

Hubungan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Shift Malam Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit (RSUD) Kota Kendari Tahun 2025 : (Literatur Review)

Nani Yuniar¹, Fifi Nirmala G.², Lenni Fitriani Rahmat³, Astuti⁴, Dwi Febriani⁵, Faiza Faadihillah⁶, Ferniati⁷, Haslinda⁸, Kesiya Amalia Maharani⁹, Mufida Dwi Agusti¹⁰, Nur Afdaliah Syam¹¹, Nur Alisa¹², Nurfasma Islamiah¹³, Poppy Kayla Rivana¹⁴, Rossa Aprilia Wulan As'ad¹⁵, Sitti Annisa Ibrahim¹⁶

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13} Universitas Halu Oleo, Indonesia

Received : 20 Juli 2025, Revised : 23 Juli 2025 , Published : 28 Juli 2025

Corresponding Author

Nama Penulis: Lenni Fitriani Rahmat

E-mail: lennifitrianiarahmat@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap kinerja perawat shift malam di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kota Kendari. Kerangka teori yang digunakan menjelaskan bahwa hubungan antara stres kerja dan kinerja perawat dipengaruhi oleh karakteristik organisasional, individual, dan lingkungan kerja serta faktor-faktor penyebabnya, seperti beban kerja berlebihan, sikap pimpinan yang kurang adil, dukungan keluarga, usia, jenis kelamin, dan status perkawinan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional yang melibatkan sebanyak 50 responden perawat shift malam di RSUD Kendari. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang terdiri dari skala stres kerja dan kinerja perawat, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik regresi linier untuk mengetahui pengaruh variabel stres kerja terhadap kinerja perawat. Hasil Studi menunjukkan bahwa shift malam dan beban kerja berpengaruh signifikan terhadap peningkatan stres kerja pada perawat. Perawat yang bekerja pada shift malam cenderung mengalami stres tinggi, gangguan pola tidur, dan kelelahan. Selain itu, terdapat korelasi negatif yang kuat antara tingkat stres dan kinerja perawat, di mana semakin tinggi stresnya, semakin rendah kinerja mereka. Secara umum, shift kerja malam dan kelelahan meningkatkan risiko stres dan menurunkan kualitas layanan kesehatan yang diberikan.

Kata kunci - stres kerja, kinerja perawat, shift malam, RSUD

Abstract

This study aims to determine the effect of work stress on the performance of night shift nurses at the Kendari City Regional General Hospital (RSUD). The theoretical framework used explains that the relationship between work stress and nurse performance is influenced by organizational, individual, and work environment characteristics and causal factors, such as excessive workload, unfair leadership attitudes, family support, age, gender, and marital status. This study uses a quantitative method with a cross-sectional approach involving 50 night shift nurse respondents at the Kendari Regional General Hospital. Data were collected through a questionnaire consisting of a scale of work stress and nurse performance, then analyzed using a linear regression statistical test to determine the effect of work stress variables on nurse performance. The results of the study showed that night shifts and workload had a significant effect on increasing work stress in nurses. Nurses who work night shifts tend to experience high stress, sleep disturbances, and fatigue. In addition, there is a strong negative correlation between stress levels and nurse performance, where the

higher the stress, the lower their performance. In general, night shift work and fatigue increase the risk of stress and reduce the quality of health services provided.

Keywords - job stress, nurse performance, night shift, RSUD

How to Cite : Yuniar, N., Nirmala G, F., Rahmat, L. F., Astuti, A., Febriani, D., Faadihillah, F., Ferniati, F., Haslinda, H., Maharani, K. A., Agusti, M. D., Syam, N. A., Alisa, N., Islamiah, N., Rivana, P. K., As'ad, R. A. W., & Ibrahim, S. A. (2025). Hubungan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Shift Malam Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit (RSUD) Kota Kendari Tahun 2025 : (Literatur Review). *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 2(2), 430–441. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v2i2.521>

Copyright ©2025 Nani Yuniar, Fifi Nirmala G, Lenni Fitriani Rahmat, Astuti Astuti, Dwi Febriani, Faiza Faadihillah, Ferniati Ferniati, Haslinda Haslinda, Kesiya Amalia Maharani, Mufida Dwi Agusti, Nur Afdaliah Syam, Nur Alisa, Nurfasma Islamiah, Poppy Kayla Rivana, Rossa Aprilia Wulan As'ad, Sitti Annisa Ibrahim

PENDAHULUAN

Rumah sakit sebagai institusi yang mempunyai fungsi dan tugas memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat secara paripurna merupakan organisasi yang sangat kompleks karena sumber daya manusia yang bekerja terdiri atas berbagai disiplin ilmu dan jenis keahlian. Rumah sakit merupakan salah satu bentuk organisasi yang kegiatannya memberikan pelayanan yang baik berupa promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Untuk mencapainya, dibutuhkan kinerja karyawan, khususnya perawat yang baik yang sifatnya subjektif, dipengaruhi oleh umur, jenis kelamin, sikap mental, kepribadian, pendidikan (Ahsan et al, 2023).

