SKRIPSI

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN *WORK-LIFE BALANCE* PERAWAT WANITA DI IRNA WIJAYA KUSUMA RSUD dr. SOEDONO PROVINSI JAWA TIMUR

OLEH
ARISTAWATI CAHAYANINGRUM
NIM : 202202105

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN *WORK-LIFE BALANCE* PERAWAT WANITA DI IRNA WIJAYA KUSUMA RSUD dr. SOEDONO PROVINSI JAWA TIMUR

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

OLEH
ARISTAWATI CAHAYANINGRUM
NIM : 202202105

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Aristawati Cahayaningrum
NIM	: 202202105
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: Hubungan Beban Kerja Dan *Work-life balance* Perawat Wanita Di IRNA Wijaya Kusuma RSUD Dr. Soedono Provinsi Jawa Timur

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar (Sarjana) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum atau tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 29 juli 2025



Aristawati Cahayaningrum
NIM. 202202105

iii

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini oleh :
Nama : Aristawati Cahayaningrum
NIM : 202202105
Program Studi : Keperawatan
Judul : HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN *WORK-LIFE BALANCE* PERAWAT WANITA DI IRNA WIJAYA KUSUMA RSUD dr. SOEDONO PROVINSI JAWA TIMUR

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 13 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
Puji Tri Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kep	Bayu Purnama Atmaja., S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 7852751652230142	NUPTK. 2950767668130270

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

Mega Arianti Putri., S.Kep., Ns., M.Kep
NUPTK. 9933767668237030

iv

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :
Nama : ARISTAWATI CAHAYANINGRUM
NIM : 202202105
Program Studi : Keperawatan
Judul : *HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN WORK-LIFE BALANCE* PERAWAT WANITA DI IRNA WIJAYA KUSUMA RSUD dr. SOEDONO PROVINSI JAWA TIMUR

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal : 13 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua : Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep : .....
NUPTK. 9933767668237032

Penguji I : Puji Tri Hastuti, S.Kep., Ns., M.Kes : .....
NUPTK. 7852751652230142

Penguji II : Bayu Purnama Atmaja, S.Kep., Ns., M.Kep : .....
NUPTK. 2950767668130272

Mengesahkan
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widiarini, S.K.M., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

v

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama		: Aristawati Cahayaningrum
Tempat dan tanggal lahir		: Magetan, 1 Mei 2004
Jenis Kelamin		: Perempuan
Agama		: Islam
Alamat		: Ds. Prampelan, Kec. Karangrejo, Kab. Magetan
Email		: aristawaticahya@gmail.com
Riwayat Pendidikan		:
1)	2009 - 2010	: TK Dharma Wanita Prampelan
2)	2010 - 2016	: SDN Bayem Wetan
3)	2016 - 2019	: SMP Negeri 1 Karangrejo
4)	2019 - 2022	: SMK Negeri 1 Barat
5)	2022 - Sekarang	: STIKES BHM Madiun

MOTTO

"maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."
(Q.S Al-Insyirah: 5)

"Setiap tetesan keringat orang tuaku adalah ribuan langkahku untuk terus maju"

"Orang lain ga akan paham *struggle* dan masa sulit nya kita yang mereka ingin tahu hanya bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun gak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini"

"*Life can be heavy, especially if you try to carry it tall at once. Part of growing up and moving into new chapters of your life is about catch and release. What I mean by that is, knowing what things to keep, and what things to release. you can't carry all things. Decide what is yours to hold and let the rest go*."
(Taylor Swift)

"Semua jatuh bangunmu hal yang biasa, angan dan pertanyaan waktu yang menjawabnya, berikan tenggat waktu bersedihlah secukupnya, rayakan perasaanmu sebagai manusia."
(Air Mata – Hindia)

ABSTRAK

HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN *WORK-LIFE BALANCE* PERAWAT WANITA DI IRNA WIJAYA KUSUMA RSUD dr. SOEDONO PROVINSI JAWA TIMUR

