya menurun						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
18	Bekerja membuat badan saya terasa sehat						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
19	Saya tidak senang melibatkan diri dalam menyelesaikan masalah						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju

20	Saya akan berhenti dan pindah tempat kerja ketika ada pekerja yang tidak baik						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
21	Saya tidak mudah menyalahkan teman atas kesalahan yang terjadi pada saat saya bekerja						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
22	Saya suka menceritakan keburukan orang lain pada teman saya						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
23	Bekerja membuat otot saya menjadi lebih kuat						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
23	Saya mudah bertengkar dengan pasien saat bekerja						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
25	Saya sulit berkonsentrasi dalam bekerja						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
26	Saya dapat berkonsentrasi pada pekerjaan saya						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
27	Bekerja membuat saya ingat akan hal-hal yang baru						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
28	Saya menerima kesalahan jika saya membuat kesalahan						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju
29	Saya memanfaatkan liburan dengan beristirahat						
	Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju

30	Ketika saya mempunyai masalah, prestasi kerja saya menurun					
Sangat Setuju	5	4	3	2	1	Sangat Tidak setuju



DATASET ACTIVATE

DataSet0. RELIABILITY

```

/VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11
aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22
aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem
/SCALE('Stres Kerja') ALL
/MODEL=ALPHA
/STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE
/SUMMARY=TOTAL.
    
```

Reliability

Notes

Output Created	24-JUN-2024 00:37:46
Comments	
Input	Active Dataset DataSet0 Filter <none> Weight <none> Split File <none> N of Rows in Working Data 115 File Matrix Input Definition of Missing User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling	Statistics are based on all cases with valid data for all variables in the procedure.
Syntax	RELIABILITY /VARIABLES=aitem_1 aitem_2 aitem_3 aitem_4 aitem_5 aitem_6 aitem_7 aitem_8 aitem_9 aitem_10 aitem_11 aitem_12 aitem_13 aitem_14 aitem_15 aitem_16 aitem_17 aitem_18 aitem_19 aitem_20 aitem_21 aitem_22 aitem_23 aitem_24 aitem_25 aitem_26 aitem_27 aitem_28 aitem_29 aitem_30 aitem /SCALE('Stres Kerja') ALL /MODEL=ALPHA /STATISTICS=DESCRIPTIVE SCALE /SUMMARY=TOTAL.
Resources	Processor Time 00:00:00,02 Elapsed Time 00:00:00,02

[DataSet0]

Scale: Stres Kerja

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	115	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	115	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,851	30

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
aitem_1	2,85	,939	115
aitem_2	2,69	,770	115
aitem_3	2,38	,790	115
aitem_4	3,00	,761	115
aitem_5	3,17	,772	115
aitem_6	2,85	1,134	115
aitem_7	2,96	,706	115
aitem_8	2,72	,790	115
aitem_9	2,70	,794	115
aitem_10	2,76	,884	115
aitem_11	2,65	,773	115
aitem_12	2,48	,776	115
aitem_13	3,19	1,083	115

aitem_14	3,11	,866	11,1
aitem_15	3,10	,777	11,1
aitem_1	2,87	,874	11,1
6	3,02	,825	11,1
aitem_1	2,67	,838	11,1
7	3,30	,745	11,1
aitem_1	2,75	,732	11,1
8	3,05	,813	11,1
aitem_1	2,97	,774	11,1
9	3,12	,777	11,1
aitem_2	2,92	,765	11,1
0	3,20	,852	11,1
aitem_2	3,08	,774	11,1
1	3,15	,813	11,1
aitem_2	2,23	,860	11,1
2	3,40	,804	11,1
aitem_2	2,88	,663	11,1
3			
aitem_2			
4			
aitem_2			
5			
aitem_2			
6			
aitem_2			
7			
aitem_2			
8			
aitem_2			
9			
aitem_30			

