

Analisis Faktor Resiko Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar Husni Tahun 2021

Analysis of Work Fatigue Risk Factors in Nurses at Sinar Husni General Hospital in 2021

Maya Sasmita¹, Asriwati², Eka Daryanto³

^{1,2,3}Institut Kesehatan Helvetia, Jl. Kapten Sumarsono No. 107, Medan 20124
Korespondensi penulis : ¹mayasasmita68@gmail.com

Abstrak

Kelelahan kerja termasuk suatu kelompok gejala yang berhubungan dengan adanya penurunan efisiensi kerja, keterampilan serta peningkatan kecemasan atau kebosanan. Kelelahan kerja ditandai oleh adanya perasaan lelah, output menurun, dan kondisi fisiologis yang dihasilkan dari aktivitas yang berlebihan. Kelelahan akibat kerja juga sering kali diartikan sebagai menurunnya performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan yang harus dilakukan. Penelitian ini telah dilakukan pada perawat yang bekerja di rumah sakit umum sinar husni tahun 2021 untuk mengetahui hubungan usia, jenis kelamin, status gizi, masa kerja, shift kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja. Jenis penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif Deskriptif dengan pendekatan desain *cross sectional* untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas (independent variabel), Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat di RSUD Sinar Husni Tahun 2021 Medan sebanyak 67 karyawan. Metode pengambilan Sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Total sampling*. Dengan demikian jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 67 perawat di RSUD Sinar Husni. Kelelahan pekerja diukur dengan menggunakan. Hasil uji chi square menunjukkan nilai p value sebesar 0.002 antara faktor umur dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0.007 antara faktor jenis kelamin dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0.128 antara faktor status gizi (IMT) dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0.022 antara faktor masa kerja dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0.019 antara faktor shift kerja dengan kelelahan, dan nilai p value sebesar 0.000 antara faktor beban kerja dengan kelelahan. Dimana $p < 0.05$ yang berarti adanya hubungan yang bermakna antara usia, jenis kelamin, masa kerja shift kerja dan beban kerja dengan kelelahan. Sementara status gizi tidak memiliki hubungan yang bermakna terhadap kelelahan. Disarankan agar perawat sering berolahraga dan minum vitamin yang dapat meningkatkan stamina serta daya tahan tubuh, mengupgrade ilmu pengetahuan dengan mengikuti seminar yang diadakan didalam maupun diluar rumah sakit, untuk pihak rumah sakit untuk dapat mengurangi jam kerja shift malam dan memperpanjang shift pagi dan mengupgrade alat – alat rumah sakit dengan yang lebih baik dan efektif sehingga dapat mengurangi beban kerja pada perawat.

Kata kunci : Faktor Resiko, Usia, Jenis Kelamin, Status Gizi, Masa Kerja, Shift Kerja, Beban kerja, Kelelahan Kerja

Abstract

Work fatigue is a group of symptoms associated with decreased work efficiency, skills and increased anxiety or boredom. Work fatigue is characterized by feelings of tiredness, decreased output, and physiological conditions resulting from excessive activity. Work-related fatigue is also often interpreted as decreased work performance and reduced physical strength or endurance to continue what must be done. This research was conducted on nurses working at Sinar Husni General Hospital in 2021 to find out the relationship between age, gender, nutritional status, length of service, work shifts and workload with work fatigue. This type of research is a descriptive quantitative study with a cross-sectional design approach to analyze the relationship between the independent variables. The population in this study were all nurses at Sinar Husni Hospital in 2021 Medan, with a total of 67 employees. The sampling method used in this research is total sampling. Thus the number of samples in this study were 67 nurses at Sinar Husni General Hospital. Worker fatigue is measured using. The results of the chi square test showed a p value of 0.002 between age and fatigue, a p value of 0.007 between sex and fatigue, a p value of 0.128 between nutritional status (BMI) and fatigue, a p value of 0.022 between factors work period and fatigue, the p value is 0.019 between the work shift factor and fatigue, and the p value is 0.000 between the workload factor and fatigue. Where $p < 0.05$ which means there is a significant relationship between age, gender, shift work period and workload and fatigue. While nutritional status does not have a significant relationship with fatigue. It is recommended that nurses often exercise and take vitamins that can increase stamina and endurance, upgrade knowledge by attending seminars held inside and outside the hospital, for the hospital to be able to reduce working hours for the night shift and extend the morning shift and upgrade equipment - hospital tools with better and more effective so as to reduce the workload on nurses.

