

## PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KELELAHAN DAN KECERDASAN EMOSIONAL PADA PERAWAT

Alifiah Putri Baharuddin<sup>1\*</sup>, Arman<sup>2</sup>, Reza Aril Ahri<sup>3</sup>

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Muslim Indonesia, Makassar<sup>1,2,3</sup>

\*Corresponding Author : alifiahp20@gmail.com

### ABSTRAK

Beban kerja yang tinggi di RS, khususnya di RS Mata JEC Orbita Makassar, menjadi tantangan serius bagi tenaga kesehatan karena menimbulkan kelelahan fisik dan psikologis yang berdampak pada penurunan kinerja dan kualitas pelayanan. Kecerdasan emosional menjadi penting karena dapat membantu tenaga kesehatan mengelola stres. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh beban kerja dari segi beban kerja mental, fisik, waktu, beban kinerja, beban frustrasi dan beban usaha terhadap kecerdasan emosional perawat dengan kelelahan sebagai variabel mediasi di RS Mata JEC Orbita Makassar. Jenis penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian di RS Mata JEC Orbita Makassar. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2025. Populasi yaitu semua perawat RS Mata JEC Orbita Makassar berjumlah 97 orang. Sampel menggunakan total sampling. Analisis data menggunakan uji univariat, bivariat, dan uji path analysis. Hasil penelitian didapatkan beban frustrasi ( $p=0,000$ ), beban fisik ( $p=0,000$ ), mental ( $p=0,000$ ), dan beban kinerja ( $p=0,000$ ) berpengaruh terhadap kelelahan. Namun, hanya beban mental ( $p=0,000$ ) dan beban waktu ( $p=0,008$ ) yang menunjukkan pengaruh terhadap kecerdasan emosional. Kemudian, beban usaha ( $p=0,908$ ) dan beban waktu ( $p=0,652$ ) tidak berpengaruh terhadap kelelahan. Beban frustrasi ( $p=0,202$ ), fisik ( $p=0,211$ ), beban kinerja ( $p=0,063$ ), usaha ( $p=0,127$ ) tidak berpengaruh terhadap kecerdasan emosional. Sedangkan kelelahan memiliki pengaruh yang terhadap kecerdasan emosional ( $p=0,000$ ). Kemudian hanya beban frustrasi, fisik, mental dan kinerja memiliki pengaruh tidak langsung terhadap kecerdasan emosional melalui kelelahan. Kesimpulannya hanya beban frustrasi, fisik, mental dan beban kinerja berpengaruh terhadap kelelahan, sedangkan hanya beban mental, dan beban waktu yang berpengaruh terhadap kecerdasan emosional.

**Kata kunci** : beban kerja, kecerdasan emosional, kelelahan

### ABSTRACT

The high workload in hospitals, especially at the JEC Orbita Makassar Eye Hospital, is a serious challenge for health workers because it causes physical and psychological fatigue which has an impact on reducing performance and quality of service. Emotional intelligence is important because it can help health workers manage stress. The aim of the research was to determine the effect of workload in terms of mental workload, physical workload, time, performance load, frustration load and effort load on nurses' emotional intelligence with fatigue as a mediating variable at JEC Orbita Makassar Eye Hospital. This type of research is quantitative research with a cross sectional design. The research location is JEC Orbita Eye Hospital Makassar. The research was carried out in June-July 2025. The population, namely all nurses at JEC Orbita Makassar Eye Hospital, totaled 97 people. The sample uses total sampling. Data analysis uses univariate, bivariate and path analysis tests. The research results showed that frustration load ( $p=0.000$ ), physical load ( $p=0.000$ ), mental load ( $p=0.000$ ), and performance load ( $p=0.000$ ) had an effect on fatigue. However, only mental load ( $p=0.000$ ) and time load ( $p=0.008$ ) showed an influence on emotional intelligence. Then, effort load ( $p=0.908$ ) and time load ( $p=0.652$ ) had no effect on fatigue. Frustration load ( $p=0.202$ ), physical load ( $p=0.211$ ), performance load ( $p=0.063$ ), effort ( $p=0.127$ ) had no effect on emotional intelligence. Meanwhile, fatigue has a significant influence on emotional intelligence ( $p=0.000$ ). Then only the burden of frustration, physical, mental and performance has an indirect influence on emotional intelligence through fatigue. The conclusion is that only frustration, physical, mental and performance loads have an effect on fatigue, while only mental loads and time loads have an effect on emotional intelligence.

**Keywords** : workload, emotional intelligence, fatigue

## PENDAHULUAN

Sumber Daya Manusia (SDM) merupakan salah satu aset terpenting dalam sebuah organisasi, termasuk di bidang kesehatan. Kualitas SDM yang baik, terutama dalam hal etos kerja dan kinerja, sangat menentukan keberhasilan suatu institusi (Muhdar, 2024). Di sektor kesehatan, tenaga perawat memegang peran dominan dengan proporsi mencapai 40% dari total tenaga medis, di mana 65% di antaranya bekerja di rumah sakit (Fatimah, 2021). Namun, SDM kesehatan sering kali menghadapi tantangan besar, seperti beban kerja tinggi dan tekanan psikologis, yang jika tidak dikelola dengan baik dapat menurunkan produktivitas dan kualitas pelayanan. Rumah Sakit Mata JEC Orbita Makassar merupakan salah satu pusat layanan kesehatan mata terkemuka di Indonesia Timur, yang menghadapi volume pasien tinggi dengan fasilitas yang lengkap. Kondisi ini menuntut tenaga kesehatan, khususnya perawat, untuk bekerja dalam tekanan waktu dan tuntutan pelayanan yang cepat dan tepat. Beban kerja yang berlebihan tidak hanya berdampak pada kelelahan fisik, tetapi juga memicu stres, penurunan konsentrasi, dan gangguan interaksi dengan pasien (Cavanaugh, 2022). Hal ini menjadi masalah serius karena dapat mengurangi efektivitas kerja dan meningkatkan risiko kesalahan medis (Fadillah, 2022).

