

DETERMINAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT SENTRA MEDIKA MINAHASA UTARA

Nina Nurhasanah¹, Diana Vanda Daturara Doda², Jehosua S.V. Sinolungan³

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Bidang Minat Promosi Kesehatan, Universitas
Samratulangi Manado, Indonesia.

corresponding author: ninawenas26@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Investigasi di beberapa negara menunjukkan Kelelahan kerja berkontribusi signifikan terhadap kecelakaan kerja, menyumbang 50% dari kasus kecelakaan tersebut. Di rumah sakit, kelelahan perawat menjadi masalah utama dalam manajemen sumber daya manusia, karena tuntutan pelayanan yang tinggi dari klien dan manajemen meningkatkan beban kerja perawat..

Metode : Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Data dikumpulkan dengan kuesioner. Penelitian ini melibatkan 102 sampel yang merupakan total sampling. Dalam mengukur hubungan variabel digunakan analisis uji chi square untuk analisis multivariat menggunakan regresi logistic.

Hasil : Hasil penelitian menunjukkan bahwa 53% umur perawat ada di antara 26-35 Tahun, 62% berjenis kelamin Perempuan, 84,3% memiliki Tingkat Pendidikan S1/Profesi dan 56,9% belum menikah. Untuk Shift kerja 41,2% pada pagi hari dan 29,4% untuk shift kerja siang dan malam. Masa <2 tahun sebesar 52%. Hasil uji bivariat Umur dengan Kelelahan kerja dengan p value 0,054. Jenis kelamin dengan Kelelahan kerja dengan p value 0.031. shift kerja dengan Kelelahan kerja dengan p value 0,001 dan masa kerja dengan Kelelahan kerja dengan p value 0,031. Hasil uji multivariat yang paling berhubungan dengan kelelahan kerja adalah shift kerja dengan nilai signifikansi 0,001.

Kesimpulan: terdapat hubungan antara jenis kelamin, shift kerja dan masa kerja dengan kelelahan kerja, tidak ada hubungan antara umur dengan kelelahan kerja dan shift kerja adalah variabel yang paling berhubungan dengan kelelahan kerja. Saran untuk rumah sakit kedepannya agar bisa memperhatikan perasaan kelelahan dari perawat yang bekerja dengan memberikan treatment yang relevan..

Kata kunci: kelelahan, beban kerja, perawat

ABSTRACT

Background: Investigations in several countries show Occupational fatigue contributes significantly to occupational accidents, accounting for 50% of such accident cases. In hospitals, nurse fatigue is becoming a major issue in human resource management, as high service demands from clients and management increase nurses' workload.

Objective: nurses at Sentra Medika Hospital in North Minahasa.

Method: The method used in this study was quantitative with a cross sectional research design. Data was collected by questionnaire. This study involved 102 samples which were total

sampling. In measuring the relationship of variables, the chi square test analyst was used for multivariate analysis using logistic regression.

Results: *The results showed that 53% of nurses' ages were between 26-35 years old, 62% were female, 84.3% had a bachelor's / professional education level and 56.9% were not married. For work shifts 41.2% in the morning and 29.4% for day and night work shifts. The period <2 years was 52%. Bivariate test results Age with Work Fatigue with p value 0.054. Gender with work fatigue with p value 0.031. work shift with work fatigue with p value 0.001 and tenure with work fatigue with p value 0.031. The multivariate test results that are most associated with work fatigue are work shifts with a significance value of 0.001.*

Conclusion: *From this research, There is an association between gender, shift work and tenure with fatigue, there is no association between age and fatigue and shift work is the variable most associated with fatigue. Suggestions for future hospitals to pay attention to the feelings of fatigue of nurses who work by providing relevant treatment.*

Keywords: *fatigue, workload, nurses*

PENDAHULUAN

Investigasi di beberapa negara menunjukkan bahwa kelelahan memberikan kontribusi signifikan terhadap kecelakaan kerja, menyumbang hingga 50% dari kasus kecelakaan, dengan sekitar dua juta pekerja meninggal setiap tahun akibatnya menurut data ILO 2003. Penelitian menunjukkan bahwa 32,8% dari 58.115 sampel mengalami kelelahan, sementara di Jepang 65% pekerja mengalami kelelahan fisik dan di Kanada hampir 80% perawat mengalami kelelahan.

