E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 7879-7899
Volume 3 Nomor 4 Tahun 2026

PREDIKTOR TERHADAP KESEHATAN MENTAL PERAWAT RUMAH SAKIT UMUM MITRA MEDIKA AMPLAS

Tengku Debie Nabila[1], Audia Junita[2], Ilham Mubaraq Ritonga[3]
[1,2,3] Universitas Harapan Medan
e-mail: nabilatengkudebie@gmail.com, audi.junita@gmail.com, anakmedan360@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effect of Subjective Well-being, Psychological Well-being, Interpersonal Communication, Overtime, Overload, and Workplace Well-being on the mental health of nurses at Mitra Medika Amplas General Hospital. A literature review shows that the mental health of nurses is greatly determined by various factors. This study uses a quantitative approach by distributing questionnaires to 115 nurses. Data analysis was performed through factor analysis and multiple linear regression analysis using SPSS. The results show that Interpersonal Communication is the most dominant factor. Meanwhile, Overtime has the weakest influence on the mental health of nurses.

Keywords: Mental Health, Nurses, Subjective Well-being, Psychological Well-being, Interpersonal Communication, Overtime, Overload, Workplace Well-being.

LATAR BELAKANG

Rumah sakit merupakan institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna, meliputi pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat sebagaimana diatur dalam Undang-Undang Nomor 44 Tahun 2009. Dalam penyelenggaraannya, rumah sakit dituntut untuk memberikan pelayanan yang berkualitas, baik dari aspek medis maupun nonmedis, seiring dengan meningkatnya

kebutuhan masyarakat dan perkembangan teknologi. Salah satu sumber daya manusia yang memiliki peran penting dalam mendukung kualitas pelayanan rumah sakit adalah perawat. Perawat berinteraksi secara langsung dan lebih sering dengan pasien dibandingkan tenaga medis lainnya sehingga memiliki tanggung jawab besar dalam memberikan pelayanan, perawatan, serta mendukung proses penyembuhan pasien. Oleh karena itu, kondisi kesehatan mental perawat menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan karena dapat memengaruhi kualitas pelayanan dan kinerja rumah sakit.

Pelaksanaan pelayanan kesehatan di rumah sakit berlangsung selama 24 jam sehingga perawat harus bekerja berdasarkan sistem pembagian waktu atau shift, yang umumnya terdiri atas tiga jadwal kerja. Kondisi tersebut menuntut perawat untuk mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan pekerjaan, durasi kerja, serta beban pelayanan yang berbeda pada setiap shift. Selain itu, perawat memiliki latar belakang yang beragam, seperti usia, jenis kelamin, pendidikan, pengalaman, dan pengetahuan, yang dapat memengaruhi kemampuan dalam menyelesaikan pekerjaan. Kesehatan mental menjadi salah satu faktor yang menentukan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan, mengelola emosi, berinteraksi dengan orang lain, serta mengambil keputusan. Susanti dan Hurriyati (2024) menjelaskan bahwa kesehatan mental merupakan kondisi ketika individu mampu menerima kekurangan dirinya, menghadapi permasalahan kehidupan, menjalin hubungan sosial, serta memperoleh kepuasan dan kebahagiaan dalam hidup. Dengan demikian, kesehatan mental perawat perlu mendapatkan perhatian melalui pengelolaan sumber daya manusia yang tepat.

Kesehatan mental dalam lingkungan kerja dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan kondisi psikologis dan kemampuan individu, yang meliputi subjective well-being, psychological well-being, dan komunikasi interpersonal. Sementara itu, faktor eksternal berkaitan dengan tuntutan dan kondisi lingkungan pekerjaan, yang meliputi overtime, overload, dan workplace well-being. Salah satu faktor internal yang berpotensi memengaruhi kesehatan mental adalah subjective well-being, yaitu penilaian individu terhadap kepuasan hidup berdasarkan pengalaman afektif positif dan negatif. Anggraini dan Prasetyo (2015) menjelaskan bahwa subjective

well-being dibutuhkan perawat agar mampu menjalankan tugas dan tanggung jawabnya secara optimal. Sejalan dengan itu, Saad et al. (2024) menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan mental dan fisik, mengurangi tekanan psikologis, serta menurunkan risiko munculnya gejala depresi. Kondisi individu yang memiliki kepuasan dan kebahagiaan dalam kehidupannya diharapkan mampu mendukung kestabilan emosi ketika menghadapi tuntutan pekerjaan.

