

**PENGARUH JAM KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TENAGA MEDIS  
DI RSU MAHAWIRA PRIMA INDONESIA**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**PETRA PASKANI NDRURU**  
**2129101008/PSI**



**FAKULTAS BISNIS DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TJUT NYAK DHIEEN  
MEDAN  
2025**

**PENGARUH JAM KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TENAGA MEDIS  
DI RSU MAHAWIRA PRIMA INDONESIA**

**SKRIPSI**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi  
Pada Program Studi Psikologi  
Universitas Tjut Nyak Dhien

**Oleh :**

**PETRA PASKANI NDRURU**  
**2129101008/PSI**

**FAKULTAS BISNIS DAN HUMANIORA  
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS TJUT NYAK DHIEEN  
MEDAN  
2025**

## LEMBARAN PENGESAHAN

**Judul Skripsi** : Pengaruh Jam Kerja Dan Beban Kerja Terhadap  
Kesejahteraan Psikologis Tenaga Medis Di RSU  
Mahawira Prima Indonesia  
**Nama Mahasiswa** : Petra Paskani Ndruru  
**nomor Pokok Mahasiswa** : 2129101008  
**Program Studi** : Psikologi

Mengetahui

Komisi Pembimbing



Endah Sari Lubis, S.Psi., M.Psi., M.M)

Dosen Pembimbing I



(Cut Rafyqa Fadhilah, S.Psi., M.Psi., Psikolog)

Dosen Pembimbing II

Ketua Program Studi



Khaerany Nisfiary, S.Psi., M.Psi)

Dekan



(Dr. Dahlia Kusuma Dewi, S.H., M.H)

**FAKULTAS BISNIS DAN HUMANIORA**  
**UNIVERSITAS TJUT NYAK DHIEEN MEDAN**  
**BERITA ACARA UJIAN**  
**UNTUK MEMPERTAHANKAN SKRIPSI BAGI MAHASISWA**  
**FAKULTAS BISNIS DAN HUMANIORA**  
**UNIVERSITAS TJUT NYAK DHIEEN MEDAN**

**Panitia Ujian Skripsi Mahasiswa**

**Dalam Siding Yang Diselenggarakan Pada:**

**Hari/Tanggal** : Jumat, 3 Oktober 2025  
**Nama Mahasiswa** : Petra Paskani Ndruru  
**Nomor Pokok Mahasiswa** : 2129101008  
**Program Studi** : Psikologi  
**Judul skripsi** : PENGARUH JAM KERJA DAN BEBAN KERJA  
TERHADAP KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS  
TENAGA MEDIA DI RSU MAHAWIRA PRIMA  
INDONESIA  
**Ditetapkan** : (B) Lulus Yudisum  
( ) Lulus bersyarat, dan perlu perbaikan  
( ) Tidak Lulus

**Panitia Ujian/Tim Penguji**

**Ketua**



(Amelia Elsa, S.Psi., M.Psi., Psikolog)

**Anggota**



~~Sari~~ Sari Lubis, S.Psi., M.Psi., M.M)

**Anggota**



(Cut Rafyqa Fadhillah, S.Psi., M.Psi., Psikolog)

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Petra Paskani Ndruru  
NPM : 2129101008  
Fakultas : Bisnis Dan Humaniora  
Jurusan : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi dengan judul **Pengaruh Jam Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kesejahteraan Psikologis Tenaga Medis Di RSUD Mahawira Prima Indonesia** adalah skripsi karya ilmiah saya sendiri dan bukan merupakan skripsi plagiat atau milik orang lain, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah saya sebutkan sumbernya dengan benar dan jelas.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar benarnya apabila dikemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapatkan sanksi sesuai dengan ketentuan dan peraturan yang berlaku

Medan, 23 desember 2025

Yang menyatakan



Petra paskani Ndruru

Npm 2129101008

**PENGARUH JAM KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP  
KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TENAGA MEDIS DI RSU  
MAHAWIRA PRIMA INDONESIA.**

**Petra Paskani Ndruru  
2129101008**

**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jam kerja dan beban kerja terhadap kesejahteraan psikologis tenaga medis di RSU Mahawaira Prima Indonesia. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan populasi sebanyak 107 tenaga medis dan sampel ditentukan 52 reponden menggunakan rumus Slovin. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang telah diuji validitas dan realibilitasnya. Teknik analisis data yang digunakan adalah regresi linear berganda dengan uji t, uji F, dan koefisien determinasi ( $R^2$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jam kerja berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis tenaga medis ( $t= 2,188$  ;  $p< 0,05$ ). Beban kerja juga berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis tenaga medis ( $t=3,201$  ;  $p< 0,05$ ). Secara simultan, jam kerja dan beban kerja berpengaruh signifikan terhadap kesejahteraan psikologis tenaga medis dengan nilai  $F= 16,147$  ( $p<0,05$ ) dan koefisien determinasi sebesar 39,7%. Hal ini menunjukkan bahwa 39,7% variasi kesejahteraan psikologis dijelaskan oleh jam kerja dan beban kerja. Sedangkan 60,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

