



Window of Public Health
JOURNAL

Journal homepage : <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph>



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph6503>

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN *WORK LIFE BALANCE* PADA PERAWAT WANITA YANG SUDAH MENIKAH DI RUANG RAWAT INAP RUMAH SAKIT KHUSUS DAERAH (RSKD) DADI SULAWESI SELATAN

^KCindy Rifkah Ananda¹, Nurbaeti², Ella Andayanie³

¹Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muslim Indonesia

^{2,3}Peminatan Administrasi Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (^K): cindyrifkahananda22@gmail.com

cindyrifkahananda22@gmail.com¹, nurbaeti63@gmail.com², ella_andayanie@yahoo.com³

ABSTRAK

Work-life balance adalah keseimbangan kerja dan kehidupan dimana seseorang terikat secara seimbang di antara tanggung jawab pekerjaan dan tanggung jawab dalam keluarga atau kehidupan pribadi. *Work-life balance* merupakan faktor penting bagi tiap perawat, agar perawat memiliki kualitas yang seimbang dalam berhubungan dengan keluarganya dan seimbang dalam pekerjaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan rancangan observasional analitik, pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling dimana seluruh anggota populasi menjadi sampel yaitu sebanyak 68 perawat. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Menurut hasil uji *chi-square*, ada hubungan beban kerja dengan *work life balance* yaitu ($p=0.000<0.05$), ada hubungan lama kerja dengan *work life balance* yaitu ($p=0.028<0.05$), ada hubungan dukungan keluarga dengan *work life balance* yaitu ($p=0.000<0.05$), dan tidak ada hubungan kesejahteraan dengan *work life balance* yaitu ($p=0.078>0.05$) pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan beban kerja, lama kerja, dan dukungan keluarga dengan *work life balance* dan tidak ada hubungan kesejahteraan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan.

Kata kunci : *Work life balance*; beban kerja; lama kerja; dukungan keluarga; kesejahteraan

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas
Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 20 Maret 2025

Received in revised form : 9 April 2025

Accepted : 20 September 2025

Available online : 30 Oktober 2025

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Work-life balance is a state of equilibrium between work and life, where a person is equally committed to both work responsibilities and family or personal life responsibilities. Work-life balance is an important factor for every nurse, ensuring that nurses maintain a balanced quality in their relationships with their families and achieve a balance in their work. This study aims to determine factors related to work-life balance in married female nurses in the inpatient ward of the Dadi Regional Special Hospital (RSKD) in South Sulawesi Province. This study used a quantitative research method with an observational analytical design and a cross-sectional study approach. The sampling technique used in this study employed a total sampling approach, where all members of the population were included, specifically 68 nurses. Data analysis employed both univariate and bivariate analyses, utilizing the chi-square test. This research instrument used a questionnaire. According to the results of the chi-square test, there is a relationship between workload and work life balance, namely ($p = 0.000 < 0.05$), there is a relationship between length of service and work life balance, namely ($p = 0.028 < 0.05$), there is a relationship between family support and work life balance, namely ($p = 0.000 < 0.05$), and there is no relationship between welfare and work life balance, namely ($p = 0.078 > 0.05$) in married female nurses in the inpatient room of Dadi Regional Special Hospital, South Sulawesi Province. This study concludes that there is a relationship between workload, length of service, and family support, and work-life balance, but no relationship between welfare and work-life balance, among married female nurses in the inpatient room of Dadi Regional Special Hospital (RSKD), South Sulawesi Province.

Keywords : Work-life balance; workload; length of working; family support; well-being

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), rumah sakit merupakan bagian integral dalam sebuah organisasi kesehatan dan sosial, dimana berfungsi sebagai penyedia pelayanan paripurna (komprehensif), mencegah penyakit (preventif) serta menyembuhkan penyakit (kuratif) kepada masyarakat. Adapun faktor untuk memberikan pelayanan kesehatan yakni sumber daya manusia.¹

Perawat merupakan suatu sumber daya manusia yang berperan besar untuk pelayanan rumah sakit.² Perawat berperan pada seluruh aktivitas di rumah sakit, ini disebabkan perawat sering bertemu pasien dibandingkan dokter maupun tenaga kesehatan yang lain.³

