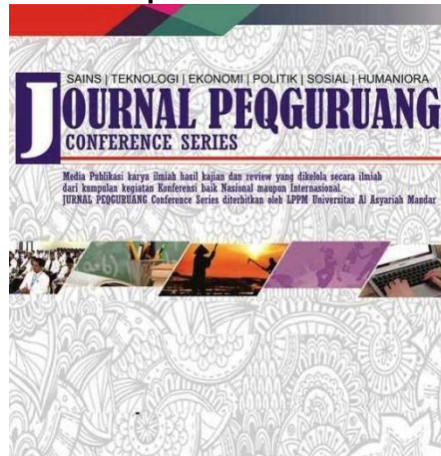


Graphical abstract



DUKUNGAN KELUARGA TERHADAP *WORK-LIFE BALANCE* PADA PERAWAT WANITA DI RSUD HAJJAH ANDI DEPU POLEWALI

¹*Aldila Ramar, ¹Andi Liliandriani, ¹Asri

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Al Asyariah Mandar

*Corresponding author
aldilaramar4@gmail.com

Abstract

Work–Life Balance refers to a condition in which individuals successfully manage the demands of their professional and personal lives. Married female nurses face considerable challenges in maintaining this balance due to their dual roles as healthcare providers and family members. This study aims to examine the effect of family support on the Work–Life Balance of female nurses at Hajjah Andi Depu Polewali Regional Hospital. A quantitative cross-sectional design was employed, with 78 married female nurses selected from a total of 362 nurses through simple random sampling. A Likert-scale questionnaire was used to assess family support and Work–Life Balance, and the data were analyzed using the Chi-Square test with SPSS. Results indicate a significant relationship between family support and Work–Life Balance ($p = 0.000 < \alpha = 0.05$). The findings highlight that higher family support leads to better Work–Life Balance among female nurses, emphasizing the crucial role of family support in maintaining nurses' well-being and productivity.

Keywords: *Family Support, Work - Life Balance, Female Nurse, Hospital*

Abstrak

Work–Life Balance merupakan kondisi ketika individu mampu menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dengan kehidupan pribadi. Perawat wanita yang telah menikah menghadapi tantangan besar karena harus menjalankan peran ganda, baik sebagai tenaga kesehatan maupun anggota keluarga. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh dukungan keluarga terhadap Work–Life Balance pada perawat wanita di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan desain potong lintang. Sampel berjumlah 78 perawat wanita menikah yang dipilih secara acak sederhana dari populasi 362 perawat. Instrumen berupa kuesioner skala Likert, sedangkan analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan bantuan SPSS. Hasil menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dengan Work–Life Balance ($p = 0,000 < \alpha = 0,05$). Semakin tinggi dukungan keluarga, semakin baik pula keseimbangan kehidupan kerja perawat wanita. Temuan ini menegaskan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis dan produktivitas perawat.

Kata kunci: *Dukungan Keluarga, Work - Life Balance, Perawat Wanita, Rs*

Article history

DOI: [10.35329/jp.v7i2.6667](https://doi.org/10.35329/jp.v7i2.6667)

Received : 2025-09-29 | Received in revised form : 2025-09-29 | Accepted :2025-11-24

1. PENDAHULUAN

RSUD Polewali Mandar berawal pada dekade 1970-an dengan nama RSUD Polewali, dilengkapi sekitar 25 tempat tidur, dan mulai beroperasi resmi berdasarkan keputusan bupati pada 1978. Tahun 1987, operasional rumah sakit dipindahkan ke Jalan Dr. Ratulangi dan secara bertahap diperluas hingga memiliki lebih dari seratus tempat tidur pada 2009, seiring peningkatan status dari tipe C ke tipe B serta penerapan pola pengelolaan keuangan Badan Layanan Umum Daerah (BLUD) pada 2013. Melalui Peraturan Bupati Nomor 24 Tahun 2022, namanya diubah menjadi RSUD Hajjah Andi Depu sebagai penghormatan kepada pahlawan nasional asal Polewali Mandar, dengan peresmian pada 18 Agustus 2022. Setelah itu, rumah sakit ini menjadi institusi pendidikan klinik pertama di Sulawesi Barat melalui kerja sama dengan Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin dan RS Wahidin Sudirohusodo.

Dukungan keluarga merujuk pada bantuan atau sumber daya yang diberikan oleh anggota keluarga untuk membantu individu dalam menghadapi berbagai tekanan atau tuntutan yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam konteks pekerjaan. Dukungan ini dapat datang dalam berbagai bentuk, seperti bantuan emosional, finansial, fisik, dan sosial, yang semuanya bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan individu (House, 2021).

