

# **PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA: DIMEDIASI**

## ***WORK-FAMILY CONFLICT DAN SLEEP DISTURBANCE***

**(Studi Kasus: Tenaga Kesehatan Sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo, Jambi)**

**Radiatul Husna<sup>1)</sup>, Zaitul<sup>2)</sup>, Listiana Sri Mulatsih<sup>3)</sup>**

Prodi Manajemen, Fakultas ekonomi dan bisnis, Universitas Bung Hatta

Email: [radiatul28husna@gmail.com](mailto:radiatul28husna@gmail.com), [zaitul@bunghatta.ac.id](mailto:zaitul@bunghatta.ac.id), [listiana@bunghatta.ac.id](mailto:listiana@bunghatta.ac.id)

### **PENDAHULUAN**

Sektor kesehatan memainkan peranan penting dalam setiap negara maupun daerah, dengan kata lain kemajuan suatu negara dan daerah sangat didukung oleh kemajuan sektor kesehatan dalam melahirkan sumber daya manusia yang berkualitas. Salah satu daerah yang menyadari pentingnya sektor kesehatan diantaranya adalah rumah sakit yaitu Kabupaten Tebo, dimana untuk mendukung pelaksanaan kebijakan di sektor kesehatan sangat ditopang oleh keberadaan RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Provinsi Jambi.

RSUD Sultan Thaha Saifuddin merupakan pusat pelayanan kesehatan yang kompleks, yang melayani beragam populasi pasien dengan berbagai jenis kondisi medis. Keberagaman ini memberikan kesempatan untuk menganalisis dampak kelelahan kerja secara menyeluruh, dari pengelolaan kasus rutin hingga tanggapan terhadap keadaan darurat, serta interaksi dengan pasien dari latar belakang yang berbeda-beda. Selain itu rumah sakit ini merupakan satu-satunya rumah sakit yang ada di Kabupaten Tebo

khususnya di wilayah kecamatan Tebo Tengah.

Dalam menunjang kegiatannya, rumah sakit tentu membutuhkan sumber daya manusia yang memiliki kapasitas, energi, dan pemikiran baru, serta melaksanakan tugas dengan baik [1]. Hal tersebut dimaksud dengan tenaga kesehatan yang ahli di bidangnya. Sebagai salah satu pemberi pelayanan kesehatan masyarakat, tenaga kesehatan harus selalu siap sedia memberikan layanan kepada pasien secara berkelanjutan. Keadaan pasien yang terus berubah dan jumlah pasien terus berubah membuat tenaga kesehatan sangat mudah sekali merasakan kelelahan kerja. Istilah kelelahan kerja pertama kali didefinisikan oleh [2] sebagai suatu kondisi yang digambarkan oleh perasaan kelelahan emosional, kekecewaan, dan penarikan diri yang pertama kali dilihatnya di antara tenaga sukarelawan.

Di negara-negara maju, hampir setengah dari semua tenaga kesehatan mengalami kelelahan yang terkait dengan hasil kinerja yang buruk seperti keselamatan pasien [3]. *Burnout* (kelelahan

kerja) mengacu pada tanggung jawab fisik yang mendalam dan ekstrim yang dihasilkan dari hubungan dengan rekan kerja dan pengguna layanan kesehatan. Stres, pikiran negatif, dan perasaan dapat berdampak negatif pada kinerja dan motivasi pekerja kesehatan profesional, yang pada akhirnya menyebabkan *burnout* [4].

Menurut informasi dari Dinas Tenaga Kerja Indonesia menyatakan bahwa rata-rata terjadi empat ratus empat belas kecelakaan kerja di Indonesia setiap tahunnya, dan 27,8% disebabkan oleh kelelahan kerja yang tinggi [5]. Selanjutnya dalam konteks RSUD Sultan Thaha Saifuddin, telah dilakukan serangkaian wawancara dengan tenaga kesehatan sukarela keperawatan. Berdasarkan wawancara tersebut menunjukkan bahwa dampak dari kelelahan fisik dan psikologis yang dirasakan oleh tenaga kesehatan berpengaruh terhadap tingkat profesionalitas mereka dalam memberikan pelayanan kepada pasien. Kelelahan tersebut dikaitkan dengan beban kerja yang tinggi, terutama jumlah pasien yang harus dilayani, serta tuntutan pekerjaan yang cukup banyak. Khususnya bagi tenaga kesehatan sukarela, para tenaga kesehatan meskipun menerima insentif seperti BPJS dan uang insentif malam, mereka tidak mendapatkan substansial atau gaji finansial tetap. Kelelahan kerja dan stres kerja ini