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
aitem_1	42,63	49,778	,622	,84
aitem_2	42,80	54,565	,325	,850
aitem_3	43,10	54,340	,338	,855
aitem_4	42,49	51,392	,635	,842
aitem_5	42,32	51,624	,603	,843
aitem_6	42,63	51,532	,374	,857
aitem_7	42,53	52,567	,570	,843
aitem_8	42,77	52,392	,515	,847
aitem_9	42,78	53,277	,431	,85
aitem_10	42,73	53,813	,332	,850
aitem_11	42,83	53,613	,415	,852
aitem_12	43,01	54,324	,347	,855
aitem_13	42,30	49,877	,513	,848

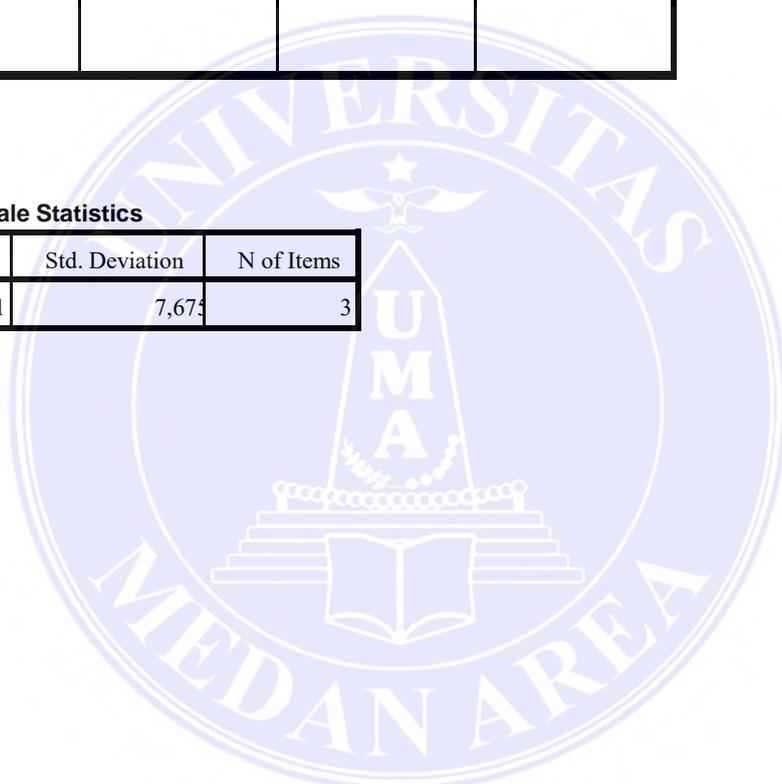
aitem_14	42,37	51,219	,559	,843
aitem_15	42,38	50,800	,677	,840
aitem_16	42,62	51,098	,564	,844
aitem_17	43,52	51,569	,300	,857
aitem_18	42,43	50,349	,547	,858
aitem_19	42,63	48,342	,464	,862
aitem_20	42,00	50,343	,714	,858
aitem_21	42,77	51,569	,603	,850
aitem_22	42,57	46,932	,447	,848



aitem_2	42,92	46,936	,547	,878
3	42,53	47,863	,878	,897
aitem_2	42,00	49,101	,856	,851
4	47,73	47,915	,488	,868
aitem_2	43,60	48,464	,574	,853
5	42,31	46,765	,860	,843
aitem_2	42,78	49,860	,851	,844
6	43,41	47,458	,857	,862
aitem_2				
7				
aitem_2				
8				
aitem_2				
9				
aitem_3				
0				

Scale Statistics

Mean	Variance	Std. Deviation	N of Items
45,49	58,901	7,673	3



```

NPAR TESTS
  /K-S(NORMAL)=y
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS.
    
```

NPar Tests

Notes		
Output		24-JUN-2024 00:38:50
Created		
Comments	Active Dataset	DataSet1
	Filter Weight	<none>
	Split File	<none>
Input	N of Rows in Working Data	<none>
	File Definition of Missing	11:5
	Cases Used	User-defined missing values are treated as missing.
Missing Value Handling		Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
		NPAR TESTS
		/K-S(NORMAL)=y
Syntax	Processor	/STATISTICS DESCRIPTIVES
	Time Elapsed	/MISSING ANALYSIS.
	Time	00:00:00,02
Resources	Number of Cases Allowed ^a	00:00:00,04
		196608

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet1]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Stres Kerja	115	45,49	7,675	19	51

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Stres Kerja
N		115
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	45,49
	Std. Deviation	7,675
	Absolute	,202
Most Extreme Differences	Positive	,101
	Negative	-,202
Kolmogorov-Smirnov Z		1,169
Asymp. Sig. (2-tailed)		,164

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.

