
FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT ZAINUTTAQWA KOTA BEKASI

Nuralfiani Azizah¹, Izzatu Millah², Devi Angeliana Kusumaningtiar³, Cut Alia Keumala Muda⁴

Universitas Esa Unggul

Email: alfianiazizah02@gmail.com

Abstract

Work fatigue is one of the causes of work accidents, so it can have an impact on yourself and others, Work fatigue is an important problem that needs to be addressed because it can cause work accidents and can have an impact on the health of workers. In the initial observation, it was found that 80% of nurses experienced work fatigue. This study aims to determine the factors related to work fatigue in nurses at Zainuttaqwa Hospital, Bekasi City in 2022. This study used a quantitative method with a cross sectional design with a sample size of 52 respondents. The data collected is primary data using the standard KAUPK2 questionnaire (Questionnaire for Measuring Feelings of Work Fatigue). This research was conducted in March-April 2023. This research used univariate and bivariate analysis. The highest proportion of univariate results was found at age > 35 years (55.8%), working period > 5 years (51.9%) and heavy workload (59.6%). Bivariate results show that there is no significant relationship between age and work fatigue in nurses (p value = 0.785), nurse tenure and nurse work fatigue have no significant relationship (p value = 1.000), workload and work fatigue have a significant relationship. significant (p value = 0.015), it is suggested that the nurse should carry out the work in accordance with the SOP at the Zainuttaqwa Hospital, Bekasi City, in 2022.

Keywords : Occupational Fatigue, Age, Years of Work, Workload.

Abstrak

Kelelahan kerja merupakan salah satu penyebab terjadinya kecelakaan kerja, sehingga dapat berdampak kepada diri sendiri maupun orang lain. Kelelahan kerja merupakan masalah penting yang perlu ditanggulangi karena dapat menyebabkan kecelakaan kerja dan dapat berdampak pada kesehatan pekerja. Pada observasi awal didapatkan 80% perawat mengalami kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *Cross Sectional* dengan besar sampel 52 responden (total sampling). Data yang dikumpulkan yaitu data primer menggunakan kuesioner baku KAUPK2 (Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja). Penelitian ini dilakukan bulan Maret-April 2023. Penelitian ini menggunakan analisis secara univariat dan bivariat. Hasil univariat proporsi tertinggi terdapat pada usia > 35 tahun (55,8%), masa kerja >5 tahun (51,9%) dan beban kerja berat (59,6%). Hasil bivariat diketahui bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat (p value = 0,785), masa kerja perawat dengan kelelahan kerja perawat tidak ada hubungan yang bermakna (p value = 1,000), beban kerja dengan kelelahan kerja ada hubungan yang bermakna (p value = 0,015), disarankan sebaiknya pihak perawat melakukan pekerjaan sesuai dengan SOP yang ada di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Usia, Masa Kerja, Beban Kerja.



Pendahuluan

Pekerja yang mengalami kelelahan lebih berisiko mengalami kecelakaan kerja dibandingkan pekerja yang sehat. Selain keselamatan kerja, kesehatan seseorang juga berkaitan dengan tingkat produktivitasnya dalam menghasilkan suatu produk. Dalam jangka waktu yang lama, kelelahan yang terus terjadi dapat memengaruhi kesehatan para pekerja. Kelelahan kerja merupakan masalah penting yang perlu ditanggulangi karena dapat menyebabkan kecelakaan kerja dan dapat berdampak pada kesehatan pekerja. Dampak dari kelelahan kerja menurut (Tarwaka, 2014), antara lain motivasi kerja menurun, performansi rendah, kualitas kerja rendah, banyak terjadi kesalahan, produktivitas rendah, stress akibat kerja, penyakit akibat kerja, cedera dan terjadi kecelakaan akibat kerja. Kelelahan kerja memberi kontribusi 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja (Setyawati, 2011).

Menurut perkiraan Organisasi Perburuahan Internasional tahun 2017, sebanyak 2,78 juta pekerja meninggal setiap tahun karena kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja yang disebabkan oleh kelelahan kerja. Sekitar 2,4 juta (86,3 %) dari kematian dikarenakan penyakit akibat kerja. Sementara lebih dari 380.000 (13,7 %) dikarenakan kecelakaan kerja. Setiap tahun ada hampir seribu kali lebih banyak kecelakaan kerja non-fatal dibandingkan kecelakaan kerja fatal dan salah-satu faktor terbesar kejadian kecelakaan kerja adalah kelelahan (Thomas & Turnbull, 2018).

Data yang didapat dari Kementrian Ketenagakerjaan Kasus kecelakaan kerja di Indonesia masih relatif tinggi. Merujuk pada data BPJS Ketenagakerjaan, pada tahun 2019 terdapat 114 ribu kasus kecelakaan kerja. Sementara, tahun 2020 angka ini meningkat, pada rentang Januari hingga Oktober 2020, BPJS Ketenagakerjaan mencatat terdapat 177 ribu kasus kecelakaan kerja. kasus-kasus dengan fatalitas tinggi masih didominasi oleh kasus kecelakaan lalu lintas dan kecelakaan pada perusahaan di industri pengelolaan dan konstruksi. Dengan salah satu faktor penyebab kejadian adalah kondisi kelelahan pada pekerja (RI, 2019).