Selain subjective well-being, psychological well-being juga menjadi faktor yang berkaitan dengan kesehatan mental perawat. Susanti dan Hurriyati (2024) menjelaskan bahwa psychological well-being menggambarkan kondisi individu yang mampu menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, mengembangkan potensi, memiliki tujuan hidup, serta mengambil keputusan secara tepat. Kesejahteraan psikologis yang baik dapat membantu perawat menghadapi tekanan pekerjaan dan mempertahankan perilaku positif dalam menjalankan tanggung jawabnya. Sebaliknya, kondisi psikologis yang kurang baik dapat meningkatkan kerentanan terhadap gangguan mental. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Hardi et al. (2023) yang menemukan bahwa perawat yang berada di garis depan pelayanan kesehatan selama pandemi COVID-19 mengalami berbagai permasalahan psikologis, seperti kecemasan, insomnia, penurunan berat badan, dan gejala post-traumatic stress disorder (PTSD). Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis dan tekanan pekerjaan perlu menjadi perhatian dalam menjaga kesehatan mental tenaga keperawatan.

Faktor internal berikutnya adalah komunikasi interpersonal, yaitu kemampuan individu dalam menyampaikan dan menerima informasi serta membangun hubungan yang positif dengan orang lain. Oktafianti (2020) menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal berkaitan dengan kemampuan individu dalam memenuhi kebutuhan komunikasi secara positif, menghargai perbedaan karakter, dan membangun interaksi yang baik. Madani et al. (2023) juga menjelaskan bahwa komunikasi interpersonal merupakan proses interaksi langsung antara dua orang atau lebih melalui komunikasi verbal maupun nonverbal. Dalam lingkungan rumah sakit, komunikasi yang efektif diperlukan untuk mendukung koordinasi antara sesama perawat, pimpinan, pasien, dan keluarga pasien. Kurangnya komunikasi

yang baik dapat menimbulkan kesalahpahaman, konflik, serta tekanan emosional yang berpotensi mengganggu kesehatan mental perawat. Oleh sebab itu, kemampuan komunikasi interpersonal menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam menciptakan lingkungan kerja yang harmonis.

Dari sisi eksternal, overtime dan overload merupakan dua faktor yang dapat meningkatkan tekanan pekerjaan perawat. Overtime atau kerja lembur merupakan kondisi ketika karyawan bekerja melebihi waktu kerja yang telah ditetapkan dan berpotensi menimbulkan kelelahan fisik maupun psikologis. Zurin dan Dirdjo (2020) menjelaskan bahwa pekerjaan lembur dapat memberikan dampak negatif terhadap kondisi fisik dan psikologis pekerja. Sementara itu, Wong et al. (2019) mengungkapkan bahwa durasi kerja lebih dari 50 jam per minggu berkaitan dengan peningkatan risiko berbagai penyakit kardiovaskular pada pekerja di sejumlah negara. Selain itu, overload atau beban kerja berlebihan terjadi ketika tuntutan pekerjaan melampaui kemampuan dan sumber daya yang dimiliki individu. Pamungkas dan Sridadi (2020) menjelaskan bahwa kelebihan beban kerja dapat menyebabkan tuntutan energi yang berlebihan sehingga individu mengalami kesulitan dalam melakukan pemulihan. Hernata et al. (2020) juga menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan yang berlebihan dapat menjadi salah satu penyebab stres pada perawat. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa durasi kerja dan beban kerja perlu dikelola agar tidak menimbulkan tekanan berkepanjangan.

Faktor eksternal lainnya adalah workplace well-being, yaitu kesejahteraan yang dirasakan karyawan berdasarkan pengalaman dan penilaian terhadap lingkungan serta pekerjaannya. Rafifah et al. (2022) menjelaskan bahwa workplace well-being berkaitan dengan kesejahteraan karyawan yang mencakup perasaan secara umum serta nilai intrinsik dan ekstrinsik dalam pekerjaan. Lingkungan kerja yang memberikan rasa aman, dukungan sosial, penghargaan, dan fasilitas yang memadai dapat membantu perawat menjalankan tugas secara optimal. Sebaliknya, perlakuan tidak menyenangkan di lingkungan kerja, seperti pengabaian, pengucilan, dan tindakan merendahkan rekan kerja, dapat menimbulkan tekanan emosional. Astari et al. (2024) menjelaskan bahwa workplace incivility merupakan perilaku tidak sopan dengan intensitas rendah yang melanggar norma

sosial dan dapat menyebabkan tekanan emosional bagi pihak yang mengalaminya. Dengan demikian, kesejahteraan lingkungan kerja menjadi aspek penting dalam mendukung kesehatan mental dan menciptakan suasana kerja yang kondusif bagi perawat.