Keywords: Risk Factors, Age, Gender, Nutritional Status, Years Of Service, Work Shifts, Workload, Work Fatigue.

PENDAHULUAN

Perawat sebagai tenaga kerja juga mempunyai hak yang diatur dalam Undang-undang RI No. 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan pasal 86 ayat 1 menyatakan bahwa setiap pekerja atau buruh mempunyai hak untuk memperoleh perlindungan atas keselamatan dan kesehatan kerja, moral dan kesusilaan dan perlakuan yang sesuai dengan harkat dan martabat manusia serta nilai-nilai agama Kesehatan kerja itu sendiri diartikan sebagai ilmu kesehatan dan penerapannya yang bertujuan mewujudkan tenaga kerja sehat, produktif dalam bekerja, berada dalam keseimbangan yang mantap antara kapasitas kerja, beban kerja dan keadaan lingkungan kerja, serta terlindung dari penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan dan lingkungan kerja (suma'mur, 2019)

Sistem kerja shift mengharuskan perawat untuk bekerja lebih ekstra. Dalam setiap shiftnya, perawat harus bekerja sekitar 7-9 jam per hari, sehingga hampir 30% waktu perawat dihabiskan untuk bekerja di rumah sakit. Jam kerja yang relatif lama, adanya sistem kerja shift, dan tekanan kerja yang melebihi tenaga kesehatan lainnya menjadikan aktivitas kerja sebagai sumber kelelahan yang cukup besar pada perawat. (Kondi & Herlina, 2019)

Perawat yang mengalami kelelahan kerja beresiko melakukan berbagai kesalahan. Kelelahan kerja menjadi faktor predisposisi terjadinya kesalahan dalam pemberian obat dan kesalahan dalam berbagai tindakan keperawatan. Sebanyak 29 kasus kesalahan pemberian obat, termasuk kesalahan dalam waktu pemberian, penyiapan, pencantuman nama obat, dan pemberian obat yang tidak seharusnya, di sebuah rumah sakit pendidikan di Malaysia disebabkan oleh kelupaan dan kelalaian perawat. 36 kasus error, 38 kasus near error, dan 65 kasus observed error di Australia juga disebabkan oleh perawat yang mengantuk akibat kelelahan. Sebanyak 63 kasus kesalahan pengobatan di Pusat Onkologi Universitas Mansoura juga berkaitan dengan skor depresi perawat, yang mana skor depresi tersebut berhubungan dengan kelelahan yang dialami oleh perawat. Tentunya berbagai kesalahan dalam pemberian obat tersebut akan berdampak negatif terhadap proses pemulihan pasien (Maharja, 2015).

Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan yang dialami tenaga kerja yang dapat mengakibatkan penurunan vitalitas dan produktivitas kerja. Kelelahan kerja yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kelelahan umum yang dialami tenaga kerja, ditandai dengan perlambatan waktu reaksi dan perasaan lelah (Suma'mur, 2019).

Berdasarkan hasil survey yang telah dilakukan melalui wawancara terhadap 10 pekerja di Rumah Sakit Umum Sinar Husni didapat informasi bahwa 3 dari perawat ruangan anyelir mengatakan perasaan capek, pegal-pegal, pusing,. 3 dari ruang IGD mengatakan tidak seimbang dalam berdiri, sakit kepala, kaku di bahu lelah seluruh tubuh, perasaan berat dikepala, dan 2 mengatakan kelelahan karena factor usia dan lama bekerja, 3 dari ruangan kebidanan mengatakan kaki terasa berat, merasa kacau pikiran, merasa susah berpikir, , Hal ini disebabkan oleh terdapat system shift kerja yang tidak sama antara pekerja satu dengan pekerja yang lainnya. system kerja perawat 3 shift yaitu shift pagi pukul 07.30 – 14.30, shift sore 14.00 – 20.00 dan shift malam 19.30 – 08.00

Tabel.1.2.

