

HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI RUANGAN ICU RSUP PERSAHABATAN JAKARTA TIMUR

Sarah Nur Chaliza

Abstrak

Sulitnya menyeimbangkan *work life balance* terhadap perawat dengan tuntutan yang diberikan dari dalam dan luar pekerjaan dapat memicu timbulnya stres kerja. Stres yang dialami oleh para perawat ini dapat menyebabkan dampak negatif baik terhadap individu tersebut maupun kepada organisasinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *work life balance* dengan stres kerja pada perawat ICU RSUP Persahabatan Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* yaitu sebanyak 61 perawat sebagai sampel. Data yang dikumpulkan adalah data primer melalui penyebaran kuesioner dan data sekunder yang didapat dari data rumah sakit. Variabel independen dalam penelitian ini adalah usia, jenis kelamin, status pernikahan, masa kerja, dan *work life balance*, sedangkan stres kerja menjadi variabel dependen. Analisis data yang dilakukan adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisis didapatkan bahwa masa kerja ($p=0,039$) dan *work life balance* ($p=0,010$) memiliki hubungan dengan stres kerja. Sedangkan untuk usia ($p=0,754$), jenis kelamin ($p=0,086$), dan status pernikahan ($p=0,743$) tidak terdapat hubungan dengan stres kerja. Kesimpulannya yaitu *work life balance* dapat memengaruhi tingkat stres terhadap perawat, sehingga rumah sakit perlu melakukan upaya agar para perawatnya tidak mengalami stres kerja dengan memfasilitasi keseimbangan kehidupan kerja para perawatnya.

Kata Kunci : Perawat, Stres Kerja, *Work Life Balance*

RELATIONSHIP BETWEEN WORK-LIFE BALANCE AND WORK STRESS ON NURSES IN ICU PERSAHABATAN GENERAL HOSPITAL OF EAST JAKARTA

Sarah Nur Chaliza

Abstract

Balancing the work-life balance of nurses with the demands from inside and outside of work is difficult and can trigger work stress. The stress of these nurses has a negative impact on themselves and the organization. The research aims to determine the relationship between work-life balance and work stress in ICU nurses at Persahabatan General Hospital of East Jakarta. This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The sampling technique used was total sampling with 61 nurses as the sample. The primary data is collected by distributing questionnaires and secondary data is obtained from hospital data. Age, gender, marital status, work period, and work-life balance are the independent variables, while work stress is the dependent variable. Data analysis performed was univariate and bivariate analysis using the chi-square test. The results showed that work period ($p=0.039$) and work-life balance ($p=0.010$) had a relationship with work stress. Meanwhile, age ($p=0.754$), gender ($p=0.086$), and marital status ($p=0.743$) there was no relationship with work stress. It can be concluded that work-life balance can affect the level of stress on nurses, so hospitals need to make efforts so that nurses do not experience work stress by facilitating the work-life balance of their nurses.

Keyword : Nurses, Work Stress, Work Life Balance