Penelitian di China yang melibatkan 1.299 perawat dari 20 rumah sakit di Cina Timur Laut menunjukkan bahwa sekitar 55% perawat mengalami kelelahan terkait pekerjaan sedang hingga berat. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh

De Oliveira dkk., 2021 juga menyatakan bahwa dari hasil analisis 1.406 artikel tentang kelelahan pada perawat di Brazil menunjukkan bahwa 43% perawat memiliki skor kelelahan yang tinggi.

Data dari Dirjen Pembinaan Pengawasan Ketenagakerjaan (Binswasna ker) tahun 2012 menunjukkan bahwa dari 847 kecelakaan kerja di Indonesia, 36% disebabkan oleh kelelahan. Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi melaporkan bahwa setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, dengan 27,8% disebabkan oleh kelelahan tinggi. Data

BPJS Ketenagakerjaan menunjukkan peningkatan jumlah kasus kecelakaan kerja dari 105.182 kasus pada 2011 menjadi 192.911 kasus pada 2015, sebagian besar disebabkan oleh kelelahan.

Penelitian Prabowo (2018) pada perawat di RSUP Dr. Kariadi Semarang mengungkapkan bahwa 46,5% perawat mengalami kelelahan kerja sedang, 43,6% ringan, dan 9,9% tinggi. Di Eropa, data Kleiber dan Ensmann menunjukkan 43% perawat mengalami kelelahan kerja, lebih tinggi dibandingkan pekerja hukum, administrasi, dan manajemen. Kelelahan tinggi di kalangan perawat sering kali disebabkan oleh beban tugas yang kompleks dan stres.

Kelelahan kerja perawat merupakan salah satu permasalahan dalam manajemen sumber daya manusia di rumah sakit. Semakin besar tuntutan dari klien dan manajemen rumah sakit untuk memberikan pelayanan yang berkualitas dapat meningkatkan beban kerja bagi para tenaga keperawatan. Berdasarkan hasil survei PPNI (Persatuan Perawat Nasional Indonesia) tahun 2005, 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami stress kerja, sering pusing, lelah dan tidak bisa beristirahat (Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI), 2005).

Perawat merupakan seorang yang mempunyai kemampuan khusus untuk memberikan pelayanan kesehatan dan bertanggung jawab dalam pencegahan penyakit baik pasien maupun dirinya sendiri. Perawat memperoleh paparan penyakit dari berbagai wilayah kerja diantaranya, kamar operasi (46%), kamar bersalin (37%), ruang rawat inap (11%), ruang nifas (3%), lain- lain (3%). Kemungkinan perawat terinfeksi setelah terpajan dengan pathogen yang bervariasi, diperkirakan dengan rentang dari 30% untuk hepatitis B (personel layanan kesehatan yang tidak kebal), 1,8% untuk hepatitis C, hingga 0,3% untuk HIV (Ferusgel, A., Napitupulu, L. H., & Putra, R. P, 2022).

Kelelahan pada perawat berdampak negatif pada mereka dan perawatan pasien. Menurut penelitian sebelumnya, kelelahan pada perawat berhubungan dengan kinerja mereka. Selain itu, kelelahan jangka panjang menyebabkan masalah kesehatan fisik dan mental yang parah. Oleh karena itu, pencegahan kelelahan adalah penting untuk perawatan kesehatan perawat dan mempertahankan perawatan berkualitas tinggi (Kida, R., & Takemura, Y. 2022).

Kelelahan merupakan suatu masalah kesehatan kerja yang perlu mendapat perhatian khusus. Kelelahan bagi setiap orang, bersifat subyektif karena terkait dengan perasaan, karena selain dipengaruhi oleh faktor fisik dan biologis, kelelahan juga dipengaruhi oleh faktor psikis (Perwitasari, 2014). Kelelahan kerja dapat disebabkan dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal seperti jenis kelamin, umur, status gizi, sikap kerja dan psikis sedangkan faktor eksternal terdiri dari masa kerja, shift kerja, penerangan dan lama kerja (Rahmawati R, Afandi S. 2019).

Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara merupakan satu-satunya RS di Kabupaten Minahasa Utara yang berstatus Rumah Sakit Tipe B, hal ini membuat Rumah Sakit Sentra Medika merupakan

satu-satunya Pusat Rujukan dari Rumah Sakit sekitar di Minahasa Utara maupun Kota Bitung dan Kota Manado. Berdasarkan hal tersebut pasien di Rumah Sakit ini sangat banyak dan memerlukan tenaga Kesehatan seperti perawat harus maksimal dalam pelayanannya. Berdasarkan hasil observasi jumlah perawat di Rumah Sakit sentra medika masih kurang sehingga Tingkat pekerjaan pasti lebih sulit dan pada akhirnya perawat bisa mengalami kelelahan kerja.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh umur, jenis kelamin, masa kerja, dan shift kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara serta mengidentifikasi variabel yang paling berpengaruh

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Data dikumpulkan dengan kuesioner. Penelitian ini melibatkan 102 sampel yang merupakan total sampling. Dalam mengukur hubungan variabel digunakan analisis uji chi square untuk analisis multivariat menggunakan regresi logistic. Variabel bebas dari penelitian ini adalah Umur, Jenis Kelamin, Shift Kerja dan Masa Kerja. Variabel terikat dari penelitian ini adalah Kelelahan Kerja. Data hasil penelitian di analisis secara univariat, bivariat dan multivariat. Penyajian data dibuat dalam bentuk tabel dan narasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh tenaga perawat yang bertugas di ruangan rawat inap Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara yaitu berjumlah 167 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini yaitu non probability sampling dengan pendekatan total sampling, dimana total sampling yaitu teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel (Sugiono, 2015). Sampel dalam penelitian ini yaitu 167 orang.

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1 Karakteristik Responden

Kategori	n	%
Umur		
17 – 25 Tahun (Remaja Akhir)	29	28,4
26 – 35 Tahun (Dewasa Awal)	54	53,0
36 – 45 Tahun (Dewasa Akhir)	19	18,6
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	40	38,8
Perempuan	62	60,2
Tingkat Pendidikan		
S1/Profesi	86	84,3
Diploma	16	15,7
Status Pernikahan		
Menikah	44	43,1
Belum Menikah	58	56,9
Total	102	100

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berusia 26-35 tahun (53%), sementara yang berusia 36-45 tahun hanya 18,6%. Dalam hal jenis kelamin, responden didominasi perempuan (60,2%) dibandingkan laki-laki (38,8%). Sebagian besar responden adalah

perawat dengan pendidikan S1 atau profesi ners (84,3%), sedangkan yang memiliki pendidikan diploma sebanyak 15,7%. Status pernikahan menunjukkan bahwa 56,9% responden belum menikah, sementara 43,1% sudah menikah.

Shift Kerja

Tabel 2 Distribusi frekuensi variabel shift kerja

Shift Kerja	n	%
Pagi	42	41,2
Siang	30	29,4
Malam	30	29,4
Total	102	100

Sumber : Data Primer

Distribusi frekuensi variable shift kerja dapat dilihat dalam tabel 2 menyatakan bahwa responden paling banyak yaitu pada shift kerja pagi dengan jumlah 42 responden 41,2% sedangkan untuk shift

kerja siang dan malam memiliki jumlah responden yang sama yaitu masing-masing 30 responden dengan presentase 29,4% dari total responden yang ada.

Masa Kerja

Tabel 3 Distribusi frekuensi variable masa kerja

Masa Kerja	n	%
< 2 Tahun	53	52
>= 2 Tahun	49	48
Total	102	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 3 tentang distribusi frekuensi variabel masa kerja menyatakan bahwa responden paling banyak dengan jumlah responden 53

(51,5%) adalah masa kerja kurang dari 2 tahun sedangkan masa kerja 2 tahun keatas dengan jumlah responden 49 (47,6%)

Kelelahan Kerja

Tabel 4 Distribusi frekuensi variabel kelelahan kerja

Kelelahan Kerja	n	%
lelah	48	47,1
Tidak lelah	54	52,9
Total	102	100

Sumber : Data Primer

Pada tabel 4 variabel kelelahan kerja berdasarkan jumlah responden yang mengalami kelelahan adalah 48 responden dengan 47,1% sedangkan 54 responden

dengan presentase 52,9% kurang mengalami kelelahan dari total 102 responden

Hubungan Umur dengan Kelelahan Kerja

Tabel 5 Hubungan antara umur dengan kelelahan kerja pada perawat

Umur	Kelelahan Kerja						<i>P Value</i>
	lelah		Tidak lelah		Total		
	n	%	n	%	n	%	
17 – 25 Tahun	10	34,5	19	65,5	29	100	0,054
26 – 35 Tahun	28	48,3	30	51,7	58	100	
36 – 45 Tahun	10	66,7	5	33,3	15	100	

Sumber : Data Primer

Variabel independennya merupakan variabel usia yang dihubungkan dengan kelelahan kerja dan di uji statistik menggunakan uji Chi-Square. Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 58 perawat dengan usia 26-35 tahun dengan kategori dewasa awal mengalami kelelahan kerja sebanyak 28 orang sedangkan sebanyak 30 perawat usia 26-35 tahun kurang mengalami kelelahan kerja. Hal ini

dibandingkan usia 36-45 tahun kategori dewasa akhir sangat sedikit yaitu dari 15 perawat umur 36-45 tahun 5 orang mengalami kelelahan sedangkan 10 orang kurang mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,054 yang berarti $>0,05$ menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit sentra medika.

