

Pengaruh Shift Malam dan Beban Administrasi terhadap Kelelahan Kerja (Burnout) pada Perawat Rumah Sakit Haji Medan

**Hilma Harmen¹, Atika Zahra², Jekson Sihombing³, Nabila Khairunnisa⁴,
Ricce Sukmawati Br Rajagukguk⁵, Sebrina Intan Aulia⁶, Suci Destiyani⁷**

Universitas Negeri Medan, Medan, Indonesia

hilmaharmen@unimed.ac.id¹, atikazahranew@gmail.com², jeksons21@gmail.com³,
nabilakhrnsaa11@gmail.com⁴, rg6752288@gmail.com⁵, sebrinaintan@gmail.com⁶,
sucidestiyani67@gmail.com⁷

Submitted: 07th June 2026 | **Edited:** 23rd August 2026 | **Issued:** 01st October 2026

Cited on: Harmen, H., Zahra, A., Sihombing, J., Khairunnisa, N., Br Rajagukguk, R. S., Aulia, S. I., & Destiyani, S. (2026). Pengaruh Shift Malam dan Beban Administrasi terhadap Kelelahan Kerja (Burnout) pada Perawat Rumah Sakit Haji Medan. *SCIENTIFIC JOURNAL OF REFLECTION: Economic, Accounting, Management and Business*, 9(4), 1708-1716.

ABSTRACT

Burnout is a condition of physical, emotional, and mental exhaustion that nurses may experience due to high job demands. Night shifts and administrative workload are factors suspected of contributing to burnout among nurses. Night shifts can disrupt circadian rhythms and sleep patterns, while a high administrative workload can increase work-related stress, potentially leading to occupational burnout. This study aims to analyze the influence of night shifts and administrative workload on work-related exhaustion (burnout) among nurses at Haji Medan Hospital. This study employs a quantitative approach with an associative research design. The study population consists of all 213 nurses at Haji Medan Hospital. The study sample consisted of 53 nurses working in the Shafa Marwa and Thaif wards, selected using purposive sampling. Data were collected through a questionnaire and analyzed using multiple linear regression analysis, t-tests, F-tests, and the coefficient of determination (R^2). This study examined the effects of night shifts and administrative workload, both partially and simultaneously, on nurse burnout. The results of this study are expected to serve as a basis for the hospital in managing work shift systems and administrative workload to reduce the risk of burnout and improve the quality of nursing care.

Keywords: Night Shift, Administrative Burden, Burnout, Nurses, Hospital

PENDAHULUAN

Rumah sakit merupakan organisasi yang padat investasi, padat tenaga kerja, serta intensif dalam pemanfaatan ilmu pengetahuan dan teknologi. Rumah Sakit Haji Medan, yang berdiri sejak 1992 dan dialihkelolakan kepada Pemerintah Provinsi Sumatera Utara pada Desember 2011, melayani ribuan pasien jemaah haji dan masyarakat umum setiap tahun dengan fasilitas isolasi khusus serta unit gawat darurat 24 jam. Dalam pelaksanaannya, rumah sakit dituntut memberikan pelayanan bermutu yang didukung kompetensi tenaga kesehatan memadai; perawat yang optimal berkontribusi langsung pada kepuasan pasien (Purwadhi & Rusmiati dalam Wahyudi et al., 2024). Kondisi kerja perawat, mencakup shift malam berulang, jam kerja panjang, dan beban administrasi tinggi berpotensi memicu burnout yang pada akhirnya menurunkan kualitas layanan dan berdampak negatif terhadap keselamatan pasien.

Burnout merupakan kondisi psikologis berupa kelelahan fisik, emosional, dan mental akibat stres kerja kronis (Pujiarti & Idealistiana dalam Triana et al., 2025). Pada tenaga kesehatan, burnout berdampak pada penurunan kualitas pelayanan, peningkatan kesalahan kerja, serta merosotnya kepuasan dan produktivitas. Berdasarkan observasi awal, ditemukan indikasi burnout pada sebagian perawat yang ditandai kelelahan emosional, penurunan motivasi, dan sikap negatif terhadap pekerjaan, kondisi yang diduga dipengaruhi sistem kerja shift malam dan tingginya tuntutan administratif.