Sumber daya manusia yang terlibat secara langsung dalam pemberian pelayanan kepada pasien rumah sakit sekitar 40 persennya ialah tenaga perawat (Hasibuan, 2009). Pelayanan keperawatan merupakan bagian integral dari sistem pelayanan kesehatan sehingga kepentingan pelayanan keperawatan mempunyai arti penting bagi klien selama 24 jam secara terusmenerus, khususnya dalam proses penyembuhan maupun rehabilitasi di rumah sakit (Depkes RI, 2008).

World Health Organization (WHO) menyatakan stres merupakan epidemi yang menyebar ke seluruh dunia. The American Institute of Stress menyatakan bahwa penyakit-penyakit yang berhubungan dengan stres telah menyebabkan kerugian ekonomi Amerika Serikat lebih dari \$100 miliar pertahun. Survey atas pekerja tenaga perawat pelaksana di Amerika Serikat menemukan bahwa 46% merasakan pekerjaan mereka penuh dengan stres dan 34% berpikir serius untuk keluar dari pekerjaan mereka 12 bulan sebelumnya karena stres ditempat kerja (Fajrillah, 2022). Stres kerja tergolong masalah serius yang masih sering dikeluhkan di berbagai sektor industri atau organisasi oleh para karyawan di berbagai belahan bumi. Di Eropa, permasalahan stres kerja menempati urutan ke-2 setelah gangguan muskuloskeletal. Menurut International Labour Organisation (ILO) (2016) setiap tahun di berbagai survey yang dilakukan di Eropa, Amerika Serikat, sekitar dua pertiga hingga setengah dari pekerja yang di survey menyatakan bahwa mereka mengalami stress terkait kerja. Lebih dari 32% pekerja di Jepang melaporkan kegelisahan dan stress berlebihan ditempat kerja, sementara 20% pekerja di Korea melaporkan tekanan dan beban kerja yang tinggi (Fajrillah, 2022).

America National Association For Accupational Safety menempatkan kejadian stres pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres pada pekerja. Berdasarkan hasil survey yang dilakukan Perancis ditemukan bahwa persentase terjadinya stres yang dialami perawat yaitu 74%. Sedangkan berdasarkan studi yang dilakukan perawat di swedia diperoleh hasil yaitu lebih dari 80% perawat mengalami stres yang cukup tinggi akibat pekerjaan. Hasil riset PPNI (Persatuan Perawat Nasional Indonesia) tahun 2007, menunjukan 50,9% perawat Indonesia yang berkerja di empat provinsi mengalami stres kerja, sering pusing, lelah, tidak ada istirahat karena beban kerja terlalu tinggi dan menyita waktu, gaji rendah tanpa insentif yang memadai (Nopa, Ika. 2022).

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.HK.02.02/MENKES/148/1/2010 tentang izin dan penyelenggaraan praktik perawat, definisi perawat adalah seseorang yang telah lulus pendidikan perawat baik di dalam maupun di luar negeri sesuai dengan peraturan perundang-undangan. Seorang perawat dituntut untuk lebih profesional agar kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan semakin meningkat. Semakin meningkatnya tuntutan tugas yang dimiliki seorang perawat maka dapat menyebabkan timbulnya stres (Selvia, 2021).

Kinerja perawat merupakan bagian integral yang tidak dapat dipisahkan dalam menentukan kualitas pelayanan kepada pasien. Kinerja perawat adalah melakukan pekerjaan sebaik mungkin sesuai dengan standar yang telah ada. Pada kenyataannya kualitas perawatan yang diberikan kepada pasien merupakan penentu terbesar terhadap kenyamanan pasien sehingga kinerja perawat sangat berdampak pada kesehatan pasien baik secara fisik maupun psikologis pasien baik selama maupun setelah keluar dari rumah sakit. Kinerja perawat yang buruk dikhawatirkan bisa berdampak terhadap kondisi pasien yang semakin memburuk, sehingga dengan adanya penurunan kinerja perawat bisa mempengaruhi mutu layanan kesehatan (Eryuda, Fadiah.2023).

