

ANALISIS PENGARUH *JOB STRESS* TERHADAP *JOB BURNOUT*: *SLEEP DISTURBANCE* SEBAGAI VARIABLE MEDIASI

Radiatul Husna¹, Stevany², Zaitul³, Listiana Sri Mulatsih⁴

Universitas Bung Hatta

radiatul28husna@gmail.com¹, stevany441@gmail.com², zaitul@bunghatta.ac.id³,
listiana@bunghatta.ac.id⁴

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres kerja terhadap burnout perawat di RSUD dr. Rasidin Kota Padang. Penelitian ini juga menginvestigasi peran variable gangguan tidur sebagai mediasi antara stress kerja dan burnout kerja. Empat hipotesis dikembangkan dan diuji dengan pendekatan kuantitatif. Teori yang digunakan dalam penelitian adalah teori konservasi sumber daya. Data penelitian adalah data primer yang dikumpulkan dengan menggunakan metode survey. Variable diukur dengan menggunakan skala likert lima dengan rentang “sangat tidak setuju” (1) sampai pada “sangat setuju” (5). Metode pengolahan data mengaplikasikan Model Persamaan Struktural (structural equation model) dengan menggunakan *software* Smart-Partial Least Square (PLS) 3.0. Jumlah sample akhir sebanyak 50 responden. *Measurement model* dan *structural model assessment* digunakan untuk mendapatkan hasil penelitian. Setelah lolos dari penilaian model pengukuran, model struktur menunjukkan bahwa model mempunyai relevansi dan kekuatan prediktif yang baik. Uji hipotesis menunjukkan bahwa *sleep disturbance* memediasi hubungan antara *job stress* dan *job burnout* dengan jenis *mediasi Indirect-only mediation* atau mediasi penuh. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dua pengaruh langsung juga signifikan yaitu (i) pengaruh *job stress* dan *sleep disturbance*, (ii) *sleep disturbance* dan *job burnout*.

Kata Kunci: Kelelahan, Stres kerja, Gangguan Tidur

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of work stress on nurse burnout at dr. Rasidin City of Padang. In addition, this study also investigates the role of sleep disturbance as a mediation between job stress and job burnout. Four hypotheses were developed and tested with a quantitative approach. The theory employed in this research is the Resource Conservation. The research data is primary data collected using survey methods. Variables are measured using a Likert scale of five with a range of strongly disagree (1) to strongly agree (5). The data processing method uses a structural equation model by applying Smart-Partial Least Square (PLS) 3.0 software. The final sample size is 50 respondents. Measurement model and structural model assessment are used to obtain research results. After passing the assessment of the measurement model, the structural model shows that the model has good relevance and predictive power. The hypothesis test shows that sleep disturbance has a mediating role between job stress and job burnout with category of Indirect-only mediation or full mediation. In addition, the results also show that two direct effects are also significant, namely (i) the effect of job stress and sleep disturbance, (ii) sleep disturbance and job burnout.

Keywords: Job Burnout, Job Stress, Sleep Disturbance

PENDAHULUAN

Rumah sakit merupakan sarana layanan Kesehatan berupa layanan rawat inap dan rawat jalan serta pelayanan gawat darurat kepada masyarakat. Dalam Undang-Undang RI Nomor 44 Tahun 2009, rumah sakit merupakan lembaga bantuan medis yang mengendalikan administrasi medis individu secara total dimana menggabungkan promotif, defensif, penyembuhan dan rehabilitative. Dalam menunjang kegiatan tersebut, rumah sakit membutuhkan SDM yang memiliki kapasitas, energi dan pemikiran baru dan inventif (Yantu et al., 2023) serta SDM yang melaksanakan tugas dengan baik. Hal tersebut dimaksud dengan tenaga perawat yang ahli di bidangnya. Sebagai salah satu pemberi pelayanan kesehatan masyarakat, perawat harus selalu siap sedia memberikan layanan kepada pasien secara berkelanjutan.

Keadaan pesakit yang umumnya berubah dan jumlahnya terus berubah membuat petugas sangat mudah sekali merasakan kelelahan. Istilah *burnout* pertama kali didefinisikan oleh Herbert Freudenberg sebagai suatu kondisi yang digambarkan oleh perasaan kelelahan emosional, kekecewaan, dan penarikan diri yang pertama kali dilihatnya di antara tenaga sukarelawan. Kelelahan adalah tanda ketidakrataan antara permintaan dan bagaimana memenuhi kebutuhan ini menyebabkan penurunan kualitas pribadi, ketenangan dan semangat pribadi. *Burnout* dapat mempengaruhi efektifitas dan efisiensi kerja dalam organisasi di industri pelayanan kesehatan. Di negara maju, hampir setengah dari semua perawat dan dokter mengalami kelelahan yang terkait dengan hasil kinerja yang buruk seperti keselamatan pasien (Rosdikasari, 2021) dan seperti halnya filosofi IGD dalam keselamatan pasien adalah “Time Saving is Life Saving” yang bermakna tindakan medis yang diberikan pada saat keadaan darurat harus efektif dan efisien. Urusan ini karena pasien akan kehilangan nyawa hanya dalam masalah menit (Tety Thalib & Iswan, 2017). Kelelahan 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 kelelahan / *burnout*.