Tabel 1. Pembagian Jam Kerja Perawat

Jenis Shift	Jam Kerja	Durasi
Shift Pagi	07.00-14.00	7 Jam
Shift Sore	14.00-21.00	7 Jam
Shift Malam	21.00-07.00	10 Jam

Sumber: Rumah Sakit Haji Medan, 2026

Sistem shift diterapkan di rumah sakit agar pelayanan kesehatan berlangsung berkelanjutan. Shift malam dinilai lebih berat dibandingkan shift lainnya (Bachrun & Villasari, 2021) dan dapat mengganggu ritme sirkadian tubuh, memicu kelelahan fisik, serta menurunkan konsentrasi kerja (Satriani et al., 2021). Berdasarkan Tabel 1.1, shift malam di Rumah Sakit Haji Medan berlangsung selama 10 jam lebih panjang dari shift pagi maupun sore. Rata-rata perawat menjalani shift malam 6–8 kali per bulan. Lee et al. (2024) membuktikan bahwa frekuensi shift malam lebih dari 6 kali per bulan meningkatkan risiko burnout secara signifikan.



Sumber: Google Review 2026

Gambar 1. Ulasan Pada Rumah Sakit Haji Medan

Di samping sistem shift, perawat juga menghadapi beban administrasi yang tinggi. Mahfud et al. (2024) mendefinisikan beban administrasi sebagai kegiatan dokumentasi dan pengisian laporan keperawatan yang dilakukan di luar pelayanan langsung kepada

pasien, mencakup pengisian rekam medis, pencatatan tindakan, pelaporan, serta penginputan data pada sistem informasi rumah sakit. Berdasarkan Gambar 1.1. Pengamatan melalui ulasan Google terhadap Rumah Sakit Haji Medan menemukan sejumlah keluhan terkait lambatnya proses administrasi yang memicu antrean pelayanan, mengindikasikan bahwa beban administrasi masih menjadi tantangan operasional sekaligus sumber tekanan tambahan bagi perawat.

Kombinasi shift malam dan beban administrasi yang tinggi berpotensi memperberat tekanan kerja perawat secara kumulatif (Triana et al., 2025; Ridwan et al., 2025). Penelitian Triana et al. (2025) membuktikan bahwa beban kerja berpengaruh positif terhadap burnout, di mana tuntutan fisik dan mental yang tinggi menyebabkan kelelahan emosional dan penurunan work-life balance. Panghestu et al. (2024) menemukan pengaruh positif signifikan sistem shift terhadap kelelahan kerja perawat, sejalan dengan Harlin & Fithria (2024) yang menyatakan bahwa shift kerja dan beban kerja secara bersama-sama berhubungan dengan kelelahan kerja. Namun, penelitian sebelumnya belum secara spesifik mengkaji kombinasi shift malam dengan beban administratif sebagai satu kesatuan variabel, sehingga menjadi celah yang perlu diisi. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh shift malam dan beban administrasi terhadap burnout pada perawat Rumah Sakit Haji Medan, baik secara parsial maupun simultan.

LANDASAN TEORI

Burnout

Kelelahan kerja (burnout) merupakan suatu kondisi kelelahan yang bersifat fisik, emosional, dan mental yang terjadi akibat tekanan kerja yang berlangsung secara terus-menerus dalam jangka waktu yang lama. Menurut (Reza & Soliha, 2021) burnout atau kelelahan kerja merupakan kondisi kelelahan mental dan fisik yang dialami pekerja akibat situasi kerja yang tidak sesuai dengan kebutuhan dan harapan serta tekanan kerja yang berkepanjangan. Kondisi ini ditandai dengan penurunan energi, kelelahan emosional, dan berkurangnya kemampuan bekerja secara optimal. Penelitian (Rahayu et al. 2022) dan (Putri, 2023) menjelaskan bahwa burnout dapat diukur melalui empat indikator, yaitu kelelahan emosional, kelelahan fisik, penurunan motivasi kerja, dan sikap negatif terhadap pekerjaan maupun lingkungan kerja.