Prevalensi stres kerja pada tenaga kesehatan khususnya perawat bervariasi pada setiap negara di dunia. Eropa 58,2%, India 50% dan Australia 44,82%, Mesir ditemukan sebanyak 149 perawat (71%) mengalami stress tinggi pada tahun 2020 (Ihsan, 2021 dalam Junaidah, 2023). Pada tahun 2022 di Slovakia dari 693 perawat didapatkan sebanyak 75,9% perawat mengalami stress kerja (Riana, 2022 dalam Junaidah, 2023). Pada tahun 2022 angka stress kerja berat ditemukan di Jakarta sebanyak 50% perawat, di Makassar didapatkan sebanyak 76,5% perawat, Semarang 51,81% perawat, dan Padang sebanyak 48,9% perawat (Liaran, et al. 2024).

Pekerjaan seorang perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan tidak terlepas dari pengaturan jam kerja di suatu rumah sakit yang lebih dikenal dengan istilah shift kerja. Pembagian shift kerja bagi perawat di RSUD Kota Kendari terbagi dalam 3 shift, yaitu shift pagi yang bekerja selama 7 jam dari jam 07.00-14.00 WIB, shift sore yang bekerja selama 7 jam dari jam 14.00-21.00 WIB, dan shift malam yang bekerja selama 10 jam dari jam 21.00-07.00 WIB. Dari ketiga shift tersebut, shift malam memiliki waktu kerja yang lebih panjang daripada shift pagi dan siang. Pada sistem shift kerja ini akan menimbulkan berbagai dampak positif maupun negatif (Fajar Satriani et al., 2021)

METODE

Kajian literatur yang dilakukan menggunakan metode Systematic Literature Review (SLR). Data kajian literatur ini diperoleh melalui kegiatan mengumpulkan data, membaca, mencatat, merangkum, dan mengelola hasil pencatatan sebagai bahan penulisan terkait Hubungan Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Shift Malam Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit (RSUD) Kota Kendari Tahun 2025. Data yang digunakan pada penelitian ini diperoleh dari jurnal-jurnal yang terpublikasi di internet, yaitu dari database Google Scholar. Pemilihan jurnal menggunakan alur Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analysis (PRISMA) dengan tahapan identification (identifikasi), screening (penyaringan), eligibility (kelayakan), dan included (termasuk). Jurnal yang digunakan merupakan jurnal yang dipublikasi sejak tahun 2023 hingga 2025.

Pencarian jurnal dilakukan dengan menggunakan tiga kata kunci yaitu, stres kerja, kinerja perawat dan shift malam, dengan periode pencarian pada tanggal 26 Juni sampai dengan 1 Juli 2025. Berdasarkan kata kunci diperoleh sebanyak 26.000 artikel di Google Scholar yang kemudian diambil sebanyak 11 artikel. Kriteria inklusi artikel yang diambil, diantaranya a) Stres kerja, b) Kinerja perawat, c) Shift malam, dan d) Hubungan antara stres kerja dengan kinerja perawat. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit (RSUD) Kota Kendari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Hasil Penelitian Literatur

No	Judul Penelitian	Nama Jurnal, Volume (No)	Penulis, Tahun	Desain Studi	Hasil
1.	Hubungan Shift Kerja Perawat dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSD dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Kabupaten Bulungan	SAINTEKES, 2(3)	Wiyono Susanto, Supriyadi, Edi Sukamto & Andi Parellangi, 2023.	observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir setengah dari responden bekerja di shift pagi (34,6%), dan sebagian besar responden mengalami stres kerja sedang (60,3%). Analisis menggunakan uji Chi-Square menghasilkan p-value = 0,00, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara shift kerja dengan stres kerja.
2.	Hubungan Shift Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat Ruang Rawat Inap di RS Muhammadiyah Lamongan	Jurnal Medika Malahayati, 7(3)	Syalsabila Yasinta Nurliasari, Zufra Inayah, Achmad Sutarjo & Eko Ari Bowo, 2023	observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat (70,3%) bekerja dalam shift yang sesuai, sementara hampir setengahnya (48,3%) mengalami stres kerja sedang. Analisis menggunakan uji Chi Square menunjukkan adanya hubungan