Salah satu institusi kesehatan yang termasuk ke dalam rumah sakit adalah Rumah Sakit Zainuttqwa Kota Bekasi. Rumah sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi merupakan salah satu rumah sakit yang dikelola oleh pihak swasta yang beroperasi selama 24 jam yang menerima pelayanan Kesehatan BPJS Kesehatan yang mengakibatkan beban kerja dan kelelahan kerja perawat pun meningkat. Jam kerja perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi adalah 3 *shift* yaitu Pagi (07.00-14.00 WIB), Siang (14.00-21.00 WIB) dan Malam (21.00-07.00 WIB) dengan 6 hari kerja dalam 1 minggu. Tugas pokok perawat di ruang rawat inap yaitu mulai dari tindakan tidak langsung seperti pengkajian, analisa data, merumuskan diagnosis keperawatan, pendokumentasian asuhan keperawatan, mendampingi visit dokter, melakukan serah terima pasien dan mengadakan *pre* dan *post conference*. Selain itu perawat juga melakukan Tindakan langsung ke pasien berupa pemberian obat perawatan luka infus hingga membantu ADL pasien.

Peneliti telah melakukan survei pendahuluan, berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner KAUPK2 (Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja) terhadap 10 orang perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi, didapatkan hasil bahwa 7 orang perawat atau 70% mengalami sangat lelah saat bekerja dan 3 perawat atau 30% tidak mengalami lelah saat bekerja. Dampak yang dirasakan oleh pekerja yaitu semakin menurunnya produktivitas saat bekerja yang di akibatkan beban kerja yang banyak serta kurangnya istirahat, dan tidak sedikit juga pekerja merasakan tidak enak badan, serta menurunnya semangat saat bekerja. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti berkeinginan untuk melakukan

penelitian mengenai Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022.

Kelelahan kerja merupakan gejala yang ditandai dengan adanya perasaan lelah dan kita akan merasakan malas dan aktivitas akan melemah serta ketidakseimbangan pada kondisi tubuh. Kelelahan mempengaruhi aktivitas fisik, mental, dan tingkat emosional seseorang dimana dapat mengakibatkan kurangnya kewaspadaan yang ditandai dengan kemunduran reaksi pada sesuatu dan berkurangnya kemampuan motorik (Ariani, 2018).

Usia berhubungan dengan kelelahan kerja karena semakin tua usia seseorang, maka semakin besar tingkat kelelahan yang terjadi pada saat bekerja. Pekerjaan yang dilakukan oleh usia lanjut akan terasa lama siapnya karena mudah merasa lelah yang akan berakibat terhadap menurunnya kinerja kerja. Sebuah penelitian yang dilakukan di tahun 2016 di PT. Karias Tabing Kencana menyatakan bahwa usia dapat mempengaruhi kelelahan kerja. Hal ini terjadi karena semakin bertambahnya usia maka akan semakin besar risiko penurunan sistem fisiologis dan biologis secara bertahap. Ketika seseorang berusia 40-49 tahun cenderung akan mengalami penurunan kondisi kesehatan yang ditandai dengan adanya diagnosa penyakit yang selanjutnya di usia 50-55 tahun kapasitas kerja akan semakin menurun (Budiman et al., 2017).

Masa kerja merupakan lama waktu seseorang bekerja pada suatu instansi atau tempat kerja. Pada masa kerja ini dapat berpengaruh pada kelelahan kerja khususnya kelelahan kronis, semakin lama seorang tenaga kerja bekerja pada lingkungan kerja yang kurang nyaman dan menyenangkan maka kelelahan pada orang tersebut akan menumpuk terus dari waktu ke waktu (Tarwaka, 2015).

Beban kerja adalah volume pekerjaan yang dibebankan kepada tenaga kerja baik berupa fisik maupun mental dan menjadi tanggung jawabnya. Setiap pekerjaan merupakan beban bagi pelakunya dan masing-masing tenaga kerja mempunyai kemampuan sendiri untuk menangani beban kerjanya sebagai beban kerja langsung ini. Beban kerja merujuk pada perbandingan kemampuan fisik dan psikis dengan jumlah unit kerja yang harus diselesaikan. Semakin banyak unit atau durasi kerja yang dikerjakan melebihi kemampuan individu maka beban kerja terbelah berat, yang dapat menyebabkan kelelahan kerja (Suma'mur, 2013).

Metode Penelitian

Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Peneliti ingin mengetahui hubungan antara variabel usia, masa kerja, dan beban kerja dengan variabel yang terikat (kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit zainuttaqwa kota bekasi) dengan melakukan pengamatan langsung dan pembagian kuesioner. Penelitian dilaksanakan pada bulan maret tahun 2023, Populasi dalam penelitian ini perawat di rumah sakit zainuttaqwa kota bekasi sebanyak 52 orang. Penelitian ini telah mendapatkan izin etik dengan Nomor 0923-07.057 /DPKE-KEP/FINAL-EA/UEU/VII/2023. Pada instrument penelitian dilampirkan juga *Inform Consent* bagi responden yang bersedia dan setuju untuk mengikuti penelitian dan mengisi kuesioner. Adapun indikator yang diukur yaitu tingkat kelelahan kerja, usia, masa kerja, dan beban kerja. Alat yang digunakan yaitu berupa kuesioner baku. Teknik pengolahan dan analisis data pada penelitian ini menggunakan program SPSS.