Perawat yaitu profesi tenaga kesehatan yang memiliki jumlah besar daripada tenaga kesehatan lain. Sesuai dengan data WHO tahun 2020, perawat di dunia terdapat 27,1 juta jiwa, di Zimbabwe sejumlah 1.317.614 orang melalui proporsi (56,8%), Brazil sejumlah 3.182.024 orang melalui proporsi (75,7%), dan India sejumlah 976.614 orang melalui proporsi (56,8%)⁴. Data dari *International Council of Nurses* (ICN) pada tahun 2023 tercatat 28 juta perawat yang terdaftar di seluruh dunia.⁵

Perempuan merupakan mayoritas profesi keperawatan. Hampir 70% dari tenaga kerja kesehatan global adalah perempuan, dan 89% adalah perawat.⁶ *World Health Organization* (WHO) menerbitkan sebuah laporan berjudul *State of the World's Nursing* pada tahun 2020, yang menunjukkan bahwa 90 persen tenaga kerja keperawatan dunia adalah perempuan.⁷

Keterlibatan seorang wanita pada dunia kerja mengakibatkan mereka mempunyai peran ganda. Dimana wanita yang telah memiliki keluarga mendapat tuntutan melakukan dua peran, yakni peran menjadi ibu dan istri dalam keluarga serta menjadi wanita *karier* saat ada di tempat kerja. Hal tersebut mengakibatkan perawat wanita yang telah menikah serta mempunyai anak berperan dan bertanggung jawab besar dibandingkan wanita yang masih *single*.⁸

Terdapat berbagai peran yang harus dilakukan, bisa mengakibatkan konflik internal ketika lebih dari

dua peran dialami pada satu waktu, serta adapun peran yang memberikan hambatan pada peran lain.⁹ Supaya kedua peran bisa dilakukan maksimal, maka wanita harus memberikan keseimbangan dari kehidupan keluarga dan pekerjaan, dimana biasa dinamakan sebagai *work life balance*.¹⁰

Work-life balance adalah keseimbangan kerja dan kehidupan yang mana individu harus seimbang dari tanggung jawab pada kehidupan pribadi atau keluarga dan pekerjaannya.¹¹ *Work life balance* penting agar perawat dapat memiliki kualitas hidup yang baik, di mana aspek kehidupan pribadi, hubungan dengan keluarga, serta tanggung jawab dalam pekerjaan berada dalam kondisi yang seimbang.¹²

Organisation For Economic Cooperation and Development menjelaskan, pada negara Korea terkhusus pada aspek *work life balance* masuk pada kategori rendah sebab jam kerja pegawai di negara begitu tinggi. Ini disebabkan terdapat 13% lebih pegawai bekerja melebihi 50 jam per minggu dan bisa mengakibatkan *work life balance* dalam kategori rendah.¹³ Perawat yang mempunyai *work life balance* yang sedang terdapat 30% artinya mereka merasa susah menjaga keseimbangan dari kehidupan pribadi dan keluarganya.¹⁴

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti yang membagi kuisioner pada 10 orang perawat wanita yang kerja di ruangan rawat inap jiwa RSKD Dadi, sebanyak 8 orang (80,0%) perawat menyatakan bahwa mereka lebih banyak bekerja daripada berkumpul dengan keluarga. Sebanyak 6 orang (60,0%) perawat merasa bingung membagi waktu untuk bekerja serta untuk keluarga. Adapaun, 6 orang (60,0%) perawat mengaku sering melewatkan waktu- waktu berharga dengan keluarga karena pekerjaan dan 7 orang (70,0%) perawat mengungkapkan bahwa mereka kehabisan tenaga saat di rumah karena lelah bekerja.

Hasil ini menerangkan yakni perawat wanita yang bekerja di ruangan rawat inap RSKD Dadi masih menghadapi kesulitan dalam menyeimbangkan di antara saat bekerja dengan waktu di luar pekerjaan. Kondisi ini perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan perawat sekaligus memastikan kualitas layanan yang optimal di tempat kerja.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *work life balance* pada perawat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti beban kerja, tuntutan pekerjaan, dan jam kerja yang panjang. Penelitian oleh Aprilyasari et al., (2024) menunjukkan bahwa terdapat keterkaitan beban kerja pada *work life balance* perawat di rumah sakit. Selain itu, penelitian oleh Roni et al., (2023) menunjukkan bahwa perawat yang bekerja lebih lama dalam seminggu cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami ketidakseimbangan kehidupan kerja, sementara perawat dengan jam kerja mingguan yang lebih moderat justru memiliki peluang lebih besar untuk mempertahankan keseimbangan kehidupan kerja yang sehat. Namun, penelitian-penelitian tersebut masih bersifat umum dan belum secara spesifik mengkaji faktor yang berhubungan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap rumah sakit jiwa. Padahal, perawat di rumah sakit jiwa menghadapi karakteristik pekerjaan yang lebih berat secara emosional dan psikologis dibandingkan dengan rumah sakit umum.