Penelitian ini dilakukan pada perawat Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas Medan. Berdasarkan wawancara awal terhadap 10 perawat yang bertugas pada shift pagi dan malam, ditemukan beberapa permasalahan terkait kondisi kerja dan kesejahteraan perawat. Salah satu permasalahan yang muncul adalah ketidakseimbangan antara jumlah perawat dan pasien, yaitu pada shift pagi terdapat sekitar 5–6 perawat, sedangkan pada shift malam hanya terdapat 2 perawat untuk melayani lebih dari 20 pasien. Selain itu, perawat menilai bahwa rumah sakit belum sepenuhnya menyediakan sumber daya yang memadai untuk mendukung kesejahteraan psikologis, termasuk pemberian kompensasi yang adil bagi perawat yang menjalani lembur. Pengarahan dan pelatihan komunikasi secara berkelanjutan juga dinilai belum optimal sehingga masih ditemukan kesalahpahaman antara perawat dengan rekan kerja, pimpinan, pasien, maupun keluarga pasien. Fenomena tersebut menunjukkan adanya permasalahan yang berkaitan dengan subjective well-being, psychological well-being, komunikasi interpersonal, overtime, overload, dan workplace well-being yang berpotensi memengaruhi kesehatan mental perawat. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis keenam variabel tersebut sebagai prediktor kesehatan mental perawat serta mengidentifikasi variabel yang paling dominan dalam memengaruhinya di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas Medan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis dan membandingkan variabel yang menjadi prediktor kesehatan mental perawat serta mengidentifikasi faktor yang paling dominan. Penelitian dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas Medan, Sumatera Utara, pada Juni hingga Agustus 2025. Populasi penelitian mencakup seluruh perawat rumah sakit sebanyak 161 orang, sedangkan sampel penelitian berjumlah 115 responden yang ditentukan menggunakan

teknik pengambilan sampel acak (random sampling). Jumlah sampel tersebut ditetapkan untuk memenuhi kebutuhan analisis faktor sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi responden penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Validitas

1.1. Subjective Well-being

Tabel IV.4 Hasil Uji Validitas Subjective Well-being

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1.1	19.4000	12.435	.869	.969
X1.2	19.4174	12.280	.893	.967
X1.3	19.3217	12.396	.935	.962
X1.4	19.4261	12.633	.893	.967
X1.5	19.2522	12.278	.954	.960
X1.6	19.3565	12.775	.892	.967

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengolahan data, uji validitas untuk variabel Subjective Well-being (X1) menunjukkan bahwa seluruh butir pernyataan yang digunakan dalam kuesioner memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation (CITC) lebih besar dari 0,1832. Nilai r tabel sebesar 0,1832 diperoleh dari tabel r dengan jumlah responden (N) = 115 pada taraf signifikansi 5% (df = N – 2 = 113).

Psychological Well-being

Tabel IV.5 Hasil Uji Validitas Psychological Well-being

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X2.1	43.0957	54.807	.771	.959
X2.2	43.0783	57.336	.676	.962
X2.3	43.1391	55.402	.793	.958
X2.4	43.1217	55.178	.768	.959
X2.5	43.1652	54.613	.827	.957
X2.6	43.0522	56.980	.735	.960
X2.7	43.1652	55.157	.848	.957
X2.8	43.0522	56.138	.742	.960
X2.9	43.0261	55.955	.913	.956
X2.10	42.9652	56.174	.901	.956
X2.11	43.1478	56.250	.868	.957
X2.12	43.0870	55.887	.900	.956

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengolahan data menggunakan Corrected Item-Total Correlation, diperoleh bahwa seluruh item kuesioner yang terdapat dalam variabel Psychological Well-being memiliki nilai r hitung lebih besar daripada r tabel (0,1832) pada taraf signifikansi 5% dengan jumlah responden sebanyak 115 orang.

Komunikasi Interpersonal

Tabel IV.6 Hasil Uji Validitas Komunikasi Interpersonal

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X3.1	34.8261	33.268	.742	.934
X3.2	34.7826	33.277	.661	.938
X3.3	34.7391	33.002	.724	.935
X3.4	34.8609	33.770	.742	.934
X3.5	34.8696	33.606	.759	.933
X3.6	34.8087	32.981	.736	.934
X3.7	34.8174	33.817	.731	.935
X3.8	34.7826	32.101	.794	.932
X3.9	34.7478	32.699	.766	.933
X3.10	34.7913	32.044	.917	.926

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengujian validitas terhadap instrumen variabel Komunikasi Interpersonal (X3) diperoleh bahwa seluruh butir pernyataan memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* (CITC) lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% (0,1832).