Kelelahan akibat beban kerja tinggi merupakan fenomena global yang banyak dialami tenaga kesehatan. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa lebih dari 50% tenaga kesehatan di negara berkembang mengalami kelelahan kronis akibat jam kerja panjang dan kurangnya sumber daya (Liu, 2022). Di Indonesia, survei menunjukkan bahwa sekitar 45% tenaga medis mengeluhkan beban kerja tidak seimbang, yang berujung pada stres dan burnout (Nuraini, 2023). Di Makassar sendiri, hampir 50% tenaga kesehatan di rumah sakit besar melaporkan gejala burnout akibat tekanan kerja yang ekstrem. Selain beban kerja, kecerdasan emosional juga menjadi faktor krusial dalam menghadapi tantangan di lingkungan rumah sakit (Dewi, 2022). Kemampuan untuk mengelola emosi, berempati, dan berkomunikasi efektif sangat diperlukan dalam interaksi dengan pasien dan tim medis (Goh, 2021). Namun, tekanan kerja yang tinggi dapat mengikis kecerdasan emosional, membuat tenaga kesehatan lebih rentan terhadap konflik, keputusan impulsif, dan penurunan kualitas pelayanan (Hamaideh, 2022). Studi di RS Mata JEC Orbita Makassar menunjukkan bahwa perawat dengan kecerdasan emosional rendah cenderung kesulitan menangani pasien dengan kecemasan tinggi, yang berpotensi memicu keluhan dari pasien (Adi, 2023).

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memahami pengaruh antara beban kerja, kelelahan, dan kecerdasan emosional pada tenaga kesehatan, khususnya perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi manajemen rumah sakit dalam menyusun kebijakan yang mendukung keseimbangan beban kerja dan pengembangan kompetensi emosional tenaga kesehatan, sehingga kualitas pelayanan dan kesejahteraan pegawai dapat meningkat. Penelitian ini berfokus pada dampak beban kerja tinggi terhadap kelelahan fisik dan psikologis tenaga kesehatan serta pengaruhnya terhadap kecerdasan emosional. Beban kerja yang berlebihan tidak hanya menyebabkan kelelahan kronis, tetapi juga mengurangi kemampuan perawat dalam mengelola emosi, berempati, dan berkomunikasi efektif dengan pasien.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis sejauh mana beban kerja memengaruhi tingkat kelelahan dan kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan rekomendasi strategis bagi manajemen rumah sakit dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih seimbang, baik dari segi beban kerja maupun pengembangan keterampilan emosional tenaga kesehatan, guna meningkatkan kualitas pelayanan dan kesejahteraan pegawai. Jadi tujuan penelitian ini untuk mengetahui beban kerja terhadap kelelahan dan kecerdasan emosional pada perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini berlokasi di RS Mata JEC Orbita Makassar. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2025 – Juli 2025 untuk proses pengumpulan data serta pengolahan data yang telah diperoleh. Populasi dalam penelitian ini yaitu semua perawat yang bertugas di RS Mata JEC Orbita Makassar yang berjumlah 97 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*, jadi semua populasi diambil menjadi sampel pada penelitian ini sebanyak 97 orang perawat yang bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan kuesioner. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat, bivariat dan multivariat yang dalam hal ini menggunakan Uji Path Analysis.

## HASIL

### Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Karakteristik Responden Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
<b>Usia</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<40 Tahun	94	96,9
≥40 Tahun	3	3,1
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Pendidikan</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
D3	32	33,0
D4/S1	58	59,8
S2	7	7,2
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Masa Kerja</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
<3 Tahun	45	46,4
≥3 Tahun	52	53,6
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>

Tabel 1 menunjukkan distribusi responden berdasarkan karakteristik perawat yang bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar. Total 97 responden, mayoritas berada pada kelompok usia <40 tahun sebanyak 94 orang (96,9%), sedangkan sisanya 3 orang (3,1%) berusia di atas 40 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar perawat berpendidikan D4/S1 sebanyak 58 orang (59,8%), diikuti oleh lulusan D3 sebanyak 32 orang (33,0%), dan hanya 7 orang (7,2%) yang memiliki pendidikan S2. Sementara itu, berdasarkan masa kerja, perawat dengan pengalaman kerja ≥3 tahun lebih banyak, yaitu 52 orang (53,6%), dibandingkan dengan yang bekerja <3 tahun sebanyak 45 orang (46,4%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat memiliki usia dan masa kerja yang lebih senior serta tingkat pendidikan yang cukup tinggi.

### Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

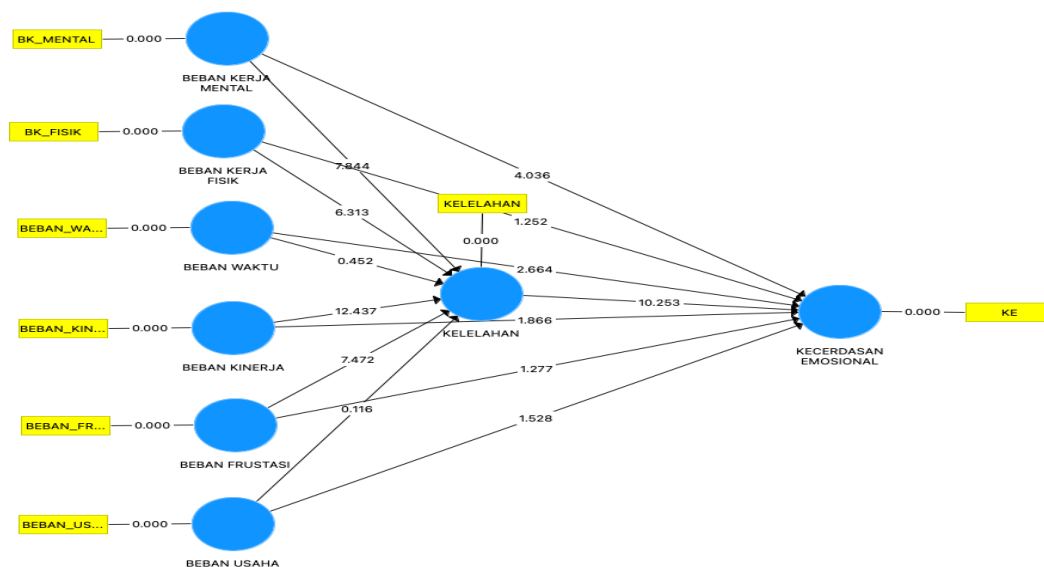
**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian**

Variabel	Frekuensi	Persentase
<b>Beban Kerja Mental</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Berat	80	82,5
Ringan	17	17,5
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Beban Kerja Fisik</b>	<b>n</b>	<b>%</b>

Berat	87	89,7
Ringan	10	10,3
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Beban Waktu</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Berat	91	93,8
Ringan	6	6,2
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Beban Kinerja</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Berat	76	78,4
Ringan	21	21,6
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Beban Frustrasi</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Berat	82	84,5
Ringan	15	15,5
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Beban Usaha</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Berat	82	84,5
Ringan	15	15,5
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Kelelahan</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Lelah	90	92,8
Tidak Lelah	7	7,2
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>
<b>Kecerdasan Emosional</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Baik	85	87,6
Kurang Baik	12	12,4
<b>Total</b>	<b>97</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan data, mayoritas responden mengalami beban kerja berat, terutama pada aspek waktu (93,8%), fisik (89,7%), dan frustrasi serta usaha (masing-masing 84,5%). Sebagian besar perawat juga mengalami kelelahan (92,8%), meskipun kecerdasan emosional mereka tetap tergolong baik (87,6%). Hal ini menunjukkan tingginya beban kerja yang dialami perawat diikuti dengan tingkat kelelahan yang tinggi, namun masih mampu mempertahankan kecerdasan emosional yang baik.