dapat mengakibatkan penurunan kinerja, termasuk kurangnya konsentrasi, kelelahan, dan adanya perilaku-perilaku kurang profesional, sehingga menghambat optimalitas pelayanan kesehatan kepada pasien. Untuk mendukung pernyataan sebelumnya dan mengungkapkan fenomena kelelahan kerja telah dilakukan survey awal dan didapatkan hasil sebesar 81,4% tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin mengalami kelelahan kerja dengan kategori tinggi (survey awal Februari 2024). Masih tingginya tingkat kelelahan kerja pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin menjadi dasar utama bagi peneliti dalam menetapkan variabel kelelahan kerja sebagai fokus pada penelitian ini.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan modifikasi penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [6] yang membahas stres kerja sebagai variabel independennya, *work-family conflict* sebagai variabel mediasi, *self efficacy* variabel moderasi, dan kelelahan kerja sebagai variabel dependen. Peneliti memodifikasi penelitian sebelumnya dengan menjadikan variabel moderasi sebagai variabel mediasi dengan menggunakan *sleep disturbance* (gangguan tidur), didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [7], [8], [9] yang membahas pengaruh stres kerja terhadap

*sleep disturbance*, sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh [10], [11], [12] yang membahas pengaruh *sleep disturbance* terhadap kelelahan kerja.

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: stres kerja berpengaruh terhadap kelelahan kerja, stres kerja berpengaruh terhadap *work-family conflict*, *work-family conflict* berpengaruh terhadap kelelahan kerja, *work-family conflict* memediasi hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja, stres kerja berpengaruh terhadap *sleep disturbance*, *sleep disturbance* berpengaruh terhadap kelelahan kerja, dan *sleep disturbance* memediasi hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja. Sehingga peneliti mengusung judul penelitian: “Pengaruh Stres Kerja terhadap Kelelahan Kerja:Dimediasi *Work-Family Conflict* dan *Sleep Disturbance* (Studi Kasus: Tenaga Kesehatan Sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo, Jambi”.

## **METODE**

Metode penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Analisis deskriptif diperlukan agar mengetahui tingkat capaian responden (TCR), SEM-PLS digunakan sebagai alat pengolahan data dan pengujian hipotesis, maka dari itu diperlukannya prosedur *Measurement Model Assesment* (MMA) yang berfungsi sebagai uji validitas, realibilitas, dan uji diskriminan. Selanjutnya dilakukan uji R

Square dan Q Square, dan untuk pengujian hipotesis digunakan prosedur *Structural Model Assesment* (SMA). Objek penelitian adalah seluruh tenaga kesehatan yang sudah berkeluarga di RSUD Sultan Thaha Saifuddin. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner/angket kepada responden. Pengisian kuesioner dilakukan secara *self administered quetionare* yaitu responden diminta menjawab sendiri kuesioner yang telah dibuat oleh peneliti. Variabel kelelahan menggunakan 7 item pernyataan oleh [13], stres kerja menggunakan 14 item pernyataan yang dikembangkan oleh [14], *work-family conflict* menggunakan 10 item pernyataan yang dikembangkan oleh [15], dan *sleep disturbance* menggunakan 12 item pernyataan yang dikembangkan oleh [16]. Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data menggunakan kuesioner dengan skala likert lima jawaban.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Alat pengujian struktural yang dilakukan untuk mengetahui variabel eksogen terhadap variabel endogen secara umum disebut sebagai Struktur Model Assessment (SMA). Pengujian Hipotesis PLS bergantung pada prosedur bootstrapping non parametrik untuk menguji signifikansi koefisiensinya. Uji signifikansi dipercaya untuk memprediksi adanya hubungan kausalitas yang dilakukan melalui

bootstrapping. Prosedur bootstrapping memiliki ketentuan bahwa hipotesis diterima jika dilihat dari T statistic dan P value. Jika suatu variabel eksogen terhadap variabel endogen memiliki T statistic > 1,96 dan P value < 0,05, maka dapat diartikan bahwa variabel eksogen berpengaruh terhadap variabel endogen, dan sebaliknya oleh [17].