Data Absensi Perawat tahun 2018 s/d 2020

No	Tahun	Jumlah karyawan yang izin(%)	Jumlah karyawan yang izin(%)
1	2018	37 org	55%
2	2019	39 org	58%
3	2020	44 org	65%

Sumber: kepegawaian RS Sinar Husni

Dari permasalahan diatas dapat disimpulkan bahwa perawat banyak mengeluh sakit kepala, merasa pusing, capek dan pegal – pegal ini merupahakn gejala atau tanda – tanda kelelahan yang sering yang sering dialami perawat di RSU sunar husni.

Berdasarkan uraian masalah diatas maka peneliti ingin mengetahui Analisis Faktor Resiko Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar Husni.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian Kuantitatif Deskriptif dengan pendekatan desain *cross sectional* untuk menganalisis hubungan antara variabel bebas (independent variabel) dengan desain retrospektif untuk melihat faktor-faktor beresiko terjadinya kelelahan kerja pada perawat di RSU Sinar Husni 2021.(33) Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja RSU Sinar Husni Pada bulan Desember dengan sampel sebanyak 66 karyawan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Analisis Bivariat

Table 4.10 hubungan Usia dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Sinar Husni

No	usia	Kelelahan kerja				Jumlah	P(value)	
		Tidak lelah		lelah				
		f	%	f	%			
1	< 25 tahun	12	66,7	6	33,3	18	100	0,002
2	26-35 tahun	14	37,8	23	62,2	7	100	
3	>35 tahun	0	0	11	100	11	100	
Total		26		40		66		

Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai p-value = 0,002 < α 0,05, yang artinya ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja (Ha) diterima, Hal ini membuktikan adanya hubungan antara usia dengan kelelahan kerja.

Table 4.11 hubungan Jenis Kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Sinar Husni

No	Jenis kelamin	Kelelahan kerja				Jumlah	P(value)	
		Tidak		lelah				
		f	%	f	%			
1	Laki-laki	9	75,0	3	25	12	100	0,007
3	Perempuan	17	31,5	37	68,5	54	100	
Total		26		40		66		

Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai p-value = 0,007 < α 0,05, yang artinya ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja (Ha) diterima, Hal ini membuktikan adanya hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja.

Table 4.12 hubungan IMT dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Sinar Husni

No	IMT	Kelelahan kerja				Jumlah	P(value)	
		Tidak lelah		lelah				
		f	%	f	%			
1	Kurus	5	55,6	4	44,4	9	100	0,128
2	Normal	17	44,7	21	52,3	38	100	
3	Obesitas	4	21,1	15	78,9	19	100	

Total	26	40	66
-------	----	----	----

Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,520 < \alpha 0,05$, yang artinya tidak ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada perawat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja (H_a) ditolak, Hal ini membuktikan tidak adanya hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja.

Table 4.13 hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSU Sinar Husni

No	Shift kerja	Kelelahan kerja				Jumlah	P(value)
		Tidak lelah		lelah			
		f	%	f	%		
1	Pagi	13	61,9	8	38,1	21	100
2	Sore	11	34,4	21	65,6	32	100
3	Malam	2	15,4	11	84,6	13	100
Total		26		40		66	

Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,019 < \alpha 0,05$, yang artinya ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja (H_a) diterima, Hal ini membuktikan adanya hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

Table 4.14 hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSU Sinar Husni

No	masa kerja	Kelelahan kerja				Jumlah	P(value)
		Tidak lelah		lelah			
		f	%	f	%		
1	Baru	10	66,7	5	33,3	15	100
2	Sedang	13	37,1	22	62,9	35	100
3	Lama	3	39,4	13	60,6	16	100
Total		26		40		66	

Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,022 < \alpha 0,05$, yang artinya ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja (H_a) diterima, Hal ini membuktikan adanya hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