					signifikan antara shift kerja dan stres kerja, dengan p-value $0,031 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa pengaturan shift kerja berpengaruh terhadap tingkat stres kerja perawat di ruang rawat inap.
3.	Pengaruh Shift Kerja terhadap Stres Kerja Perawat Instalasi Rawat Inap Isolasi di RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar	Window of Nursing Journal, Vol. 03 No. 01 (Juni 2022)	Andi Masti Amirah, Samsualam, Tutik Agustini (2022)	Kuantitatif, Survei Analitik, Cross Sectional	Stres kerja tinggi tertinggi terjadi pada shift pagi (92,6%). Hasil uji regresi linier sederhana $t_{hitung} = 4,054 > t_{tabel} = 2,001$, sig. $0,000 < 0,05$.
4.	Pengaruh Stres dan Shift Kerja terhadap Kinerja Perawat pada RSUD Masohi Kabupaten Maluku Tengah	Journal of Economy Business Development, Vol. 2 No. 1, April 2024	Muhammad Isyran Sabani, Hasanuddin Remmang, Arifuddin Mane (2024)	Kuantitatif, data primer & sekunder, regresi linier berganda	Shift kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja ($t_{hitung} 3,758 > t_{tabel} 2,042$, sig. $0,001 < 0,05$), stres kerja tidak signifikan.
5.	Hubungan Beban Kerja dan Shift Kerja dengan Gejala Stres Kerja Perawat di RS Jiwa Provinsi Jambi	Environmental Occupational Health and Safety Journal, Vol. 3 No. 2, Jan 2023	Nila Kurnia Ilahi, Melda Yenni, Suroso	Kuantitatif, cross-sectional	Terdapat hubungan signifikan antara beban kerja ($p = 0,037$) dan shift kerja ($p = 0,000$) dengan stres kerja perawat, dengan shift malam menunjukkan stres tertinggi.

6.	Hubungan Stres Kerja dan Disiplin Kerja terhadap Kinerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Bahteramas Prov. Sultra	Jurnal Administrasi Kebijakan Kesehatan (JAKK-UHO) Vol. 5 No. 1 (2024)	Syakirah, Hasruddin, Nursamsu	Kuantitatif, cross-sectional	Terdapat hubungan signifikan antara beban kerja ($p = 0,037$) dan shift kerja ($p = 0,000$) dengan stres kerja perawat, dengan shift malam menunjukkan stres tertinggi.
7.	Perbandingan Tingkat Stres Kerja pada Perawat dengan Perbedaan Shift Kerja: Tinjauan Pustaka Sistematis	Intan Husada: Jurnal Ilmiah Keperawatan, 13(1)	Hendrawati, A. et al., 2025	Systematic Literature Review	Shift kerja, terutama shift malam, berpotensi meningkatkan stres kerja pada perawat. Risiko kelelahan fisik dan mental serta gangguan pola tidur lebih tinggi pada shift malam. Shift malam memicu gangguan kesehatan, tekanan mental, dan penurunan kualitas hidup.
8	Hubungan Shift Kerja, Beban Kerja, dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Kota Kendari	Jurnal Ilmiah Keperawatan, 2023	Fajar Satriani et al., 2023	Cross Sectional	Shift kerja, beban kerja, dan kelelahan kerja berhubungan signifikan dengan stres kerja perawat ($p\text{-value shift kerja} = 0,000$). Sebanyak 61,4% perawat mengalami stres berat, terutama pada shift malam.
9	Hubungan Antara Stres Kerja Dengan	Jurnal KESMAS, Vol. 7 No. 5, 2023	Kurviasni S. Runtuwene, Febi K.	Kuantitatif dengan	Hasil analisis korelasi pearson variabel stres

	Kinerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Minahasa Selatan		Kolibu, Oksfriani J. Sumampouw, 2023	rancangan cross sectional.	dengan kinerja memiliki korelasi linear negatif yang cukup kuat antara stres dengan kinerja karena hasil analisis korelasi pearson yang didapat yaitu - 0,481.
10	Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Perawat di RSUD Kota Madiun Tahun 2023	JPKM,5(1)	Panghestu, W. K. P., Sujangi, Jayadi, H., Yulianto, B., & Prasetyo, A. (2024).	Penelitian ini menggunakan desain penelitian metode analitik Exposed Facto. Sampel diambil dengan Teknik simple random sampling, diambil 164 perawat unit rawa tinap. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Shift pagi dengan skor kelelahan 117,67 Sedangkan shift kerja siang diperoleh skor 119.77. serta shift malam diperoleh skor kelelahan 122.72. dari data yang diperoleh maka shift kerja malam yang mendapatkan skor kelelahan tertinggi hampir setengah dari responden bekerja di shift pagi (34,6%), dan sebagian besar responden mengalami stres kerja sedang (60,3%).
11	Perbandingan Tingkat Stres Kerja pada Perawat dengan Perbedaan Shift Kerja: Tinjauan Pustaka Sistematis	Intan Husada: Jurnal Ilmiah keperawatan, Vol. 13 No. 1 (2025)	Anjani Hendrawati, Linda Febriana, Meutya Nabilah Azzahirah, dkk. (2025)	Systematic Literature Review (SLR) berdasarkan 15 artikel tahun 2020–2024, menggunakan pendekatan PRISMA.	Shift malam berkontribusi signifikan terhadap peningkatan stres kerja, terutama gangguan ritme biologis, pola tidur, dan

