

ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN SHIFT KERJA TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI FK UNISMA

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh

Robby Maulana Hasan A.

21901101027

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM MALANG**

2026

JUDUL SKRIPSI :

**ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN *SHIFT* KERJA
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA PROGRAM
STUDI PENDIDIKAN PROFESI FK UNISMA-**

Nama Mahasiswa : Robby Maulana Hasan Apriadi

NIM : 21901101027

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran

KOMISI PEMBIMBING

Ketua : dr. Dewi Martha Indria, M.kes,

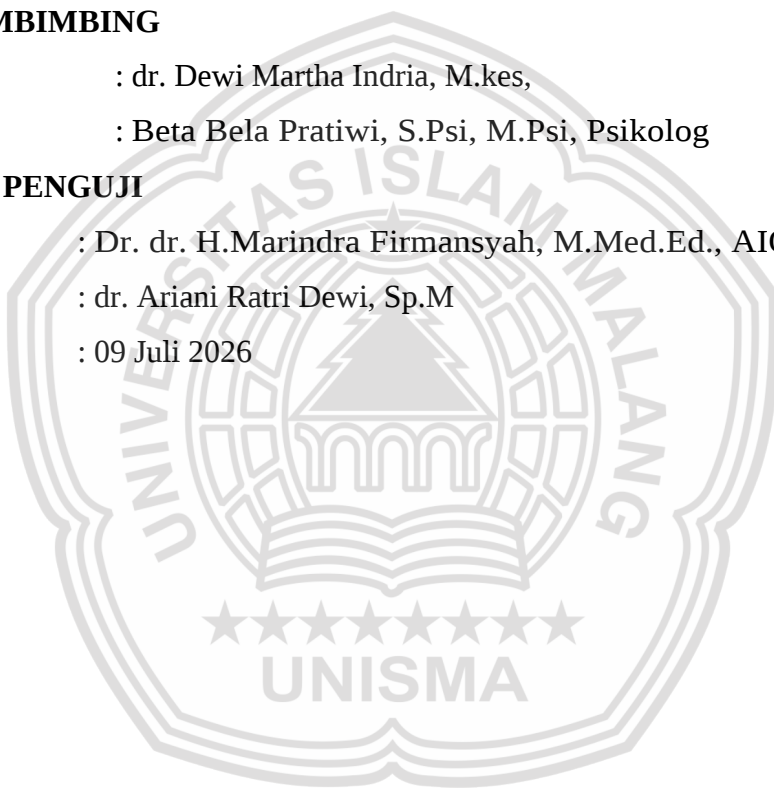
Anggota : Beta Bela Pratiwi, S.Psi, M.Psi, Psikolog

TIM DOSEN PENGUJI

Ketua : Dr. dr. H.Marindra Firmansyah, M.Med.Ed., AIOFK

Anggota : dr. Ariani Ratri Dewi, Sp.M

Tanggal Ujian : 09 Juli 2026





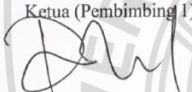
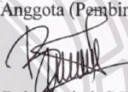
SKRIPSI

**ANALISA HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN *SHIFT* KERJA
TERHADAP TINGKAT KECEMASAN PADA MAHASISWA
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI DOKTER**

Oleh
ROBBY MAULANA HASAN APRIADI
21901101027

Telah Dipertahankan Di Depan Penguji
Pada Tanggal 09 Juli 2026
Dan Dinyatakan Memenuhi Syarat

Menyetujui
Komisi Pembimbing,

Ketua (Pembimbing I)	Anggota (Pembimbing II)
	
<u>dr. Dewi Martha Indria, M.kes</u> NPP. 144005198632237	<u>Beta Beta Bela Pratiwi, S.Psi, M.Psi, Psikolog</u> NPP. 241203199332235



Program Studi Kedokteran
Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang
Dekan

dr. Rahma Triliana, M.Kes., Ph.D
NPP. 205.02.00001

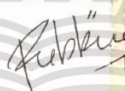


PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya, di dalam Naskah SKRIPSI ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata di dalam SKRIPSI ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, saya bersedia SKRIPSI ini digugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh (SARJANA KEDOKTERAN) dibatalkan, serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku (UU No.20 Tahun 2003, Pasal 25 ayat 2 dan Pasal 70).