Table 4.15 hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSU Sinar Husni

No	Beban kerja	Kelelahan kerja	
----	-------------	-----------------	--

	Tidak lelah		lelah		Jumlah		P(value)
	f	%	f	%	f	%	
1 ringan	0	0	0	0	0	0	0,000
2 Sedang	14	80,0	4	20,0	18	100	
3 Berat	12	0	36	100	48	100	
Total	26		40		66		

Berdasarkan hasil analisis uji statistik Chi-Square diperoleh nilai p-value $0,000 < \alpha$ 0,05, yang artinya ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa hipotesis kerja (H_a) diterima, Hal ini membuktikan adanya hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

4.2. Analisis multivariate

Analisis multivariate yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan analisis lanjut untuk mengetahui analisis faktor resiko terjadinya kelelahan kerja pada perawat dengan menggunakan uji regresi logistic. Variable yang telah diuji dalam uji regresi logistic dilakukan terhadap variable-variabel yang memiliki nilai $p < 0,05$ yaitu variable usia, jenis kelamin, status gizi, shift kerja, masa kerja, beban kerja.

5.1. Hubungan Usia dengan Kelelahan kerja pada Perawat di Rumah sakit Umum Sinar Husni tahun 2021

Umur atau usia adalah adalah satuan waktu yang mengukur waktu keberadaansuatu benda atau makhluk, baik yang hidup maupun yang mati. Katagori umur atau usia masa remaja akhir 17-25 tahun, masa dewasa awal 26-35 tahun dan masa dewasa akhir 36-45 tahun (FAJRI, 2022).

Berdasarkan dari hasil kuesioner bahwa semakin tua seseorang maka akan mempengaruhi kualitas kerja seseorang dimana didalamnya termasuk dalam melaksanakan tugas, karena semakin tua organ-organ yang ada dalam tubuh seseorang juga mengalami perubahan, namun ada juga responden yang termasuk kategori tua namun tidak mengalami kelelahan. Hal ini dapat disebabkan karena responden memanfaatkan waktu istirahatnya dengan baik. Selain itu pada kategori umur muda juga terdapat responden yang juga mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan hasil wawancara, responden tersebut memiliki pola tidur yang kurang baik. Dan juga kebiasaan yang menghabiskan waktu hingga larut malam setelah pulang kerja.

5.2. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kelelahan kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni tahun 2021

Hasil penelitian diketahui bahwa, terdapat 54 responden mempunyai jenis kelamin perempuan dimana 37 responden (68,5%) mengalami kelelahan dan 17 responden (31,5%) tidak mengalami kelelahan, sedangkan terdapat 12 responden berjenis kelamin laki-laki, dimana 3 responden (25,0%) mengalami kelelahan dan 9 responden (75,0%) tidak mengalami kelelahan. Berdasarkan hasil uji statistik, didapatkan p-value 0,007 atau p-value $< 0,05$ yang artinya ada hubungan antara Jenis Kelamin Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD. Sinar husni tahun 2021. Penelitian ini sejalan dengan penelitian hendro renaldi oksandi dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja

Pada Perawat Di RSUD dr.H.BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan.(Oksandi & Karbito, 2020)

Perbedaan secara fisik antara jenis kelamin wanita dan laki-laki terletak pada ukuran tubuh dan kekuatan ototnya. Kekuatan otot wanita relatif kurang jika dibandingkan dengan kekuatan otot laki-laki. Kekuatan otot ini akan mempengaruhi kemampuan kerja seseorang yang merupakan penentu dari terjadinya kelelahan. Permasalahan wanita lebih kompleks dibandingkan laki-laki, salah satunya adalah haid. Wanita yang sedang haid cenderung cepat lelah dibandingkan wanita yang tidak mengalami haid(Suma'mur, 2019)

Jumlah perawat di Rumah sakit sinar Husni lebih banyak perempuan dibandingkan laki-laki, sehingga rasa lelah lebih cepat dialamim oleh paerawat di Rumah sakit Umum Sinar Husni.