DATASET ACTIVATE DataSet1.

T-TEST GROUPS=x(1 2)
 /MISSING=ANALYSIS
 /VARIABLES=y
 /CRITERIA=CI(.95).

T-Test

[DataSet1]

Group Statistics

Shift	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Stres Kerja Pagi	55	42,76	9,628	1,29
Stres Kerja Malam	60	47,98	3,964	,51

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Stres Kerja Equal variances assumed	62,379	,071	-3,859	113	,000	-5,220	1,353	-7,900	-2,540	
Stres Kerja Equal variances not assumed			-3,740	70,524	,000	-5,220	1,395	-8,003	-2,437	





UNIVERSITAS MEDAN AREA

FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122
Website: www.uma.ac.id E-Mail: univ_medanarea@uma.ac.id

Nomor : 1935/FPSI/01.10/VI/2024
Lampiran : -
Hal : Penelitian

22 Juni 2024

Yth. Bapak/Ibu Direktur
RSUD Dr. Pirngadi Medan
di -

Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : **Hendri Frans Manurung**
NPM : **198600417**
Program Studi : **Ilmu Psikologi**
Fakultas : **Psikologi**

untuk melaksanakan pengambilan data di **RSUD Dr. Pirngadi Medan, Jl. Prof. H.M Yamin No. 47 Perintis Kec. Medan Timur, Kota Medan** guna penyusunan skripsi yang berjudul **"Perbedaan Stres Kerja ditinjau dari Shift Kerja Pagi dan Malam pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr. Pirngadi Medan"**.

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Rumah Sakit yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

An. Dekan,
Ketua Program Studi Psikologi



Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

- Tembusan
1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
 2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
 3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

- Arsip



PEMERINTAHAN KOTA MEDAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. PIRNGADI KOTA MEDAN
JL. PROF. H. M. YAMIN, SH No.47, KEC. MEDAN TIMUR,
KEL. PERINTIS MEDAN,20234
Telp. 061-4158701 - Kontak Pengaduan : 0822-8847-5977
E-Mail : rsupirngadi@gmail.com



SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : S.Ket/400.7/ /W.SDM/2024

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : dr. SUHARTONO,Sp.PD.Subsp.HOM (K),FINASIM
Pangkat/ Gol : PEMBINA Tk. I
NIP : 19700426 200502 1 002
Jabatan : Direktur RSUD Dr. Pirngadi Medan

Dengan ini menyatakan bahwa Mahasiswa :

Nama : Hendri Frans Manurung
NPM : 198600417
Perguruan Tinggi : Universitas Medan Area
Fakultas : Psikologi
Program Studi : Ilmu Psikologi
Judul Skripsi : Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pagi Dan Malam Pada Perawat Rawat Inap RSUD Dr.Pirngadi Medan.

Benar bahwa nama tersebut telah selesai melaksanakan penelitian selama 9 hari terhitung mulai tanggal 26 Juni sampai dengan tanggal 5 Juli 2024 di RSUD Dr.PIRNGADI MEDAN Jl. Prof. H.M. Yamin, SH No. 47, Kec. Medan Timur, Kel. Perintis Medan.Selama pelaksanaan kegiatan tersebut yang bersangkutan telah mengikuti etika dan ketentuan penelitian yang berlaku di RSUD Dr. Pirngadi Medan.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat di pergunakan sebagaimana mestinya surat ini di terbitkan.

Medan, 08 Juli 2024

Direktur RSUD Dr. Pirngadi
Kota Medan

dr. SUHARTONO, Sp. PD.
Subsp. HOM (K) FINASIM
NIP. 19700426 200502 1 002