### Path Analysis



Gambar 1. Path Analysis

Penjelasan dari gambar 1 dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 3. Pengaruh Langsung Antar Variabel**

Pengaruh Antar Variabel	T-Statistics	p
Beban Frustrasi -> Kecerdasan Emosional	1,277	0,202
Beban Frustrasi -> Kelelahan	7,472	0,000
Beban Kerja Fisik -> Kecerdasan Emosional	1,252	0,211
Beban Kerja Fisik -> Kelelahan	6,313	0,000
Beban Kerja Mental -> Kecerdasan Emosional	4,036	0,000
Beban Kerja Mental -> Kelelahan	7,844	0,000
Beban Kinerja -> Kecerdasan Emosional	1,866	0,063
Beban Kinerja -> Kelelahan	12,437	0,000
Beban Usaha -> Kecerdasan Emosional	1,528	0,127
Beban Usaha -> Kelelahan	0,116	0,908
Beban Waktu -> Kecerdasan Emosional	2,664	0,008
Beban Waktu -> Kelelahan	0,452	0,652
Kelelahan -> Kecerdasan Emosional	10,253	0,000

Berdasarkan hasil analisis pengaruh langsung antar variabel, ditemukan bahwa beberapa faktor memiliki pengaruh signifikan terhadap kelelahan maupun kecerdasan emosional. Beban frustrasi, beban kerja fisik, beban kerja mental, dan beban kinerja secara signifikan berpengaruh terhadap kelelahan, dengan nilai  $p < 0,05$ , yang menunjukkan bahwa semakin tinggi beban tersebut maka semakin tinggi pula tingkat kelelahan yang dirasakan responden. Namun, di antara variabel-variabel tersebut, hanya beban kerja mental dan beban waktu yang menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional, masing-masing dengan nilai  $p$  sebesar 0,000 dan 0,008. Sementara itu, beban usaha tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan baik terhadap kelelahan ( $p = 0,908$ ) maupun terhadap kecerdasan emosional ( $p = 0,127$ ). Hal yang paling menonjol adalah kelelahan terbukti memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap kecerdasan emosional ( $p = 0,000$ ;  $T = 10,253$ ), yang mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kelelahan, maka semakin rendah tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki. Temuan ini menegaskan pentingnya pengelolaan kelelahan sebagai upaya untuk mempertahankan stabilitas emosi individu dalam lingkungan kerja.

**Tabel 4. Pengaruh Tidak Langsung Antar Variabel**

Pengaruh Tidak Langsung Antar Variabel	T-Statistics	p
Beban Frustrasi -> Kelelahan -> Kecerdasan Emosional	5,824	0,000
Beban Kerja Fisik -> Kelelahan -> Kecerdasan Emosional	5,131	0,000
Beban Kerja Mental -> Kelelahan -> Kecerdasan Emosional	6,146	0,000
Beban Kinerja -> Kelelahan -> Kecerdasan Emosional	8,024	0,000
Beban Usaha -> Kelelahan -> Kecerdasan Emosional	0,113	0,910
Beban Waktu -> kelelahan ->	0,449	0,654

Berdasarkan hasil analisis pengaruh tidak langsung antar variabel, diketahui bahwa beberapa faktor memiliki pengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional melalui mediasi kelelahan. Beban frustrasi, beban kerja fisik, beban kerja mental, dan beban kinerja terbukti secara signifikan memengaruhi kecerdasan emosional secara tidak langsung melalui kelelahan, masing-masing dengan nilai  $p < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa kelelahan menjadi jalur penting yang menjembatani pengaruh beban-beban tersebut terhadap penurunan kecerdasan emosional. Sebaliknya, beban usaha dan beban waktu tidak menunjukkan pengaruh tidak langsung yang signifikan terhadap kecerdasan emosional melalui kelelahan, dengan nilai  $p$  masing-masing sebesar 0,910 dan 0,654.

## PEMBAHASAN

### **Pengaruh Beban Kerja Mental terhadap Kelelahan pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh langsung yang signifikan antara beban kerja mental dan kelelahan perawat, ditunjukkan oleh nilai T-statistik sebesar 7,844 dan p-value 0,000. Mayoritas perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar melaporkan beban kerja mental yang tinggi, terutama dalam hal konsentrasi dan kompleksitas tugas harian. Sebanyak 60,8% perawat menilai aktivitas mental mereka berada pada tingkat tinggi, dan 63,9% menyatakan bahwa pekerjaan mereka membutuhkan konsentrasi penuh. Temuan ini sejalan dengan teori Job Demands-Resources (JD-R), yang menyatakan bahwa tuntutan kerja yang tinggi dapat menurunkan kesejahteraan psikologis dan meningkatkan kelelahan.

Penelitian sebelumnya turut menguatkan temuan ini. Lestari et al. (2023) di RS Haji Surabaya menunjukkan bahwa beban mental lebih berdampak pada kelelahan dibandingkan beban fisik. Aminulloh dan Tualeka (2024) menyatakan bahwa kelelahan menjadi perantara antara beban mental dan stres, sedangkan Salsabila dan Pratiwi (2024) menegaskan bahwa beban mental menurunkan kesejahteraan psikologis. Temuan internasional juga menyebutkan bahwa perawat, khususnya di negara berkembang dan ruang ICU, mengalami kelelahan akibat tekanan mental tinggi. Oleh karena itu, disarankan agar RS Mata JEC Orbita memberikan perhatian khusus terhadap pengelolaan beban kerja mental melalui pelatihan manajemen stres, rotasi kerja, waktu istirahat, dan dukungan psikososial.