Aristawati Cahayaningrum

Perawat wanita memiliki peran ganda yang menuntut kemampuan untuk menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan dan kehidupan pribadi. Beban kerja yang tinggi, tuntutan pelayanan yang berkelanjutan, serta sistem kerja shift berpotensi memengaruhi *work-life balance* dan berdampak pada kesejahteraan perawat serta kualitas pelayanan keperawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan *work-life balance* pada perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono. Sampel penelitian berjumlah 41 responden yang dipilih menggunakan teknik *simple random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner beban kerja dan *work-life balance*, kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat wanita memiliki tingkat beban kerja dan *work-life balance* pada kategori sedang. Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dan *work-life balance* pada perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma.

Beban kerja berperan dalam memengaruhi kemampuan perawat dalam menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi. Perawat dengan beban kerja yang tinggi tidak selalu mengalami *work-life balance* yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja berkaitan dengan *work-life balance*, meskipun bukan satu-satunya faktor penentu, oleh karena itu, pengelolaan beban kerja yang tepat dan terencana diperlukan untuk mendukung kesejahteraan perawat serta meningkatkan mutu pelaynan keperawatan.

Kata kunci: beban kerja, *work-life balance*, perawat wanita

ABSTRAK
RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD AND *WORK-LIFE BALANCE* AMONG FEMALE NURSES AT IRNA WIJAYA KUSUMA, RSUD dr. SOEDONO, EAST JAVA PROVINCE.

Aristawati Cahayaningrum

Female nurses have dual roles that require them to balance professional responsibilities and personal life. High workload, continuous service demands, and shift work systems may affect *work-life balance* and have an impact on nurses' well-being as well as the quality of nursing care. This study aimed to determine the relationship between workload and *work-life balance* among female nurses at IRNA Wijaya Kusuma, RSUD dr. Soedono, East Java Province.

This study employed a quantitative approach with a correlational cross-sectional design. The study population consisted of all female nurses at IRNA Wijaya Kusuma, RSUD dr. Soedono. A total of 41 respondents were selected using a simple random sampling technique. Data were collected using workload and *work-life balance* questionnaires and analyzed using the Spearman correlation test.

The results showed that most female nurses had moderate levels of workload and *work-life balance*. Statistical analysis indicated a relationship between workload and *work-life balance* among female nurses at IRNA Wijaya Kusuma.

Workload plays a role in influencing nurses' ability to balance work demands and personal life. However, nurses with high workload do not always experience low *work-life balance*. This finding indicates that workload is associated with *work-life balance*, although it is not the only determining factor. Therefore, appropriate and well-planned workload management is necessary to support nurses' well-being and improve the quality of nursing care.

Keywords: workload, *work-life balance*, female nurses

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT.Karena atas Rahmat dan karunia-nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul "Hubungan beban kerja dan *Work-life balance* perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur" sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan di STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.

Penyusunan Skripsi ini tidak terlepas dari dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak dr. Ananda Haris, Sp.BS M.A.R.S selaku direktur RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.
2. Ibu Puji Tri Hastuti, S.kep., Ns., M.Kep selaku kepala ruang IRNA Wijaya Kusuma yang telah mau memberikan kesempatan saya untuk melakukan penelitian.
3. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.K.M., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun, yang telah memberikan kesempatan menyusun proposal skripsi ini.
4. Ibu Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan kesempatan menyusul skripsi ini.
5. Ibu Puji Tri Hastuti,S. Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini dengan sabar dan teliti.
6. Bapak Bayu Purnama Atmaja, S.Kep., Ns., M.Kep selaku dosen pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk

memberikan bimbingan dalam penyelesaian skripsi ini dengan sabar dan teliti.