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kelelahan Kerja

Tabel 6 Hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat

Jenis Kelamin	Kelelahan Kerja						<i>P Value</i>
	lelah		Tidak lelah		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Laki-laki	13	32,5	27	67,5	40	100	0,031
Perempuan	35	56,5	27	43,5	62	100	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 40 perawat laki-laki yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 13 orang sedangkan sebanyak 27 perawat dengan presentase 67,5% kurang mengalami kelelahan kerja. Hal ini dibandingkan perawat dengan jenis kelamin perempuan dari 62 perawat Perempuan 35 orang mengalami kelelahan

sedangkan 27 perawat perempuan kurang mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,031 yang berarti $<0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika.

Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja

Tabel 7 Hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat

Masa Kerja	Kelelahan Kerja				Total		P Value
	Lelah		Tidak Lelah				
	n	%	n	%	n	%	
< 2 Tahun	19	35,8	34	64,2	53	100	0,031
>= 2 Tahun	29	59,2	20	40,8	49	100	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 53 responden yang bekerja dibawah 2 tahun ada 19 responden mengalami kelelahan kerja sedangkan sebanyak 34 responden dengan presentase 64,2% kurang mengalami kelelahan kerja. Hal ini dibandingkan dengan masa kerja diatas 2 tahun dari 49 responden 29 orang

mengalami kelelahan sedangkan 20 orang kurang mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,031 yang berarti $<0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara.

Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja

Tabel. 8 Hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat

Shift Kerja	Kelelahan Kerja						<i>P Value</i>
	Lelah		Tidak lelah		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Pagi	13	31,0	29	69,0	42	100	0,001
Siang	12	40,0	18	60,0	30	100	
Malam	23	76,7	7	23,3	30	100	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan hasil analisis pada tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 42 perawat yang bekerja pagi hari yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 13 orang sedangkan sebanyak 29 orang dengan presentase 69% kurang mengalami kelelahan kerja pada saat shift pagi. Hal ini dibandingkan shift malam yang bekerja 25 orang mengalami kelelahan sedangkan 7

orang yang bekerja shift malam kurang mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,001 yang berarti $<0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara.

Hasil uji multivariat variabel yang paling dominan terhadap kelelahan kerja

Tabel 9 Hasil Uji Regresi Logistik

Variabel	Sig.	OR
Jenis Kelamin	0,859	1,123
Shift Kerja	0,001	10,359
Masa Kerja	0,070	4,311

Berdasarkan hasil uji bivariat terhadap semua variabel independent di terdapat 3 variabel yang masuk dalam pengujian Multivariat. Hasil uji multivariat diatas menunjukan bahwa terdapat tiga variabel yakni jenis kelamin, shift kerja dan masa kerja. Berdasarkan hasil tersebut variabel

yang paling berhubungan dengan kelelahan kerja adalah shift kerja yaitu 0,001 dengan nilai OR 10,359 yang menunjukan bahwa shift kerja memiliki peluang untuk mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat sebanyak 16 kali lebih besar disbanding dengan variabel yang lain.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa usia berpengaruh terhadap tingkat kelelahan kerja. Responden berusia 26-35 tahun adalah yang paling banyak (31,4%), sejalan dengan penelitian Arif (2020) dan Suhardinngsih (2022) yang menyatakan bahwa usia mempengaruhi kemampuan kerja dan kelelahan. Pekerja yang lebih tua cenderung mengalami kelelahan lebih cepat dan tidak gesit, sedangkan pekerja yang lebih muda cenderung lebih mampu

Karakteristik Responden

melakukan pekerjaan berat. Christian (2023) menambahkan bahwa pekerja yang lebih tua mungkin mengalami kelelahan kerja lebih sedikit karena kesehatan mental yang lebih matang.

Dalam hal pendidikan, responden dengan tingkat pendidikan S1 atau profesi ners lebih banyak (84,3%) dibandingkan yang berpendidikan diploma (15,7%). Pendidikan tinggi dikaitkan dengan

kognitif yang lebih baik dan kelelahan kerja yang lebih sedikit (Setyawati, 2010).