Shift Malam

Shift malam merupakan sistem pengaturan waktu kerja di mana tenaga kerja menjalankan tugasnya pada malam hari, umumnya dimulai dari malam hingga pagi hari. Menurut (Supyana et al. 2019), shift kerja malam merupakan sistem kerja yang dilakukan pada malam hari yang dapat menyebabkan gangguan ritme sirkadian tubuh, sehingga berpotensi menurunkan konsentrasi, waktu reaksi, dan kinerja tenaga kesehatan. Penelitian lain oleh (Bachrun & Villasari, 2021) juga menjelaskan bahwa shift malam merupakan jadwal kerja yang dilakukan pada malam hari dengan beban kerja yang cenderung lebih berat dibandingkan shift lainnya. Penelitian (Satriani et al. 2021) menjelaskan bahwa shift malam dapat diukur melalui empat indikator, yaitu gangguan pola tidur, kelelahan fisik, penurunan konsentrasi, dan gangguan ritme sirkadian.

Beban Administrasi

Beban administrasi merupakan salah satu bentuk beban kerja yang harus ditanggung oleh perawat selain tugas utama dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada pasien. Beban ini meliputi pencatatan rekam medis, pelaporan tindakan keperawatan, serta penginputan data pada sistem informasi rumah sakit. Menurut (Mahfud et al. 2024), beban administrasi merupakan kegiatan dokumentasi dan pengisian

laporan pelayanan keperawatan yang harus dilakukan perawat selain memberikan pelayanan langsung kepada pasien. Selain itu, menurut (Bilqis et al. 2025), beban administrasi yang tinggi dapat menimbulkan tekanan kerja karena membutuhkan ketelitian, konsentrasi, serta waktu yang cukup besar. Menurut (Herlina, 2023), beban administrasi dapat diukur melalui empat indikator, yaitu pengisian rekam medis, pencatatan tindakan, pelaporan pelayanan, dan penginputan data sistem.

Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan oleh (Lee et al. 2024) menunjukkan bahwa perawat yang bekerja dengan sistem shift memiliki tingkat burnout lebih tinggi (27,1%) dibandingkan perawat non-shift (22,4%). Risiko burnout meningkat terutama pada perawat yang sering menjalani shift malam, di mana lebih dari 6 shift malam per bulan membuat risiko burnout meningkat sekitar 2,6 kali. Selain itu, faktor lain seperti tidak memiliki anak dan waktu tempuh kerja yang lama juga turut meningkatkan kemungkinan terjadinya burnout pada perawat. Penelitian yang dilakukan oleh Fatmawasi et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan kejadian burnout pada perawat. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa perawat dengan beban kerja yang lebih tinggi cenderung mengalami tingkat burnout yang lebih besar dibandingkan dengan perawat yang memiliki beban kerja lebih ringan. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja menjadi salah satu faktor yang berperan penting dalam memengaruhi kondisi psikologis perawat serta kinerja dalam memberikan pelayanan kesehatan. Sementara itu, Penelitian oleh (Gesner et al. 2022) menemukan bahwa beban dokumentasi memiliki hubungan lemah hingga sedang dengan burnout perawat, terutama pada aspek kelelahan emosional dan depersonalisasi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal untuk menganalisis pengaruh shift malam dan beban administrasi terhadap burnout pada perawat Rumah Sakit Haji Medan, yang dilaksanakan pada April-Mei 2026 (Sugiyono, 2019). Populasi penelitian adalah seluruh perawat yang berjumlah 213 orang. Sampel ditentukan menggunakan teknik purposive sampling pada perawat ruang rawat inap Shafa Marwa dan Thaif, dengan jumlah 53 responden berdasarkan rumus Slovin pada tingkat kesalahan 12%.

Data dikumpulkan melalui kuesioner berskala Likert 5 poin (1 = sangat tidak setuju hingga 5 = sangat setuju). Variabel penelitian terdiri atas shift malam (X1) dengan indikator gangguan pola tidur, kelelahan fisik, penurunan konsentrasi, dan gangguan ritme sirkadian; beban administrasi (X2) meliputi pengisian rekam medis, pencatatan tindakan, pelaporan pelayanan, dan penginputan data sistem; serta burnout (Y) yang mencakup kelelahan emosional, kelelahan fisik, penurunan motivasi, dan sikap negatif terhadap pekerjaan.

Analisis data dilakukan menggunakan SPSS, meliputi statistik deskriptif, uji validitas, uji reliabilitas, uji asumsi klasik (normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas), analisis regresi linear berganda, uji t, uji F, serta koefisien determinasi (R^2).