**Tabel 1: Hasil Analisis Structural Model**

<i>Assesment</i>				
	Original Sample (O)	T Statistics ((O/STDEV))	P Values	Hipotesis
stres kerja -> kelelahan kerja	0,040	0,465	<b>0,642</b>	<b>Ditolak</b>
stres kerja -> WFC	0,278	3,250	<b>0,001</b>	<b>Diterima</b>
WFC -> kelelahan kerja	0,586	7,985	<b>0,000</b>	<b>Diterima</b>
stres kerja -> SD	0,244	3,242	<b>0,001</b>	<b>Diterima</b>
SD -> kelelahan kerja	0,212	2,913	<b>0,004</b>	<b>Diterima</b>

Berdasarkan tabel.1 dapat diinterpretasikan sebagai berikut: a) Pengaruh stres kerja terhadap kelelahan kerja memiliki *original sample* 0,040, T statistics 0,465 (kecil dari 1,96) dan P values 0,642 (besar dari 0,05) sehingga diambil kesimpulan bahwa stres kerja tidak berpengaruh terhadap kelelahan kerja (Hipotesis ditolak). b) Pengaruh stres kerja terhadap *work-family conflict* memiliki *original sample* 0,278 (bertanda positif), T statistics 3,250 (besar dari 1,96) dan P values 0,001 (kecil dari 0,05) sehingga diambil kesimpulan bahwa stres kerja

berpengaruh positif terhadap *work-family conflict* (Hipotesis diterima). c) Pengaruh *work-family conflict* terhadap kelelahan kerja memiliki *original sample* 0,586 (bertanda positif), T statistics 7,985 (besar dari 1,96) dan P values 0,000 (kecil dari 0,05) sehingga diambil kesimpulan bahwa *work-family conflict* berpengaruh positif terhadap kelelahan kerja (Hipotesis diterima). d) Pengaruh stres kerja terhadap *sleep disturbance* memiliki *original sample* 0,244 (bertanda positif), T statistics 3,242 (besar dari 1,96) dan P values 0,001 (kecil dari 0,05) sehingga diambil kesimpulan bahwa stres kerja berpengaruh positif terhadap *sleep disturbance* (Hipotesis diterima). e) Pengaruh *sleep disturbance* terhadap kelelahan kerja memiliki *original sample* 0,212 (bertanda positif), T statistics 2,913 (besar dari 1,96) dan P values 0,004 (kecil dari 0,05) sehingga diambil kesimpulan bahwa *sleep disturbance* berpengaruh positif terhadap kelelahan kerja (Hipotesis diterima).

**Tabel 2: Hasil Analisis Variabel Mediasi**

	Original Sample (O)	T Statistics ((O/STDEV))	P Values	Hipotesis
stres kerja -> WFC -> kelelahan kerja	0,163	2,754	<b>0,006</b>	<b>H4 Diterima</b>
stres kerja -> SD -> kelelahan kerja	0,052	2,189	<b>0,029</b>	<b>H7 Diterima</b>

Hasil analisis tentang dampak *work-family conflict* sebagai variabel mediasi antara

stres kerja dan kelelahan kerja (SK→WFC→JB) memiliki

original sample 0,163, T statistics sebesar 2,754 (besar dari 1,96) dan P values 0,006 (kecil dari 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa *work-family conflict* terbukti memediasi hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja, sehingga Hipotesis diterima. Selanjutnya Hasil analisis tentang dampak *sleep disturbance* sebagai variabel mediasi antara stres kerja dan kelelahan kerja (SK→SD→JB) memiliki original sample 0,052, T statistics

#### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Penelitian ini membuktikan secara empiris pengaruh stres kerja terhadap kelelahan kerja dengan *work-family conflict* dan *sleep disturbance* sebagai variabel mediasi dengan jumlah responden sebanyak 127 tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, disimpulkan bahwa stres kerja tidak secara langsung mempengaruhi tingkat kelelahan kerja pada tenaga kesehatan sukarela di RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi. Namun, stres kerja mendorong peningkatan *work-family conflict* dan *sleep disturbance*, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap peningkatan kelelahan kerja. Lebih lanjut, *work-family conflict* dan *sleep disturbance* berfungsi sebagai mediasi dalam hubungan

sebesar 2,189 (besar dari 1,96) dan P values 0,029 (kecil dari 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa *work-family conflict* terbukti memediasi hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja, sehingga Hipotesis diterima. Berdasarkan hasil analisis, dapat diartikan bahwasanya *work-family conflict* dan *sleep disturbance* berpengaruh tidak langsung terhadap kelelahan kerja.

antara stres kerja dan kelelahan kerja, sesuai dengan teori konservasi sumber daya yang menyatakan bahwa sumber daya individu yang terbatas akan dieksploitasi dalam situasi stres, yang dapat mengarah pada kelelahan kerja. Dengan demikian, temuan ini memberikan dukungan empiris terhadap prinsip-prinsip teori konservasi sumber daya dalam konteks pengelolaan stres dan kelelahan kerja di kalangan tenaga kesehatan sukarela RSUD Sultan Thaha Saifuddin Muara Tebo Jambi.