5.3. Hubungan IMT dengan Kelelahan kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni tahun 2021

Berdasarkan hasil uji statistic antara variable Indeks Masa Tubuh dengan kelelahan kerja menunjukkan tidak ada pengaruh yang bermakna anantara IMT dengan kelelahan kerja dengan nilai $p = 0,520$ (p value $> 0,05$). Penelitian ini sejalan dengan penelitian hendro renaldi oksandi dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD dr.H.BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan(Oksandi & Karbito, 2020)

Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan alat yang sederhana untuk memantau status gizi seseorang khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. IMT dihitung dengan rumus berat badan dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter, Status gizi bila dikaitkan dengan kelelahan, status gizi kurang cenderung lebih mudah untuk mengalami suatu kelelahan karena keterbatasan atau ketidak seimbangan cadangan gizi yang akan dirubah menjadi energi saat beraktivitas.

Berdasarkan analisis data dapat diketahui bahwa hasil uji statistic diperoleh nilai $p = 0,520$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh IMT (indeks masa tubuh dengan kelelahan kerja).

5.4. Hubungan masa kerja dengan Kelelahan kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni tahun 2021

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji chi square didapatkan p value sebesar 0,022 yang artinya ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan pada perawat karena $p < 0,05$. Hal sama dalam pernyataan Sutjana dalam penelitian yang dilakukan yang menyatakan bahwa masa kerja berhubungan dengan tingkat pengalaman seseorang dalam suatu pekerjaan..

Tingkat keterampilan dan kemampuan tenaga kerja yang tinggi dan Masa kerja juga dapat mempengaruhi kelelahan kerja karena semakin lama masa kerja, tenaga kerja semakin berpengalaman dalam melaksanakan pekerjaannya, sehingga telah terbiasa dengan pekerjaannya.

Perawat yang masa kerjanya ≥ 7 akan lebih mudah merasa lelah, umumnya orang yang bekerja lebih lama akan mudah mengalami kelelahan dikarenakan mereka merasa bosan dengan pekerjaan yang sama. Perawat yang masa kerjanya lebih lama tentu usianya sudah tidak muda lagi sehingga daya tahan tubuh dan kekuatan fisik mereka sudah menurun apalagi biasanya orang yang sudah berusia tua sudah jarang melakukan gerakan peregangan otot atau

berolahraga sehingga dengan mudah terkena penyakit yang banyak di derita orang tua dan itu dapat mendukung lebih mudah mengalami kelelahan kerja.

5.5. Hubungan shift kerja dengan Kelelahan kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni tahun 2021

Shift pagi

Pada hasil uji statistik *chi-square* dapat diketahui pada *shift* pagi terdapat tingkat kelelahan dalam kategori tidak lelah sebanyak 13 orang (61,9%), kategori lelah sebanyak 8 orang (38,1%). Kebanyakan Perawat *shift* pagi sering merasakan sakit pada kaki, lelah seluruh badan, dan kekakuan di bahu disebabkan banyaknya melakukan aktivitas fisik seperti mendampingi dokter saat memeriksa pasien, Beberapa dari perawat *shift* pagi tidak banyak mengeluh lelah karena setelah pulang *shift* pagi bias menggunakan waktu istirahatnya untuk tidur dan bias tidur di malam hari.

Shift sore

Pada hasil uji statistik *chi-square* dapat diketahui terdapat tingkat kelelahan dalam kategori tidak lelah 11 orang (34,4%), kategori lelah sebanyak 21 orang (65,6%). Pada perawat *shift* sore sering mengeluh merasa haus, merasa ingin berbaring, dan lelah seluruh badan, sering mengantuk dan sering menguap,

Shift malam

Pada hasil uji statistik *chi-square* dapat diketahui pada *shift* malam terdapat tingkat kelelahan dalam kategori lelah sebanyak 11 orang (84,6%) dan yang mengalami tidak lelah sebanyak 2 orang (15,4%). Pada perawat *shift* malam terdapat perawat merasakan sering menguap, sering mengantuk, merasa pusing, susah berkonsentrasi.

Diketahui bahwa waktu tidur disiang hari tidak seefektif saat malam hari. Banyaknya aktifitas yang dilakukan oleh perawat juga dituntut untuk memberikan tindakan asuhan keperawatan yang baik untuk pasien serta selalu siaga dan tidak boleh lengah alam mengawasi kondisi pasien.