HASIL PENELITIAN

Uji Validitas

Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh instrumen penelitian telah memenuhi kriteria validitas. Pengujian dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung

setiap item pernyataan dengan nilai r tabel sebesar 0,224, yang diperoleh berdasarkan jumlah responden sebanyak 53 orang. Pada variabel Shift Malam (X_1), seluruh delapan item pernyataan memiliki nilai r hitung berkisar antara 0,595–0,845, sehingga seluruh item dinyatakan valid. Demikian pula pada variabel Beban Administrasi (X_2), delapan item pernyataan memiliki nilai r hitung antara 0,699–0,870, yang seluruhnya lebih besar daripada r tabel sehingga memenuhi kriteria validitas. Selanjutnya, pada variabel Kelelahan Kerja/Burnout (Y), nilai r hitung setiap item berada pada rentang 0,676–0,843, yang juga menunjukkan seluruh item memiliki korelasi di atas r tabel. Dengan demikian, seluruh item pernyataan pada ketiga variabel penelitian dinyatakan valid, sehingga instrumen penelitian layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dan dapat mengukur variabel yang diteliti secara tepat.

Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa seluruh instrumen penelitian memiliki tingkat konsistensi yang sangat baik. Pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan metode Cronbach's Alpha, dengan kriteria bahwa instrumen dinyatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha lebih besar dari 0,60. Berdasarkan hasil pengujian, variabel Shift Malam (X_1) memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,881, variabel Beban Administrasi (X_2) sebesar 0,913, dan variabel Kelelahan Kerja/Burnout (Y) sebesar 0,875. Seluruh nilai tersebut berada di atas 0,80, yang menunjukkan bahwa masing-masing variabel memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Dengan demikian, seluruh instrumen penelitian dinyatakan sangat reliabel, sehingga mampu memberikan hasil pengukuran yang konsisten dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal sebagai salah satu syarat dalam analisis regresi. Pengujian menggunakan metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov dengan kriteria bahwa data dinyatakan berdistribusi normal apabila nilai Asymp. Sig. (2-tailed) lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil olah data, diperoleh nilai Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0,200, yang lebih besar dari 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa residual penelitian berdistribusi normal, sehingga asumsi normalitas telah terpenuhi. Dengan demikian, data penelitian layak digunakan untuk analisis lebih lanjut, khususnya dalam pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear berganda.

Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel Shift Malam (X_1) dan Beban Administrasi (X_2) terhadap Kelelahan Kerja/Burnout (Y).

Tabel 2. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Berganda

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Keterangan
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	7.146	2.631		
	Shift Malam	.652	.128	.716	Berpengaruh signifikan
	Beban Administrasi	-.019	.137	-.020	Tidak berpengaruh signifikan

Sumber: Hasil Perhitungan data SPSS 26, 2026

Berdasarkan hasil analisis regresi linear berganda diperoleh persamaan regresi sebagai berikut:

$$Y = 7,146 + 0,652X_1 - 0,019X_2$$

Persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa nilai konstanta sebesar 7,146 artinya apabila variabel Shift Malam dan Beban Administrasi bernilai tetap, maka nilai Kelelahan Kerja/Burnout sebesar 7,146. Variabel Shift Malam memiliki koefisien regresi sebesar 0,652 yang berarti setiap peningkatan Shift Malam akan meningkatkan Kelelahan Kerja/Burnout sebesar 0,652. Sedangkan variabel Beban Administrasi memiliki koefisien regresi sebesar -0,019 yang berarti setiap peningkatan Beban Administrasi akan menurunkan Kelelahan Kerja/Burnout sebesar 0,019. Berdasarkan analisis regresi linear berganda, variabel shift malam memiliki pengaruh positif terhadap kelelahan kerja (burnout), yang berarti semakin tinggi intensitas shift malam maka tingkat burnout akan meningkat. Sedangkan variabel beban administrasi memiliki pengaruh negatif dengan nilai yang sangat kecil, yang menunjukkan bahwa beban administrasi cenderung tidak memberikan pengaruh yang berarti terhadap kelelahan kerja.