Overtime

Tabel IV.7 Hasil Uji Validitas *Overtime*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X4.1	27.6435	18.038	.779	.953
X4.2	27.5043	18.428	.786	.952

X4.3	27.6609	18.279	.783	.952
X4.4	27.6609	18.402	.829	.949
X4.5	27.6522	18.422	.814	.950
X4.6	27.6609	18.893	.832	.949
X4.7	27.6000	17.874	.934	.943
X4.8	27.6348	17.883	.916	.944

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengujian validitas terhadap instrumen variabel Overtime (X4) diperoleh bahwa seluruh butir pernyataan memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation (CITC) lebih besar dari nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% (0,1832).

Overload

Tabel IV.8 Hasil Uji Validitas Overload

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X5.1	27.1565	17.958	.707	.896
X5.2	27.0087	19.324	.625	.902
X5.3	27.0870	18.677	.722	.894
X5.4	27.0522	18.541	.656	.900
X5.5	27.0783	18.722	.669	.898
X5.6	27.2087	18.026	.767	.890
X5.7	27.2609	19.195	.728	.894
X5.8	27.1478	18.285	.766	.890

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengujian validitas terhadap instrumen variabel *Overload* (X5) diperoleh bahwa seluruh butir pernyataan memiliki nilai *Corrected Item-Total Correlation* (CITC) lebih besar dari r tabel sebesar 0,1832.

Workplace Well-being

Tabel IV.9 Hasil Uji Validitas *Workplace Well-being*

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X6.1	26.8696	22.378	.746	.910
X6.2	26.9043	22.807	.709	.913
X6.3	26.8087	23.700	.594	.923
X6.4	26.8087	22.770	.724	.912
X6.5	26.7130	23.399	.751	.910
X6.6	26.8087	23.086	.746	.910
X6.7	26.7652	23.216	.774	.908
X6.8	26.7652	22.760	.887	.900

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengujian validitas terhadap instrumen variabel Workplace Well-being (X6) diperoleh bahwa seluruh butir pernyataan memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation (CITC) lebih besar dari r tabel sebesar 0,1832.

Kesehatan Mental

Tabel IV.10 Hasil Uji Validitas Kesehatan Mental

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.1	27.4870	20.550	.743	.911
Y.2	27.3652	21.094	.718	.914
Y.3	27.4087	19.998	.735	.912
Y.4	27.3739	20.113	.774	.909
Y.5	27.4957	20.287	.696	.915
Y.6	27.3217	20.010	.789	.908
Y.7	27.4000	20.260	.747	.911
Y.8	27.4000	20.839	.707	.914

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil pengujian validitas terhadap instrumen variabel Kesehatan Mental (Y) diperoleh bahwa seluruh butir pernyataan memiliki nilai Corrected Item-Total Correlation (CITC) lebih besar dari r tabel sebesar 0,1832. Hal ini menunjukkan bahwa setiap indikator mampu mengukur konstruk Kesehatan Mental secara konsisten. Dengan demikian, seluruh butir pernyataan pada variabel Kesehatan Mental dinyatakan valid.

Uji Reliabilitas

Tabel IV.11 Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	*Cronbach's Alpha*	Batas Reliabilitas	Keterangan
Subjective Well-being (X1)	0,971	0,60	Reliabel

Psychological Well-being (X2)	0,961	0,60	Reliabel
Komunikasi Interpersonal (X3)	0,940	0,60	Reliabel
Overtime (X4)	0,955	0,60	Reliabel
Overload (X5)	0,907	0,60	Reliabel
Workplace Well-being (X6)	0,921	0,60	Reliabel
Kesehatan Mental (Y)	0,922	0,60	Reliabel

Sumber: Data diolah (2025)

Hasil uji reliabilitas terhadap seluruh variabel penelitian, yaitu Subjective Well-being (X1), Psychological Well-being (X2), Komunikasi Interpersonal (X3), Overtime (X4), Overload (X5), Workplace Well-being (X6), dan Kesehatan Mental (Y) menunjukkan bahwa seluruh nilai Cronbach's Alpha berada di atas 0,60 (Ghozali, 2016). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini reliabel dan memenuhi syarat untuk dianalisis pada tahap berikutnya.