Insiden *burnout* lebih tinggi pada pekerjaan profesional daripada populasi umum (Han & Kwak, 2022). *Burnout* atau kelelahan berkepanjangan yang diakibatkan stres, dimana stres adalah respons fisik dan mental terhadap minat yang membuat ketegangan dan kegelisahan memengaruhi kesehatan kehidupan sehari-hari. Stres adalah gangguan pada tubuh dan jiwa yang disebabkan oleh perkembangan dan kebutuhan hidup, yang disebabkan oleh lingkungan dimana

individu berada dan kondisi individu dilingkungan tersebut. Selanjutnya, stres kerja juga didefinisikan sebagai tekanan yang muncul dari tuntutan kerja yang diluar kapabilitas individu untuk menghadapinya sehingga menciptakan beragam respon, seperti respon psikologis dan kognitif. Lotu et al. (2022) mengatakan bahwa stres di tempat kerja menjadi masalah bagi buruh, bos dan masyarakat. Pekerja menghadapi situasi seperti kerja berlebihan, penyakit akibat kegiatan di tempat kerja, rendahnya kepuasan kerja, dan kurangnya otonomi, stres di tempat kerja menjadi isu yang semakin signifikan.

Menurut informasi yang dikumpulkan dari "Internasional Labour Organization (ILO): sekitar dua juta orang pekerja meregang nyawa setiap tahunnya disebabkan oleh kecelakaan kerja yang penyebabnya adalah kelelahan." 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 (Kusuma & Ramdan, 2023). Kemudian, NIH (American National Institutes of Health) mengungkapkan bahwa di antara seratus tiga puluh jenis pekerjaan yang penuh dengan tekanan stres, perawat berada di urutan ke-27. Oleh karena itu ada kebutuhan mendesak untuk menyelidiki situasi stres kerja perawat RSUD dr.Rasidin dan kemungkinan dampak dari stres kerja yang parah tersebut berpengaruh terhadap *burnout* (kelelahan) para perawat.

Pada RSUD dr. Rasidin peningkatan beban kerja yang tajam dapat mengakibatkan beberapa konsekuensi fisik dan mental. Stress kerja dianggap sebagai salah satu konsekuensi terpenting dari jam kerja yang panjang dan tanggung jawab yang berlebihan pada perawat, hal ini dicirikan sebagai kondisi mental yang menyusahkan dalam menanggapi tekanan di tempat kerja.

Beberapa penelitian terdahulu telah meneliti faktor-faktor mengenai *burnout* (Zhao et al., 2022) (Lineuwih et al., 2022) (Ji & Yue, 2020) meskipun demikian, mengingat peran tidur sangat penting bagi sumber daya psikologis individu, penelitian tentang gangguan tidur / *sleep disturbance* dalam konteks *burnout* masih terbatas. Wawasan yang diperoleh dari penelitian membantu mengembangkan teori mengenai *burnout*, terutama yang melibatkan gangguan tidur sehingga gejala dari *burnout* dapat teratasi. Penelitian ini mengisi celah dengan mengusulkan model normatif yang menghubungkan *job stress* sebagai variabel independent dengan *sleep disturbance* sebagai variabel mediasi terhadap *job burnout* yang merupakan variabel dependen dalam penelitian.

Menurut teori konservasi sumber daya, sumber daya psikologis individu memiliki dampak penting terhadap kelelahan (Holmgreen et al., 2017), sebagai sumber daya psikologis yang penting ini, banyaknya waktu yang dihabiskan

sumber daya mengharapkan individu untuk beristirahat untuk memulihkan kondisi fisiknya. Sleep (tidur) adalah tahap penting dalam kegiatan sehari-hari yang berguna untuk menyeimbangkan kehidupan. Kualitas tidur yang rendah tidak hanya memiliki konsekuensi negatif, termasuk gangguan fungsi emosional, tetapi juga menyebabkan ketidakstabilan emosi, lekas marah, dan pemarah, yang pada gilirannya dapat mengakibatkan kelelahan yang memiliki peran unik dalam pengembangan kelelahan kerja.