					penurunan kualitas hidup serta kesehatan mental perawat.
--	--	--	--	--	--

Berdasarkan hasil telaah terhadap sebelas jurnal yang dikaji, stres kerja merupakan isu krusial yang dihadapi oleh tenaga keperawatan, terutama mereka yang bekerja dalam sistem shift. Masalah ini berdampak langsung terhadap kesejahteraan mental, fisik, dan kinerja perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan.

1. Stres Kerja

Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidakseimbangan fisik dan psikis yang mempengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi seorang karyawan. Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungan. Stres kerja dalam konteks keperawatan dapat muncul akibat berbagai tekanan kerja yang berkepanjangan, tuntutan tinggi, dan kurangnya kontrol atas situasi kerja. Beberapa jurnal menyatakan bahwa perawat yang bekerja dalam shift malam cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan shift siang atau pagi. Hendrawati *et al.* (2025) dan Panghestu *et al.* (2024) menunjukkan bahwa shift malam berkorelasi erat dengan peningkatan kelelahan fisik dan gangguan pola tidur, yang merupakan pemicu utama stres. Kondisi ini diperparah oleh kurangnya waktu istirahat yang memadai dan ketidakseimbangan antara beban kerja dan kapasitas tenaga perawat (Ali & Erihadiana, 2021).

Dari hasil penelitian oleh Amirah *et al.* (2022), ditemukan bahwa stres kerja paling tinggi justru terjadi pada shift pagi. Hal ini menunjukkan bahwa setiap shift memiliki tantangan tersendiri yang dapat menimbulkan stres kerja tergantung pada karakteristik beban kerja dan manajemen rumah sakit. Selain itu, penelitian oleh Ilahi *et al.* (2023) dan Satriani *et al.* (2023) menunjukkan bahwa kombinasi antara beban kerja dan shift kerja memiliki pengaruh signifikan terhadap tingkat stres perawat. Ini menandakan bahwa penyebab stres kerja tidak bisa dipandang dari satu faktor saja, melainkan sebagai interaksi kompleks antara beberapa elemen pekerjaan.

Secara statistik, sebagian besar jurnal menggunakan uji Chi-Square dan regresi linier untuk menganalisis hubungan antara shift kerja dan stres kerja. Hasil dari studi-studi ini konsisten menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara shift kerja dan tingkat stres kerja ($p < 0,05$), seperti terlihat pada penelitian Susanto *et al.* (2023) dan Yasinta *et al.* (2023). Oleh karena itu, pengaturan shift kerja harus menjadi perhatian utama dalam pengelolaan sumber daya manusia di fasilitas pelayanan kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Syalsabila Yasinta Nurliasari dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa stres kerja di kalangan perawat mencapai 50,9%, dengan hampir setengahnya mengalami stres kerja sedang (48,3%). Penelitian tersebut menekankan bahwa lingkungan kerja dan pengaturan shift yang tidak optimal dapat memengaruhi kinerja perawat dalam memberikan pelayanan yang berkualitas.

2. Kinerja Perawat

Kinerja adalah sejauh mana seseorang atau kelompok mampu melaksanakan tugas dan tanggung jawab yang diberikan sesuai dengan standar yang ditetapkan. Kinerja mencakup hasil yang dicapai, efisiensi dalam penggunaan sumber daya, serta kualitas dari pekerjaan yang dilakukan. Dalam konteks organisasi, kinerja sering diukur berdasarkan indikator tertentu, seperti produktivitas, kepuasan pelanggan, dan pencapaian tujuan strategis. Kinerja yang baik mencerminkan kemampuan individu atau tim dalam memenuhi ekspektasi dan berkontribusi terhadap tujuan organisasi secara keseluruhan (Ali & Erihadiana, 2021).