### **Pengaruh Beban Kerja Fisik terhadap Kelelahan pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Penelitian menunjukkan bahwa beban kerja fisik berpengaruh langsung dan signifikan terhadap kelelahan perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar (T-statistic 6,313; p-value 0,000). Mayoritas perawat merasakan tingginya aktivitas fisik seperti berdiri lama, mengangkat pasien, dan menjalankan tugas berulang yang membuat tubuh cepat lelah. Sekitar 67% responden menilai usaha fisik mereka tinggi, dan 60,8% mengaku sering melakukan aktivitas fisik berat, yang berdampak pada tingkat kelelahan sedang hingga tinggi.

Hasil ini diperkuat oleh teori Job Demands-Resources dan Conservation of Resources, yang menyebut bahwa beban fisik tinggi dapat menguras energi fisik dan emosional, memicu stres dan kelelahan. Penelitian serupa di berbagai rumah sakit di Indonesia dan Malaysia (Lestari et al., 2023; Mulyana & Santoso, 2023; Chan et al., 2022; Wahyuni & Pratama, 2024; Juanamasta et al., 2024) juga menunjukkan bahwa perawat mengalami kelelahan akibat beban fisik yang berat. Oleh karena itu, intervensi seperti penyediaan alat bantu, jadwal istirahat, dan pelatihan ergonomis sangat penting untuk menurunkan risiko kelelahan dan menjaga kualitas pelayanan.

### **Pengaruh Beban Waktu terhadap Kelelahan pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Penelitian di RS Mata JEC Orbita Makassar menunjukkan bahwa beban waktu tidak memiliki pengaruh langsung yang signifikan terhadap kelelahan perawat (T-statistic = 0,452; p-value = 0,652). Meskipun mayoritas perawat merasakan tekanan waktu tinggi, seperti terburu-buru dan kekurangan waktu menyelesaikan tugas, hal ini tidak secara langsung menyebabkan kelelahan. Hal ini diduga karena adanya manajemen waktu yang baik, sistem kerja shift yang efisien, pembagian tugas yang adil, serta dukungan tim yang solid, yang membantu perawat beradaptasi dan mengelola tekanan waktu secara efektif.

Hasil ini didukung oleh teori Job Demands-Resources (JD-R) dan Conservation of Resources (COR), yang menekankan pentingnya sumber daya dalam menyeimbangkan



tuntutan kerja. Penelitian lain (Sari & Nugraha, 2022; Widiastuti & Astika, 2023) juga menyebut bahwa pengalaman kerja dan lingkungan kerja yang mendukung mampu meredam dampak negatif beban waktu. Berbeda dengan studi Prasetyo dkk. (2023) yang menemukan pengaruh signifikan beban waktu terhadap kelelahan, temuan di RS Mata JEC menegaskan bahwa kelelahan perawat lebih disebabkan oleh beban mental dan fisik daripada beban waktu. Oleh karena itu, sistem manajemen kerja saat ini perlu dipertahankan dan dapat dijadikan model untuk rumah sakit lain.

### **Pengaruh Beban Kinerja terhadap Kelelahan pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Penelitian di RS Mata JEC Orbita Makassar menunjukkan bahwa beban kinerja memiliki pengaruh langsung dan signifikan terhadap kelelahan perawat ( $T\text{-statistic} = 12,437$ ;  $p\text{-value} = 0,000$ ). Beban kinerja mencakup tanggung jawab besar, target kerja tinggi, serta tekanan untuk memberikan layanan cepat dan berkualitas. Mayoritas perawat merasakan kesulitan dalam mencapai hasil kerja yang memuaskan, sering bekerja ekstra keras, dan menghadapi tuntutan profesionalisme yang tinggi. Kondisi ini menyebabkan kelelahan fisik dan mental yang serius, bahkan dapat memicu burnout jika tidak diimbangi dengan waktu istirahat dan dukungan kerja yang memadai.

Hasil ini sejalan dengan teori Job Demands-Resources (JD-R), yang menyatakan bahwa tuntutan kerja tinggi tanpa dukungan sumber daya dapat memicu kelelahan. Penelitian serupa (Lestari & Nugroho, 2022; Manik & Sitompul, 2023) juga membuktikan bahwa tingginya ekspektasi terhadap kinerja perawat berdampak pada kelelahan. Namun, beberapa studi seperti Wahyuni & Sari (2021) menunjukkan hasil berbeda karena faktor individu seperti motivasi dapat menjadi pelindung. Di RS Mata JEC, tekanan tambahan datang dari standar pelayanan premium dan kompleksitas kasus, sehingga manajemen disarankan mengevaluasi beban kinerja, menyesuaikan rasio pasien, dan menyediakan pelatihan manajemen stres untuk menjaga keseimbangan kerja dan kesehatan perawat.

### **Pengaruh Beban Frustrasi terhadap Kelelahan pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Penelitian di RS Mata JEC Orbita Makassar menunjukkan bahwa beban frustrasi memiliki pengaruh langsung yang signifikan terhadap kelelahan perawat, dengan nilai  $T\text{-statistic}$  sebesar 7,472 dan  $p\text{-value} = 0,000$ . Beban frustrasi mencerminkan tekanan psikologis yang muncul akibat kegagalan dalam mencapai tujuan kerja, hambatan operasional, hingga kurangnya pengakuan atas hasil kerja. Data menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami frustrasi dan tekanan kerja pada tingkat tinggi hingga sedang. Faktor-faktor seperti tuntutan pasien, keterbatasan alat medis, sistem shift yang tidak konsisten, serta kurangnya apresiasi memperkuat akumulasi beban emosional yang memicu kelelahan.

Hasil ini sejalan dengan teori Job Demands-Resources (JD-R) dan penelitian Rahayu & Putri (2022), serta Setiawan & Anggraeni (2023), yang menyatakan bahwa beban psikologis seperti frustrasi berkontribusi besar terhadap kelelahan kerja. Oleh karena itu, manajemen RS disarankan menyediakan forum komunikasi, pelatihan manajemen stres, serta meningkatkan dukungan dan penghargaan kepada perawat guna meredam dampak beban frustrasi dan mencegah kelelahan kronis.

### **Pengaruh Beban Kerja Mental terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja mental berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional perawat, dengan nilai  $t\text{-statistic}$  sebesar 4,036 dan  $p\text{-value} = 0,000$ . Beban kerja mental yang tinggi seperti tekanan untuk mengambil keputusan cepat, menangani pasien

kritis, atau multitasking dapat menguras energi psikologis dan mengganggu kemampuan perawat dalam mengelola emosi. Kondisi ini berpotensi menurunkan empati, meningkatkan iritabilitas, dan memperburuk hubungan interpersonal di tempat kerja. Sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian Rahmawati et al. (2022), tekanan kognitif tinggi berdampak langsung terhadap penurunan kecerdasan emosional perawat, terutama dalam kondisi kerja darurat. Hal serupa juga ditemukan oleh Adi & Lestari (2023) serta Yusuf & Putri (2021), yang menegaskan bahwa beban mental tinggi berkorelasi dengan burnout dan gangguan kestabilan emosi.