Berdasarkan konteks kognitif dan sosial, gangguan tidur dapat menyebabkan peningkatan kepekaan terhadap rangsangan stres dan peristiwa yang dapat mengakibatkan peningkatan risiko pelepasan dari pekerjaan, sehingga menyebabkan kelelahan kerja. Gangguan tidur merupakan masalah kesehatan klasik di kalangan perawat yang sebagian besar disebabkan oleh pola tidur yang tidak teratur akibat kerja shift, semakin sedikit masalah tidur yang dimiliki perawat, semakin baik status kesehatan mereka, karena gangguan tidur yang berkepanjangan, hal itu dapat mengubah siklus tidur biologiknya, penurunan ketekunan dan kinerja kerja, kekesalan, kesedihan, kurangnya konsentrasi, kelelahan, yang dengan demikian dapat memengaruhi keselamatan diri sendiri atau orang lain (V.A.R.Barao et al., 2022). Perawat yang berada dalam kesehatan fisik dan mental yang buruk akibat stres ditempat kerja dan gangguan tidur terkait ditempat kerja dapat menjadi ancaman bagi keselamatan pasien, karena masalah kesehatan pada perawat dapat mempengaruhi efisiensi kerja dan berkontribusi pada kesalahan medis (Lee et al., 2022).

Pada penelitian terdahulu (Zarei & Fooladvand, 2022) hasil dari penelitian menyatakan bahwa stres psikologis berpengaruh signifikan terhadap burnout, ketika gangguan tidur dimodelkan sebagai mediator, koefisien jalur tekanan psikologis menunjukkan efek signifikan pada kelelahan kerja. Penelitian ini menunjukkan pentingnya merancang intervensi psikologis yang dimaksudkan untuk mengurangi gangguan tidur dan perenungan saat mengalami peristiwa stres untuk menghindari kelelahan kerja di kalangan perawat. Oleh karena itu, peneliti memperkirakan tekanan psikologis akan berpengaruh terhadap peningkatan gangguan tidur perawat. Selanjutnya, peneliti berharap bahwa gangguan tidur akan memprediksi peningkatan relatif pada kelelahan kerja perawat

Selanjutnya fakta *burnout* yang terjadi pada perawat RSUD dr.Rasidin Kota Padang yaitu pada wawancara penulis kepada salah satu perawat menyatakan tingginya *burnout* ditandai dengan kondisi beberapa perawat yang mengalami stress khususnya pada kondisi pandemi COVID-19 ketika mereka dihadapkan pada risiko tinggi dan lingkungan pandemi yang penuh tekanan.

Tidak diragukan lagi, pandemi membawa beban psikologis yang berat bagi para perawat, disebabkan oleh faktor-faktor yang berhubungan dengan lingkungan kerja dan karakteristik individu. Selain itu, perawat yang langsung menangani pasien COVID-19 mengalami gejala tekanan psikologis seperti stres, kecemasan, dan depresi (hasil wawancara perawat perawat RSUD dr.Rasidin Kota Padang, 2023).

Dari hasil wawancara tersebut, dampak stres kerja terhadap *burnout* (kelalahan) pada perawat dimasa sekarang juga patut diselidiki. Oleh karena itu, penelitian ini mengkaji bagaimana *job stress* yang dirasakan perawat dapat mempengaruhi *job burnout* pada perawat RSUD dr.Rasidin Kota Padang dengan melihat keterlibatan *sleep disturbance* yang kemungkinan memediasi dampak *job stress* terhadap *job burnout* perawat RSUD dr.Rasidin Kota Padang.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penulisan ini adalah metode kuantitatif yang merupakan tahapan dalam memahami hubungan antara variabel-variabel yang diuji dengan mengolah data informasi berupa angka-angka yang didapat melalui korespondensi. Ada dua data dalam penelitian ini, yaitu data primer sebagai jawaban survei yang diberikan kepada perawat di RSUD dr.Rasidin Kota Padang dengan strategi pengujian teknik sampel (metode sensus) khususnya sebanyak 50 responden. Terlepas dari data primer, ada data tambahan yaitu data sekunder yang berdasar pada data referensi kepustakaan yang sebanding dan dokumentasi selama proses penelitian. Penelitian ini menggunakan tiga jenis variabel yaitu variabel dependen (*job burnout*), variabel independent (*job stress*), dan variabel mediasi (*sleep disturbance*). *Job burnout* menggunakan tujuh item yang dikembangkan oleh Kristensen yang digunakan juga oleh peneliti sebelumnya (Michelle et al., 2022). *Job stress* menggunakan 15 item yang dikembangkan oleh John Snape and Stephen J.Cavanagh yang digunakan juga oleh peneliti sebelumnya (Snape & Cavanagh, 1993) dan *sleep disturbance* menggunakan 12 item yang dikembangkan oleh Colin A. Espie yang digunakan juga oleh peneliti sebelumnya (Espie et al., 2000). Variabel penelitian diukur dengan menggunakan skala likert yang terdiri dari lima alternatif jawaban yaitu sangat setuju diberi skor 5, setuju diberi skor 4, netral diberi skor 3, tidak setuju diberi skor 2, dan sangat tidak setuju diberi skor 1. Data diolah dengan menggunakan structural equation model dengan software Smart-PLS 3.0, dua penelitian digunakan yaitu model pengukuran dan model struktural.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Jumlah kuesioner yang disebar adalah 55 unit, dimana 4 kuesioner tidak dikembalikan dan 1 kuesioner rusak/tidak terisi penuh. Hasilnya, 50 kuesioner bersih dan siap untuk diolah. Dari Tabel 1 cenderung terlihat bahwa jumlah responden didominasi oleh 44 perawat perempuan (88,0%) dan 6 laki-laki (12,0%). Selanjutnya berdasarkan usia, sebagian besar responden berusia 25-35 tahun yaitu 26 orang (52,0%), diikuti oleh responden berusia antara 36-45 tahun 13 orang (26,0%) dan di bawah 25 tahun 6 orang (12,0%). Sementara itu, terdapat 5 responden berusia > 45 tahun (10,0%).