Terkait kinerja perawat, hasil kajian menunjukkan adanya dampak stres kerja terhadap performa mereka. Sabani *et al.* (2024) menyatakan bahwa shift kerja secara signifikan

memengaruhi kinerja perawat, sedangkan stres kerja sendiri tidak berpengaruh signifikan. Namun, studi lain oleh Runtuwene *et al.* (2023) menunjukkan adanya korelasi negatif yang cukup kuat antara stres kerja dan kinerja perawat. Ini menunjukkan bahwa meskipun tidak semua penelitian menyimpulkan dampak langsung, terdapat kecenderungan umum bahwa stres kerja dapat menurunkan konsentrasi, motivasi, dan ketepatan kerja. Temuan-temuan ini mengimplikasikan pentingnya manajemen shift kerja yang baik, penyediaan waktu istirahat yang cukup, serta dukungan psikologis bagi perawat agar mereka mampu mengelola stres dengan efektif. Peningkatan kinerja perawat sangat tergantung pada bagaimana institusi memfasilitasi lingkungan kerja yang sehat, kondusif, dan suportif terhadap kesejahteraan mental tenaga kesehatan.

Dalam jangka panjang, jika stres kerja tidak ditangani dengan baik, maka akan berdampak buruk tidak hanya bagi tenaga kesehatan tetapi juga bagi pasien yang dilayani. Oleh karena itu, strategi manajemen stres dan manajemen shift kerja yang efektif menjadi krusial untuk diterapkan sebagai bagian dari peningkatan mutu layanan keperawatan.

3. Kinerja Perawat Shift Malam

Perawat merupakan tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan keperawatan selama 24 jam secara terus-menerus, termasuk pada shift malam. Shift malam menjadi salah satu sistem kerja yang memiliki karakteristik khusus karena dilakukan pada waktu biologis tubuh seharusnya beristirahat. Berdasarkan hasil kajian dari berbagai jurnal, ditemukan bahwa perawat yang bekerja pada shift malam cenderung memiliki tingkat stres kerja yang lebih tinggi dibandingkan shift lainnya. Hal ini dipengaruhi oleh durasi kerja yang lebih panjang, yaitu selama 10 jam, gangguan pola tidur, kelelahan fisik dan mental, serta tekanan kerja yang tetap tinggi di malam hari. Stres yang dialami perawat pada shift malam secara signifikan berdampak pada kinerja mereka, yang ditandai dengan penurunan fokus, motivasi kerja, serta meningkatnya risiko kesalahan dalam tindakan keperawatan. Sebagaimana dijelaskan dalam penelitian oleh Runtuwene *et al.* (2023), terdapat korelasi negatif yang kuat antara tingkat stres dan kinerja perawat, di mana semakin tinggi stres yang dirasakan maka semakin rendah kinerja yang ditampilkan.

Selain itu, studi oleh Panghestu *et al.* (2024) menyebutkan bahwa shift malam memiliki skor kelelahan tertinggi dibandingkan shift pagi dan sore, yang mengindikasikan adanya penurunan kapasitas fisik perawat dalam menjalankan tugasnya. Kinerja perawat yang buruk selama shift malam berpotensi menurunkan kualitas layanan keperawatan, memengaruhi keselamatan pasien, dan meningkatkan risiko kejadian tidak diinginkan. Oleh karena itu, penting bagi manajemen rumah sakit untuk memberikan perhatian khusus pada sistem kerja shift malam dengan menyesuaikan beban kerja, memberikan waktu istirahat yang cukup, serta menyediakan dukungan psikologis agar perawat dapat tetap memberikan pelayanan yang optimal meskipun bekerja pada jam-jam rawan.

4. Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kinerja Perawat

Kinerja seseorang sangat dipengaruhi oleh tingkat stres kerja yang dialaminya. Ketika seorang karyawan mengalami stres yang tinggi, berbagai aspek psikologis dan fisik mereka dapat terganggu, seperti konsentrasi, motivasi, dan kemampuan untuk menyelesaikan tugas dengan baik. Stres yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan mental dan fisik, sehingga individu mungkin kesulitan untuk fokus dan membuat keputusan yang tepat. Hal ini berpotensi menurunkan produktivitas dan kualitas hasil kerja, yang pada gilirannya dapat memengaruhi kinerja tim dan organisasi secara keseluruhan. Dengan kata lain, manajemen stres yang efektif di tempat kerja sangat penting untuk memastikan karyawan dapat berfungsi secara optimal dan mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Dwi Novita Sari *et al.*, 2022).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil review jurnal, dapat diambil kesimpulan beberapa artikel menunjukkan bahwa Stres kerja pada perawat sering kali dipicu oleh beban kerja tinggi, tuntutan profesional, kurangnya kontrol atas situasi kerja, serta pengaturan shift yang tidak optimal. Shift malam umumnya dikaitkan dengan tingkat stres yang lebih tinggi karena jam kerja yang lebih panjang dan gangguan pola tidur, namun shift pagi juga dapat menimbulkan stres tergantung karakteristik beban kerja dan manajemen rumah sakit. Prevalensi stres kerja di kalangan perawat sangat tinggi, baik di Indonesia maupun di negara lain, dengan angka kejadian di Indonesia berkisar antara 48% hingga 76% pada beberapa kota besar. Stres kerja yang tidak terkelola dapat menurunkan kinerja perawat, memengaruhi konsentrasi, motivasi, serta kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien. Kinerja perawat yang buruk dapat berdampak negatif pada mutu layanan kesehatan dan keselamatan pasien. Pengaturan shift kerja, penyediaan waktu istirahat yang cukup, serta dukungan psikologis sangat penting untuk membantu perawat mengelola stres dan meningkatkan kinerja mereka. Manajemen stres dan shift kerja yang efektif menjadi kunci dalam menjaga kualitas layanan keperawatan dan kesejahteraan tenaga kesehatan secara keseluruhan.