Uji Hipotesis Parsial (Uji t)

Tabel 3. Hasil Uji t (Parsial)

Model	t	Sig.	Keterangan
1 (Constant)	2.716	.009	
Shift Malam	5.078	.000	Berpengaruh signifikan
Beban Administrasi	-.142	.888	Tidak berpengaruh signifikan

Sumber: Hasil Perhitungan data SPSS 26, 2026

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa variabel Shift Malam memiliki nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga secara parsial berpengaruh signifikan terhadap Kelelahan Kerja/Burnout. Sedangkan variabel Beban Administrasi memiliki nilai signifikansi sebesar $0,888 > 0,05$ sehingga secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap Kelelahan Kerja/Burnout.

Uji F (Simultan)

Tabel 4. Hasil Uji F (Simultan)

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.	Keterangan
1 Regression	770.924	2	385.462	24.279	.000 ^b	Berpengaruh simultan
Residual	793.830	50	15.877			
Total	1564.755	52				

Sumber: Hasil Perhitungan data SPSS 26, 2026

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Shift Malam dan Beban Administrasi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap Kelelahan Kerja/Burnout pada perawat Rumah Sakit Haji Medan.

Uji Koefisien Determinasi (Adjusted R')

Uji koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen. Nilai koefisien determinasi berkisar antara 0 sampai dengan 1. Semakin besar nilai R^2 , maka semakin besar pula kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variabel dependen (Ghozali, 2021).

Tabel 5. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.702 ^a	.493	.472	3.98455

Sumber: Hasil Perhitungan data SPSS 26, 2026

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa nilai Adjusted R Square sebesar 0,472 atau 47,2%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel Shift Malam dan Beban Administrasi mampu menjelaskan variabel Kelelahan Kerja/Burnout sebesar 47,2%. Dengan demikian, model regresi yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat kemampuan penjelasan yang cukup baik terhadap variabel dependen.

Pembahasan Penelitian

Pengaruh Shift Malam terhadap Burnout pada Perawat

Hasil uji t menunjukkan bahwa shift malam berpengaruh positif dan signifikan terhadap burnout perawat Rumah Sakit Haji Medan ($t = 5,078$; $p = 0,000 < 0,05$; koefisien regresi = 0,652), sehingga hipotesis pertama diterima. Semakin tinggi intensitas shift malam, semakin tinggi tingkat burnout yang dialami. Temuan ini sejalan dengan Lee et al. (2024) yang menyatakan bahwa perawat dengan frekuensi shift malam lebih dari enam kali per bulan berisiko lebih tinggi mengalami burnout akibat gangguan pola tidur, kelelahan fisik, dan penurunan konsentrasi.

Analisis deskriptif menunjukkan indikator gangguan pola tidur memiliki nilai tertinggi (14,02%), mengindikasikan sebagian besar perawat mengalami penurunan kualitas istirahat pasca shift malam. Hal ini sesuai dengan Costa (2003) dan Cheng et al. (2021) yang menyatakan bahwa kerja shift malam mengganggu ritme sirkadian dan berkontribusi pada kelelahan kerja. Oleh karena itu, pengelolaan jadwal shift yang lebih terstruktur diperlukan untuk menekan risiko burnout.

Pengaruh Beban Administrasi terhadap Burnout pada Perawat

Hasil uji t menunjukkan beban administrasi tidak berpengaruh signifikan terhadap burnout ($t = -0,142$; $p = 0,888 > 0,05$), sehingga hipotesis kedua ditolak. Temuan ini berbeda dengan Ikbali et al. (2026) dan Fatmawati et al. (2026) yang menemukan pengaruh signifikan beban administratif terhadap burnout, perbedaan yang diduga disebabkan oleh karakteristik responden, sistem administrasi rumah sakit, dan kemampuan adaptasi perawat. Meskipun tidak signifikan secara parsial, korelasi positif antara beban administrasi dan burnout tetap tercatat ($r = 0,481$), mengindikasikan potensi peningkatan tekanan kerja seiring bertambahnya beban administratif.

Indikator penginputan data sistem memperoleh skor tertinggi (175; 13,74%), menunjukkan bahwa tugas ini membutuhkan konsentrasi dan waktu yang besar. Kondisi ini relevan dengan teori Job Demands-Resources (JD-R) Bakker dan Demerouti (2001) bahwa tuntutan pekerjaan tinggi tanpa sumber daya memadai dapat meningkatkan tekanan kerja, terutama ketika terjadi bersamaan dengan shift malam.