Status pernikahan juga mempengaruhi kelelahan kerja. Responden yang sudah menikah (43,1%) lebih sedikit dibandingkan yang belum menikah (56,9%). Menikah dapat meningkatkan kepuasan hidup dan kualitas hidup karena adanya pembagian peran (Saptaputra, 2021), yang pada gilirannya dapat mempengaruhi fokus kerja.

Dari 102 responden, 47,1% mengalami kelelahan kerja. Kelelahan kerja dapat menurunkan produktivitas dan menyebabkan berbagai gejala seperti mengantuk, haus, dan susah berkonsentrasi (Rahman, 2020; Rahmiwati, 2020). Indikasi kelelahan kerja meliputi pelemahan aktivitas, motivasi, dan kelelahan fisik

Hubungan Umur dengan Kelelahan Kerja

Usia seseorang dapat mempengaruhi kondisi tubuhnya. Secara fisiologis, kondisi fisik dan ketahanan tubuh seseorang cenderung menurun sesuai dengan pertambahan usia. Menurut Tarwaka dan Bakri (2004), kemampuan fisik yang dimiliki seseorang paling optimal pada usia 25-30 tahun, setelah itu kapasitas fisik akan menurun 1% setiap tahun. Pekerja yang telah berusia lanjut akan merasa mudah lelah dan mengalami penurunan kapasitas fisik seperti: tajam penglihatan, pendengaran, kecepatan membedakan sesuatu. Sehingga, dapat mempengaruhi kinerjanya (Tarwaka dan Bakri, 2004).

Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,054 yang berarti $>0,05$ yang artinya pada nilai CI 95%, $\alpha = 5\%$, tidak ada hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara. Hal ini dikarenakan usia perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara saat penelitian berlangsung, dominan dengan usia yang masih produktif dan masih semangat dalam melaksanakan kerja yaitu dengan range usia 26 – 35 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Trinofandy, dkk (2018), yaitu tidak ditemukan hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit X Jakarta Timur. Hal tersebut dikarenakan usia perawat di Rumah Sakit X Jakarta Timur lebih didominasi dengan kelompok usia remaja akhir dan dewasa awal yaitu dengan range 21 – 35

tahun yang masih produktif untuk bekerja. Penelitian lain yang dilakukan oleh Suoth, dkk (2017) tentang hubungan umur dengan kelelahan memiliki hubungan yang signifikan. Sementara itu, penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan Utami, dkk (2018) didapatkan nilai Pvalue sebesar 0,033 yang artinya terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada pekerja industri rumah tangga peleburan aluminium di desa Eretan Kulo Indramayu tahun 2018.

Hubungan Jenis Kelamin dengan Kelelahan Kerja

Jenis kelamin secara umum dibagi menjadi dua yaitu laki-laki dan perempuan. Perempuan memiliki persentase lemak tubuh yang lebih tinggi dan kadar Hb darah yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Selain itu, tubuh perempuan memiliki jaringan dengan konduktivitas termal yang lebih tinggi daripada tubuh laki-laki. Pekerja perempuan juga sering kali dikaitkan dengan masalah ketika mengalami periode hormonal fungsi tubuh seperti mengalami siklus haid, kehamilan dan menopause serta adanya pekerjaan rumah tangga sehingga kelelahan kerja lebih sering terjadi pada pekerja wanita (Tarwaka dan Bakri, 2004).

Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,031 yang berarti $<0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Bunga, dkk (2021) yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada petugas lapangan layanan kesehatan cuma-

cuma Dompot Dhuafa Jabodetabek. Namun tidak selaras dengan penelitian Oksandi dan Karbito (2020) dengan nilai Pvalue 0,016 yang artinya terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja. Hal tersebut dikarenakan, wanita mengalami siklus biologis dalam setiap bulannya dan mempengaruhi kondisi fisiknya.

Tidak berhubungannya jenis kelamin dengan kelelahan kerja dapat berkaitan dengan pemilihan sampel, sulit sekali mendapatkan sampel yang seimbang dari segi jumlah perawat. Sehingga, pada penelitian ini jumlah perawat perempuan dan laki-laki memiliki jumlah yang berbeda. Oleh karena itu, tidak terdapat perbedaan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja. Meskipun demikian, masing-masing perawat perlu mengatur dirinya seperti dengan manajemen waktu baik sebelum maupun sesudah bekerja, agar tidak mengalami kelelahan. Sesuai dengan teori Tarwaka (2004), bahwa untuk mengendalikan kelelahan dapat dengan mengatur manajemen waktu dengan baik.

Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja

Shift kerja merupakan perputaran waktu kerja yang dijalankan oleh perawat. Menurut Kodrat (2012), shift kerja dapat memiliki beberapa efek negatif pada pekerja. Salah satunya adalah efek fisiologis dari berkurangnya waktu tidur, penurunan kebugaran fisik yang menyebabkan kantuk dan malaise, kehilangan nafsu makan dan gangguan pencernaan. Selain itu, shift kerja juga memiliki dampak pada psikososial bagi pekerja. Hal ini menjadi masalah sosial utama karena terganggunya kehidupan keluarga, hilangnya waktu luang, terbatasnya kesempatan untuk berinteraksi dengan teman, dan terganggunya aktivitas kelompok.

Berdasarkan data pendukung lainnya, yaitu pembagian shift kerja yang sedang dijalankan oleh responden. Pembagian shift kerja dibagi menjadi tiga, yaitu pagi pada jam 07.00 – 14.00, siang pada jam 14.00 – 21.00, dan malam pada jam 21.00 – 07.00.

Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,001 yang berarti $<0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Astuti, dkk (2017), bahwa sebanyak 29 dari 45 responden yang bekerja dengan sistem dengan sistem shift mengalami kelelahan kerja. Hal tidak serupa dengan penelitian Ginting dan Malinti (2021), yang dilakukan pada perawat di bangsal rawat inap Rumah Sakit Advent Bandar Lampung tidak ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan. Namun, penelitian ini berbeda dengan penelitian Komalig dan Mamusung (2020) pada petugas karcis di kawasan Megamas Kota Manado yang memiliki hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

Fungsi dari fisiologis tubuh memiliki 2 fase yaitu, pertama terjadi pada siang hari (fase ergotropic) dimana semua organ dan fungsi tubuh siap untuk melakukan suatu tindakan serta pada malam hari (fase trophotropic) dimana tubuh melakukan pembaharuan cadangan energi atau penguatan kembali sangat buruk pada malam hari (Tarwaka dan Bakri, 2004). Circadian rhythm seseorang dapat terganggu pada malam hari dan menyebabkan seseorang merasa cepat lelah. Dikarenakan terganggunya Circadian rhythm tubuh pekerja dipengaruhi oleh shift kerja, yang dapat menyebabkan kantuk dan malaise (Grandjean, 1997 & Kodrat, 2012). Sehingga, pada shift malam sangat rentan sekali untuk mengalami kelelahan.

Tidak berhubungannya shift kerja pada penelitian ini, dikarenakan lebih dominan di perawat yang bekerja dengan sistem shift. Namun untuk dapat mencegah adanya kelelahan, pihak manajemen perlu untuk mengatur kembali perputaran shift kerja di setiap minggunya serta memperhatikan kinerja perawat. Agar dapat mengurangi angka kelelahan pada perawat. Sesuai dengan peraturan yang ada bahwa shift

kerja harus memperhatikan durasi kerja yaitu 40 jam seminggu dengan waktu kerja harian 7-8 jam dan tidak melebihi 12 jam (Permenaker RI, 2018).

Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja

Masa kerja dapat memberikan pengaruh positif bila semakin lama seseorang bekerja akan berpengalaman dalam melakukan pekerjaannya. Sebaliknya akan memberikan pengaruh negatif apabila semakin lama bekerja akan menimbulkan kelelahan, kebosanan dan semakin banyak terpapar bahaya yang ditimbulkan oleh lingkungan kerja (Setyawati, 2010).

Berdasarkan hasil uji statistika didapatkan nilai p value sebesar 0,031 yang berarti $<0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara.

Hal di atas dapat diasumsikan, karena perawat mempunyai komunikasi yang baik dengan sesama rekan kerja sehingga dalam melakukan pekerjaan menjadi lebih mudah. Pengalaman kerja yang lama membuat perawat senior lebih mudah dalam mengatur kondisi ketahanan mental maupun fisik. Selain itu juga, adanya budaya senioritas yang terjadi pada perawat dengan masa kerja lama terhadap perawat baru. Sehingga, seringkali perawat baru mengerjakan pekerjaan yang berlebihan dikarenakan instruksi senior untuk membantu pekerjaan perawat lama, hal ini juga berdampak pada kelelahan yang terjadi pada perawat baru.