Tingginya standar pelayanan dan jumlah pasien di RS Mata JEC Orbita Makassar memperkuat intensitas beban mental perawat. Bila tidak ditangani dengan manajemen yang baik, hal ini dapat menurunkan kualitas pelayanan. Oleh karena itu, pihak rumah sakit perlu menyusun jadwal kerja yang adil, menyediakan pelatihan manajemen stres dan kecerdasan emosional, serta membentuk sistem dukungan psikologis, seperti konseling dan ruang istirahat mental. Intervensi semacam ini diharapkan dapat meningkatkan ketahanan emosional perawat dan menjaga mutu pelayanan keperawatan.

### **Pengaruh Beban Kerja Fisik terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja fisik tidak memiliki pengaruh langsung terhadap kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar, dengan nilai T-statistic sebesar 1,252 dan p-value 0,211. Ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik seperti berdiri lama, berjalan intensif, atau mengangkat pasien tidak secara signifikan menurunkan kemampuan perawat dalam mengenali dan mengelola emosi. Kondisi ini dimungkinkan karena sebagian besar perawat telah terbiasa dengan tuntutan fisik sebagai bagian dari rutinitas kerja, serta memiliki mekanisme coping yang baik. Selain itu, sistem kerja yang terstruktur dan dukungan dari tim juga membantu menjaga stabilitas emosi meskipun dihadapkan pada beban fisik tinggi. Berdasarkan *Job Demands-Resources Model*, beban kerja fisik tidak selalu berdampak negatif selama tersedia sumber daya yang memadai, seperti manajemen shift yang baik dan dukungan sosial.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Haryati dan Rini (2022) serta Laksmi dan Dwi (2021), yang menyatakan bahwa beban kerja fisik tidak berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional perawat karena sifatnya yang dapat diadaptasi seiring waktu. Namun, berbeda dengan temuan Ananda dan Fikri (2023), yang menyimpulkan bahwa beban fisik kronis berpotensi menurunkan kontrol emosi melalui peningkatan iritabilitas. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh variasi budaya organisasi dan kondisi kerja masing-masing rumah sakit. Dengan demikian, meskipun tidak terbukti berpengaruh secara langsung, beban kerja fisik tetap perlu dikelola dengan baik agar tidak berkembang menjadi kelelahan kronis yang bisa berdampak pada aspek psikologis perawat. Pendekatan seperti pelatihan ergonomi, rotasi kerja yang adil, dan pengaturan shift yang proporsional penting dilakukan untuk menjaga kesehatan emosional tenaga keperawatan secara keseluruhan.

### **Pengaruh Beban Waktu terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban waktu memiliki pengaruh langsung dan signifikan terhadap kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai T-statistic sebesar 2,664 dan p-value sebesar 0,008. Beban waktu dalam konteks ini merujuk pada tekanan yang dirasakan perawat ketika harus menyelesaikan tugas-tugas mendesak dalam waktu yang terbatas. Tekanan ini seringkali menyebabkan stres, kelelahan mental, dan perasaan terburu-buru, yang pada akhirnya mengganggu kemampuan perawat dalam mengelola emosi, menunjukkan empati, dan



membangun hubungan interpersonal dengan pasien. Temuan ini sejalan dengan penelitian Nurhalimah dan Putri (2022) yang menunjukkan bahwa tekanan waktu dapat menurunkan kecerdasan emosional perawat, terutama pada ruang IGD yang memiliki ritme kerja cepat. Hal serupa juga ditemukan oleh Pratiwi dan Damanik (2021), yang menyimpulkan bahwa keterbatasan waktu menurunkan kemampuan perawat untuk melakukan refleksi diri dan komunikasi emosional yang efektif.

Namun demikian, hasil ini bertentangan dengan studi Sari dan Hidayat (2023) di rumah sakit tipe C, yang menemukan bahwa beban waktu tidak berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional, kemungkinan karena jumlah pasien yang lebih sedikit dan jadwal kerja yang fleksibel. Di RS Mata JEC Orbita Makassar, tuntutan spesifik pada layanan mata dan padatnya jadwal kerja membuat tekanan waktu menjadi isu penting yang perlu dikelola. Tanpa manajemen waktu yang efektif, perawat berisiko mengalami frustrasi dan penurunan stabilitas emosi, yang berdampak langsung pada kualitas pelayanan. Oleh karena itu, manajemen rumah sakit perlu mengoptimalkan sistem kerja melalui pengaturan jadwal, efisiensi dokumentasi, serta pelatihan manajemen waktu dan stres. Sejalan dengan teori kecerdasan emosional Goleman, tekanan waktu yang tinggi dapat menghambat kemampuan individu dalam mengelola emosi, memotivasi diri, serta menunjukkan empati komponen utama kecerdasan emosional yang sangat penting dalam pelayanan keperawatan.

### **Pengaruh Beban Kinerja terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian di RS Mata JEC Orbita Makassar menunjukkan bahwa beban kinerja tidak memiliki pengaruh langsung yang signifikan terhadap kecerdasan emosional perawat, ditunjukkan oleh nilai T-statistic sebesar 1,866 dan p-value sebesar 0,063. Hal ini mengindikasikan bahwa walaupun perawat menghadapi berbagai target kerja dan standar pelayanan, mereka tetap mampu menjaga kestabilan emosinya. Kemampuan ini didukung oleh pengalaman kerja, pelatihan, serta dukungan lingkungan kerja yang baik seperti supervisi yang suportif dan pembagian tugas yang adil. Sejalan dengan temuan ini, penelitian oleh Wulandari dan Putra (2022) menunjukkan bahwa beban kinerja tidak berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional karena perawat sudah terbiasa dengan tekanan kerja dan memiliki strategi adaptasi yang kuat. Begitu pula dengan temuan Nuraini dkk. (2023) yang menyatakan bahwa selama beban kinerja disampaikan secara jelas dan terstruktur, maka tidak akan menjadi sumber stres emosional.