Malang, 09 Juli 2026
Mahasiswa



Robby Maulana Hasan Apriadi
21901101027



RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Robby Maulana Hasan Apriadi, lahir di Bondowoso pada tanggal 19 April 2000. Penulis merupakan putra dari pasangan Misbahul Hasan dan Ida Rosyida serta berdomisili di Kecamatan Cermee, Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur. Penulis menempuh pendidikan dasar di SD Negeri Cermee 01, kemudian melanjutkan pendidikan menengah pertama dan menengah atas di SMP Nurul Jadid dan SMA Nurul Jadid. Setelah menyelesaikan pendidikan menengah, penulis melanjutkan studi pada Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang.

Selama menjalani pendidikan kedokteran, penulis mengikuti berbagai proses pembelajaran akademik dan klinik yang memberikan pengalaman dalam memahami ilmu kedokteran, pelayanan kesehatan, serta pengembangan kemampuan sebagai calon dokter. Tahap pendidikan profesi dokter menjadi salah satu proses penting bagi penulis dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh dan meningkatkan kemampuan profesional di lingkungan klinis.

Malang, 30 Juli 2026

Robby Maulana Hasan Apriadi
NIM. 21901101027

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat, nikmat, kesehatan, dan kemudahan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Analisis Hubungan Beban Kerja dan Shift Kerja terhadap Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang”.

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Kedua orang tua penulis, Misbahul Hasan dan Ida Rosyida, serta saudara penulis Fahmi Abdillah Hasan dan Muhammad Rozil Gufron, atas doa yang tidak pernah berhenti, kasih sayang, dukungan, pengorbanan, dan motivasi yang senantiasa diberikan selama penulis menjalani pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini.
2. Yth. Dr. Rahma Triliana, M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang, atas dukungan yang diberikan selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang.
3. Yth. Dr. Yeni Amalia, Sp.A., M.Biomed selaku Ketua Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang.
4. Yth. dr. Dewi Martha Indriani, M.Kes., IBCLC selaku Pembimbing I, atas waktu, ilmu, arahan, masukan, serta kesabaran dalam membimbing penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
5. Yth. Beta Bela Pratiwi, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Pembimbing II, atas bimbingan, arahan, masukan, serta dukungan yang diberikan selama penyusunan skripsi ini.
6. Yth. Dr. dr. H. Marindra Firmansyah, M.Med.Ed., AIFO-K selaku Dosen Penguji I sekaligus Dosen Pembimbing Akademik, serta Yth. dr. Ariani Ratri Dewi, Sp.M selaku Dosen Penguji II, atas kritik, saran, dan masukan yang diberikan demi penyempurnaan skripsi ini.

7. Seluruh responden penelitian, yaitu mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang, yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini.
8. Seluruh dosen, tenaga kependidikan, tim laboratorium, dan tim Tata Usaha Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang, atas bantuan, pelayanan, dan dukungan selama penulis menjalani pendidikan.
9. drh. Suci Nuriyah, atas doa, dukungan, semangat, perhatian, dan kebersamaan yang diberikan selama perjalanan pendidikan serta proses penyelesaian skripsi ini.
10. Sahabat BTCMP, sahabat Brilliance, teman-teman Myologi Suspensi FK, sahabat Songot Group, serta seluruh teman seperjuangan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang, atas kebersamaan, dukungan, cerita, dan pengalaman berharga selama penulis menjalani pendidikan.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang telah memberikan bantuan, doa, dukungan moral maupun material dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Atas segala bantuan, doa, dukungan, dan kebaikan yang telah diberikan kepada penulis, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya. Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapatkan balasan yang terbaik dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi penyempurnaan penelitian di masa mendatang.

Malang, 30 Juli 2026

Penulis,

Robby Maulana H.A.

RINGKASAN

Robby Maulana H A, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Malang, Juli 2026.
Analisis Hubungan Beban Kerja dan *Shift* Kerja terhadap Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang. Pembimbing 1: Dewi Martha Indria, Pembimbing 2: Beta Bela Pratiwi

Pendahuluan : Pendidikan profesi dokter merupakan tahap pendidikan dengan tuntutan akademik dan klinis yang kompleks. Keterlibatan mahasiswa dalam pelayanan pasien, aktivitas klinik, serta adaptasi terhadap lingkungan rumah sakit dapat menjadi sumber tekanan psikologis yang berhubungan dengan kecemasan. Beban kerja dan *shift* kerja merupakan beberapa aspek yang diduga berkaitan dengan kondisi psikologis mahasiswa pendidikan profesi dokter. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dan *shift* kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang.