Penelitian Nurjanah, dkk (2023) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dengan kelelahan, hal ini sejalan dengan penelitian Utami, dkk (2018) yang dilakukan pada pekerja industri di Kabupaten Indramayu didapatkan nilai P value sebesar 0,016 artinya ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja. Hal ini dikarenakan, lamanya masa kerja akan mempengaruhi stamina tubuh pekerja, sehingga akan

menurunkan ketahanan tubuh. Pada penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Tenggor (2019), pada hasil analisis Chi-Square diperoleh nilai P value sebesar 0,114 yang artinya tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap RSU GMIM Pancaran Kasih Manado.

Dalam penelitian ini responden memang lebih banyak melakukan kegiatan yang cenderung monoton, seperti melakukan observasi kepada pasien. Kegiatan tersebut dilakukan dari ruang ke ruang. Sehingga apabila dilakukan secara terus-menerus dalam waktu yang lama dapat menyebabkan timbulnya kelelahan kerja. Namun karena median dari masa kerja perawat didapatkan hasil 5 tahun, kemungkinan besar kelelahan belum dirasakan oleh perawat dalam jangka waktu tersebut. Budiono (2003) juga mengatakan dalam teorinya bahwa semakin lama seorang pekerja bekerja akan menimbulkan kelelahan dan kebosanan serta terpapar bahaya yang ditimbulkan oleh lingkungan kerja lebih lama.

Faktor yang paling dominan berhubungan dengan kelelahan kerja

Berdasarkan hasil uji multivariat variabel yang paling berhubungan dengan kelelahan kerja adalah shift kerja yaitu 0,001 dengan nilai OR 10,359 yang menunjukkan bahwa shift kerja memiliki peluang untuk mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat sebanyak 16 kali lebih besar dibanding dengan variabel yang lain. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sihombing et al., (2021) yang menyatakan bahwa shift kerja memiliki hubungan yang paling dominan dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung dibandingkan variabel yang lain. Penelitian yang dilakukan oleh Alahmadi dan Alharbi, 2019 di Madinah - Saudi Arabia yang menemukan bahwa shift malam dan diperpanjang shift kerja tanpa pemulihan antar shift yang memadai dapat menyebabkan tingkat kelelahan yang lebih

tinggi. Dalam penelitian ini shift kerja memiliki hubungan yang paling dominan dengan kelelahan kerja. Pada penelitian lain yang dilakukan Mallapiang dkk., 2016 juga ditemukan hal berbeda bahwa shift kerja tidak berhubungan dengan kelelahan kerja.

Perawat yang kelelahan juga dilaporkan lebih cenderung melaporkan penyesalan keputusan klinis, yang terjadi ketika perilaku mereka tidak sejalan dengan standar praktik keperawatan profesional, atau harapan. Karena praktik klinis, masalah pribadi dan profesional yang terkait dengan kelelahan, telah diidentifikasi sebagai bidang studi keperawatan yang penting. Masalah pribadi dan profesional yang terkait dengan kelelahan, telah diidentifikasi sebagai bidang studi penting dalam keperawatan. Sarjana dan profesional keperawatan menegaskan bahwa mengembangkan dan mengevaluasi strategi untuk mengurangi efek kelelahan di tempat kerja (Al-Masaeed, O'Brien, Rasdi dkk, 2021).

Hal tersebut terjadi karena sebagian besar perawat melakukan aktivitas di pagi hari seperti memelihara kebersihan rumah tangga sebelum berangkat kerja. Sehingga saat sampai di tempat kerja, perawat sudah merasakan kelelahan bahkan sebelum masuk waktu kerjanya. Selain itu, faktor pembebanan kerja seperti jumlah pasien yang masuk di pagi hari lebih banyak dibandingkan malam hari sehingga factor shift kerja bukan merupakan faktor yang berhubungan secara langsung dengan kelelahan kerja. Perawat yang bekerja pada shift sore tidak mengalami kejadian kelelahan kerja dikarenakan mereka mempunyai masa kerja yang tergolong rendah dengan beban kerja ringan sehingga perawat tidak mengalami kelelahan dan perawat yang bekerja pada shift pagi merasakan burnout syndrome karena memiliki beban kerja yang tergolong berat selama waktu kerja.

Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian topik yang dibahas adalah mengenai kelelahan kerja karena itu data yang dihasilkan dari pengisian

kuesioner bergantung pada kejujuran dari responden. Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross sectional yaitu hanya meneliti dalam satu waktu yang terbatas dan hanya untuk membuktikan kondisi yang terjadi pada waktu penelitian dan perubahan yang mungkin sudah dan akan terjadi tidak dapat diamati. Berdasarkan hasil pengambilan data responden yang di dapat tidak sama dengan total populasi hal tersebut dikarenakan ada responden yang sedang cuti, ada yang sakit, ada juga yang sedang di tugaskan di rawat jalan dan beberapa menolak survei yang dilakukan, hal tersebut berdampak di jumlah responden yang harusnya 167 hanya mendapatkan 102 responden. Keterbatasan lainnya adalah pengisian untuk shift kerja malam tidak bisa di kontrol langsung oleh peneliti dan hanya di titipkan saja untuk di isi sehingga kemungkinan kesalahan itu ada. Beberapa responden juga ketika mengisi kuesioner terlihat bekerjasama dengan teman sehingga beberapa mungkin bukan jawaban asli tapi mengikuti jawaban teman

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara umur dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Sentra Medika Minahasa Utara. Namun, ditemukan hubungan yang signifikan dan bermakna antara jenis kelamin, shift kerja, dan masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit tersebut. Di antara variabel-variabel yang diuji, shift kerja merupakan faktor yang paling dominan berhubungan dengan kelelahan kerja. Perawat masih sering mengalami kelelahan kerja. Pimpinan disarankan memperhatikan factor Usia, Jenis Kelamin, Shift Kerja, dan Masa Kerja untuk melakukan manajemen kelelahan pada perawat

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Rahman, H., Abdul-Mumin, K., & Naing, L. (2017). Psychosocial Work Stressors, Work Fatigue, and Musculoskeletal Disorders: Comparison between Emergency and Critical Care Nurses in Brunei Public Hospitals. *Asian nursing research*, 11(1), 13–18.
- Alam R. (2022). Kelelahan Kerja (BURNOUT): Teori, Perilaku Organisasi, Psikologi, Aplikasi dan Penelitian. Jogjakarta: Penerbit Kampus
- Al-Masaeed, M., O'Brien, A. P., Rasdi, I. B., & Alqudah, M. (2021). Examining Nursing Fatigue Levels and Antecedents: An Integrative Literature Review. *Int. J. Nurs. Health Care Res*, 4, 1214.
- Badan Standar Nasional. (2009). SNI 7629:2009 Penilaian Beban Kerja Berdasarkan Tingkat Kebutuhan Kalori Menurut Pengeluaran Energi. Jakarta: Badan Standar Nasional.
- Budiono, Pertami S. B. (2015). Konsep Dasar Keperawatan. Jakarta: Bumi Medika. 253 halaman
- Depkes RI. (2009). Klasifikasi umur menurut kategori. Jakarta: Ditjen Yankes.
- Ferusgel, A., Napitupulu, L. H., & Putra, R. P. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rsu Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-ilmu Sosial*, 7(1), 329-337.
- Kemenkes. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 26 Tahun 2019 Tentang Peraturan Pelaksanaan Undang-Undang Nomor 38 Tahun 2014 Tentang Keperawatan.
- Kida, R., & Takemura, Y. (2022). Working Conditions and Fatigue in Japanese Shift Work Nurses: A Cross-sectional Survey. *Asian nursing research*, 16(2), 80–86.
- Palmer D. (2020). Research methods in social science. United Kingdom. Ed - Tech Press.
- Rahmawati R, Afandi S. 2019. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rsud Bangkinang Tahun 2019. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 3(2); 41-45
- Sitohang, D. R., Winaningthias, M., & Iridiastadi, H. (2012). Evaluasi Beban Fisiologis Pada Industri Manufaktur (Industri Pembuatan Komponen Pesawat Terbang Dan Industri Sepatu). *J@ti Undip: Jurnal Teknik Industri*, Vol. 5(2), 119–126
- Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: ALFABETA..
- Tarwaka. 2014. Ergonomi Industri Dasar Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Surakarta: Harapan Press.
- Wahyuni, I., & Dirdjo, M. M. (2020). Hubungan Kelebihan Waktu Kerja dengan Kelelahan Kerja dan Kinerja pada Perawat di Ruang Perawatan Intensif RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda. *Borneo Student Research (BSR)*, 1(3), 1715-1724.
- Yuliani, E. Nina S dan Iridiastadi, H. (2011). Studi Penentuan Kapasitas Aerobik dan Persamaan Ongkos Metabolik Pekerja Industri. *Prosiding Seminar Perhimpunan Ergonomi Indonesia*. 219-233
http://digilib.mercubuana.ac.id/manager/t!@file/artikel/abstrak/Isi_Artikel_279996508852.pdf