Table 1 Profil Responden

Demografi	Kategori	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	6	12,0
	Perempuan	44	88,0
	Jumlah	50	100.0
Usia	Kurang 25 tahun	6	12.0
	25 – 35 tahun	26	52.0
	36 – 45 tahun	13	26.0
	> 45 tahun	5	10.0
	Jumlah	50	100.0
Pendidikan	D3	42	84.0
	S1	8	16.0
	Jumlah	50	100.0
Status karyawan	PNS	38	76.0
	Non PNS	12	24.0
	Jumlah	50	100.0
Lama Bekerja	Kurang 2 tahun	19	38.0
	2 – 4 tahun	23	46.0
	4 – 6 tahun	8	16.0
	Jumlah	50	100.0

Sumber: Data primer SPSS (diolah penulis 13 juli 2023)

Berdasarkan pendidikan, sebagian besar responden adalah D3 keperawatan dengan 42 orang (84,0%), diikuti oleh responden S1 keperawatan dengan 8 orang (16,0%). Selain itu, sebagian besar pegawai adalah PNS yaitu sebanyak 38 orang (76,0%) dan pegawai non PNS sebanyak 12 orang (24,0%). Profil responden terakhir diketahui dari lamanya bekerja. Berdasarkan kategori ini, sebagian besar responden memiliki masa kerja 2-4 tahun khususnya 23 orang (46,0%), diikuti oleh 19 orang (38,0%) dengan masa kerja di bawah 2 tahun dan 8 orang (16,0%) antara 4-6 tahun masa kerja.

Table 2 Hasil Analisis *Outer Loadings*

	Job Burnout	Job Stress	Sleep Disturbance
JB1	0,932		
JB3	0,873		
JB4	0,821		
JB5	0,722		
JB7	0,892		
JS1		0,848	
JS10		0,708	
JS11		0,741	
JS12		0,809	
JS15		0,835	
JS2		0,780	
JS3		0,843	
JS4		0,735	
JS6		0,803	
JS7		0,782	
JS8		0,791	
JS9		0,849	
SD1			0,899
SD10			0,901
SD11			0,811
SD2			0,865
SD3			0,838
SD4			0,803
SD6			0,876
SD8			0,759
SD9			0,712

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Dilihat dari tabel 2, cenderung terlihat bahwa semua item pernyataan yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian dinyatakan valid, karena pada item tersebut memiliki *outer loading* lebih besar dari 0,7. Namun pada variabel *burnout* sebelumnya masih ada dua item yang tidak valid yaitu JB2 dan JB6, pada variabel *job stress* terdapat tiga item yang tidak valid yaitu JS5, JS13 dan JS14, dan pada variabel *sleep disturbance* terdapat tiga item yang tidak valid yaitu SD5, SD7 dan SD12. Item-item yang dinyatakan tidak valid dikeluarkan (dieliminasi) dengan alasan memiliki *outer loading* lebih kecil 0,7.

Selanjutnya, hasil analisis *convergent validity* pada aspek *cronbach alpha*, *composite reliability* dan *AVE* dapat dilihat sebagai berikut :

Table 3 Hasil analisis AVE, Composite Reliability, dan Cronbach's Alpha

Variabel	Cronbach's Alpha	rho_A	Composite Reliability	Average Variance Extracted (AVE)
JB	0,903	0,914	0,929	0,724
JS	0,947	0,958	0,954	0,632
SD	0,943	0,948	0,953	0,691

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat dengan sangat baik bahwa jumlah total dari variabel-variabel memiliki cronbach's alpha > 0.7, composite reliability > 0.7 dan AVE > 0.5 atau telah memenuhi ketentuan yang ditetapkan (Hair et al., 2014).

Table 4 Hasil Analisis Discriminant Validity dengan Metode Fornell-Larcker

	Job Burnout	Job Stress	Sleep Disturbance
<i>Job Burnout</i>	0,851		
<i>Job Stress</i>	0,262	0,795	
<i>Sleep Disturbance</i>	0,567	0,632	0,832

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Berdasarkan tabel 4 dapat ditinjau bahwa korelasi variabel *Job Burnout* dengan variabel itu sendiri (*Job Burnout*) adalah 0,851. Nilai korelasi tersebut lebih besar dari pada korelasi *Job Burnout* dengan *Job Stress* (0,262) dan *Sleep Disturbance* (0,567). Nilai korelasi yang ditebalkan (**bold**) secara diagonal lebih besar dibandingkan nilai yang lain (secara vertical dan horizontal).