Metode Penelitian : Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Responden penelitian berjumlah 120 mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner beban kerja nursalam, kuesioner *shift* kerja, dan Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Fisher Exact Test* dengan tingkat kemaknaan 0,05.

Hasil dan Pembahasan : Sebagian besar responden memiliki beban kerja kategori sedang sebanyak 57 responden (47,5%). Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan tingkat kecemasan ($p=0,973$) dan antara jumlah *shift* kerja dengan tingkat kecemasan ($p=0,385$). Jumlah jam kerja per minggu ($p=0,464$) dan waktu istirahat harian ($p=0,691$) juga tidak menunjukkan hubungan yang bermakna secara statistik dengan tingkat kecemasan. Analisis tambahan menggunakan *Cramer's V* menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara variabel yang diteliti berada pada kategori sangat lemah hingga lemah. Hasil ini menunjukkan bahwa kecemasan pada mahasiswa pendidikan profesi dokter merupakan kondisi yang kompleks dan tidak hanya berkaitan dengan aktivitas klinik, tetapi juga kemungkinan dipengaruhi oleh faktor individu maupun lingkungan pembelajaran.

Simpulan : Tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara beban kerja dan *shift* kerja dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang.

Kata Kunci : beban kerja, *shift* kerja, kecemasan, mahasiswa pendidikan profesi dokter.

SUMMARY

Robby Maulana H A, Faculty of Medicine, University of Islam Malang, July 2026. Analysis of the Relationship Between Workload and Work Shift with Anxiety Level among Medical Professional Program Students at the Faculty of Medicine, University of Islam Malang. Supervisor 1: Dewi Martha Indria, Supervisor 2: Beta Bela Pratiwi

Introduction : Medical professional education is a stage of education characterized by complex academic and clinical demands. During this stage, students are involved in patient care activities, clinical rotations, adaptation to the hospital environment, and competency evaluations. These demands may become psychological stressors associated with anxiety. Workload and work shift systems are considered several aspects that may be related to the psychological condition of medical professional program students. This study aimed to determine the relationship between workload and work shift with anxiety levels among medical professional program students at the Faculty of Medicine, University of Islam Malang.

Research Methods : This study used an observational analytic design with a cross-sectional approach. The respondents consisted of 120 medical professional program students at the Faculty of Medicine, University of Islam Malang who met the research criteria. Data were collected using workload questionnaires, work shift questionnaires, and the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) to assess anxiety levels. Data analysis was performed using univariate and bivariate analyses with Fisher's Exact Test at a significance level of 0.05.

Results and Discussion : The results showed that most respondents had a moderate workload category, consisting of 57 respondents (47.5%). Statistical analysis showed that there was no significant relationship between workload and anxiety levels ($p=0.973$). In addition, the number of work shifts was not significantly associated with anxiety levels ($p=0.385$). Weekly working hours ($p=0.464$) and daily rest duration ($p=0.691$), also showed no statistically significant relationship with anxiety levels. Additional analysis using Cramer's V showed that the strength of the relationship between the studied variables was categorized as very weak to weak. These findings indicate that anxiety among medical professional program students is a complex condition that may not only be associated with clinical activities but also influenced by various individual and learning environment factors.

Conclusion : There was no statistically significant relationship between workload and work shifts with anxiety levels among medical professional program students at the Faculty of Medicine, University of Islam Malang.

Keywords : workload, work shift, anxiety, medical professional program students.

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Kecemasan adalah suatu gangguan psikologis yang cukup umum dialami mahasiswa kedokteran, khususnya pada saat tahap pendidikan profesi. Prevalensi kecemasan mahasiswa kedokteran di seluruh dunia ditemukan 33,8% mahasiswa kedokteran secara global (Quek dkk., 2019). Sedangkan di Indonesia sendiri terdapat beberapa penelitian tentang tingkat kecemasan yang terjadi pada mahasiswa kedokteran. Berdasarkan studi di Universitas Indonesia, sekitar 48,1% mengalami kecemasan dengan 8,1% mengalami kecemasan berat (Ramadianto dkk., 2022). Studi lain menunjukkan kecemasan juga terjadi pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Gadjah Mada, dilaporkan terdapat 42,9% mahasiswa mengalami kecemasan minimal, 31% kecemasan ringan, 15,9% kecemasan sedang, dan 8,7% mahasiswa mengalami kecemasan berat (Wijaya, 2022).