Pengaruh Simultan Shift Malam dan Beban Administrasi terhadap Burnout

Hasil uji F menunjukkan nilai F hitung sebesar 24,279 ($p = 0,000 < 0,05$) dengan persamaan regresi $Y = 7,146 + 0,652X_1 - 0,019X_2$, sehingga shift malam dan beban administrasi secara simultan berpengaruh signifikan terhadap burnout. Koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,493 menunjukkan bahwa 49,3% variasi burnout dijelaskan oleh kedua variabel tersebut, sedangkan 50,7% dipengaruhi faktor lain. Secara parsial, shift malam terbukti dominan ($t = 5,078$; $p < 0,05$), sementara beban administrasi tidak signifikan ($t = -0,142$; $p > 0,05$) namun tetap menunjukkan hubungan positif dengan burnout. Ketidaksignifikanan beban administrasi diduga dipengaruhi korelasinya yang kuat dengan shift malam sehingga pengaruh uniknya sulit dipisahkan secara statistik.

Temuan ini dapat dijelaskan melalui JD-R Model, di mana kombinasi shift malam dan tuntutan administrasi meningkatkan tekanan fisik dan mental perawat secara kumulatif. Analisis deskriptif menunjukkan indikator burnout tertinggi adalah sikap negatif berupa perasaan pekerjaan yang melelahkan secara mental. Secara keseluruhan,

burnout perawat lebih dominan dipengaruhi shift malam, namun beban administrasi tetap menjadi faktor pendukung yang memperbesar tekanan kerja, sehingga rumah sakit perlu memperbaiki sistem rotasi shift dan efisiensi proses administrasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa shift malam berpengaruh positif dan signifikan terhadap kelelahan kerja (burnout) pada perawat Rumah Sakit Haji Medan. Semakin tinggi intensitas shift malam yang dijalani, semakin tinggi pula tingkat burnout yang dialami perawat. Beban administrasi secara parsial tidak berpengaruh signifikan terhadap burnout pada perawat. Namun, beban administrasi tetap memiliki hubungan positif dengan burnout dan berpotensi meningkatkan tekanan kerja perawat. Secara simultan, shift malam dan beban administrasi berpengaruh positif dan signifikan terhadap burnout pada perawat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi kedua faktor tersebut berkontribusi terhadap peningkatan kelelahan fisik, mental, dan emosional perawat. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,493 menunjukkan bahwa 49,3% variasi burnout dapat dijelaskan oleh variabel shift malam dan beban administrasi, sedangkan 50,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

Saran Penelitian

1. Pihak Rumah Sakit Haji Medan disarankan untuk mengevaluasi dan mengatur sistem shift malam secara lebih efektif, termasuk pengaturan jadwal yang seimbang serta pemberian waktu istirahat yang memadai guna mengurangi risiko burnout pada perawat.
2. Rumah sakit perlu meningkatkan efisiensi pekerjaan administrasi melalui penyederhanaan prosedur dokumentasi dan optimalisasi sistem informasi rumah sakit agar perawat dapat lebih fokus pada pelayanan pasien.
3. Upaya pencegahan burnout perlu dilakukan melalui pengelolaan beban kerja, pemberian dukungan psikologis, serta program peningkatan kesejahteraan perawat guna menjaga kualitas pelayanan kesehatan.
4. Peneliti selanjutnya disarankan untuk menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi burnout, seperti stres kerja, lingkungan kerja, work-life balance, dan dukungan organisasi, serta menggunakan jumlah sampel yang lebih besar agar hasil penelitian lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Bachrun, E., & Villasari, A. (2021). Stres Kerja Berhubungan dengan Kinerja Perawat Shift Malam di Instalasi Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ)*, 9(1), 45–54.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2001). The Job Demands-Resources Model of Burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512.
- Bilqis, S. A., Jaksa, S., & Hasanah, I. (2025). Analisis Beban Kerja dan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit. *Inovasi Kesehatan Global*, 1(3), 210–223.
- Cheng, H., Liu, G., Yang, J., Wang, Q., & Yang, H. (2023). Shift Work Disorder, Mental Health and Burnout among Nurses: A Cross-Sectional Study. *WILEY Nursing Open*, 9(5), 2611–2620.
- Fatmawati, Roza, N., & Badri, I. A. (2026). Hubungan Beban Kerja dengan Burnout pada Perawat di Rumah Sakit Embung Fatimah Kota Batam Tahun 2024. *Klinik: Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 5(1), 369–380.
- Ghozali, I. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 26 (Ed. 10). Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.