Tabel 5 Hasil Analisis Discriminant validity dengan Metode Cross loading

Item	Job Burnout	Job Stress	Sleep Disturbance
JB1	0,932	0,178	0,489
JB3	0,873	0,175	0,524
JB4	0,821	0,245	0,443
JB5	0,722	0,263	0,421
JB7	0,892	0,272	0,524
JS1	0,241	0,848	0,539
JS10	0,064	0,708	0,350
JS11	0,095	0,741	0,509
JS12	0,326	0,809	0,608
JS15	0,210	0,835	0,559
JS2	0,074	0,780	0,465
JS3	0,133	0,843	0,488

JS4	0,046	0,735	0,378
JS6	0,322	0,803	0,579
JS7	0,149	0,782	0,397
JS8	0,237	0,791	0,409
JS9	0,372	0,849	0,584
SD1	0,557	0,555	0,899
SD10	0,564	0,563	0,901
SD11	0,484	0,547	0,811
SD2	0,450	0,549	0,865
SD3	0,521	0,479	0,838
SD4	0,455	0,475	0,803
SD6	0,482	0,533	0,876
SD8	0,382	0,534	0,759
SD9	0,303	0,500	0,712

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Tabel 5 dapat dilihat bahwa item JB1 JB3 JB4 JB5 dan JB7 memiliki nilai *loadings* paling tinggi dan terkelompok kedalam kolom *Job Burnout*. Hal ini bermakna bahwa item-item tersebut (JB1 JB3 JB4 JB5 dan JB7) adalah memang mengukur variabel *Job Burnout*. Begitu juga dengan variabel-variabel lainnya yaitu *Job Stress* dan *Sleep Disturbance*.

Tabel 6 Discriminant validity dengan Metode Heterotrait-Monotrait (HTMT)

Variable	Job Burnout	Job Stress	Sleep Disturbance
JB			
JS	0,271		
SD	0,607	0,652	

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Berdasarkan tabel 6 sangat jelas terlihat bahwa tidak ada nilai korelasi antar variabel yang melebihi 0,85 (Hair et al., 2014). Hal ini menunjukkan bahwa ketentuan analisis *convergent validity* dengan metode HTMT telah terpenuhi.

Tabel 7 Hasil Analisis R Square

Endogenous Latent Variable	R Square	R Square Adjusted
<i>Job Burnout</i>	0,337	0,309
<i>Sleep Disturbance</i>	0,400	0,387

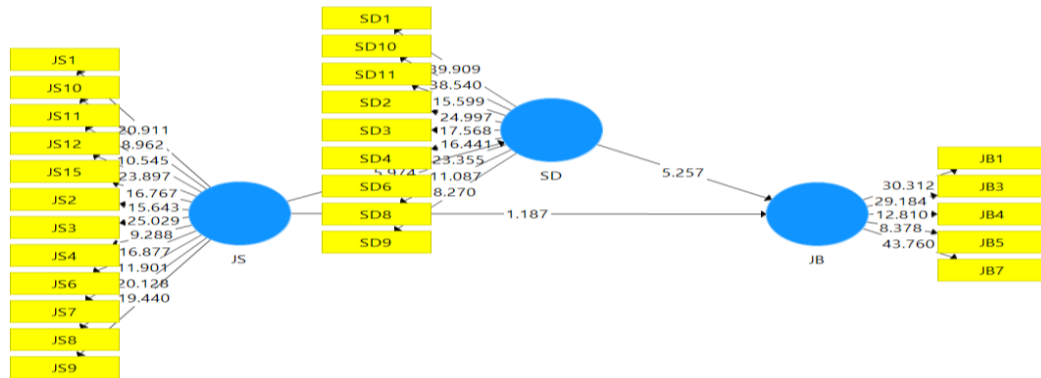
Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Berdasarkan tabel 7, variabel *Job Burnout* memiliki R2 sebesar 0,337, menunjukkan bahwa besarnya pengaruh *Job Stress* terhadap *Job Burnout* sebesar 33,7% yang tergolong kedalam kategori sedang (Hair et al., 2014). Selain itu, variabel *Sleep Disturbance* memiliki R2 sebesar 0,400 dan dapat diuraikan bahwa

besarnya pengaruh *Job Stress* terhadap *Sleep Disturbance* adalah 40% yang tergolong kedalam kategori sedang (Hair et al., 2014).