Wassalamualaikum wr.wbP

Madiun, 09 Februari 2026

Aristawati Cahayaningrum
NIM. 202202105

xi

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan untuk :

Alhamdulillah atas segala puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT,, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya. Atas izin-Nya telah memperkenankan penulis sehingga penulis masih diberikan kesempatan untuk mempersembahkan skripsi ini kepada:

1. Kepada cinta pertamaku ayah Suyudi Suko Suharjo yang sudah mau mendidik dan membesarkan ku sampai saat ini serta mendidik penulis hingga sekuat dan setegar ini. Saya sangat berterimakasih karena sudah mau bekerja keras, berjuang untuk penulis, dan memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyeselaikan program studi sampai saat ini. Sehat selalu dan Panjang umur karena ayah harus selalu ada disetiap perjuangan dan pencapaian penulis.
2. Kepada ibu ku pintu surgaku Almh Sri Purwantini, beliau sangat berperan penting dalam mendidik serta membesarkan penulis dan membentuk mental saya menjadi setegar ini, Saya sangat yakin beliau pasti mendoakan saya di setiap langkah saya serta memberikan dukungan dan semangat meskipun beliau sudah tidak ada lagi di sisi saya, semoga beliau bangga dengan perjuangan anaknya menyelesaikan skripsi ini Terimakasih.
3. Kepada ibu sambungku ibu krisnawati yang sudah memberikan doa, perhatian dan dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
4. Kepada teman saya Shinta, Linda, Ika, Vero, Sekar dan Hafidz yang telah memberikan semangat, doa, selalu mendengarkan keluh kesah selama mengerjakan skripsi, serta telah selalu tanpa henti mengingatkan untuk

segera menyelesaikan skripsi ini. Yang berjuang bersama dan saling menguatkan selama awal perkuliahan sampai dalam penyusunan proposal skripsi ini, terima kasih banyak sudah mau jadi temanku.

5. Kepada musisi – musisi hebat berkat lagu-lagu indahnya Lana Del Rey, Taylor Swift, Hindia, Nadhif, Niki, Feast, Nadin Amizah, Banda Neira, Sal Priadi dan Raim load terimakasih sudah hadir di bumi dan menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi ini
6. Terakhir untuk diri saya sendiri Aristawati Cahayaningrum, terima kasih atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga mampu bertahan dan terus melangkah sejauh ini. Terima kasih pada jiwa dan raga yang masih tetap ikhlas menjalani semuanya hingga sekarang. Terima kasih telah percaya pada keraguan dan kelelahan dalam setiap proses ini, meskipun jalannya terasa begitu berat. Saya bangga pada diri saya sendiri! Kedepannya untuk raga yang tetap kuat, hati yang selalu tegar, mari bekerjasama untuk lebih berkembang lagi menjadi pribadi yang lebih baik dari hari ke hari. Kali ini aku mendoakan diriku sendiri semoga apapun yang terjadi aku diberi banyak kebahagian serta jauh dari rasa sakit lagi.

Wassalamualaikum wr.wb

Madiun, 09 Februari 2026

Aristawati Cahayaningrum
NIM. 202202105

5.

DAFTAR ISI

SKRIPSI ..... **i**
SKRIPSI ..... **ii**
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PERSETUJUAN ..... Error! Bookmark not defined.
LEMBAR PENGESAHAN ..... Error! Bookmark not defined.
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **vi**
MOTTO ..... **vii**
ABSTRAK ..... **viii**
ABSTRAK ..... **ix**
PERSEMBAHAN ..... **xii**
DAFTAR ISI ..... **xiii**
DAFTAR TABEL ..... **xvi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xvii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xviii**
DAFTAR ISTILAH ..... **xix**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xx**
BAB I ..... Error! Bookmark not defined.
PENDAHULUAN ..... Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB II ..... Error! Bookmark not defined.
TINJAUAN PUSTAKA ..... Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Perawat ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Konsep Work Life Balance ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.3 Konsep Beban Kerja ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB III ..... Error! Bookmark not defined.
KERANGKA KONSEP ..... Error! Bookmark not defined.
3.1 KERANGKA KONSEPTUAL ..... **Error! Bookmark not defined.**
3.2 HIPOTESIS PENELITIAN ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB IV ..... Error! Bookmark not defined.
METODE PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.
4.1 Desain Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi Dan Sampel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.3 Kerangka Kerja ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.4 Identifikasi Variabel ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.5 Definisi Operasional ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.6 Instrumen Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Waktu Dan Tempat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.8 Prosedur Pengumpulan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.9 Pengolahan Data ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.10 Uji Validitas dan Reabilitas ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.11 Etika penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**