- Harlin, A. M., & Fithria, G. F. N. (2024). Hubungan Shift Kerja, Beban Kerja, dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr. HLM Baharuddin, M. Kes Raha Tahun 2024. *Medika Alkhairaat: Jurnal Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan*, 7(1), 860–869.
- Herlina, E. (2023). Dampak Penggunaan Rekam Medis Elektronik terhadap Beban Kerja Perawat di Rumah Sakit Prikasih. *Journal of Management Nursing (JMN)*, 2(4), 253–260.
- Ikbil, M., Latu, S., & Yagkin, A. M. (2026). Pengaruh Faktor Operasional dan Administratif terhadap Beban Kerja Tenaga Kesehatan di Unit Rawat Inap RSUD Lapatarai Kabupaten Barru. *Jurnal Penelitian Inovatif (JUPIN)*, 6(1), 139–152.
- Lee, K. Y., Zakaria, N., & Zakaria, N. (2024). Examining the Impact of Burnout on Hospital Nurses Engaged in Shift Work: Insights from a Nationwide Cross-Sectional Study in Malaysia. *SAGE Open Nursing*, 10, 1–11.
- Mahfud, Wijaya, A. I., & Koeswandari, R. (2024). Kelengkapan Pengisian Dokumentasi Asuhan Keperawatan Berhubungan dengan Beban Kerja Perawat. *Indonesian Journal of Hospital Administration*, 7(1), 74–80.
- Panghestu, W. K. P., Jayadi, H., Yulianto, B., & Prasetyo, A. (2024). Pengaruh Shift Kerja terhadap Kelelahan Kerja Perawat di RSUD Kota Madiun Tahun 2023. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 35–38.
- Putri, E. F., Astuti, A. M., & Widiastuti, A. (2025). Hubungan Burnout terhadap Dampak Produktivitas Kinerja Perawat di RSUD Ir. Soekarno Sukoharjo. *TRIAGE: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 12(2), 114–121.
- Rahayu, S., Komariah, M., & Somantri, I. (2023). Burnout Berhubungan dengan Kinerja Perawat. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(3), 455–460.
- Reza, R. S., & Soliha. (2021). Kejenuhan Kerja (Burnout) pada Perawat. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(2), 584–587.
- Ridwan, H., Nurfauziah, E., Aprilia, A. N., Rahadian, F. A., Haaq, M. I. A., Niam, R. S., & Saputra, Y. M. (2025). Pengaruh Burnout terhadap Kepuasan Kerja Perawat: Systematic Literature Review. *Jurnal Penelitian Keperawatan*, 11(2), 210–220.
- Satriani, N. F., Saranani, M., & Narmi, N. (2021). Perbedaan Tingkat Stres Kerja antara Shift Pagi, Sore dan Malam pada Perawat Rawat Inap Ruangan Lavender dan Mawar di RSUD Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 1(2), 17–24.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supyana, R. D., Sylviana, N., Noviana, & Rakhmilla, L. E. (2019). Pengaruh Shift Kerja Malam terhadap Waktu Reaksi dan Konsentrasi Tenaga Kesehatan ICU RSHS. *JSK*, 4(4), 185–192.
- Triana, W., Jufri, A., & Yulianty, P. D. (2025). Pengaruh Beban Kerja terhadap Burnout pada Pegawai Rumah Sakit Pasar Minggu dengan Work Life Balance sebagai Variabel Mediasi. *JEMSI: Jurnal Ekonomi Manajemen Sistem Informasi*, 6(6), 4382–4400.
- Wahyudi, N. S., Rohendi, & Andriani, R. (2024). Implementasi Sistem Pengembangan SDM Kesehatan di RS Bhayangkara Anton Soedjarwo Pontianak. *J-CEKI: Jurnal Cendikia Ilmiah*, 3(6), 1490–1508.