Selanjutnya pengujian *Struktural Model Assesment* (SMA) menggunakan prosedur *bootstrapping* sebagai berikut:

Gambar 2. Model Struktural



Gambar diatas merupakan hasil uji SMA dengan metode *bootstrapping* dan dapat diringkas sebagai berikut:

Table 9 Hasil Analisis Struktural Model Assesment

	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation	T Statistics	P Values	Keterangan
JS -> JB	-0,161	-0,148	0,136	1,187	0,236	Ditolak
JS -> SD	0,632	0,655	0,106	5,974	0,000	Diterima
SD -> JB	0,669	0,669	0,127	5,257	0,000	Diterima

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Dilihat dari gambar dan tabel 9 dapat diinterpretasikan bahwa pengaruh *job stress* terhadap *job burnout* memiliki T statistics 1,187 (lebih kecil dari 1,96) dan nilai P values 0,236 (lebih besar dari 0,05) sehingga diambil kesimpulan bahwa *job stress* tidak berpengaruh terhadap *job burnout* (hipotesis ditolak). Kemudian, pengaruh *job stress* terhadap *sleep disturbance* memiliki T statistics 5,974 (lebih besar dari 1,96) dan nilai P values 0,000 (lebih kecil dari 0,05) sehingga diambil disimpulkan bahwa *job stress* jelas mempengaruhi *sleep disturbance* (hipotesis diterima). Terakhir, dampak pengaruh *sleep disturbance* terhadap *job burnout* memiliki T statistics sebesar 5,257 (lebih besar dari 1,96) dan P values sebesar 0,000 (lebih kecil dari 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa *sleep disturbance* secara tegas mempengaruhi *job burnout* (hipotesis diterima).

Selanjutnya, hasil analisis dampak mediasi variabel *Sleep Disturbance* dapat dilihat sebagai berikut:

Table 10 Hasil Analisis *Sleep Disturbance* sebagai Variabel Mediasi

	Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation	T Statistics	P Values	Keterangan
JS -> SD -> JB	0,423	0,433	0,092	4,577	0,000	Diterima

Sumber: Data primer PLS (diolah penulis 13 juli 2023)

Hasil analisis tentang dampak mediasi *Sleep Disturbance* antara *Job Stress* dan *Job Burnout* (JS→SD→JB) menemukan *T statistics* sebesar 4,577 (lebih besar dari 1,96) dan *P values* 0,000 (lebih kecil dari 0,05) dapat diambil kesimpulan bahwa *Sleep Disturbance* terbukti memediasi hubungan antara *Job Stress* dan *Job Burnout*.

PEMBAHASAN

Berdasarkan pengolahan data penelitian yang dilakukan pada setiap variabel, terlihat tentang pengaruh *job stress* terhadap *job burnout* (H1) menemukan *original sample* -0,161 (bertanda negatif), *T statistics* 1,187 (lebih besar dari 0,05). Oleh karena itu, hipotesis pertama (H1) ditolak karena menunjukkan bahwa *job stress* tidak berpengaruh terhadap *job burnout*. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stres kerja tidak mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat perawat di RSUD dr. Rasidin. Hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian sebelumnya (Košir et al., 2015) (Zhao et al., 2022) (Lineuwih et al., 2022) yang menemukan bahwa *job stress* memiliki pengaruh terhadap *job burnout*. Selanjutnya berdasarkan teori alokasi sumber daya berpendapat bahwa pikiran negatif yang terkait dengan gejala tekanan psikologis menghabiskan sejumlah sumber daya kognitif, yang mengarah ke sumber daya kognitif yang tidak mencukupi untuk menangani tugas-tugas yang lebih penting dan akan mengarah kepada penurunan antusiasme kerja seseorang, kepercayaan diri, dan menyebabkan kelelahan dalam jangka Panjang (Sinval et al., 2019). Dapat disimpulkan pada temuan ini mungkin ada sumber stres khusus di antara perawat diantaranya pada bagian keahlian/pengalaman pribadi, yang berbeda dengan stres pekerjaan pada penelitian sebelumnya.

Hasil pengujian hipotesis ke-dua (H2) tentang pengaruh *job stress* terhadap *sleep disturbance* menemukan *original sample* 0,632 (bertanda positif), *T statistics* 5,974 (lebih besar dari 1,96), dan *P values* 0,000 (lebih kecil dari

0,05). Oleh karena itu, hipotesis ke-dua (H2) diterima karena menunjukkan bahwa *job stress* berpengaruh positif terhadap *sleep disturbance*. Temuan penelitian ini sesuai dengan atau dikuatkan oleh hasil penelitian sebelumnya (Giallauria et al., 2018) (Zarei & Fooladvand, 2022) (Wang & Fan, 2023) yang juga menemukan bahwa *job stress* memiliki pengaruh terhadap *sleep disturbance*. Hasil temuan ini juga sebanding dengan teori konservasi sumber daya, yang menyebutkan bahwa sumber daya psikologis individu memiliki dampak penting terhadap kelelahan (Holmgreen et al., 2017), sebagai sumber daya psikologis yang penting ini, berapa banyak waktu yang dihabiskan sumber daya mengharapkan individu untuk beristirahat untuk memulihkan keadaan fisiknya. Dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami oleh perawat, semakin tinggi pula efek samping dari gangguan tidur perawat di RSUD dr. Rasidin Kota Padang, dan semakin sedikit gejala gangguan tidur maka semakin rendah tingkat stres kerja perawat di RSUD dr. Rasidin Kota Padang.