Namun demikian, perbedaan kontekstual bisa menyebabkan hasil yang tidak seragam. Misalnya, penelitian oleh Rachmawati dan Hasan (2021) mengungkapkan bahwa beban kinerja bisa berdampak negatif terhadap kecerdasan emosional bila manajemen rumah sakit kurang mendukung, target kerja tidak realistis, dan komunikasi organisasi tidak efektif. Hal ini menegaskan bahwa bukan hanya besar kecilnya beban kinerja yang penting, tetapi juga bagaimana beban tersebut dikelola. Hasil di RS Mata JEC Orbita mendukung teori Adaptasi, yang menyatakan bahwa seseorang dapat menyesuaikan diri terhadap tekanan kerja jika memiliki dukungan sosial dan mekanisme koping yang memadai. Oleh karena itu, penting bagi rumah sakit untuk mempertahankan sistem kerja yang jelas dan adil serta terus memberikan pelatihan penguatan emosional agar perawat tetap mampu memberikan pelayanan profesional dengan empati dan ketenangan.

### **Pengaruh Beban Frustrasi terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban frustrasi tidak memiliki pengaruh langsung terhadap kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar, yang ditunjukkan oleh nilai T-statistic sebesar 1,277 dan p-value 0,202. Beban frustrasi, yakni tekanan psikologis

akibat hambatan atau hasil kerja yang tidak sesuai harapan, tidak serta-merta menurunkan kemampuan perawat dalam mengelola emosi. Hal ini dimungkinkan karena adanya mekanisme koping yang kuat, pelatihan komunikasi yang memadai, serta dukungan sosial dari rekan kerja dan atasan. Lingkungan kerja yang suportif membuat perawat tetap stabil secara emosional meskipun menghadapi tekanan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Dewi dan Astuti (2022) serta Siregar dkk. (2023) yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional lebih dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kepribadian dan motivasi, daripada tekanan kerja eksternal seperti frustrasi.

Sebaliknya, studi oleh Putri dan Ramadhani (2021) menunjukkan bahwa beban frustrasi dapat berdampak negatif terhadap kecerdasan emosional jika tidak diimbangi dengan pelatihan psikologis dan dukungan organisasi. Perbedaan hasil ini menunjukkan bahwa efek beban frustrasi sangat kontekstual, bergantung pada kesesuaian antara individu dan lingkungan kerja seperti dijelaskan dalam teori *person-environment fit*. Dalam kasus RS Mata JEC Orbita Makassar, sistem kerja yang terstruktur, budaya kerja yang positif, serta ruang adaptasi yang cukup membuat perawat mampu mengatasi tekanan tanpa mengalami gangguan emosional. Oleh karena itu, manajemen rumah sakit disarankan untuk terus mempertahankan dan meningkatkan pelatihan manajemen stres, komunikasi efektif, dan konseling rutin guna memperkuat ketahanan emosional perawat dalam menghadapi tantangan kerja.

### **Pengaruh Beban Usaha terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban usaha tidak memiliki pengaruh langsung terhadap kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar (T-statistic = 1,528;  $p = 0,127$ ). Meskipun perawat menghadapi tuntutan kerja tinggi, seperti jumlah pasien, kompleksitas tindakan medis, serta kecepatan pelayanan, mereka tetap mampu mempertahankan kestabilan emosional. Hal ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional lebih dipengaruhi oleh faktor internal seperti pengalaman kerja dan pelatihan keterampilan emosional, daripada tekanan fisik semata. Dukungan dari lingkungan kerja yang kolaboratif dan sistem kerja yang efisien turut memperkuat kemampuan perawat dalam mengelola tekanan tanpa mengorbankan kualitas interaksi dan pelayanan.

Penelitian serupa oleh Sari dan Hartono (2022) mengungkapkan bahwa beban usaha tidak berpengaruh signifikan terhadap kecerdasan emosional perawat di Jawa Tengah, dengan faktor kepribadian dan pengalaman kerja sebagai penentu utama. Yuliani dan Wibowo (2023) juga menyatakan bahwa pelatihan komunikasi dan dukungan sosial lebih efektif dalam menjaga keseimbangan emosional perawat dibandingkan dengan pengurangan beban fisik. Sebaliknya, penelitian oleh Andini dan Prasetya (2021) menemukan bahwa beban usaha tinggi dapat menurunkan kecerdasan emosional, terutama di unit gawat darurat dengan ritme kerja cepat. Perbedaan ini menunjukkan bahwa pengaruh beban usaha sangat dipengaruhi oleh konteks kerja dan mekanisme koping masing-masing individu. Di RS Mata JEC Orbita Makassar, sistem pendukung yang kuat dan pelatihan rutin memungkinkan perawat tetap tangguh secara emosional meski di bawah tekanan tinggi.

### **Pengaruh Kelelahan terhadap Kecerdasan Emosional pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan memiliki pengaruh langsung dan signifikan terhadap kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar, dengan nilai T-statistic sebesar 10,253 dan p-value 0,000. Kelelahan yang dimaksud mencakup kondisi fisik dan mental akibat beban kerja berlebihan, kurang istirahat, atau tekanan psikologis. Ketika kelelahan meningkat, perawat cenderung mengalami penurunan dalam kemampuan mengelola emosi, yang berdampak pada penurunan empati, kesabaran, serta kualitas komunikasi dengan

pasien dan rekan kerja. Temuan ini diperkuat oleh Teori Burnout dari Maslach dan Jackson, yang menyebut bahwa kelelahan emosional sebagai bagian dari burnout dapat menurunkan kapasitas individu dalam berinteraksi sosial dan emosional. Teori Kecerdasan Emosional Goleman juga menegaskan bahwa stres dan kelelahan kronis dapat mengganggu fungsi utama kecerdasan emosional seperti regulasi emosi dan empati.

Sejumlah studi sebelumnya turut mendukung temuan ini. Putri dan Nugroho (2021) menunjukkan bahwa kelelahan menurunkan kontrol emosi perawat di rumah sakit Yogyakarta, sementara Rahmawati et al. (2022) menemukan bahwa tekanan fisik dan psikologis secara signifikan mengurangi stabilitas emosi di ruang rawat inap. Wulandari (2023) juga menyimpulkan bahwa peningkatan kelelahan kerja berkorelasi negatif dengan kecerdasan emosional perawat. Oleh karena itu, untuk menjaga kualitas pelayanan, RS Mata JEC Orbita Makassar perlu menerapkan strategi manajemen kelelahan seperti pengaturan jadwal kerja yang seimbang, pelatihan manajemen stres, ruang relaksasi, serta dukungan psikologis yang berkelanjutan.