Hasil Asumsi Klasik

Tabel IV.18 Hasil Pengujian Asumsi Klasik

Pengujian Asumsi Klasik	Metode (*Test*)	Hasil Pengujian	Kesimpulan
Uji Normalitas	*One-Sample Kolmogorov-Smirnov*	Asymp. Sig. = 0,200	Data Berdistribusi Normal
Uji Multikolinearitas	*Tolerance & VIF*	*Tolerance* > 0,1; *VIF* < 10	Tidak Terjadi Multikolinearitas

Uji Heteroskedastisitas	*Scatterplot*	Titik-titik menyebar secara acak, tidak membentuk pola	Tidak Terjadi Heteroskedastisitas

Sumber: Data diolah (2025)

Hasil pengujian asumsi klasik yang telah dilakukan menunjukkan bahwa seluruh asumsi telah terpenuhi. Dimana data terlah terdistribusi secara normal, tidak ada gejala multikolinearitas, dan scatterplot residual menunjukkan titik-titik menyebar secara acak tanpa membentuk pola tertentu, sehingga tidak terjadi gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian, model regresi berganda yang digunakan dalam penelitian ini layak digunakan untuk menganalisis pengaruh faktor internal dan eksternal terhadap kesehatan mental perawat

Hasil Analisis Regresi Berganda

Tabel IV.19 Hasil Analisis Regresi Berganda

Coefficients[a]

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	3.752	1.972		1.903	.060
	Subjective Well-being	.359	.083	.296	4.336	.000
	Psychological Well-being	.137	.048	.217	2.850	.005
	Komunikasi Interpersonal	.309	.057	.383	5.415	.000

Overtime	-.048	.073	-.045	-.650	.517
Overload	-.119	.057	-.114	-2.111	.037
Workplace Well-being	.198	.060	.210	3.298	.001

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Sumber: Data diolah (2025)

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda yang telah dilakukan, dapat diketahui pengaruh masing-masing variabel independent terhadap Kesehatan Mental (Y) perawat sebagai berikut:

1) Subjective Well-being (X1) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kesehatan mental dengan $\beta = 0{,}296$ ($p < 0{,}001$).
2) Psychological Well-being (X2) juga berpengaruh positif dan signifikan dengan $\beta = 0{,}217$ ($p = 0{,}005$).
3) Komunikasi Interpersonal (X3) menunjukkan pengaruh paling dominan di antara faktor internal, dengan $\beta = 0{,}383$ ($p < 0{,}001$).
4) Overtime (X4) tidak berpengaruh signifikan terhadap kesehatan mental ($\beta = -0{,}045$, $p = 0{,}517$).
5) Overload (X5) memiliki pengaruh negatif dan signifikan, dengan $\beta = -0{,}114$ ($p = 0{,}037$), yang berarti semakin tinggi beban kerja berlebih, kesehatan mental cenderung menurun.
6) Workplace Well-being (X6) berpengaruh positif dan signifikan dengan $\beta = 0{,}210$ ($p = 0{,}001$), menandakan kondisi kesejahteraan di tempat kerja turut mendukung kesehatan mental perawat.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kesehatan mental perawat dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis dan lingkungan kerja, yaitu Subjective Well-being, Psychological Well-

being, komunikasi interpersonal, Overload, dan Workplace Well-being. Komunikasi interpersonal menjadi salah satu faktor penting karena komunikasi yang efektif dapat menciptakan hubungan harmonis, meningkatkan dukungan sosial, serta membantu perawat mengelola emosi. Selain itu, kesejahteraan subjektif dan psikologis berperan dalam membangun kepuasan hidup, stabilitas emosional, optimisme, dan kemampuan menghadapi tekanan pekerjaan. Beban kerja berlebihan serta lingkungan kerja yang kurang kondusif juga dapat meningkatkan risiko stres dan kelelahan mental sehingga diperlukan dukungan organisasi dan manajemen yang baik. Sementara itu, overtime tidak terbukti menjadi prediktor signifikan terhadap kesehatan mental perawat. Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa dari 86 perawat dengan tingkat overtime tinggi, sebanyak 72 perawat (62,6%) tetap memiliki kesehatan mental tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa lembur tidak selalu berdampak langsung terhadap kesehatan mental karena persepsi perawat terhadap lembur dapat berbeda, baik sebagai beban tambahan maupun kesempatan memperoleh penghasilan tambahan

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data penelitian mengenai faktor yang memengaruhi kesehatan mental perawat di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Amplas, dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental perawat dipengaruhi oleh enam faktor dengan kontribusi yang tidak sama. Faktor Komunikasi Interpersonal menempati posisi paling dominan, disusul oleh Subjective Well-being dan Psychological Well-being. Hal ini menegaskan bahwa kualitas hubungan sosial, kepuasan hidup, rasa syukur, optimisme, serta kemampuan mengelola emosi merupakan penentu utama kesehatan mental perawat. Faktor Workplace Well-being juga memiliki peran, terutama terkait lingkungan kerja yang sehat dan mendukung, meskipun pengaruhnya tidak sebesar aspek psikologis dan interpersonal. Sementara itu, Overtime dan Overload menjadi faktor yang paling lemah pengaruhnya, sehingga beban dan jam kerja berlebih lebih bersifat sebagai pemicu tambahan, bukan penentu utama. Dengan demikian, upaya menjaga kesehatan mental perawat sebaiknya lebih difokuskan pada penguatan aspek psikologis dan kualitas hubungan interpersonal,

yang kemudian dilengkapi dengan pengelolaan kondisi kerja agar lebih seimbang dan berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraini, F.W., dan Prasetyo, A.R. (2015). Hardiness dan Subjektive Well-Being pada Perawat. Jurnal Empati. Oktober. Volume 4. No.4. Hal: 73-77.