BAB V.....Error! Bookmark not defined.
HASIL DAN PEMBAHASAN .....Error! Bookmark not defined.
5.1 Hasil.....**Error! Bookmark not defined.**
5.2 Pembahasan.....**Error! Bookmark not defined.**
5.3 Keterbatasan penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
BAB 6.....Error! Bookmark not defined.
KESIMPULAN DAN SARAN .....Error! Bookmark not defined.
6.1 Simpulan.....**Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran.....**Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA.....Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional ……..…… 44
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan ruangan di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur .....**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.2 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan terakhir di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.....**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.3 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia respon di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur .....**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan lama waktu kerja perawat wanita di IRNA Wijaya kusuma RSUD dr. Soedono provinsi Jawa Timur.....**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.5 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan status perkawinan perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.....**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.6 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan status kepegawainan perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur.....**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.7 Distribusi frekuensi beban kerja pada perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.8 Distribusi frekuensi *Work-life balance* perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur**Error! Bookmark not defined.**
Tabel 5.9 Tabulasi silang antara beban kerja dan *Work-life balance* perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur .....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1.1 Kerangka Konseptual penelitian hubungan beban kerja dan *Work-life balance* perawat wanita di IRNA Wijaya Kusuma RSUD dr. Soedono .....**Error! Bookmark not defined.**
Gambar 4.3.1 Kerangka Kerja hubungan beban kerja dan *Work-life balance* perawat wanita di IRNA wijaya kusuma RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa Timur .....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

lampiran 1 Surat ijin pengambilan data awal dari kampus**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 2 Balasan surat ijin pengambilan data dari RSUD dr. Soedono Jawa Timur .....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 4 Lembar persetujuan menjadi responden**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 5 Lembar kuesioner.....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 6 Surat layak etik .....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 7 Surat pengantar penelitian dari kampus**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 8 Surat layak etik dari RSUD dr. Soedono Provinsi Jawa timur .... **Error! Bookmark not defined.**
lampiran 9 Dokumentasi penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 10 Kartu bimbingan skripsi keperawatan**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 11 Skor nilai beban kerja dan *work-life balance* perawat..... **Error! Bookmark not defined.**
lampiran 12 Hasil karakteristik responden.....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 13 Hasil crosstabulasi beban kerja.....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 14 Hasil crosstabulasi *work-life balance* **Error! Bookmark not defined.**
lampiran 15 hasil korelasi spearman rank.....**Error! Bookmark not defined.**
lampiran 16 Jadwal kegiatan penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR ISTILAH

Work family confilk	: Konflik dalam keluarga
Work-life balance	: Keseimbangan antara kehidupan dan kerja
Single parent	: Orang tua tunggal
Nurse	: Perawat
Performance	: Standar kinerja
Care Giver	: Pemberian perawatan
Editing	: Pengeditan data
Coding	: Pemberian kode
Skoring	: Pemberian skor
Informed consent	: Surat Persetujuan Penelitian
Anonymity	: Tanpa nama
Confidentiality	: Kerahasiaan

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: *World Health Organization*
ANOAH	: *American national association for occupational health*
Depkes RI	: Departemen Kesehatan Republik Indonesia
DDST	: *Denver Develomental Screening Test*
PPNI	: Persatuan perawat nasional Indonesia
IRNA	: Instalasi rawat inap
PNS	: Pegawai negeri sipil
PPPK	: Pegawai Pemerintah dengan Perjanjian Kerja
RSUD	: Rumah sakit umum daerah
ASEAN	: *Association of Southeast Asian Nations*
PERMENDAGRI	: Peraturan Menteri Dalam Negeri
STIKES	: Sekolah tinggi ilmu kesehatan