Saran

Literature review ini diharapkan dapat dijadikan pedoman dalam melakukan penelitian selanjutnya dengan mengembangkan metode dan bahan yang sesuai dan sesuai berdasarkan jurnal peer-review.

1. Bagi Manajemen RSUD Kota Kendari agar Meninjau kembali sistem shift malam, termasuk durasi dan beban kerja per shift, agar lebih proporsional dan manusiawi.
2. Perawat diharapkan lebih aktif dalam mengenali dan mengelola stres kerja, seperti menerapkan teknik relaksasi, olahraga ringan, dan komunikasi yang sehat antar tim.
3. Bagi Bagian SDM Rumah Sakit diperlukan pemantauan rutin terhadap kondisi mental dan fisik perawat shift malam.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan berhasilnya terselesaikan penulisan artikel ini dalam melakukan tinjauan pustaka, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada para dosen mata kuliah Metodologi Penelitian di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Haluoleo, Kendari, Sulawesi Tenggara.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi Masti Amirah, Samsualam, & Tutik Agustini. (2022). Pengaruh Shift Kerja terhadap Stres Kerja Perawat Instalasi Rawat Inap Isolasi. *Window of Nursing Journal*, 03(01), 57–65. <https://doi.org/10.33096/won.v3i1.92>
- Ahsan, dkk. 2023. "Stres Kerja Shift Malam Dan Kinerja Perawat Pelaksana Di Ruang Rawat Inap RS Wawa Husada Kepanjen". (online), <http://www.jurnalppni.org/ojs/index.php/jppni/article/download/18/14>
- Anwar, N. R., Sabilu, Y., & Saptaputra, S. K. (2023). Hubungan Shift Kerja, Beban Kerja, Kelelahan Kerja Dan Dukungan Sosial Dengan Stres Kerja Pada Perawat Ruang Rawat Inap RSUD Kota Kendari. *Jurnal Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo*, 4(2), 125–131. <https://doi.org/10.37887/jk3-uho.v4i2.4315>
- Ali, A., & Erihadiana, E. (2021). Peningkatan Kinerja Teknologi Pendidikan dan Penerapannya pada Pembelajaran Pendidikan Agama Islam. *Jurnal Dirosah Islamiyah*, 3(3), 332–341. <https://doi.org/10.47467/jdi.v4i1.445>
- Asri, A., Hannan, M., & Nursam, S. W. (2023). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Perawat Rawat Inap Rumah Sakit Hajjah Andi Depu Polewali Mandar. *Journal Pegguruang: Conference Series*, 5(2), 888. <https://doi.org/10.35329/jp.v5i2.4516>