Work–Life Balance adalah suatu kondisi ketika seseorang dapat menyeimbangkan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan pribadi dalam hidupnya. Keseimbangan ini mencakup waktu, perhatian, dan energi yang diberikan pada pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta kemampuan seseorang untuk mempertahankan kualitas hidup yang baik secara keseluruhan. Keseimbangan kerja dan kehidupan pribadi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti kebutuhan finansial, tuntutan pekerjaan, dukungan sosial, kondisi fisik, dan kebutuhan keluarga. Seseorang yang memiliki keseimbangan kerja dan kehidupan pribadi yang sehat cenderung merasa lebih bahagia, lebih sehat, dan lebih produktif di tempat kerja. Sebaliknya, ketidakseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik dan mental seseorang, serta memengaruhi kinerja mereka (Huda & Supriyadi, 2025).

Dalam beberapa dekade terakhir, konsep Work–Life Balance telah menjadi perhatian penting di bidang psikologi organisasi dan kesehatan kerja. Menurut Greenhaus dan Allen (2019), keseimbangan ini memungkinkan individu mengelola tanggung jawab pekerjaan dan kehidupan pribadinya secara harmonis. Hal ini sangat relevan bagi tenaga kesehatan, terutama perawat wanita, yang sering kali menghadapi tuntutan kerja tinggi dan peran ganda dalam keluarga.

Perawat wanita memiliki tanggung jawab signifikan dalam mendukung operasional rumah sakit, termasuk menangani pasien, memastikan prosedur berjalan sesuai standar, dan sering kali bekerja dalam jadwal yang tidak teratur, seperti sistem kerja shift

(Rahayu, 2019). Pekerjaan sebagai perawat sangat mudah menyebabkan stres karena perawat memiliki tanggung jawab besar terhadap keselamatan manusia (Asri, Hannan, & Nursam, 2024). Di sisi lain, mereka juga harus menjalankan peran domestik, seperti mengurus anak dan keluarga, yang dapat memengaruhi keseimbangan antara tugas dan tanggung jawab pribadi. Ketidakseimbangan antara kedua aspek tersebut dapat berdampak buruk, seperti stres kronis, burnout, penurunan produktivitas, bahkan gangguan kesehatan mental (Nordberg & Johansson, 2020).

Tantangan ini menunjukkan pentingnya dukungan yang lebih besar dari institusi tempat mereka bekerja, keluarga, dan masyarakat. Kebijakan kerja yang lebih fleksibel, pembagian tugas rumah tangga yang adil, serta pengakuan terhadap peran ganda yang mereka jalani dapat membantu mengurangi beban ini. Dengan langkah-langkah tersebut, perawat wanita dapat lebih mudah mencapai keseimbangan yang dibutuhkan untuk tetap produktif di tempat kerja dan bahagia dalam kehidupan pribadi. Dalam konteks ini, dukungan keluarga memiliki peran kunci yang meliputi aspek emosional, instrumental, dan komunikatif (Maulana & Purnama, 2021).

Penelitian ini berfokus pada RSUD Hajjah Andi Depu Polewali, sebuah institusi kesehatan yang memiliki jumlah perawat wanita signifikan dan menghadapi kondisi kerja yang menantang. Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini berjudul “Dukungan Keluarga terhadap Work–Life Balance pada Perawat Wanita di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali.”

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain potong lintang (*cross-sectional*). Penelitian dilaksanakan pada 24 Juni–1 Juli 2025. Populasi penelitian terdiri dari 362 perawat, dan sampel sebanyak 78 perawat wanita yang diambil menggunakan teknik *simple random sampling*.

Instrumen penelitian berupa kuesioner skala Likert yang terdiri dari dua bagian:

1. Dukungan keluarga, diadaptasi dari Maulana & Purnama (2021), mencakup aspek emosional, instrumental, dan informasional dengan 10 item pertanyaan.
2. Work–Life Balance, diadaptasi dari Greenhaus & Allen (2019), mencakup dimensi keseimbangan waktu, keterlibatan, dan kepuasan dengan 12 item pertanyaan.

Uji validitas dilakukan dengan korelasi *Product Moment Pearson* ($r > 0,30$) dan seluruh item dinyatakan valid ($r = 0,45–0,81$). **Uji reliabilitas** menunjukkan nilai Cronbach’s Alpha 0,87 untuk dukungan keluarga dan 0,90 untuk Work–Life Balance, yang berarti keduanya memiliki reliabilitas tinggi. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* dengan bantuan SPSS untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dan Work–Life Balance.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1) Variabel Dukungan Keluarga

Tabel 1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Berdasarkan Tingkat Dukungan Keluarga di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali Tahun 2025

No	Tingkat Dukungan Keluarga	Jumlah(n)	Presentase %
1	Kurang	37	47,4%
2	baik	41	54,6%
Total		78	100%

Sumber : data primer 2025

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa 78 perawat yang telah menikah di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali responden ialah 37 responden (47,7%) tingkat dukungan keluarga yang dia peroleh kurang dan 41 responden (54,6%) dengan tingkat dukungan keluarga baik.