5.6. kerja dengan Kelelahan pada Perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni tahun 2021

Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja sangat mempengaruhi kelelahan kerja terbukti pada hasil *chi-square* dimana beban kerja dengan kelelahan kerja mempunyai hubungan dengan nilai *p* value sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil ini sejalan dengan penelitian erma elizar dengan judul pengaruh stress kerja, beban kerja dan kepuasan kerja terhadap kinerja perawat di ruang rawat inap RSUD Datu Beru Takengon(15)

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian bahwa beban kerja yang dimiliki oleh setiap perawat di rumah sakit dapat memberi pengaruh terhadap kemampuan kerja. Menurut peneliti, beban kerja yang berlebihan juga dapat mengganggu penampilan kerja dari seorang perawat yang akhirnya berdampak baik dampak positif maupun dampak negatif kepada kinerja perawat tersebut serta secara otomatis juga mempengaruhi kualitas dan kuantitas kerjanya.

5.7. Faktor yang paling berhubungan dengan resiko terjadinya kelelahan kerja pada perawat

Dari hasil uji regresi logistic bahwa variable beban kerja merupakan variable yang paling berpengaruh terhadap kelelahan kerja di rumah sakit umum sinar husni dimana ditemukan nilai signifikannya sebesar 4,140 dan nilai $\text{Exp}(B)$ sebesar 62,842. Artinya beban kerja sangat mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat. dan faktor lain yang mendukung terjadinya kelelahan kerja seperti usia, jenis kelamin shift kerja dan masa kerja tidak begitu berpengaruh terhadap kelelahan kerja dikarenakan setiap beban kerja yang diterima

seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun psikologis pekerja yang menerima beban kerja tersebut.

Beban kerja fisik dapat berupa beratnya pekerjaan seperti mengangkat, merawat, mendorong, sedangkan beban kerja psikologis berupa kompleksitas pekerjaan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 66 perawat di Rumah Sakit Sinar Husni tahun 2021 disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang bermakna antara usia dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni
2. Ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni
3. Tidak ada hubungan yang bermakna antara IMT dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni
4. Ada hubungan yang bermakna antara shift kerja dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni
5. Ada hubungan yang bermakna antara jenis masa kerja dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni
6. Ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni
7. Beban kerja merupakan variable yang paling berhubungan dengan resiko kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Sinar husni

SARAN

Untuk mencegah tingkat kelelahan kerja yang tinggi dapat dilakukan beberapa hal berikut:

1. Pada perawat yang berusia >35 tahun dianjurkan untuk sering berolahraga, mengonsumsi vitamin yang dapat menjaga dan meningkatkan daya tahan dan stamina tubuh
2. Mengupgrade ilmu dengan cara memberikan seminar ilmiah agar perawat dapat bekerja secara professional dan dapat mengurangi resiko terjadinya kelelahan serta mempertahankan kinerja yang nyaman pada perawat yang sudah >7 tahun.
3. Mengurangi jam kerja pada shift malam dan menambahkan jam kerja pada shift pagi dan sore.
4. Kepada rumah sakit agar dapat mengupgrade alat dengan alat yang baik, sehingga dapat mengurangi beban kerja pada perawat

DAFTAR PUSTAKA

- FAJRI, M. R. F. (2022). *Perbaikan Fasilitas Kerja Dalam Penanganan Postur Kerja Operator Unit Cabin Maintenance Pt. Gmf Aeroasia*.
- Kondi, A. E., & Herlina, H. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit awal bross bekasi. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 6(20), 1–9.
- Maharja, R. (2015). Analisis tingkat kelelahan kerja berdasarkan beban kerja fisik perawat di instalasi rawat inap rsu haji surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 4(1), 93–102.
- Oksandi, H. R., & Karbito, A. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD dr. H. BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan.

- Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(1).
suma'mur. (2019). *Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.
- Suma'mur, P. K. (2019). *Higiene perusahaan dan kesehatan kerja (HIPERKES)*. Jakarta Sagung Seto.