Aprilia, W. (2022). Pengaruh Beban Kerja Mental, Meaningful Work, dan Faktor Demografi terhadap Stres Kerja pada Perawat UGD dan IGD. Skripsi. Fakultasi Psikologi. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Jakarta.

Astari, T.D., Lubis, R., and Patisina. (2024). The Effect of Workplace Incivility on Psychological Well-Being in Health Nurses with Emotional Exhaustion as a Mediator Variable. Journal of Educational, Health and Community Psychology. Vol 13. No 2. E-ISSN: 2460-8467. Page: 324-339.

Azzam, H.M., Na'imah, T., Wulandar, D.A., dan Herdian, H. (2023). Mindfulness dan Workplace Well-Being untuk Mengurangi Burnout pada Perawat. Psychocentrum Review.. Vol. 5. No.2. Hal: 97-107. ISSN 2656-8454 (Electronic). ISSN 2656-1069 (Print).

Bima, M.I.M., Kadir, L.A., Bima, A.M. (2024). Pengaruh Subjective Well-Being dan Kepuasan Kerja terhadap Organizational Citizenship Behavior pada Perawat Rumah Sakit di Kota Makassar. Jurnal Manajemen. Vol.4. No.1. Februari. p ISSN 2723-8059. e ISSN 2829-5412.

Cristianingrum, B., Lesmana, F., dan Wijayanti, C.A. (2018). Proses Komunikasi Interpersonal Perawat Terhadap Penderita Skizofrenia Dalam Upaya Pemulihan. Jurnal E-Komunikasi. Vol.6. No.2. Hal: 1-11.

Desi., Tanti., dan Ranimpi, Y.Y. (2019). Subjective Well-Being Perawat Yang Bekerja Di RS Jiwa Prof. Dr. Soerojo Magelang. Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember. Vol. 15. No. 2. ISSN : 1858-4063. EISSN : 2503-0949. Oktober.

Dihonga, L.M., Desi., dan Lahade, J.R. (2023). Kesehatan Mental dan Subjektive Well Being pada Pelaku Doti. JKK: Jurnla Keperawatan dan Kesehatan. Vol. 14 No. 1. April. p-ISSN 2086-8375. Hal: 27-33.

Fathoni, M.I. (2021). Pengaruh Beban Kerja terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Tenaga Non Kesehatan di Unit Pelaksana Teknis Rumah Sakit Pratama Kota Yogyakarta Tahun 2020. Jurnal OPTIMAL. Vol.18. No.1. Februari. Hal: 74-100. ISSN: 1693-5888.

Fauziah, N.I., dan Batubara, M. (2022). Gambaran Psychologival Well Being pada Perawat Kesehatan Jiwa di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat. Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat. Vol. 11. No. 2. Juni Hal: 105-113. ISSN 1410 - 5675 eISSN 2614-2392.

Fortuna, I. D. (2025). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kinerja Perawat di Rumah Sakit: Sebuah Studi Literatur. Jurnal Manajemen Kesehatan dan Keperawatan, 1(4), 193-201.

Ghozali, I. (2019). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS. 25. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.Almeida, D., Figueiredo, A. R., & Lucas, P. (2024). Nurses' Well-being at Work in A Hospital Setting: A Scoping Review. In Healthcare. Vol. 12. No. 2, 173. MDPI.

Ghozali, Imam. (2019). Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25. Edisi 9. Cetakan IX. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

Haq, M.S., Diponegoro, A.M., dan Purwadi. (2021). Hubungan antara Kebersukuran dan Subjective Well Being pada Perawat Wanita dan Bidan di RSU Sis Al-Djufrie Palu. Psyche 165 Journal. Vol. 14. No.02. April. ISSN : 2088-5326. e-ISSN : 2502-8766.

Hardi, A., Mutsikasari., Panjaitan, R.U., and Susanti, H. (2023). Psychological Well-Being of Mental Health Nurses in the Time of Covid 19: Systematic Literature Review. Contagion : Scientific Periodical of Public Health and Coastal Health. Vol.5. No.2. Page: 420-434.

