

BAB 5

HASIL PENELITIAN

5.1 Gambaran lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di STIKES Pemkab Jombang, yang merupakan perguruan tinggi bidang kesehatan di Kabupaten Jombang, Jawa Timur. STIKES Pemkab Jombang berlokasi di Jl. Raya Pandanwangi, Kecamatan Diwek, Kabupaten Jombang, Jawa Timur 61471. STIKES Pemkab Jombang merupakan institusi pendidikan kesehatan yang memiliki sejarah kelembagaan sejak berdirinya Sekolah Perawat Kesehatan (SPK) pada tahun 1984, kemudian berkembang menjadi Akademi Keperawatan (AKPER) Pemkab Jombang pada tahun 1999 dan selanjutnya menjadi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Pemkab Jombang pada tahun 2006.

STIKES Pemkab Jombang menyelenggarakan pendidikan di bidang kesehatan dengan beberapa program studi, di antaranya S-1 Keperawatan, S-1 Kebidanan, S-1 Administrasi Kesehatan, S-1 Keselamatan dan Kesehatan Kerja, D-III Keperawatan, D-III Teknologi Bank Darah, Profesi Ners, dan Profesi Bidan. Institusi juga memiliki berbagai unit pendukung pendidikan, antara lain unit penjaminan mutu, LPPM/UPPM, perpustakaan, pusat karir, laboratorium komputer, serta laboratorium keperawatan dan kebidanan.

Dalam perkembangannya, STIKES Pemkab Jombang juga menyelenggarakan jalur Rekognisi Pembelajaran Lampau (RPL). Jalur

RPL memungkinkan calon mahasiswa yang telah memiliki pengalaman atau pembelajaran sebelumnya untuk memperoleh pengakuan terhadap capaian pembelajaran tertentu sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Informasi penerimaan mahasiswa STIKES Pemkab Jombang juga menunjukkan adanya jalur penerimaan mahasiswa melalui RPL, termasuk pada Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners.

Berdasarkan karakteristik institusi dan mahasiswa tersebut, STIKES Pemkab Jombang dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki mahasiswa Program RPL yang sebagian di antaranya merupakan mahasiswa pekerja, sehingga sesuai dengan karakteristik populasi penelitian. Kondisi mahasiswa yang menjalankan dua peran sebagai dan mahasiswa menjadi konteks yang relevan untuk menganalisis keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, persepsi terhadap beban kerja, strategi dalam menghadapi tuntutan, serta kondisi kesejahteraan mental.

5.2 Hasil Penelitian

5.2.1 Data Umum

1. Karakteristik Responden

Analisis univariat terhadap masing-masing variabel ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi untuk data kategorik yaitu usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, tempat kerja, lama kerja, jabatan, status perkawinan,

dan status pola kerja. Karakteristik responden berdasarkan data umum yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 5.1

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Data Umum Mahasiswa Progm RPL di STIKES Pemkab Jombang Pada Bulan Agustus 2026

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase
Usia	1. 20-30tahun	21	14%
	2. 31-40 tahun	123	82%
	3. 41-50 tahun	6	4%
Jenis kelamin	1. Laki-laki	27	18%
	2. Perempuan	123	82%
Lama Kerja	1. 3-11 bulan	0	
	2. 1tahun-3 tahun	0	
	3. 4tahun- 5 tahun	16	10,6%
	4. >5tahun	134	89,4%
Tempat Kerja	1. RSUD	79	52,7%
	2. RS Swasta	21	14%
	3. Puskesmas	45	30%
	4. Klinik	4	2,7%
	5. Lainnya	1	0,7%
jabatan	1. Perawat pelaksana	130	86,7%
	2. Katim/Kepala Jaga	9	6%
	3. Kepala Ruangan	10	6,6%
	4. Kasi Keperawatan	0	0%
	5. Supervisor	1	0,7%
Status Perkawinan	1. Menikah	139	92,7%
	2. Belum menikah	11	7,3%
Pola Kerja	1. Shift	97	64,7%
	2. Tidak shift	53	35,3%
Total		150	100%

Sumber : Data Primer (2026)

Tabel 5.1 menunjukkan karakteristik umum responden yang meliputi usia, jenis kelamin, lama bekerja, tempat bekerja, jabatan, status perkawinan, dan pola shift kerja. Dari aspek usia, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 31–40 tahun, yaitu sebanyak 123 responden (82%). Ditinjau dari jenis kelamin, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 123 responden (82%). Sementara itu, dari segi

lama bekerja, sebagian besar responden telah memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun, yaitu sebanyak 134 responden (89,4%).

Ditinjau dari tempat bekerja, sebagian besar responden bekerja di RSUD, yaitu sebanyak 79 responden (52,7%). Pada aspek jabatan, mayoritas responden menempati posisi sebagai perawat pelaksana, yaitu sebanyak 130 responden (86,7%). Adapun status perkawinan menunjukkan bahwa hampir seluruh responden telah menikah, yaitu sebanyak 139 responden (92,7%). Selanjutnya, pada pola shift kerja, sebagian besar responden bekerja dengan sistem shift, yaitu sebanyak 97 responden (64,7%).