Temuan serupa juga didapatkan pada penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa didapatkan 46% mahasiswa FK Unisma mengalami kecemasan yang meliputi kecemasan ringan sebanyak 23,2%, kecemasan sedang 7,4%, kecemasan berat 15,3%, serta sangat berat 0,5% (Nashuha dkk., 2025). Data tersebut menunjukkan bahwa hampir separuh mahasiswa preklinik memiliki tekanan psikologis yang signifikan selama proses pendidikan. Apabila prevalensi kecemasan di tingkat preklinik telah berada di angka yang cukup tinggi, maka berpotensi adanya peningkatan kecemasan pada tahap pendidikan profesi dokter.

Pada tahap profesi mahasiswa diharuskan beradaptasi akan sistem belajar yang cukup berbeda dengan masa preklinik. Pada tahap profesi mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menerapkan pengetahuan teoritis yang telah diperoleh pada tahap

preklinik, akan tetapi juga harus mampu menghadapi tantangan klinis yang kompleks, tuntutan akademis yang lebih tinggi, jadwal belajar yang lebih padat, hingga tanggung jawab langsung akan keselamatan pasien. Mahasiswa diharuskan bekerja sama dengan tenaga medis yang lebih senior serta dihadapi dengan tuntutan dari pasien dan keluarga pasien akan pelayanan medis yang terbaik. Hal ini merupakan sebuah tantangan baru dan beban kerja yang lebih tinggi bagi mahasiswa yang baru beralih dari preklinik menuju fase klinik atau profesi.

Beban kerja yang berlebih diduga menjadi salah satu faktor yang memperkuat akan timbulnya gejala kecemasan. Studi terbaru yang dilakukan pada 101 perawat di RSUD Kepanjen yang memiliki beban kerja agak tinggi hingga sangat tinggi menunjukkan 14% perawat mengalami kecemasan ringan, 10% mengalami kecemasan sedang, 4% mengalami kecemasan berat, serta 1 % mengalami kecemasan sangat berat, dengan nilai analisa data *Rank Spearman* memperlihatkan nilai Sig. (2-tailed) 0.00 ($p < 0.05$) (Aulia, Rachman & Andriana, 2023). Hal ini mengindikasikan adanya korelasi antara beban kerja berlebih dengan timbulnya gejala kecemasan. Dalam dunia pendidikan kedokteran, beban kerja mencakup kegiatan akademik, keterampilan klinis, pelayanan pasien, serta tuntutan administratif. Beban kerja yang tinggi akan menimbulkan respon fisiologis dan psikologis tubuh yang akan berujung pada timbulnya kecemasan, terutama saat tuntutan tersebut melebihi kapasitas individu (Akiyoshi, 2012).

Selain itu, shift kerja turut menjadi faktor resiko tambahan yang berpotensi meningkatkan gejala timbulnya kecemasan pada mahasiswa. Hal ini terkait pada jadwal kerja yang tidak teratur yang dapat mengganggu ritme sirkadian. Melalui penelitian di Tiongkok menunjukkan 62,08% pekerja dengan jadwal *shift* mengalami kecemasan. Nilai uji chi-square menunjukkan nilai $\chi^2 = 73,54$ dengan $p = 0,001$ (Li dkk., 2022). Hal ini mengindikasikan pekerja *shift* memiliki prevalensi kecemasan yang cenderung lebih tinggi dibandingkan pekerja dengan pekerja tanpa menggunakan sistem kerja *shift*. Di Indonesia repository.unisma.ac.id

menunjukkan adanya korelasi antara *shift* kerja, terutama pada *shift* malam, berhubungan erat akan timbulnya gangguan kecemasan ($p=0,000$) (Panghestu dkk., 2024).