Hernata, M.A., Anggraini, M.T., and Setiawan, M.R. (2020). The Relationsuip Between Mental Workload with Work Stress on Hospital Nurses. Departement of Community

Medicine Muhammadiyah University of Semarang. Undergraduate Student of Medical faculty. Page: 24-26.

Junita, A. (2011). Pengaruh Faktor Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Pekerja Wanita. JURIDIKTI (Jurnal Ilmiah Pendidikan Tinggi), 4(1).

Katsurakawa, S., Nakamura, S., Takehara, K., Sugama, J., & Miyoshi, Y. (2025). Factors Related to Subjective Well-being Among Nurses Working in Hospitals in Japan. Journal of International Nursing Research, Vol. 4. No. 1, e2024-0013.

Lee, S. (2022). Subjective well-being and mental health during the pandemic outbreak: Exploring the role of institutional trust. Research on Aging, 44(1), 10-21.

Lupianti, D., Multazam, A.M., dan Andayanie, E. (2022). Gambaran Kesehatan Mental Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Labuang Baji Makassar. WPHJ: Window of Public Heatlh Journal. Vol. 3. No. 6. Desember. Hal: 1139-1146. E-ISSN: 2721-2920.

Madani, A.A., Turistiati, A.T., and Dianingrum, M. (2023). Interpersonal Communication Style Between Nurses and Patients At West Purwokerto Community Health Center. LUGAS Jurnal Komunikasi. Vol. 7. No.2. Desember. pp. 131 – 143. P-ISSN 2580-8338. E-ISSN 2621-1564.

Maria, N.M., Lara, E., and Forsman A.K. (2023). Editorial: Relationship between

Mattindas, R., South, L.F., Nelwan, J.E. (2019) Hubungan antara Beban Kerja Fisik dan Stress Kerja terhaap Produktivitas Pekerja di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk. Jurnal KESMAS. Vol.7. No.5. Hal: 1-7.

Nugraha, S., dan Hirano, Y. (2016). Prediktor yang Mempengaruhi Perubahan Kesehatan Mental Tenaga Kesehatan Indonesia di Jepang. Jurnal Kesehatan Kartika. Vol.11. No.1. April. Hal: 1-13.

Oktafianti, N. (2020). Literatur Review Hubungan Komunikasi Interpersonal dengan Burnout Perawat di Rumah Sakit. Naskah Publikasi. Program Sutid Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Aisyiyah. Yogyakarta.

Pamungkas, A.P., dan Sridadi, A.R. (2020). Pengaruh Work Overload terhadap Nurse Performance dengan Burnout sebagai Variabel Intervening di Rumah Sakit X Surabaya. Business and Finance Journal. Volume 5. No. 2. October. Hal: 85-93.

Pan, W., Zhou, W., Wu, J., Huang, Z., Ding, L., Lu, X., & Li, X. (2024). A network analysis of daily stressors, subjective well-being, psychological distress and psychological capital during the COVID-19 pandemic. Journal of Affective Disorders, 366, 113-123.Yuniswara, E.O. (2021). Tinjauan Sistematis: Gambaran Kesehatan Mental Perawat yang Menangai Pasian Covid-19. Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi. ISSN (Cetak): 2528-0600. ISSN (Online); 2549-6166. Hal: 93-109.

Pangabean, R. K., Junita, A., & Miraza, Z. (2024). The Impact of Stress and Workload on Performance Moderated by Work Shift. Jurnal Administrasi Bisnis, 13(1), 19-30.

Pantow, S.S., Kandou, G.D., Kawatu, P.A.T. (2019). Hubungan antara Beban Kerja dan Kelelahan Fisik dengan Produktivitas Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Bethesda GMIM Tomohon. Jurnal e-Clinic (eCl). Vol.7. No.2. Juli – Desember. Hal: 113-118.

Priansa, Donni Juni. (2019). Perencanaan dan Pengembangan SDM. Bandung: Alfabeta.

Priyastama R. (2017). Buku Sakti Kuasai SPSS. Cetakan I. Yogyakarta: Start Up.

Purnama, K. A., & Farhannaya, N. A. (2024). Komunikasi Gen Z dan Mental Health (Pola komunikasi Interpersonal Gen Z dalam Membentuk Positive Mental Health). ARUNIKA: Bunga Rampai Ilmu Komunikasi, 57-65.

Purnomo., Sutadji, E., Utomo, W., Purnawirawan, O., Farich, R., Sulistianingsih., Fajarwati, R., Carina, A., dan Gilang, N. (2022). Analisis Data Multivariat. Omera Pustaka: Surabaya.

Rafifah, P.S., Maulana, A., dan Gunawan, E. (2022). Pengaruh Workplace Well-Being dan Kesehatan Mental terhadap Kinerja Karyawan pada PT Mega Hotel Lestari. SOSMANIORA (Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora). Vol. 1. No. 4. Desember. Hal: 448-456. e-ISSN 2829-2340. p-ISSN 2829-2359.