**Kata kunci : jam kerja, beban kerja, kesejahteraan psikologis**

**THE INFLUENCE OF WORKING HOURS AND WORKLOAD ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF HEALTHCARE WORKERS AT RSU MAHAWIRA PRIMA INDONESIA.**

**Petra Paskani Ndruru**  
**2129101008**

**ABSTRACT**

*This study aimed to determine the influence of working hours and workload on the psychological well-being of healthcare workers at Mahawira Prima General Hospital, Indonesia. This research employs a quantitative approach with a population of 107 healthcare workers. A sample size of 52 respondents was determined using Slovin's formula. The research instrument was a questionnaire that had been tested for validity and reliability. The data were analyzed using multiple linear regression with t-tests, F-tests, and the coefficient of determination ( $R^2$ ). The results of this study indicated that working hours have a significant influence on the psychological well-being of healthcare workers ( $t=2.188$ ;  $p<0.05$ ). Similarly, workload also significantly affected the psychological well-being of healthcare workers ( $t=3.201$ ;  $p<0.05$ ). Simultaneously, working hours and workload significantly influenced the psychological well-being of healthcare workers with an F value of 16.147 ( $p<0.05$ ) and a coefficient of determination of 39.7%. This suggests that 39.7% of the variation in psychological well-being could be explained by working hours and workload, while the remaining 60.3% was influenced by factors outside the scope of this research.*

**Keywords: working hours, workload, psychological well-being.**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat kesehatan dan kesempatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal yang berjudul **“Pengaruh Jam Kerja dan Beban Kerja Terhadap Kesejahteraan Psikologis Tenaga Medis di RSU Mahawira Prima Indonesia”** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Tjut Nyak Dhien Medan.

Dalam proses penyusunan proposal ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr.apr. Eva Sartika Dasopang, M.si selaku Rektor Universitas Tjut Nyak Dhien Medan.
2. Ibu Dr. Dahlia Kusuma Dewi, S.H., M.H selaku Dekan Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Tjut Nyak Dhien Medan.
3. Ibu Reny Khaerany Nisfiary, S.PdI., M.Psi selaku ketua program studi psikologi Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Tjut Nyak Dhien Medan.
4. Ibu Indah Sari Liza Lubis, S.Psi., M. Psi., M.M selaku Wakil Dekan Fakultas Bisnis dan Humaniora Universitas Tjut Nyak Dhien Medan dan selaku dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Cut Rafyqa Fadhilah, S.Psi. M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan arahan dalam penyusunan skripsi ini.

6. Ibu Amelia Alsa, M.Psi., Psikolog selaku dosen penguji pada seminar proposal.
7. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi di Lingkungan Universitas Tjut Nyak Dhien Medan yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis selama duduk dibangku perkuliahan.
8. Direktur/Owner/HRD beserta staf RSU Mahawira Prima Indonesia yang telah memberikan kesempatan dan kemudahan kepada penulis untuk melakukan penelitian.
9. Teristimewa kepada kedua orang tua saya, Bapak dan Ibu tercinta serta saudara-saudara saya yang telah membantu dan menyemangati saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam penulisan skripsi ini yang namanya tidak bisa penulis sebut satu persatu.

Akhir kata penulis berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membaca dan peneliti khususnya. Penulis mengharapkan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Sekian dan terima kasih.

**Medan, 26 Juni 2025**  
**Penulis**

**Petra Paskani Ndruru**  
**NPM :2129101008**

## DAFTAR ISI

|                                                     | Halaman             |
|-----------------------------------------------------|---------------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                | <b>i</b>            |
| <b>ABSTRACT .....</b>                               | <b>ii</b>           |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                          | <b>3ii</b>          |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                             | <b>v</b>            |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                           | <b>vii</b>          |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                           | <b>ix</b>           |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                        | <b>x</b>            |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                      | <b>ix</b>           |
| A. Latar Belakang .....                             | x                   |
| B. Indentifikasi Masalah.....                       | 6                   |
| C. Batasan Masalah .....                            | 7                   |
| D. Rumusan Masalah.....                             | 7                   |
| E. Tujuan Penelitian.....                           | Error! Bookmark not |
| F. Manfaat Penelitian .....                         | 8                   |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI.....</b>                   | <b>10</b>           |
| A. Jam Kerja .....                                  | 10                  |
| B. Beban Kerja.....                                 | 14                  |
| C. Kesejahteraan Psikologis .....                   | 16                  |
| D. Penelitian Terdahulu .....                       | 21                  |
| E. Kerangka Konseptual.....                         | 22                  |
| F. Hipotesis.....                                   | 23                  |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>          | <b>24</b>           |
| A. Jenis Penelitian .....                           | 24                  |
| B. Lokasi dan Waktu.....                            | 24                  |
| C. Populasi dan Sampel.....                         | 26                  |
| D. Variabel dan Definisi Operasional Variabel ..... | 29                  |
| E. Teknik Pengumpulan Data.....                     | 32                  |
| F. Instrumen Penelitian .....                       | 35                  |
| G. Teknik Analisis Data .....                       | 40                  |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>             | <b>46</b>           |
| A. Deskripsi Objek Penelitian.....                  | 46                  |
| B. Hasil Penelitian .....                           | 47                  |