- Bachrun, E., & Villasari, A. (2021). Stres Kerja Berhubungan Dengan Kinerja Perawat Shift Malam Di Instalasi Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 9(1), 45–54.
- Dwi Novita Sari, A., Husnaiti, R., & Tristiarto, Y. (2022). Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Sosial Sains*, 2(5), 554–562. <https://doi.org/10.59188/jurnalsosains.v2i5.390>
- Eryuda, Fadiah. 2023. "Hubungan Shift Kerja Dan Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Instalasi Rawat Inap Rsud Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung. (online), (<http://digilib.unila.ac.id/25275/2/SKRIPSI.pdf>)
- Fatna, N., Syah Putra, M., & Sari, N. (2024). Hubungan Stres Kerja Perawat Shift Malam Terhadap Kinerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Avicenna Bireuen. *Journal of Global and Multidisciplinary*, 2(1), 958–967. <https://journal.institercom-edu.org/index.php/multipleINSTITERCMPUBLISHERhttps://journal.institercom-edu.org/index.php/multiple>
- Harlin, A. M., Fithria, & G, F. N. (2025). Hubungan Shift Kerja, Beban Kerja, dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr. H.L.M Baharuddin, M.Kes Raha Tahun 2024. *Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 6(2), 860–869.
- Hendrawati, A., Febriana, L., Azzahirah, M. N., Aulia, R., Nurjanah, Y. H., Ridwan, H., Saputra, Y. M., Indonesia, U. P., & Kerja, S. (2025). Perbandingan Tingkat Stres Kerja pada Perawat dengan Perbedaan Shift Kerja: Tinjauan Pustaka Sistematis. *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 13(1), 86–103. <https://doi.org/10.52236/ih.v13i1.689>
- Ilahi, N. K., Yenni, M., & Uroso. (2023). Hubungan Beban Kerja Dan Shift Kerja Dengan Gejala Stres Kerja Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 3(2), 141–152. <https://doi.org/10.1177/216507990004800702>
- Liaran, R. D., Yuniar, N., & Arisandi, R. (2024). Gambaran Tingkat Manajemen Stres Kerja Pada Overview Of The Level Of Work Stress Management In Nurses In. *Kesehatan Dan Keselamatan Kerja*, 5(1), 14–20.
- Muhammad Isyran Sabani, Remmang, H., & Mane, A. (2023). Pengaruh Stres dan Shift Kerja terhadap Kinerja Perawat pada Rumah Sakit Umum Daerah Masohi Kabupaten Maluku Tengah. *Journal of Economy Business Development*, 2(1), 119–124. <https://doi.org/10.56326/jebd.v2i1.2922>
- Nopa, Ika. 2022. "Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Perawat Ruang Rawat Inap Rsud Tanjung Pura Langkat Tahun 2016". (online), (<http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/65238/pdf?sequence=7&isAllowed=y>)
- Nurliasari, S. Y., Inayah, Z., Sutarjo, A., & Bowo, E. A. (2023). Hubungan Shift Kerja dengan stres Kerja pada Perawat Ruang Rawat Inap di RS Muhammadiyah Lamongan. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(3), 851–859.
- Panghestu, W. K. P., Sujangi, Jayadi, H., Yulianto, B., & Prasetyo, A. (2024). Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Perawat di RSUD Kota Madiun Tahun 2023. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 35–38. <https://doi.org/10.47575/jpkm.v5i1.571>
- Priharwanti, A., Irawan, T., Mafaza Zulfa, N., Ni'mah, M., Anisa Salma, T., Wida Khafidho, I., Isnaeni, N., Ciciani, I., & Labib, M. (2024). Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Tenaga Kesehatan Masyarakat di Puskesmas Kota Pekalongan. *Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan*, 11(1), 10–17. <https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol11.iss1.297>
- Setiyadi, A., Jamaludin, L. O., & Parulian, I. (2023). Sistem Kerja Shift Perawat Dengan Stres Kerja Di Ruang Rawat Inap 6B Rumah Sakit Pusat Otak Nasional. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 14(1), 34–39. <https://doi.org/10.54630/jk2.v14i1.268>

- Selvia, Sami'an. 2021. "Perbedaan Stres Kerja Ditinjau Dari Shift Kerja Pada Perawat Di RSUD Dr. Soetomo Surabaya". (online), (http://journal.unair.ac.id/filerPDF/110810270_nadia%20selvia.pdf)
- Sunaryo, R. M. B., & Ayu, M. S. (2025). Hubungan Stres Kerja dan Kepuasan Kerja dengan Kinerja Paramedis di Rumah Sakit Umum Bandung. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 24(1), 41–48.
- Susanto, W., Supriyadi, S., Sukamto, E., & Parellangi, A. (2023). Hubungan Shift Kerja Perawat dengan Stres Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSD dr. H. Soemarno Sosroatmodjo Kabupaten Bulungan. *Saintekes: Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan*, 2(3), 349–354. <https://doi.org/10.55681/saintekes.v2i3.128>
- Syakirah, U., Yasnani, & Rahman. (2024). Hubungan stres kerja dan disiplin kerja terhadap kinerja perawat di ruang rawat inap RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2023. *Jurnal Administrasi Dan Kebijakan Kesehatan (JAKK-UHO)*, 5(1), 55–61.
- Tanzila, Y. M., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). Hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat stres pada perawat dinas malam rumah sakit awal broso pekanbaru. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kesehatan (JIKK)*, 2(1), 49–58.