Berdasarkan data dan uraian sebelumnya, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian

mengenai “Faktor yang Berhubungan dengan *Work Life Balance* Pada Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan pada bulan Februari hingga Maret 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan sebanyak 68 perawat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dimana seluruh anggota populasi menjadi sampel yaitu sebanyak 68 perawat. Pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *chi-square*. Penyajian data dalam bentuk tabel disertai narasi atau penjelasan mengenai hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Umur	n	%
26-35 tahun	19	27.9
36-45 tahun	12	17.6
46-55 tahun	30	44.1
56-65 tahun	7	10.3
Total	68	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu kelompok umur yang paling banyak adalah 46-55 tahun yaitu sebanyak 30 orang (44.1%) sedangkan kelompok umur yang paling sedikit adalah 56-65 tahun yaitu 7 orang (10.3%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Masa Kerja Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Masa Kerja	n	%
6-15 tahun	28	41.2
16-25 tahun	16	23.5
26-35 tahun	24	35.3
Total	68	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu kelompok dengan masa kerja 6-15 tahun adalah kelompok yang paling banyak dengan jumlah 28 orang (41.2%) sedangkan kelompok dengan masa kerja 16-25 tahun adalah kelompok yang paling sedikit dengan jumlah 16 orang (23.5%).

Analisis Univariat

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Beban Kerja	n	%
Berat	44	64.7
Ringan	24	35.3
Total	68	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu perawat dengan kategori beban kerja berat sebanyak 44 orang (64.7%) sedangkan perawat dengan kategori beban kerja ringan sebanyak 24 orang (35.3%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Lama Kerja Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Lama Kerja	n	%
Tidak Memenuhi Syarat	35	51.5
Memenuhi Syarat	33	48.5
Total	68	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu perawat dengan kategori tidak memenuhi syarat sebanyak 35 orang (51.5%) sedangkan perawat dengan kategori memenuhi syarat sebanyak 33 orang (48.5%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Dukungan Keluarga Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Dukungan Keluarga	n	%
Rendah	38	55.9
Tinggi	30	44.1
Total	68	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu perawat dengan kategori dukungan keluarga rendah sebanyak 38 orang (55.9%) sedangkan perawat dengan kategori dukungan keluarga tinggi sebanyak 30 orang (44.1%).

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Kesejahteraan Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Kesejahteraan	n	%
Rendah	6	8.8
Tinggi	62	91.2
Total	68	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu perawat dengan kategori kesejahteraan rendah sebanyak 6 orang (8.8%) sedangkan perawat dengan

kategori kesejahteraan tinggi sebanyak 62 orang (91.2%).

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan *Work Life Balance* Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

<i>Work Life Balance</i>	n	%
Rendah	43	63.2
Tinggi	25	36.8
Total	68	100

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu perawat dengan kategori *work life balance* rendah sebanyak 43 orang (63.2%) sedangkan perawat dengan kategori *work life balance* tinggi sebanyak 25 orang (36.8%).

Analisis Bivariat

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Beban Kerja dengan *Work Life Balance* Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Beban Kerja	<i>Work Life Balance</i>				Total		ρ <i>Value</i>
	Rendah		Tinggi				
	n	%	n	%	N	%	
Berat	42	95.5	2	4.5	44	100	0.000
Ringan	1	4.2	23	95.8	24	100	
Total	43	63.2	25	36.8	68	100	

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu distribusi beban kerja berat dengan *work life balance* rendah sebanyak 42 orang (95.5%) dan distribusi beban kerja berat dengan *work life balance* tinggi sebanyak 2 orang (4.5%). Sedangkan distribusi beban kerja ringan dengan *work life balance* rendah sebanyak 1 orang (4.2%) dan distribusi beban kerja ringan dengan *work life balance* tinggi sebanyak 23 orang (95.8%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.000$ karena nilai $p\text{ value} < 0.05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan beban kerja dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2025.

Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Lama Kerja dengan *Work Life Balance* Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Lama Kerja	<i>Work Life Balance</i>				Total		ρ <i>Value</i>
	Rendah		Tinggi		N	%	
	n	%	n	%			
Tidak Memenuhi Syarat	27	77.1	8	22.9	35	100	0.028
Memenuhi Syarat	16	48.5	17	51.5	33	100	
Total	43	63.2	25	36.8	68	100	

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil

yaitu distribusi lama kerja dengan kriteria tidak memenuhi syarat dengan *work life balance* rendah sebanyak 27 orang (77.1%) dan distribusi lama kerja dengan kriteria tidak memenuhi syarat dengan *work life balance* tinggi sebanyak 8 orang (22.9%). Sedangkan distribusi lama kerja dengan kriteria memenuhi syarat dengan *work life balance* rendah sebanyak 16 orang (48.5%) dan distribusi lama kerja dengan kriteria memenuhi syarat dengan *work life balance* tinggi sebanyak 17 orang (51.5%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.028$ karena nilai $p\text{ value} < 0.05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan lama kerja dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2025.

Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Work Life Balance* Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Dukungan Keluarga	<i>Work Life Balance</i>				Total		ρ <i>Value</i>
	Rendah		Tinggi				
	n	%	n	%	N	%	
Rendah	38	100	0	0	38	100	0.000
Tinggi	5	16.7	25	83.3	30	100	
Total	43	63.2	25	36.8	68	100	

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu distribusi dukungan keluarga rendah dengan *work life balance* rendah sebanyak 38 orang (100%). Sedangkan distribusi dukungan keluarga tinggi dengan *work life balance* rendah sebanyak 5 orang (16.7%) dan distribusi dukungan keluarga tinggi dengan *work life balance* tinggi sebanyak 25 orang (83.3%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.000$ karena nilai $p\text{ value} < 0.05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti ada hubungan dukungan keluarga dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2025.

Tabel 11. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Kesejahteraan dengan *Work Life Balance* Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Kesejahteraan	<i>Work Life Balance</i>				Total		ρ <i>Value</i>
	Rendah		Tinggi				
	n	%	n	%	N	%	
Rendah	6	100	0	0	6	100	0.078
Tinggi	37	59.7	25	40.3	62	100	
Total	43	63.2	25	36.8	68	100	

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa dari 68 perawat wanita yang sudah menikah diperoleh hasil yaitu distribusi kesejahteraan rendah dengan *work life balance* rendah sebanyak 6 orang (100%). Sedangkan distribusi kesejahteraan tinggi dengan *work life balance* rendah sebanyak 37 orang (59.7%) dan

distribusi kesejahteraan tinggi dengan *work life balance* tinggi sebanyak 25 orang (40.3%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* diperoleh nilai $p\text{ value} = 0.078$ karena nilai $p\text{ value} > 0.05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima yang berarti tidak ada hubungan kesejahteraan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan Tahun 2025.

PEMBAHASAN

Hubungan Beban Kerja dengan *Work Life Balance* Pada Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Beban kerja adalah sekumpulan atau sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi atau pemegang jabatan dalam jangka waktu tertentu.¹⁵ Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan seseorang menghabiskan waktu yang lebih untuk menyelesaikan pekerjaan, sehingga waktu untuk menjalani kehidupan pribadinya menjadi berkurang.¹³ Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan beban kerja dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Puspitasari et al., (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang kuat dengan kategori kuat antara beban kerja dengan tingkat *work life balance* perawat IGD RSUD Dr. R Soeharsono TK III Banjarmasin. Nilai koefisien yang negatif menunjukkan arah hubungan yang berlawanan antara beban kerja dengan tingkat *work life balance* yaitu semakin tinggi beban kerja maka semakin rendah *work life balance* yang dimiliki perawat IGD RSUD Dr. R Soeharsono TK III Banjarmasin.