Dengan adanya temuan tersebut, diperlukan kajian penelitian terkait pengaruh *shift* kerja serta beban kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa profesi fakultas kedokteran sebagai calon tenaga medis. Maka dari itu, penting untuk memahami pengaruh beban kerja dan *shift* kerja terhadap kecemasan pada mahasiswa profesi FK Unisma dikarenakan adanya temuan masalah kecemasan yang cukup signifikan. Hal ini dilakukan agar dapat dirancang intervensi preventif dan promotif yang tepat. Penelitian mengenai kecemasan pada mahasiswa pendidikan profesi memiliki nilai penting dalam rangka mewujudkan lingkungan pendidikan klinik yang lebih sehat secara mental dan mendukung pencapaian kompetensi secara optimal.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara beban kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa program studi pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Unisma?
2. Apakah ada hubungan antara *shift* kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa program studi pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Unisma?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui hubungan antara beban kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa program studi pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Unisma.
2. Mengetahui hubungan antara *shift* kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa program studi pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Unisma.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teori

Memperluas pengetahuan keilmuan mengenai pengaruh tingkat beban kerja dan *shift* kerja terhadap tingkat kecemasan pada mahasiswa program studi pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Unisma. Secara teoritis, perolehan hasil penelitian diharapkan mampu memberikan manfaat berupa pijakan serta dapat dijadikan sebagai referensi penelitian berikutnya yang memiliki keterkaitan dengan pengaruh beban kerja dan *shift* kerja terhadap status kecemasan mahasiswa program studi pendidikan profesi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Berikut merupakan beberapa manfaat dari pelaksanaan penelitian dari segi praktis.

- a) Bagi institusi, dapat dijadikan suatu masukan untuk institusi rumah sakit mengenai setiap faktor yang dapat mempengaruhi status kesehatan pada mahasiswa program studi pendidikan profesi FK Unisma terutama pada kasus gangguan kecemasan sehingga diharapkan dapat digunakan sebagai pertimbangan untuk memperhatikan kesehatan mental tenaga kesehatan.
- b) Bagi mahasiswa program studi pendidikan profesi FK Unisma, guna mengetahui faktor apa saja yang mampu mempengaruhi status kesehatan seperti halnya gangguan kecemasan.

Bagi mahasiswa, guna mengetahui setiap faktor yang mampu mempengaruhi status kesehatan seperti gangguan kecemasan

BAB VII PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Menjalani pendidikan profesi dokter merupakan suatu proses yang penuh tantangan, di mana mahasiswa tidak hanya dituntut untuk menerapkan ilmu kedokteran yang telah dipelajari, tetapi juga beradaptasi dengan lingkungan klinik, tanggung jawab terhadap pasien, serta tuntutan akademik yang berjalan secara bersamaan. Dalam proses tersebut, berbagai kondisi kerja seperti jumlah shift, jam kerja, waktu istirahat, dan beban kerja sering kali dianggap dapat memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa, termasuk tingkat kecemasan.

Berdasarkan hasil penelitian ini, jumlah *shift* harian yang dijalani mahasiswa pendidikan profesi dokter belum menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan. Meskipun sistem kerja *shift* secara teori dapat berkaitan dengan kelelahan fisik maupun perubahan pola tidur, pada penelitian ini perbedaan jumlah *shift* yang dijalani responden belum terbukti berkaitan secara statistik dengan tingkat kecemasan.

Jumlah jam kerja per minggu juga belum menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan mahasiswa pendidikan profesi dokter. Hal ini menunjukkan bahwa lamanya waktu yang dihabiskan dalam kegiatan klinik belum dapat dijadikan satu-satunya gambaran mengenai kondisi psikologis mahasiswa. Cara mahasiswa memahami tuntutan pekerjaan, kemampuan beradaptasi, serta dukungan yang diperoleh selama menjalani pendidikan profesi dapat menjadi faktor lain yang turut memengaruhi pengalaman mereka.

Selain itu, durasi jam istirahat harian dan beban kerja juga tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan tingkat kecemasan. Selain tidak ditemukan hubungan yang signifikan secara statistik, analisis tambahan menggunakan *Cramer's V* menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara faktor-faktor tersebut

dengan tingkat kecemasan berada pada kategori rendah. Hasil ini menunjukkan bahwa banyaknya waktu istirahat maupun jumlah tugas yang dijalani belum secara langsung menentukan munculnya kecemasan pada responden penelitian. Kondisi psikologis mahasiswa kemungkinan terbentuk melalui interaksi berbagai aspek, baik dari dalam diri mahasiswa maupun dari lingkungan pendidikan klinik.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pada mahasiswa pendidikan profesi dokter merupakan suatu kondisi yang kompleks dan tidak dapat dijelaskan hanya berdasarkan karakteristik kerja seperti jumlah shift, jam kerja, waktu istirahat, dan beban kerja. Meskipun faktor-faktor tersebut menjadi bagian dari pengalaman pendidikan profesi, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor lain seperti kemampuan menghadapi tekanan, strategi koping, dukungan sosial, kualitas supervisi, serta lingkungan belajar yang mendukung kemungkinan turut berperan dalam menjaga kesehatan mental mahasiswa selama menjalani pendidikan profesi dokter.