5.2.2 Data Khusus

Data khusus diperoleh berdasarkan pengisian instrument penelitian yang dikategorikan sesuai dengan variabel independen (*Work-life Balance*, Beban Kerja, strategi koping) dan variabel dependen (Kesejahteraan mental). Hasil pengisian kuesioner tersebut dianalisis dan didapatkan data sebagai berikut :

5.2.2.1 Distribusi frekuensi Variabel Penelitian

Tabel 5.2

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Strategi koping, work-life balance, beban kerja mahasiswa program RPL Di STIKES Pemkab Jombang Pada Bulan Agustus 2026

Variabel	Kategori	Jumlah	Persentase	Indikator variabel	Mean
Strategi Koping	1. Adaptif	84	56%	Active coping	3,51
	2. Mal adaptif	66	44%	Plnning	3,37
				Use emotional	2,64
				Use instrument	2,51
				Acceptance	3,13
				Positive reframing	3,37
				Self distraction	2,70

					Behavioral	1,43
					Denial	1,75
					Substance use	1,01
					Humor	1,68
					Self blme	1,79
					Venting	2,11
					Religion	3,10
Work-life balance	1.	Tinggi	33	22%	WIPL	2,61
	2.	Sedang	85	56,7%	PLIW	2,40
	3.	Rendah	32	21,3%	WEPL	3,63
					PLEW	3,73
Beban Kerja	1.	Sangat rendah	22	14,7%	MD	158,67
	2.	Rendah	28	18,7%	PD	164,27
	3.	Sedang	33	22%	TD	125,13
	4.	Tinggi	67	44,7%	OP	178,20
	5.	Sangat Tinggi	0	0%	EF	152,13
Kesejahteraan Mental					FR	16,67
	1.	Well	65	43,3%		
	2.	Distress Ringan	40	26,7%		
	3.	Distress Sedang	24	16%		
	4.	Distress Berat	21	14%		
Total			150	100%		

Sumber : Data Primer (2026)

Tabel 5.2 menunjukkan variabel penelitian hasil analisis univariat data meliputi strategi koping, *work-life balance*, beban kerja, kesejahteraan mental. Dari aspek strategi koping menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki strategi koping adaptif sebanyak 84 responden (56%). Pada variabel *work-life balance* menunjukkan bahwa sebagian besar tingkat *work-life balance* responden berada pada kategori sedang sebanyak 85 responden (56,7%). Sementara itu, variabel beban kerja menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden memiliki beban kerja tinggi sebanyak 67 responden (44,7%) dan untuk variabel kesejahteraan mental menunjukkan bahwa hampir setengahnya tingkat

kesejahteraan mental responden dalam kategori *well* sebanyak 65 responden (43,3%). Berdasarkan hasil analisis indikator strategi koping, indikator dengan nilai rata-rata tertinggi adalah *active coping*, yaitu sebesar 3,51. Hal ini menunjukkan bahwa secara deskriptif responden lebih banyak menggunakan upaya menghadapi masalah secara aktif. Berdasarkan enam dimensi NASA-TLX, dimensi dengan nilai kontribusi rata-rata tertinggi adalah Performance/OP sebesar 178,20. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tuntutan yang berkaitan dengan aspek kinerja atau pencapaian tugas merupakan salah satu aspek yang paling menonjol dalam persepsi beban kerja mahasiswa RPL. Kondisi ini dapat dipahami karena responden harus menjalankan tuntutan pekerjaan sekaligus menyelesaikan tuntutan akademik sebagai mahasiswa. Dimensi work-life balance, dimensi Personal Life Enhancement of Work (PLEW) memiliki nilai rata-rata sebesar 3,73 Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden relatif lebih banyak merasakan adanya aspek peningkatan atau pengayaan antara kehidupan pekerjaan dan kehidupan pribadi dibandingkan dengan aspek gangguan pekerjaan terhadap kehidupan pribadi.

5.2.2.2. Analisis Bivariat

1. Hubungan strategi koping dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL

Tabel 5.3

Hubungan antara strategi koping dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL Di STIKES Pemkab Jombang Pada Bulan Agustus 2026

Variabel		Kesejahteraan_Mental				Total	p-value
		Well	Distress Ringan	Distress Sedang	Distress Berat		
Strategi Koping	Adaptif	54 36%	25 16,7%	5 3,3%	0 .0%	84 56.0%	0.016
	Maladaptif	11 7,3%	15 10%	19 12,7%	21 14%	66 34.0%	
Total		65 43,3%	40 26,7%	24 16%	21 14%	150 100.0%	

Sumber: Data Primer (2026)

Pada tabel 5.3 hasil tabulasi silang strategi koping dengan kesejahteraan mental menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden memiliki strategi koping adaptif sebanyak 54 responden (36%) menunjukkan kesejahteraan mental baik (*well*). Dan hasil uji statistik menggunakan uji Spearman Rho menunjukkan nilai *p-value* 0,016 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara strategi koping dengan kesejahteraan mental mahasiswa RPL.