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat, sebagian besar mengungkapkan bahwa mereka menghadapi beban kerja yang berat akibat kurangnya jumlah perawat yang bertugas. Dalam satu ruangan, hanya terdapat dua orang perawat yang bertanggung jawab terhadap 60 pasien. Jumlah tersebut tidak sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan oleh Asosiasi Perawat Psikiatri Amerika (APNA) yaitu jumlah perawat dan pasien jiwa yang memerlukan perawatan tingkat menengah hingga berat adalah satu banding empat. Banyak perawat yang bekerja melebihi jam kerja yang telah ditentukan, bahkan harus menggantikan peran perawat lain yang tidak hadir. Kondisi ini tentunya mengganggu keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka, sehingga waktu untuk berkumpul bersama keluarga atau melakukan kegiatan pribadi menjadi terbatas. Selain itu, beberapa perawat juga mengungkapkan bahwa mereka merasa sangat kelelahan karena beban kerja yang berlebihan, yang akhirnya mempengaruhi kualitas hidup mereka di luar pekerjaan.

Hubungan Lama Kerja dengan *Work Life Balance* Pada Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Lama kerja merupakan waktu yang digunakan untuk melakukan suatu kegiatan atau bekerja dalam sehari. Ketentuan jam kerja telah diatur dalam dua sistem yaitu, 7 jam dalam satu hari atau 40 jam dalam

satu minggu untuk enam hari kerja dalam seminggu dan 8 jam dalam satu hari atau 40 jam kerja dalam satu minggu untuk lima hari kerja dalam seminggu¹⁶. Jam kerja yang panjang dan tidak seimbang dapat menjadi salah satu faktor yang mengganggu keseimbangan kehidupan kerja seseorang¹⁷. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan lama kerja dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan.

Peran ganda yang dimiliki seorang ibu, yaitu sebagai pekerja dan keluarga, membuat mereka tidak memiliki waktu yang cukup untuk menghabiskan waktu dengan anak-anaknya karena waktunya lebih banyak dihabiskan untuk pekerjaan. Meskipun pekerjaan di rumah, waktu kerja yang tidak memiliki batasan yang jelas menjadikan seorang ibu kesulitan membagi waktu antara keluarga dan pekerjaan.¹⁸

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa perawat, sebagian besar mengungkapkan bahwa mereka sering menghadapi tantangan dalam menjalani peran ganda. Sebagai perawat, mereka sering bekerja dalam shift panjang dan tidak teratur, yang membuat waktu mereka bersama keluarga menjadi terbatas. Tuntutan pekerjaan yang tinggi, terutama jam kerja yang melebihi batas normal, menyebabkan mereka kesulitan menjalankan peran sebagai ibu dan istri dengan optimal. Mereka mengaku merasa kelelahan fisik dan mental akibat jam kerja yang tidak memenuhi syarat, yang pada akhirnya mempengaruhi kualitas hubungan mereka dengan pasangan dan anak-anak.

Hubungan Dukungan Keluarga dengan *Work Life Balance* Pada Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Dukungan keluarga adalah suatu sikap, tindakan dan penerimaan keluarga terhadap anggota keluarganya, berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi maupun dukungan penghargaan¹⁹. Dukungan keluarga berperan sangat penting bagi para ibu yang bekerja full-time dalam meraih keseimbangan kehidupan-kerja.²⁰ Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan dukungan keluarga dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan.

Berdasarkan hasil wawancara dengan perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Beberapa perawat yang mendapat dukungan keluarga yang baik mengungkapkan bahwa mereka merasa lebih tenang dan mampu mengatur waktu dengan lebih baik antara pekerjaan dan keluarga. Mereka merasa didukung secara emosional oleh pasangan dan keluarga, sehingga bisa lebih fokus di tempat kerja dan tetap memberikan perhatian pada keluarga. Sebaliknya, beberapa perawat yang mengaku kurang mendapat dukungan keluarga merasa lebih tertekan dan kesulitan membagi waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Mereka sering merasa lelah dan stres karena kurangnya dukungan dalam menghadapi tantangan di tempat kerja maupun di rumah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zellawati & Fasha, (2021) yang menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *work life*

balance. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula *work-life balance* yang dimiliki individu sebaliknya semakin rendah dukungan sosial keluarga yang dimiliki individu tersebut, maka semakin rendah pula *work-life balance* yang dimiliki.

Hubungan Kesejahteraan dengan *Work Life Balance* Pada Perawat Wanita yang Sudah Menikah di Ruang Rawat Inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan

Kesejahteraan adalah balas jasa pelengkap baik itu material maupun non material yang diberikan kepada karyawan berdasarkan kebijaksanaan dengan tujuan untuk mempertahankan serta memperbaiki kondisi karyawan baik secara fisik maupun mental guna meningkatkan kinerja mereka.²¹ Berdasarkan hasil penelitian, tidak terdapat hubungan kesejahteraan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan.