Hasil pengujian hipotesis ke-tiga (H3) tentang pengaruh *sleep disturbance* terhadap *job burnout* menemukan *original sample* 0,669 (bertanda positif), *T statistics* 5,257 (lebih besar dari 1,96), dan *P values* 0,000 (lebih kecil dari 0,05). Oleh karena itu, hipotesis ke-tiga (H3) diterima karena menunjukkan bahwa *sleep disturbance* berpengaruh positif terhadap *job burnout*. Temuan penelitian ini sesuai dengan atau dikuatkan oleh hasil penelitian sebelumnya (Wulandari & Adiputra, 2014) (Wianta & Sutiari, 2022) (Han & Kwak, 2022) yang juga menemukan bahwa *sleep disturbance* memiliki pengaruh terhadap *job burnout*. Hasil temuan ini juga sebanding dengan teori konservasi sumber daya, yang menyebutkan bahwa sumber daya psikologis individu memiliki dampak penting terhadap kelelahan (Holmgreen et al., 2017). Kemudian berdasarkan konteks kognitif dan sosial, gangguan tidur dapat menyebabkan peningkatan kepekaan terhadap rangsangan stres dan peristiwa yang dapat mengakibatkan peningkatan risiko pelepasan dari pekerjaan, sehingga menyebabkan kelelahan kerja. Dapat disimpulkan semakin tinggi gangguan tidur yang dialami oleh perawat, maka semakin tinggi tingkat kelelahan perawat di RSUD dr. Rasidin Kota Padang, dan semakin rendah pengaruh gangguan tidur yang dialami oleh perawat maka meminimalisir peningkatan kelelahan pada perawat di RSUD dr. Rasyid Kota Padang.

Selanjutnya pada hasil pengujian hipotesis ke-empat (H4) tentang *sleep disturbance* memediasi hubungan antara *job stress* dan *job burnout* menemukan *original sample* 0,423 (bertanda positif), *T statistics* 4,577 (lebih besar dari 1,96), dan *P values* 0,000 (lebih kecil dari 0,05). Dengan demikian bermakna bahwa

sleep disturbance terbukti memediasi hubungan antara *job stress* dan *job burnout*, sehingga hipotesis ke-empat (H4) diterima. Temuan penelitian ini sesuai dengan atau dikuatkan oleh hasil penelitian sebelumnya (Zarei & Fooladvand, 2022) yang menyatakan bahwa stres psikologis berpengaruh signifikan terhadap *burnout*, ketika gangguan tidur dimodelkan sebagai mediator, koefisien jalur tekanan psikologis menunjukkan efek signifikan pada kelelahan kerja. Dapat disimpulkan apabila perawat di RSUD dr. Rasidin mampu mengatasi gejala gangguan tidur maka akan meminimalisir peningkatan relatif pada kelelahan yang dialami perawat tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan dengan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, beberapa kesimpulan dapat disampaikan dalam penelitian ini yaitu *job stress* tidak memiliki pengaruh terhadap *job burnout* pada perawat di RSUD dr. Rasidin, namun *job stress* memiliki pengaruh positif terhadap *sleep disturbance* dan *sleep disturbance* berpengaruh positif terhadap *job burnout* pada perawat di RSUD dr. Rasidin, dan terakhir *sleep disturbance* memediasi hubungan antara *job stress* dan *job burnout* pada perawat di RSUD dr. Rasidin. Hasil temuan ini mengemukakan bahwa *sleep disturbance* sebagai variabel mediasi termasuk kedalam tipe mediasi “*indirect-only mediation*” karena variabel *job stress* secara langsung tidak berpengaruh terhadap *job burnout* dan secara tidak langsung berpengaruh.

Penelitian ini hanya dilakukan pada perawat RSUD dr. Rasidin, sehingga hasil penelitian ini belum dapat berlaku sama dengan rumah sakit umum lainnya, disarankan agar peneliti selanjutnya menguji model penelitian ini di tempat lain, termasuk RSUD lainnya. Kemudian, penelitian ini hanya menunjukkan dua variabel yang mempengaruhi *burnout* (kelelahan kerja), yaitu *job stress* dan *sleep disturbance*, sehingga faktor-faktor lain yang mungkin dapat mempengaruhi kelelahan kerja masih terabaikan. Karenanya penelitian di masa depan hendaknya menambahkan variabel-variabel berbeda ini ke dalam model penelitiannya. Selain itu, mengingat hanya 50 orang yang berpartisipasi dalam penelitian ini, disarankan agar peneliti selanjutnya menggunakan ukuran sampel yang lebih besar lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Giallauria, F., Piccioli, L., Vitale, G., & Sarullo, F. M. (2018). *for Cardiac Rehabilitation Community commercial use only*. 88(4), 129–138. <https://doi.org/10.4081/ejtm.2023.10909>
- Hair, J. F., Sarstedt, M., Hopkins, L., & Kuppelwieser, V. G. (2014). Partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM): An emerging tool in business research. *European Business Review*, 26(2), 106–121.