### **Pengaruh Beban Kerja Dari Indikator (Beban Kerja Mental, Beban Kerja Fisik, Beban Waktu, Beban Kinerja, Beban Frustrasi, dan Beban Usaha) terhadap Kecerdasan Emosional Melalui Tingkat Kelelahan pada Perawat yang Bekerja di RS Mata JEC Orbita Makassar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan secara signifikan memediasi hubungan antara beberapa jenis beban kerja terhadap kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar. Beban kerja mental, fisik, frustrasi, dan kinerja terbukti memiliki pengaruh tidak langsung terhadap penurunan kecerdasan emosional melalui kelelahan, yang mengindikasikan bahwa kelelahan menjadi jalur penting dalam hubungan tersebut. Sebaliknya, beban usaha dan beban waktu tidak menunjukkan pengaruh tidak langsung yang signifikan. Temuan ini sejalan dengan teori Job Demand-Resources dan Conservation of Resources, yang menjelaskan bahwa kelelahan muncul ketika tuntutan pekerjaan tidak diimbangi dengan sumber daya yang cukup, dan pada akhirnya berdampak pada penurunan fungsi emosional seperti yang dijelaskan dalam teori Kecerdasan Emosional.

Penelitian ini didukung oleh berbagai studi sebelumnya. Fadillah et al. (2022) melaporkan bahwa kelelahan mental menghambat regulasi emosi tenaga kesehatan, sedangkan Wulandari & Sari (2021) menemukan bahwa kelelahan fisik akibat aktivitas tinggi memperburuk empati perawat. Beban frustrasi yang ditimbulkan oleh hambatan kerja juga terbukti menjadi pemicu burnout dan penurunan kecerdasan emosional (Putri & Kurniawati, 2022), sementara tekanan kinerja berdampak negatif terhadap kestabilan emosi akibat kelelahan kronis (Prasetyo & Maulida, 2023). Meskipun beban usaha dan waktu tidak berpengaruh signifikan dalam penelitian ini, hasil serupa ditemukan oleh Handayani et al. (2021) dan Amelia et al. (2022), yang menekankan pentingnya manajemen kerja dan faktor individual dalam meredam dampak beban tersebut. Dengan demikian, fokus intervensi sebaiknya diarahkan pada pengelolaan kelelahan yang bersumber dari beban kerja mental, fisik, frustrasi, dan kinerja guna menjaga kecerdasan emosional perawat.

### **KESIMPULAN**

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa kelelahan perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar dipengaruhi secara signifikan oleh beberapa indikator beban kerja, yaitu beban mental, fisik, kinerja, dan frustrasi, sementara beban waktu dan usaha tidak berpengaruh. Dalam kaitannya dengan kecerdasan emosional, hanya beban mental dan beban waktu yang berpengaruh secara langsung, sedangkan beban fisik, kinerja, frustrasi, dan usaha tidak menunjukkan pengaruh langsung. Namun, secara tidak langsung, beban mental, fisik, frustrasi,

dan kinerja memengaruhi kecerdasan emosional melalui kelelahan. Temuan penting lainnya adalah bahwa kelelahan memiliki pengaruh paling besar terhadap kecerdasan emosional, dan beban kinerja menjadi faktor utama yang memicu kelelahan.

Untuk mengatasi pengaruh beban kerja terhadap kelelahan dan kecerdasan emosional perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar, rumah sakit disarankan untuk menerapkan program manajemen stres dan pelatihan kecerdasan emosional secara intensif, menyediakan fasilitas kerja yang ergonomis, ruang istirahat memadai, serta jadwal kerja yang fleksibel. Selain itu, pengelolaan target kinerja yang realistis dan sistem pendukung psikologis juga penting untuk mengurangi beban frustrasi dan mental yang berdampak pada kelelahan dan penurunan kemampuan emosional. Meskipun beberapa indikator seperti beban waktu, usaha, dan kinerja tidak berpengaruh langsung terhadap kecerdasan emosional, namun perhatian terhadap keseimbangan kerja dan efisiensi sistem tetap diperlukan untuk mencegah dampak tidak langsung melalui kelelahan. Pendekatan ini perlu diwujudkan dalam kebijakan rumah sakit yang holistik dan berkelanjutan demi menjaga kesejahteraan fisik dan emosional perawat.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan terimakasih kepada para pembimbing saya dan khususnya kepada perawat di RS Mata JEC Orbita Makassar yang bersedia menjadi responden saya selama penelitian.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adi, Y. A., & Lestari, D. P. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental dan Kecerdasan Emosional pada Perawat Shift Malam. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(1), 75–83
- Aminulloh, S., & Tualeka, A.R. (2024). *The Relationship between Mental Workload and Work Fatigue with Work Stress in Night Shift Nurses at Fatimah Islamic Hospital Banyuwangi*. *Media Gizi dan Kesehatan*, 13(1). <https://e-journal.unair.ac.id/MGK/article/view/48288>
- Amelia, S., Hutabarat, Y., & Priyono, S. (2022). *Flexible working hours and nurse fatigue: A case study in Indonesia*. *International Journal of Nursing Science*, 9(1), 33–41
- Ananda, M. R., & Fikri, H. (2023). Pengaruh Kelelahan Fisik Terhadap Stabilitas Emosional Tenaga Medis di RSUD Kota X. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 9(1), 15–23
- Andini, N., & Prasetya, B. (2021). *Kecerdasan Emosional dan Beban Usaha pada Perawat UGD*. *Jurnal Kesehatan Mental dan Kerja*, 5(2), 77–85
- Cavanaugh, M. A., & Li, X. (2022). *The Role of Emotional Intelligence in Reducing Burnout in Healthcare Workers*. *International Journal of Stress Management*, 29(2), 112–127.
- Chan, L.Y., Tan, H.L., & Ahmad, A. (2022). *Physical workload and fatigue among hospital nurses in Malaysia: A cross-sectional study*. *Asian Nursing Research*, 16(1), 55–62
- Dewi, R., & Astuti, T. (2022). Hubungan Beban Frustrasi dengan Kecerdasan Emosional Perawat di RS Swasta Yogyakarta. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(2), 123–130.
- Fatimah F. B., Reza A.A., Arman. (2021) Pengaruh Kelelahan Kerja, Stres Kerja, Motivasi Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Perawat Di RSUD Kota Makassar. *An Idea Health Journal* 1(02).
- Fadillah, N., Sari, D., & Mulyani, R. (2022). *Mental fatigue and emotional regulation among hospital nurses during COVID-19*. *Indonesian Journal of Nursing Research*, 6(1), 45–52
- Goh, Y. Y., et al. (2021). *The Impact of Workload on Healthcare Professionals: A Systematic Review*. *Journal of Occupational Health Psychology*, 26(4), 340–359
- Haryati, S., & Rini, A. (2022). Analisis Beban Kerja Fisik dan Kecerdasan Emosional Perawat di Rumah Sakit Tipe B. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 17(1), 43–50.