Tidak adanya hubungan antara kesejahteraan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah, seperti yang ditemukan dalam penelitian ini, menunjukkan bahwa meskipun perawat tersebut memiliki kesejahteraan yang tinggi, faktor *work-life balance* tidak selalu berhubungan dengan kesejahteraan mereka. Hal ini bertentangan dengan teori-teori yang ada, yang menyatakan bahwa kesejahteraan dapat mempengaruhi *work life balance* seseorang.

Berdasarkan hasil wawancara, perawat mengungkapkan bahwa mereka sering kali menghadapi beban kerja yang tinggi dengan jam kerja yang panjang dan tuntutan pekerjaan yang berat. Meskipun mereka menerima kesejahteraan material yang baik, seperti gaji dan tunjangan, beban kerja yang berat membuat mereka kesulitan untuk mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi. Perawat wanita yang sudah menikah memikul peran ganda sebagai istri, ibu, dan pekerja, yang menambah tekanan dalam kehidupan mereka. Tanggung jawab keluarga yang harus mereka jalani membuat mereka kesulitan untuk membagi waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, meskipun mereka merasa sejahtera secara finansial. Selain itu, perawat juga mengungkapkan bahwa kesejahteraan yang diukur dalam penelitian ini lebih fokus pada kesejahteraan material, seperti gaji, asuransi kesehatan, dana pensiun, tunjangan hari raya, dan fasilitas. Namun, keseimbangan kehidupan kerja (*work-life balance*) melibatkan aspek emosional dan psikologis yang lebih kompleks. Oleh karena itu, meskipun perawat merasa sejahtera dalam hal materi, mereka tetap merasa kehidupan mereka tidak seimbang karena tekanan dari pekerjaan dan tanggung jawab keluarga yang harus mereka hadapi.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Kurnia & Widigdo, (2021) yang menunjukkan bahwa keseimbangan kehidupan kerja berpengaruh positif signifikan terhadap kesejahteraan karyawan. Hasil ini menjelaskan bahwa karyawan yang mampu menyeimbangkan kehidupan kerja dan pribadinya secara signifikan dapat merasa ceria dan bersemangat, tenang dan rileks, aktif dan bersemangat, segar dan kehidupan sehari-harinya dipenuhi dengan hal-hal menarik yang meningkatkan kesejahteraannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan, dapat ditarik kesimpulan, yaitu ada hubungan beban kerja, lama kerja, dan dukungan keluarga dengan *work life balance* dan tidak ada hubungan kesejahteraan dengan *work life balance* pada perawat wanita yang sudah menikah di ruang rawat inap Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Provinsi Sulawesi Selatan. Diharapkan bagi RSKD Dadi Provinsi Sulawesi Selatan dapat mengevaluasi penataan sumber daya manusia, terutama di bidang keperawatan, untuk mengatasi ketidakseimbangan antara jumlah perawat dan pasien. Selain itu, penting untuk mengadakan program konseling dan penyuluhan guna membantu perawat mengatasi masalah pekerjaan dan pribadi yang mempengaruhi kinerja mereka. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengkaji faktor-faktor lain yang berhubungan dengan *work-life balance* pada perawat untuk memperluas penelitian ini dan memberikan kontribusi yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Puspitasari N, Aini N, Nugraha AFD. Analysis of the Relationship Between Workload and Work-Life Balance in Er Nurses At Dr . R Soeharsono Tk III Hospital Banjarmasin. *Journal of Health*. 2024;3(1):21–5.
2. Paturohman A. Kepuasan Kerja Perawat Berhubungan dengan Perilaku Bekerja Secara Ekstra di Ruang Rawat. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*. 2024;10(1):112–22.
3. Munawarah S, Yuliati, Mutthalib NU. Kualitas Tidur dan Asupan Enenrgi Terhadap Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Khusus Daerah (RSKD) Dadi Sulawesi Selatan. *Window of Public Health Journal*. 2024;5(5):613–20.
4. Cesilia R, Kokasih. Pengaruh Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Perawat. *Jurnal Sosial dan Teknologi (SOSTECH)*. 2024;4(10):909–22.
5. Noor M, Hamid AYS, Syafwani M. Hubungan Lingkungan Kerja Dengan Kepuasan Kerja Perawat di Rumah Sakit X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*. 2024;12(2):35–41.
6. Baduge MSDSP, Garth B, Boyd L, Ward K, Joseph K, Proimos J, et al. Barriers to Advancing Women Nurses in Healthcare Leadership: A Systematic Review and Meta-Synthesis. *eClinicalMedicine*. 2024;67:1–13.
7. WHO. WHO and Partners Call for Urgent Investment in Nurses [Internet]. 2020. Available from: <https://www.who.int/news/item/07-04-2020-who-and-partners-call-for-urgent-investment-in-nurses>
8. Makmuriana L, Ramadhaniyati, Bhakti WK, Rachmaningrum R. Pengaruh Konflik Peran Ganda (Family Work Conflict) Terhadap Stres Kerja Perawat Wanita Di RSUD Dr. Soedarso Pontianak. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*. 2021;9(2):1–13.
9. Nugraha S, Sugiarti R, Suhariadi F. Gambaran Work-Life Balance Pada Profesi Perawat Selama Masa Pandemi Covid-19 Rumah Sakit Di Jabodetabek. *KOLONI: Jurnal Multidisiplin Ilmu*. 2022;1(2):1–13.
10. Pongramma D, Soetjningsih CH. Psychological Well-Being dan Work-Life Balance Pada Wanita