2. Hubungan *work-life balance* dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL

Tabel 5.4

Hubungan antara work-life balance dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL Di STIKES Pemkab Jombang Pada Bulan Agustus 2026

		Kesejahteraan_Mental				Total	p-value
		Well	Distress Ringan	Distress Sedang	Distress Berat		
WL B	Tinggi	31 20.6%	1 0.7%	1 0.7%	0 .0%	33 22%	0.038
	Sedang	25 16.7%	36 24%	13 8.7%	11 7.3%	85 56.7%	
	Rendah	9 6%	3 2%	10 6.7%	10 6.7%	32 21.3%	
	Total	65 43.3%	40 26.7%	24 16%	21 14%	150 100.0%	

Sumber: Data Primer (2026)

Berdasarkan tabel 5.4 hasil tabulasi silang work-life balance dengan kesejahteraan mental menunjukkan sebagian kecil responden dengan *work-life balance* sedang sebanyak 36 responden (24%) menunjukkan kesejahteraan mental distress ringan. Hasil uji analisis menunjukkan nilai *p-value* 0,038 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *work-life balance* dengan kesejahteraan mental mahasiswa RPL.

3. Hubungan beban kerja dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL

Tabel 5.5
Hubungan antara beban kerja dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL Di STIKES Pemkab Jombang Pada Bulan Agustus 2026

		Kesejahteraan_Mental			Total	<i>p-value</i>
		Well	Distress Ringan	Distress Sedang	Distress Berat	
Beban Kerja	Sangat Rendah	19 12.7%	3 2%	0 .0%	0 .0%	22 14.7%
	Rendah	18 12%	7 4.7%	3 2%	0 .0%	28 18.7%
	Sedang	17 11.3%	11 7.3%	4 2.7%	1 0.7%	33 22%
	Tinggi	11 7.3%	19 12.7%	17 11.3%	20 13.3%	67 44.7%
Total		65 43.3%	40 26.7%	24 16%	21 14%	150 100.0%

Sumber: Data Primer (2026)

Pada tabel 5.5 hasil tabulasi silang beban kerja dengan kesejahteraan mental menunjukkan sebagian kecil responden dengan beban kerja tinggi sebanyak 20 responden (13,3%) menunjukkan kesejahteraan mental distress berat. Hasil uji analisis menunjukkan nilai *p-value* 0,029 ($p < 0,05$),

sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kesejahteraan mental mahasiswa RPL.

5.2.2.3. Analisis Multivariat

1. Hubungan secara simultan *antara Work-Life Balance*, Beban Kerja, dan Strategi Koping dengan Kesejahteraan Mental mahasiswa Program RPL.

Tabel 5.6

Hasil Uji Regresi Ordinal (Ordinal Logistic Regression/PLUM) antara Work-Life Balance, Beban Kerja, dan Strategi Koping dengan kesejahteraan mental mahasiswa program RPL

Model Fitting Information				
Model	-2 Log Likelihood	Chi-Square	df	Sig.
Intercept Only	167.681			
Final	71.671	96.009	3	.036

Link function: Logit.

Berdasarkan tabel 5.6. hasil analisis regresi ordinal diketahui bahwa nilai *p-value* 0,036 ($p < 0,05$) hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara simultan *antara Work-Life Balance*, Beban Kerja, dan Strategi Koping dengan Kesejahteraan Mental mahasiswa Program RPL.

2. Menganalisis variabel yang paling dominan terhadap kesejahteraan mental mahasiswa program RPL

Tabel 5.7

Hasil Uji Parameter Estimates untuk mengetahui variabel mana yang memiliki hubungan signifikan secara parsial terhadap kesejahteraan mental

Parameter Estimates							
	estimate	Std error	Wald	df	sig	Exp(B)	Ket
Strategi_Koping	2.501	.458	29.753	1	.016	12.20	Signifikan
WLB	1.478	.357	17.158	1	.038	4.38	Signifikan
Beban_Kerja	1.296	.283	20.920	1	.029	3.65	Signifikan

Link function: Logit

Berdasarkan tabel 5.7 hasil uji parameter estimates diketahui bahwa nilai Odds Ratio Exp(B), strategi koping memiliki nilai sebesar 12,20, WLB sebesar 4,38, dan beban kerja sebesar 3,65. Dengan demikian, strategi koping merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kesejahteraan mental mahasiswa Program RPL, karena memiliki nilai Odds Ratio terbesar dibandingkan dengan WLB dan beban kerja.