|                                         |           |
|-----------------------------------------|-----------|
| C. Pembahasan .....                     | 63        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b> | <b>68</b> |
| A. Kesimpulan .....                     | 68        |
| B. Keterbatasan Penelitian .....        | 69        |
| C. Implikasi Praktis .....              | 69        |
| D. Saran .....                          | 70        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>              | <b>72</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                           | Halaman |
|---------------------------------------------------------------------------|---------|
| Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....                                       | 21      |
| Tabel 3.2 Waktu Pelaksanaan Penelitian .....                              | 26      |
| Tabel 3.3 Populasi Dokter .....                                           | 27      |
| Tabel 3.4 Populasi Perawat dan Bidan .....                                | 27      |
| Tabel 3.5 Defenisi Operasional Variabel .....                             | 30      |
| Tabel 3.6 Kuisisioner/angket .....                                        | 34      |
| Tabel 3.7 Blueprint Jam Kerja .....                                       | 36      |
| Tabel 3.8 Blueprint Beban Kerja .....                                     | 37      |
| Tabel 3.9 Blueprint Kesejahteraan Psikologis .....                        | 39      |
| Tabel 4.10 Jenis Kelamin Responden .....                                  | 48      |
| Tabel 4.11 Usia Responden .....                                           | 48      |
| Tabel 4.12 Hasil Uji Validasi Variabel Jam Kerja .....                    | 49      |
| Tabel 4.13 Hasil Uji Validasi Variabel Beban Kerja .....                  | 50      |
| Tabel 4.14 Hasil Uji Validasi Kesejahteraan Psikologis Tenaga Medis ..... | 51      |
| Tabel 4.15 Hasil Uji Reliabilitas .....                                   | 52      |
| Tabel 4.16 Hasil Uji Normalitas .....                                     | 53      |
| Tabel 4.17 Hasil Uji Multikolinearitas .....                              | 55      |
| Tabel 4.18 Hasil Uji Heteroskedastisitas .....                            | 56      |
| Tabel 4.19 Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda .....               | 57      |
| Tabel 4.20 Hasil Uji t Pada Variabel Jam Kerja dan Beban Kerja .....      | 59      |

|                                                                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 4.21 Hasil Uji Anova (Pengaruh Jam Kerja dan Beban Kerja Terhadap<br>Kesejahteraan Psikologis Tenaga Medis ..... | 60 |
| Tabel 4.22 Hasil Uji Koefisien Determinasi .....                                                                       | 61 |
| Tabel 4.23 Interpretasi Koefisien Korelasi .....                                                                       | 62 |
| Tabel 4.24 Hasil Uji Koefisien Korelasi .....                                                                          | 62 |
| Tabel 4.25 Hasil Uji Statistik .....                                                                                   | 63 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                    | Halaman                    |
|------------------------------------|----------------------------|
| Gambar 3.1 Tempat Penelitian ..... | <b>Error! Bookmark not</b> |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                               |     |
|---------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1. Biodata Penulis .....                             | 76  |
| Lampiran 2. Kuesioner.....                                    | 77  |
| Lampiran 3. Karakteristik Data Responden .....                | 83  |
| Lampiran 4. Tabulasi .....                                    | 84  |
| Lampiran 5. Uji Validitas dan Reabilitas .....                | 87  |
| Lampiran 6. Uji Asumsi Klasik .....                           | 99  |
| Lampiran 7. Uji Regresi Linear .....                          | 100 |
| Lampiran 8. Uji t .....                                       | 100 |
| Lampiran 9. Uji F .....                                       | 100 |
| Lampiran 10. Uji Determinasi dan dan Koefisien Korelasi ..... | 100 |
| Lampiran 11. Tabel r .....                                    | 101 |
| Lampiran 12. Tabel t .....                                    | 103 |
| Lampiran 13. Tabel F .....                                    | 104 |