- Hamaideh, S. H., & Basyuni, S. (2022). *Stress, Burnout, and Emotional Intelligence Among Healthcare Workers in a Middle Eastern Hospital*. *BMC Health Services Research*, 22(1), 345
- Handayani, R., Nugroho, D., & Lestari, P. (2021). *The influence of perceived effort and mental fatigue on job burnout*. *Journal of Occupational Health Psychology*, 12(3), 142–150
- Juanamasta, I.G., et al. (2024). *Prevalence of burnout and its determinants among Indonesian nurses: a multicentre study*. *Scientific Reports*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC11685480>
- Laksmi, N. P., & Dwi, R. M. (2021). Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Tingkat Emosi Perawat di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 10(2), 77–84
- Lestari, R. D., & Nugroho, A. W. (2022). *Hubungan Beban Kinerja dengan Kelelahan Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Jawa Timur*. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(1), 45–52
- Lestari, I.B.I., Jingga, N.A., & Wahyudiono, Y.D.A. (2023). *The Relationship Between Physical And Mental Workload With Fatigue On Nurses*. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 12(1). <https://e-journal.unair.ac.id/IJOSH/article/view/25556>
- Liu, J., & Yang, L. (2022). *The Relationship Between Workload and Fatigue in Healthcare Providers: A Cross-sectional Study*. *Journal of Nursing Research*, 30(2), e163
- Manik, T. B., & Sitompul, D. (2023). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Perawat di RSUD Medan. *Jurnal Keperawatan Sumatera*, 9(2), 62–69
- Muhdar M., Reza Aril Ahri., Sitti Patimah. (2024). Pengaruh Pemberdayaan Terhadap Kelelahan Kerja dan Kecerdasan Emosional Perawat di RSUD Haji Kota Makassar. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 5(1), 51-59.
- Mulyana, D., & Santoso, R. (2023). Pengaruh Shift Malam Terhadap Kelelahan Fisik Perawat di RSUD NTB. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 26(2).
- Nurhalimah, L., & Putri, M. A. (2022). Hubungan Beban Waktu dengan Kecerdasan Emosional Perawat di IGD Rumah Sakit Tipe B. *Jurnal Keperawatan Nusantara*, 14(2), 102–110
- Nuraini, S., Oktaviani, D., & Lestari, M. (2023). Manajemen Beban Kerja dan Dampaknya Terhadap Emosi Perawat di Layanan Kritis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 11(2), 65–74
- Putri, D. A., & Ramadhani, S. (2021). Pengaruh Frustasi Kerja Terhadap Kecerdasan Emosional di RSUD X. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 6(3), 88–95
- Putri, A., & Kurniawati, H. (2022). *Emotional exhaustion as mediator in the relationship between frustration and emotional intelligence in nurses*. *Journal of Nursing Care*, 11(3), 134–14.
- Prasetyo, F., & Maulida, I. (2023). *Performance demands and emotional competence among hospital nurses*. *Jurnal Psikologi Terapan*, 14(2), 215–228.
- Pratiwi, S. N., & Damanik, F. (2021). Pengaruh Tekanan Waktu Terhadap Kemampuan Emosional Perawat di Rumah Sakit Swasta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(3), 45–52
- Rahayu, L. P., & Putri, A. N. (2022). Pengaruh Frustasi Kerja terhadap Kelelahan pada Perawat di RS Swasta Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Mental Kerja*, 5(2), 74–81
- Rachmawati, Y., & Hasan, M. (2021). Pengaruh Tuntutan Kinerja Terhadap Stres Emosional Perawat. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 6(3), 87–96
- Rahmawati, D., Surya, A., & Hendrawan, H. (2022). Beban Kerja Mental dan Hubungannya dengan Kecerdasan Emosional di IGD RS Tipe B. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2), 110–117
- Salsabila, D.A., & Pratiwi, P.E. (2024). *Workload on Nurses' Psychological Well-Being*. *Journal of Social and Industrial Psychology*, 13(2). <https://journal.unnes.ac.id/journals/sip/article/view/19528>
- Sari, F. A., & Nugraha, E. (2022). Pengaruh Beban Kerja dan Waktu Kerja terhadap Kelelahan Perawat di RSUD Bandung. *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 8(1), 34–41



- Sari, D. N., & Hidayat, T. (2023). *Beban Waktu Tidak Berpengaruh Signifikan terhadap Kecerdasan Emosional Perawat di Rumah Sakit Tipe C*. Jurnal Psikologi dan Kesehatan Kerja, 7(1), 33–41
- Sari, R., & Hartono, T. (2022). *Hubungan Beban Usaha dan Kecerdasan Emosional Perawat di Rumah Sakit Umum*. Jurnal Keperawatan Indonesia, 10(3), 212–220
- Setiawan, H., & Anggraeni, I. (2023). *Hubungan Antara Beban Frustrasi dan Kelelahan Emosional pada Perawat di RS Surabaya*. Jurnal Psikologi Kesehatan, 6(1), 32–40
- Siregar, R., Manalu, F., & Lestari, A. (2023). *Frustrasi Kerja dan Regulasi Emosi pada Perawat IGD Rumah Sakit Pemerintah*. Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, 9(1), 45–52
- Wahyuni, L. F., & Sari, M. A. (2021). *Motivasi Kerja sebagai Variabel Moderasi Pengaruh Beban Kinerja terhadap Kelelahan*. Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia, 12(1), 33–40
- Wahyuni, S., & Pratama, R. (2024). *Work Fatigue Among ICU and Operating Room Nurses in Public Hospitals*. Jurnal Keperawatan Profesional, 8(1)
- Widiastuti, N. L., & Astika, I. N. (2023). *Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Perawat di RSUP Sanglah Bali*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 11(2), 50–56
- Wulandari, E., & Sari, M. (2021). *Physical workload and stress level among nurses in emergency units*. Nurse and Health: Jurnal Keperawatan, 10(1), 72–81
- Wulandari, I., & Putra, H. A. (2022). *Hubungan Beban Kinerja Terhadap Kecerdasan Emosional Perawat di RSUD Tipe B*. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Psikologi, 8(1), 22–30
- Yusuf, R., & Putri, A. M. (2021). *Burnout sebagai Dampak Beban Kerja Mental pada Perawat: Perspektif Kecerdasan Emosional*. Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, 6(3), 134–141
- Yuliani, A., & Wibowo, S. (2023). *Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Usaha Terhadap Kecerdasan Emosional Perawat*. Jurnal Psikologi Kerja, 8(1), 34–41