Penelitian ini masih jauh dari kata kesempurnaan maka untuk penelitian selanjutnya disarankan dapat memperluas sampel, dan menambahkan satu variabel baru.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Yantu, I., Bokingo, A. H., & Pade, M. R. D, Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Turnover Intention Pada Tenaga Kontrak Di Rumah Sakit Aloe

- Saboe Kota Gorontalo, *Publik: Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, Administrasi Dan Pelayanan Publik*, 10 (1), 104–110, 2023, doi: <https://doi.org/10.37606/publik.v10i1.528>.
- [2] Freudenberger, H, *Staff Burnout, Journal of Social Issues*, 30 (2) , 159-165, 1974, doi: <https://dx.doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706>.
- [3] Rosdikasari, V, Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Burnout Bagi Petugas Laboratorium Di Rumah Sakit Persahabatan Jakarta, *Jurnal Perilaku Organisasi*, 20 (2), 109-126, 2021.
- [4] Kusumawati, P. M, Peran Stres Kerja Memediasi Pengaruh Beban Kerja Terhadap Burnout Perawat Rumah Sakit Daerah Mangusada Badung, *E-Jurnal Manajemen*, 3 (3), 221–255, 2016.
- [5] Kusuma, B. I., & Ramdan, A. H, Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit (Literature Riview). *Jurnal Sehat Masada*, 17 (1), 116–126, 2023.
- [6] Zhao, X., Lynch, J. G., & Chen, Q, *Myths and truths about mediation analysis. Journal of Consumer Research*, 37 (2), 197–206, 2010, doi: <https://doi.org/10.1086/651257>.
- [7] Saedpanah, K., Ghasemi, M., Akbari, H., Abidzadeh, A., & Akbari, 5. Hamed, *Effects of workload and job stress on the shift work disorders among nurses: PLS SEM modeling. European Journal of Translational Myology*, 88 (4), 129–138, 2023, doi: <https://doi.org/10.4081/ejtm.2023.10909>.
- [8] Wang, H., & Fan, X, *Academic Stress and Sleep Quality among Chinese Adolescents: Chain Mediating Effects of Anxiety and School Burnout. International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20 (3), 2023, doi: <https://doi.org/10.3390/ijerph20032219>.
- [9] Zarei, S., & Fooladvand, K, *Mediating effect of sleep disturbance and rumination on work-related burnout of nurses treating patients with coronavirus disease, Journal BMC Psychology*, 10 (1), 1–9, 2022, doi: <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00905-6>.
- [10] Wulandari, N. I., & Adiputra, L. M. I. S. H, 2014, Hubungan gangguan tidur dengan kelelahan pada sistem kerja bergilir, *Jurnal Ekonomi Indonesia*, 1 (1), 51–60, 2014.
- [11] Wianta, I. G. B. & Sutiari, N. K, Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Subjektif Pada Pegawai Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Di Masa Pandemi Covid-19, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9 (1), 143, 2022, doi: <https://doi.org/10.24843/ach.2022.v09.i01.p10>.
- [12] Han, S., & Kwak, S, *The effect of sleep disturbance on the association between work–family conflict and burnout in nurses: a cross-sectional study from South Korea, Journal BMC Nursing*, 21 (1), 1–8, 2022, doi: <https://doi.org/10.1186/s12912-022-01114-7>.
- [13] Kristensen, T. S., Borritz, M., Villadsen, E., & Christensen, K. B, *The Copenhagen Burnout Inventory: A new tool for the assessment of burnout. Journal of Work and Stress*, 19 (3), 192–207, 2005, doi: <https://doi.org/10.1080/02678370500297720>.
- [14] Roberts, J. A., Lapidus, R. S., & Chonko, L. B, *Salespeople and Stress: The Moderating Role of Locus of Control on Work Stressors and Felt Stress, Journal of Marketing Theory and Practice*, 5 (3), 93–108, 1997, doi: <https://doi.org/10.1080/10696679.1997.11501773>.
- [15] Boles, James S., et al, *An Investigation Into The Inter-Relationships of Work*

*Family Conflict, Family-Work Conflict and Work Satisfaction, Journal of Managerial Issue, 13 (3), 376-390, 2001.*

[16] Espie, C. A., Inglis, S. J., Harvey, L., & Tessier, S, *Insomniacs attributions : psychometric properties of the Dysfunctional Beliefs and Attitudes about Sleep Scale and the Sleep Disturbance Questionnaire, Jurnal Frontiers in Psychiatry, 48 (7), 141–148, 2000.*

[17] Hair, J. F., Sarstedt, M., Hopkins, L., & Kuppelwieser, V. G, *Partial least squares structural equation modeling*

*(PLS-SEM): An emerging tool in business research. Journal Emerald Insight: European Business Review, 26 (2), 106–121, 2014, doi: <https://doi.org/10.1108/EBR-10-2013-0128>.*