7.2 Saran

7.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan kedokteran disarankan untuk tetap melakukan pengaturan dan evaluasi jadwal pendidikan klinik secara proporsional, dengan mempertimbangkan keseimbangan antara pencapaian kompetensi klinik dan kesehatan mental mahasiswa pendidikan profesi dokter.

7.2.2 Bagi Rumah Sakit Pendidikan

Rumah sakit pendidikan disarankan untuk menjaga kualitas supervisi klinik serta mengembangkan suasana belajar yang kondusif dan suportif, sehingga mahasiswa pendidikan profesi dapat melaksanakan kegiatan klinik secara optimal tanpa mengalami tekanan psikologis yang berlebihan.

7.2.3 Bagi Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter

Mahasiswa pendidikan profesi dokter diharapkan lebih meningkatkan kemampuan adaptasi diri melalui pengelolaan waktu yang lebih efektif, penerapan mekanisme koping yang optimal, serta menjaga kesehatan fisik dan mental selama menjalani pendidikan profesi sebagai upaya pencegahan terhadap timbulnya gangguan kecemasan.

7.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengeksplorasi faktor-faktor lain diluar aspek beban kerja yang berpotensi memengaruhi kecemasan, seperti kualitas tidur, dukungan sosial, strategi koping dan faktor kepribadian, serta mempertimbangkan penggunaan desain longitudinal agar diperoleh gambaran hubungan kausal yang lebih komprehensif. Serta peneliti selanjutnya diharapkan lebih mempertimbangkan pemilihan instrumen pengukuran beban kerja yang sesuai dengan karakteristik responden pendidikan profesi. Hal ini dikarenakan sistem pendidikan profesi berbeda dengan pekerja profesional, karena pada tahap pendidikan profesi masih termasuk dalam pembelajaran klinis, bukan tenaga kerja tetap. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan atau mengembangkan instrumen yang mempertimbangkan aspek akademik, tuntutan pembelajaran klinis, tekanan pendidikan, serta adaptasi lingkungan rumah sakit agar hasil penelitian lebih relevan dan representatif terhadap kondisi mahasiswa pendidikan profesi dokter. Penambahan jumlah partisipan dapat dipertimbangkan karena semakin banyak data yang dikumpulkan, dapat meningkatkan kekuatan uji statistiknya, sehingga apabila memang terdapat hubungan atau perbedaan yang nyata, peluang untuk memperoleh hasil yang signifikan secara statistik lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Akiyoshi, J. (2012). *The pathophysiology and diagnosis of anxiety disorder*. Seishin Shinkeigaku Zasshi, Psychiatria Et Neurologia Japonica, 114(9), 1063–1069.
- Amirah, A.M., Samsualam, & Agustini, T. (2022). *Pengaruh shift kerja terhadap stres kerja perawat instalasi rawat inap isolasi*. Window of Nursing Journal, 03(01). Makassar, Sulawesi Selatan: Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI.
- Annisa, D.F., & Ifdil, I. (2016). *Konsep kecemasan (Anxiety) pada lanjut usia (Lansia)*. Konselor, 5(2), 93. <https://doi.org/10.24036/02016526480-0-00>
- Atalay, K.D., Can, G.F. and Eraslan, E. (2016) ‘Assessment of mental workload and academic motivation in medical students’, Journal of Pakistan Medical Association, 66(5), pp. 574–578.
- Aulia, R.G.K., Rachman, L., & Andriana, D. (2023). *Hubungan antara beban kerja dengan tingkat kecemasan dan stres perawat rawat inap di satu RSUD di Kepanjen*. Jurnal Kedokteran Komunitas (Journal of Community Medicine), 11(1). <https://jim.unisma.ac.id/index.php/jkkfk/article/view/20634>
- Carima, W. (2022). *Pengaruh beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja tenaga kesehatan*. Schema: Journal of Psychological Research, 59–70. <https://doi.org/10.29313/schema.v0i0.11031>
- Chand, S.P., & Marwaha, R. (2024). *Anxiety*. StatPearls. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing. <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK470361/>
- Danu, V.K., Ningsih, O.S., & Suryati, Y. (2021). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan perawat selama pandemi COVID-19 di Kabupaten Manggarai*.
- DSM-5-TR. (2022). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: Fifth Edition Text Revision*. American Psychiatric Association.
- Dyrbye, L.N., et al. (2014). *Burnout among U.S. medical students, residents, and early career physicians relative to the general U.S. population*. Academic