Rusdi., Warsito, B.E. (2020). Shift Kerja dan Beban Kerja Berpengaruh terahdap Terjadinya Kelelahan kerja Perawat di Ruang Rawat di Rumah Sakit Pemerintah. Proram Magister Keperawatan. Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro. Hal: 1-12.

Sitoris, S.P., Matury, H.J.El., dan Sinambela, M. (2022). Analissi Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Stres Kerja Ruang Intensif di RSU Mitra Medika Amplas Medan

Tahun 2020. Jurnal Penelitian Kesmas. Vol.4. No.2. Edisi Oktober 21- April 2022. Hal: 15-20.

subjective well-being and mental disorders across the lifespan. Frontiers in Psychology. Page: 1-3. DOI 10.3389/fpsyg.2023.1268287.

Sudaryono. (2019). Metodologi Penelitian. Edisi I. Cetakan I. Jakarta: Rajawali Pers.

Sugiyono. (2019). Cara Mudah Menyusun Skripsi, Tesis dan Desertasi. Cetakan ke-2. Bandung: CV. Alfabeta.

Sulistyowati, S., dan Vebrian, G. (2022). Hubungan Kesehatan Mental dengan Kinerja Perawat di Masa Pandemi Covid-19 di RSUD Balaraja Tahun 2022. Nusantara Hasana Journal. Vol.2. No.7. Desember. E-ISSN: 2798-1428. Hal: 102-106.

Sumilat, J.N., Lengkong, V.P.K., dan Sumarauw, J.S.B. (2023). Pengaruh Komunikasi Interpersonal, Job Burnout dan Kebutuha Aktualisasi Diri terhadap Prestasi Kerja Perawat Instalasi Rawat Jalan RSUP Prof. DR., R.D. Kandou Manado. Jurnal EMA. Vol.11. No.4. Oktober. Hal: 1706-1717. ISSN: 2303-1174.

Susanti, J.R.,dan Hurriyati, D. (2024). Hubungan antara Emotional Labor dengan Psychological Well-Being pada Perawat Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit TK II DR. AK. Ganti Palembang. Psikofusi: Jurnal Psikologi Integratif. Vol.6. No.1. Januari. Hal:1-16.

Suwoyo., Jenviro,, F., dan Arganata, F.Z. (2024). Faktor yang Mempengaruhi Komponen Kesehatan Kerja, Kesehatan Mental, dan Dukungan Psikososial terhadap Kesiapan Rumah Sakit Dalam Menghadapi Bencana. Jurnal Ilmu Kesehatan. Vol.12. No.2. Mei. ISSN Cetak 2303-1433. ISSN Online: 2579-7301. Hal: 188-197.

Widyakusumastuti, R., dan Fauziah, N. (2016). Hubungan antara Komunikasi Interpersonal dengan Burnout pada Perawat Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kota Semarang. Jurnal Empati. Agustus. Volume 5. No.3. Hal: 553-557.

Widyaningrum, D. A., Junita, A., & Ardiani, W. (2023). Pengaruh Keseimbangan Kerja-Kehidupan Pribadi Dan Stres Kerja Pada Kecenderungan Pindah Kerja Dimoderasi Kejenuhan Kerja. IDEI: Jurnal Ekonomi & Bisnis, 4(2), 59-70.

Wong, K., Chan, A.H.S., and Ngan, S.C. (2019). The Effect of Long Working Hours and Overtime on Occupational Health: A Meta-Analysis of Evidence from 1998 to 2018. International Journal Environment Research and Public Helath. Vol.16. No.2. Page: 1-22. Doi:10.3390/ijerph16122102.

Yıldırım, M., & Arslan, G. (2022). Exploring the associations between resilience, dispositional hope, preventive behaviours, subjective well-being, and psychological health among adults during early stage of COVID-19. Current psychology, 41(8), 5712-5722.

Yusvinanda, F. A., Sari, I., & Kosasih, A. (2025). Studi Literatur Tentang Kesehatan Mental Dalam Perspektif Islam dan Psikologi: Faktor dan Strategi Penanganannya. Advances In Education Journal, Vol. 2. No. 1, 1-12.

Zurin, R.V., dan Dirdjo, M.M. Hubungan Overtime terhadap Kesehatan Mental dan Keterlibatan Kerja Perawat di Ruang Intervise Care RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. BSR: Borneo Student Research Vol 1. No 3. eISSN: 2721-5725. Hal: 1598-1602.

Undang Undang no. 44 tahun 2009 tentang Rumah Sakit