- Yang Menikah Dan Bekerja. Jurnal Sublimapsi. 2023;4(3):476–87.
11. Puspitasari N, Arini SY, Ayuni MQ. Beban Kerja dan Dukungan Sosial dalam Hubungannya dengan Work-Life Balance Karyawan Occupational Health and Safety PT. Bumi Suksesindo Copper and Gold Banyuwangi. Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes. 2023;14(2):316–20.
 12. Fadhillah VA, Halida AN. Kajian Literatur: Dampak Work Life Balance terhadap Kinerja Perawat. Jurnal Pendidikan Tambusai. 2024;8:27054–63.
 13. Aprilyasari W, Sholikha F, Ardiansyah I, Abdillah Islami M, Suratmi S, Hikmatul Qowi N. Hubungan Beban Kerja dengan Work Life Balance pada Perawat di Rumah Sakit. Protein: Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 2024;2(4):102–8.
 14. Murdaningrum R. Hubungan Beban Kerja dengan Work Life Balance pada Wanita Karir Single Parent. Prosiding Seminar Nasional UNIMUS. 2021;4:1054–62.
 15. Khatima AH, Nurlinda A, Yuliati, Hardi I, Habo H. Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian Covid-19 Pada Tenaga Kesehatan di RSUD Sayang Rakyat Makassar. Window of Public Health Journal. 2022;3(2):293–9.
 16. Julianti AA, Hardi I, Andyanie E. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Bengkel Toyota di PT. Hadji Kalla Cabang Urip Sumohardjo. Window of Public Health Journal. 2022;3(2):380–8.
 17. Pawlicka A, Pawlicki M, Tomaszewska R, Choraś M, Gerlach R. Innovative machine learning approach and evaluation campaign for predicting the subjective feeling of work-life balance among employees. PLoS ONE. 2020;15(5):1–18.
 18. Gisela FP, Sumaryono. Work-Life Balance Karyawan Perusahaan Swasta Ditinjau dari Perceived Long Working Hours dan Psychological Safety Saat Bekerja dari Rumah. Jurnal Psikologi. 2024;17(2):252–64.
 19. Agustina A, Sartika, Abbas HH. Monitoring Status Kesehatan Ibu Hamil Di Puskesmas Makkasau Kota Makassar. Window of Public Health Journal. 2023;4(5):786–95.
 20. Mustikaningrum D, Perdhana M. Analisis Pengaruh Persepsi Dukungan Keluarga, Dukungan Tempat Kerja Dan Kebijakan Keseimbangan Kehidupan-Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Keseimbangan. Journal of Management. 2022;11(6):1–12.
 21. Pratama ER, Nasrun AL. Pengaruh Work Life Balance dan Beban Kerja Serta Kesejahteraan Pegawai Terhadap Kinerja dengan Mediasi Kepuasan Kerja Pada Teller PT BPD Kaltim Kaltara Cabang Samarinda. Jurnal Oikonomis Borneo. 2023;05(1):205–24.