- Medicine, 89(3), 443–451.
<https://doi.org/10.1097/ACM.0000000000000134>
- Eiland, L., & Romeo, R.D. (2013). *Stress and the developing adolescent brain*. Neuroscience, 249, 162–171.
<https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2012.10.048>
- Fahrud, D., & Aryan, Z. (2018). *Circadian rhythm, lifestyle and health: A narrative review*. Iranian Journal of Public Health, 47(8), 1068–1076.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6123576/>
- Ferri, P., et al. (2016). *The impact of shift work on the psychological and physical health of nurses in a general hospital: A comparison between rotating night shifts and day shifts*. Risk Management and Healthcare Policy, 9, 203–211. <https://doi.org/10.2147/RMHP.S115326>
- Irawati, R., & Carrollina, D.A. (2017). *Analisis pengaruh beban kerja terhadap kinerja karyawan operator pada PT Giken Precision Indonesia*. Inovbiz: Jurnal Inovasi Bisnis, 5(1), 51. <https://doi.org/10.35314/inovbiz.v5i1.171>
- Kim, H.-Y. (2017). *Statistical notes for clinical researchers: Chi-squared test and Fisher's exact test*. Restorative Dentistry & Endodontics, 42(2), 152–158.
<https://doi.org/10.5395/rde.2017.42.2.152>
- Li, Y., et al. (2022). *Effects of factors related to shift work on depression and anxiety in nurses*. Frontiers in Public Health, 10.
<https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.926988>
- Lockley, S.W., et al. (2004). *Effect of reducing interns' weekly work hours on sleep and attentional failures*. The New England Journal of Medicine, 351(18), 1829–1837. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa041404>
- Mahardika, H.G. and Hidayati, N. (2021) 'Pengaruh lingkungan kerja terhadap kecemasan karyawan PT. Maspion Energy Mitratama', Jurnal Fakultas Psikologi Universitas 45 Surabaya.
- Mahawati, E., Yuniwati, I., Ferinia, R., Rahayu, P.P., Fani, T., Sari, A.P., et al. (2021) Analisis Beban Kerja dan Produktivitas Kerja. Medan: Yayasan Kita Menulis.
- McEwen, B.S. (2007) 'Physiology and neurobiology of stress and adaptation: Central role of the brain', Physiological Reviews, 87(3), pp. 873–904. Available at: <https://doi.org/10.1152/physrev.00041.2006>.
- Nashuha, R.H., Dewi, A.R., & Matadjo, A.A.D. (2025). *Peran self-kindness dan kecemasan dalam capaian pembelajaran mahasiswa* pre-klinik, FK.

Unisma. Jurnal Kedokteran Komunitas, 13(1).

<https://jim.unisma.ac.id/index.php/jkkfk/article/view/28008>

Nasrulloh, K., et al. (2020) 'Kajian jenis kecemasan masyarakat Cilacap dalam menghadapi pandemi COVID-19', Universitas Nahdlatul Ulama Al Ghazali.

Nursalam. (2016). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan* (Edisi IV). Jakarta: Salemba Medika.

Oliver, M.S., López, J.S. and Torrano, F. (2017) 'Relations between mental workload and decision-making in an organizational setting', *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 30(1), p. 7. Available at: <https://doi.org/10.1186/s41155-017-0061-0>.

Panghestu, W.K.P., et al. (2024) 'Pengaruh shift kerja terhadap kelelahan kerja perawat di RSUD Kota Madiun tahun 2023', *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 5(1), pp. 35–38. Available at: <https://doi.org/10.47575/jpkm.v5i1.571>.

Panhardyka, H.A., Matadjo, A.A.D., & Indria, D.M. (2025). *Pengaruh beban kerja terhadap burnout dan stres kerja pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang*.