- <https://doi.org/10.1108/EBR-10-2013-0128>
- Han, S., & Kwak, S. (2022). The effect of sleep disturbance on the association between work–family conflict and burnout in nurses: a cross-sectional study from South Korea. *BMC Nursing*, 21(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12912-022-01114-7>
- Holmgreen, L., Tirone, V., Gerhart, J., & Hobfoll, S. E. (2017). Conservation of Resources Theory. *The Handbook of Stress and Health, February*, 443–457. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch27>
- Ji, D., & Yue, Y. (2020). Relationship Between Kindergarten Organizational Climate and Teacher Burnout: Work–Family Conflict as a Mediator. *Frontiers in Psychiatry*, 11(May), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00408>
- Košir, K., Tement, S., Licardo, M., & Habe, K. (2015). Two sides of the same coin? The role of rumination and reflection in elementary school teachers' classroom stress and burnout. *Teaching and Teacher Education*, 47, 131–141. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.01.006>
- Kusuma, B. I., & Ramdan, A. H. (2023). *PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT (Literature Riview). XVII*, 116–126.
- Lee, L. J., Wehrle, L., Ding, Y., & Ross, A. (2022). *Professional quality of life , sleep disturbance and health among nurses : A mediation analysis. May 2021*, 2771–2780. <https://doi.org/10.1002/nop2.978>
- Lineuwih, I. I., Sariwulan, T., & Fadillah, N. (2022). *Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, dan Work Family Conflict Terhadap Burnout Karyawan*. 3(3), 879–890.
- Lotu, N. A., Widodo, Z. D., & Sumarto, L. (2022). Pengaruh Stres Kerja, Motivasi Kerja Dan Disiplin Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Di Kantor Kelurahan Sudiroprajan. *Publik: Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, Administrasi Dan Pelayanan Publik*, 9(4), 703–712. <https://doi.org/10.37606/publik.v9i4.456>
- Michelle, A., Jensen, U. T., & Stritch, J. M. (2022). *Work-Family Conflict and Burnout Amid COVID-19 : Exploring the Mitigating Effects of Instrumental Leadership and Social Belonging*. <https://doi.org/10.1177/0734371X221101308>
- Rosdikasari, V. (2021). *Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejadian Burnout Bagi Petugas Laboratorium Di Rumah Sakit Persahabatan Jakarta Tahun 2021*.
- Sinval, J., Queirós, C., Pasian, S., & Marôco, J. (2019). Transcultural adaptation of the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI) for Brazil and Portugal. *Frontiers in Psychology*, 10(MAR). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00338>
- Tety Thalib & Iswan. (2017). *Kualitas Pelayanan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Umum Daerah Aloe Saboe. IV*, 94–100.
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022). *Radiatul Husna, Cs: Analisis Pengaruh Job Stress Terhadap Page. 97*
-

- Hubungan antara kualitas tidur, beban kerja fisik terhadap perasaan kelelahan kerja pada perawat. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- Wang, H., & Fan, X. (2023). 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). <https://doi.org/10.3390/ijerph20032219>
- Wianta, I. G. B. N. A. R. P., & Sutiari, N. K. (2022). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Subjektif Pada Pegawai Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Di Masa Pandemi Covid-19. *Archive of Community Health*, 9(1), 143. <https://doi.org/10.24843/ach.2022.v09.i01.p10>
- Wulandari, N. I., & Adiputra, L. M. I. S. H. (2014). Hubungan gangguan tidur dengan kelelahan pada sistem kerja bergilir (. *Jurnal Ergonomi Indonesia*, 1(1), 51–60.
- Yantu, I., Bokingo, A. H., & Pade, M. R. D. (2023). Pengaruh Kepuasan Kerja Terhadap Turnover Intention Pada Tenaga Kontrak Di Rumah Sakit Aloeie Saboe Kota Gorontalo. *Publik: Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia, Administrasi Dan Pelayanan Publik*, 10(1), 104–110. <https://doi.org/10.37606/publik.v10i1.528>
- Zarei, S., & Fooladvand, K. (2022). Mediating effect of sleep disturbance and rumination on work-related burnout of nurses treating patients with coronavirus disease. *BMC Psychology*, 10(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00905-6>
- Zhao, W., Liao, X., Li, Q., Jiang, W., & Ding, W. (2022). The Relationship Between Teacher Job Stress and Burnout: A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 12(January), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.784243>