Rarasantang, S. B. (2024) dalam penelitiannya terhadap 192 perawat yang telah menikah di wilayah Jakarta menemukan bahwa sebanyak 41 responden (54,6%) mendapatkan family suport yang tinggi dan 37 (47,4%) mendapatkan dukungan keluarga yang rendah, yang menggambarkan sebagian besar responden tetap merasa mendapatkan dukungan positif dari lingkungan keluarganya selama menjalankan profesi perawat.

2) Variabel Work - Life Balance

Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan Presentase Berdasarkan Tingkat Work - Life Balance di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali Tahun 2025

No	Tingkat Dukungan Keluarga	Jumlah (n)	Presentase %
1	Sedang	27	34,6%
2	Tinggi	51	65,4%
Total		78	100%

Tabel 2 menyatakan bahwasanya dari 78 perawat yang telah menikah di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali yang menjadi responden dalam penelitian ini diperoleh 27 responden (34,6%) dengan tingkat Work - Life Balance sedang dan 51 responde (65,4%) dengan tingkat Work - Life Balance yang tinggi.

Saputra, E. K. (2022) dalam penelitiannya terhadap perawat wanita yang telah menikah di RSUD Raja Ahmad Tabib kepulauan Riau, sebanyak 63 perawat menunjukkan bahwa 27 perawat (42,86%) termasuk Work-Life Balance rendah, sedangkan 36 perawat (57,14%) berada dalam kategori Work-Life Balance tinggi.

B. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memperkuat teori *role conflict* dari Greenhaus & Beutell (1985) yang menyatakan bahwa konflik peran ganda dapat menimbulkan stres dan menurunkan kepuasan kerja. Dukungan keluarga yang memadai berfungsi sebagai penyangga psikologis (*buffer*) yang mengurangi tekanan peran tersebut.

Selain itu, menurut teori keseimbangan peran gender (Eagly & Wood, 2012), peran domestik dan profesional dapat dijalankan secara seimbang apabila terdapat pembagian peran yang setara dalam rumah tangga. Dukungan pasangan dan keluarga besar memungkinkan wanita tetap berfungsi optimal dalam pekerjaan tanpa kehilangan keseimbangan emosional. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Sai & Lestari (2020) serta Safitri & Widyastuti (2020), bahwa perawat wanita dengan dukungan keluarga tinggi menunjukkan tingkat stres lebih rendah dan Work-Life Balance lebih baik dibandingkan mereka yang memiliki dukungan rendah.

4. SIMPULAN

Terdapat hubungan signifikan antara dukungan keluarga dan Work-Life Balance pada perawat wanita di RSUD Hajjah Andi Depu Polewali ($p = 0.000 < 0.05$). Semakin tinggi dukungan keluarga, semakin tinggi pula tingkat Work-Life Balance yang dirasakan. Dukungan keluarga berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis dan kinerja perawat wanita.

DAFTAR PUSTAKA

- Asri, A., Hannan, M., & Nursam, S. W. (2024). Pengaruh stres kerja terhadap kinerja perawat rawat inap Rumah Sakit Hajjah Andi Depu Polewali Mandar. *Journal Peqguruang: Conference Series*, 5(2), 888–891.
- Budiono, T., & Saraswati, A. (2022). *Dukungan keluarga dan implikasinya terhadap kesehatan mental perawat di rumah sakit*. Yogyakarta: Penerbit Andi.
- Eagly, A. H., & Wood, W. (2012). Social role theory. In P. van Lange, A. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology* (pp. 458–476). Sage.
- Greenhaus, J. H., & Beutell, N. J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10(1), 76–88.
- Greenhaus, J. H., & Allen, T. D. (2019). Work-family balance: A review and extension of the literature. In M. E. Kossek & S. L. Lambert (Eds.), *Work and life integration: Organizational, cultural, and individual perspectives* (pp. 165–186). Lawrence Erlbaum Associates.
- House, J. S. (2021). Social support in organizational settings. In P. Smith & R. Brown (Eds.), *Handbook of occupational health psychology* (pp. 123–140). Springer.
- Maulana, Z., & Purnama, D. (2021). Hubungan antara dukungan keluarga dan keseimbangan kerja-kehidupan

pada perawat di rumah sakit. *Jurnal Psikologi Klinis*, 15(2), 124–135. <https://doi.org/10.1234/jpk.v15i2>

Sai, A. D., & Lestari, Y. (2020). Dukungan keluarga terhadap tingkat stres kerja perawat wanita di ruang IGD. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 56–63.

Safitri, L., & Widyastuti, R. (2020). Hubungan antara dukungan keluarga dan work–life balance pada perawat wanita di rumah sakit umum. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(3), 75–83.