Penninx, B.W., et al. (2021). *Anxiety disorders*. *Lancet*, 397(10277), 914–927. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(21\)00359-7](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(21)00359-7)

Petrie, K., Baldwin, P., Harvey, S.B., Deady, M., Glozier, N., Calvo, R.A., et al. (2020) 'Working hours, common mental disorder and suicidal ideation among junior doctors in Australia: A cross-sectional survey', *BMJ Open*, 10(1), e033525. Available at: <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-033525>.

Petrie, K., et al. (2020). *Working hours, common mental disorder and suicidal ideation among junior doctors in Australia: A cross-sectional survey*. *BMJ Open*, 10(1), e033525. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-033525>

Picton, A. (2021). *Work-life balance in medical students: Self-care in a culture of self-sacrifice*. *BMC Medical Education*, 21(1), 8. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02434-5>

Puri, I. (2018) 'Hubungan beban kerja dengan stres kerja pada perawat IGD RSUD Munyang Kute Redelong', Universitas Medan Area. Available at: <http://repository.uma.ac.id/handle/123456789/9875>.

Quek, T.T.C., Tam, W.W.S., Tran, B.X., Zhang, M., Zhang, Z., Ho, C.S.H. and Ho, R.C.M. (2019) 'The global prevalence of anxiety among medical

students: A meta-analysis', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(15), 2735. Available at: <https://doi.org/10.3390/ijerph16152735>

Ramadiano, A.S., et al. (2022). *Symptoms of depression and anxiety in Indonesian medical students: Association with coping strategy and resilience*. *BMC Psychiatry*, 22(1), 92. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-03745-1>

Saraswati, A.W. and Paskarini, I. (2018) 'Hubungan gangguan tidur pada pekerja shift dengan kejadian kecelakaan kerja di terminal petikemas', *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 7(1), pp. 72–80. Available at: <https://doi.org/10.20473/ijosh.v7i1.2018.72-80>.

Shalahuddin, I., Rukmini, P.R.M. and Fitri, S.U.R. (2023) 'Gambaran tingkat kecemasan pengemudi ojek online pada masa transisi endemi COVID-19', *Jurnal Keperawatan*, 13(4).

Simms, A., Fear, N.T. and Greenberg, N. (2020) 'The impact of having inadequate safety equipment on mental health', *Occupational Medicine*, 70(4), pp. 278–281. Available at: <https://doi.org/10.1093/occmed/kqaa101>.

Solon, M., et al. (2021). *Dampak beban kerja terhadap tingkat stres pada tenaga kesehatan selama masa pandemi COVID-19*. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 4(2), 94–101. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v4i2.74>

Suma'mur. (1994) *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja*. Jakarta: Gunung Agung.

Sweeney, E., et al. (2021). *The association between mental health and shift work: Findings from the Atlantic PATH study*. *Preventive Medicine*, 150, 106697. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2021.106697>

Tayyari, F. and Smith, J.L. (1997) *Occupational Ergonomics: Principles and Applications*. 1st edn. London: Chapman & Hall.

Uswah, M. (2025) *Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Pencegahan Risiko Jatuh di RSI Sultan Agung Semarang*. Undergraduate thesis. Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Available at: <https://repository.unissula.ac.id/39602/> (Accessed: 28 June 2025).

Videbeck, S.L. (2008) *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Alih bahasa: Renata Komalasari dan Alfrina Hany. Jakarta: EGC.

Vidović, S., et al. (2025). *Sleep quality and mental health among medical students: A cross-sectional study*. *Journal of Clinical Medicine*, 14(7), 2274. <https://doi.org/10.3390/jcm14072274>

WHO. (2023). *Anxiety disorders*. World Health Organization.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders>

Wijaya, C.E. (2022) Comparison of Anxiety Level Between Preclinical and Clinical Medical Students from Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing, Universitas Gadjah Mada. Undergraduate thesis. Universitas Gadjah Mada. Available at: <https://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/211526> (Accessed: 15 August 2025).

Wijayanti, R., et al. (2022) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kecemasan pada tenaga kesehatan pada masa pandemi COVID-19 (Studi di RSUD Dr. Moewardi Surakarta)', Jurnal Kesehatan.

Yu, D.Y. (2024) 'Gangguan kecemasan umum (GAD) | Panduan Calgary', 22 July. Available at: <https://calgaryguide.ucalgary.ca/generalized-anxiety-disorder-gad/> (Accessed: 19 August 2025).