Analisis Univariat yaitu dilakukan untuk mendapatkan gambaran umum masalah penelitian dengan cara mendeskripsikan tiap-tiap variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yakni dengan melihat gambaran distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel independen yaitu kelelahan kerja, usia, masa kerja, beban kerja dan variabel dependen (kelelahan kerja) yang dikehendaki dari tabel distribusi digunakan untuk melihat distribusi frekuensi variabel dependen dan independen.

Analisis Bivariat yaitu dilakukan untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yaitu variabel dependen (kelelahan kerja) dengan variabel independen (Usia, masa kerja dan Beban kerja) menggunakan uji *Chi Square*. Untuk melihat kemungkinan timbul atau berkembangnya suatu perilaku dihubungkan dengan faktor risiko maka dilakukan perhitungan angka *ratio preperence* perhitungan *ratio preperence* untuk rancangan penelitian *cross- sectional*. dicerminkan dengan angka rasio prevalensi (*ratio prevalence* = PR). Apabila nilai PR = 1 dikatakan tidak ada resiko yang ditimbulkan, jika PR>1 dikatakan bahwa terdapat resiko yang ditimbulkan dan jika PR<1 maka dikatakan bahwa hasilnya bersifat protektif.

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat

Variabel	Frekuensi	Persentase %
Kelelahan Kerja	28	53,8
Tidak Lelah	24	46,2
Usia		
≥ 35 tahun	29	55,8
<35 tahun	23	44,2
Masa Kerja		
≥ 5 tahun	27	51,9
< 5 tahun	25	48,1
Beban Kerja		
Beban Kerja Berat	31	59,6
Beban Kerja Ringan	21	40,4

Berdasarkan tabel 1, dari 52 perawat terdapat proporsi tertinggi yaitu perawat lebih dominan kelelahan kerja dengan (53,8%), Perawat pada usia berumur ≥ 35 tahun berisiko sebesar (55,8%), memiliki resiko sebesar (51,9%) perawat yang masa kerja ≥ 5 tahun dan perawat yang memiliki beban kerja berlebih/berat sebesar (59,6%).

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat

Variabel Independen	Kategori	Kelelahan Kerja				Total		P-Value	PR (95%CI)	
		Beresiko		Tidak Beresiko						
		N	%	N	%	N	%			
Usia	≥ 35 tahun	15	51,7	14	48,3	29	100	0,785	0,824	(0,274-2,476)
	<35 tahun	13	56,5	10	43,5	23	100			
Masa Kerja	≥ 5 tahun	15	55,6	12	44,4	27	100	1,000	1,154	(0,387-3,438)
	< 5 tahun	13	52	12	48	25	100			
Beban Kerja	Beban Kerja Berat	21	67,7	10	32,3	31	100	0,023	4,200	(1,292-13,656)
	Beban Kerja Ringan	7	33,3	14	66,7	21	100			

Hasil dan Pembahasan

A. Analisis

Univariat

a. Gambaran Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan table 1, dapat diketahui bahwa perawat lebih banyak lelah dengan jumlah 28 perawat (53,8%), sedangkan perawat dengan kategori tidak lelah dengan jumlah 24 perawat (46,2%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Erni Dwi Setyaningsih, 2021)Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Ahli Teknologi

Laboratorium Medik (ATLM) di Laboratorium Rumah Sakit X Bekasi Tahun 2021 bahwa sebanyak 51,2% responden mengalami kelelahan kerja.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di lapangan, kelelahan kerja ditemukan pada perawat yang bekerja dan melayani pasien, meningkatnya kunjungan pasien dan tindakan medis yang tidak lagi sebanding dengan jumlah perawat yang ada unit kerja perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi. jumlah sampel yang harus dikerjakan perhari dan tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan dengan waktu yang singkat. Berdasarkan pertanyaan kuesioner yang diisi oleh perawat sebagai responden penelitian didapatkan hasil 3 pertanyaan dengan presentasi skor tertinggi yaitu merasa cemas terhadap sesuatu hal (6,71%) adalah hal yang sering dirasakan oleh perawat karena mengerjakan pekerjaan lebih dari satu pekerjaan seperti mengerjakan pendaftaran pasien dan perawat yang menghantar dokumen rekam medis ke lantai 2, banyak peran yang harus dilakukan perawat sebagai ujung tombak pelayanan di Rumah Sakit Zainuttaqwa yang sangat berpotensi terjadinya kelelahan kerja, seringkali menyebabkan perawat tidak memiliki waktu istirahat yang cukup saat bekerja, selanjutnya merasa enggan bekerja cekatan (6,57%), hal ini dapat menyebabkan kurangnya kualitas dalam pelayanan pasien dan perawat merasa kurang percaya terhadap diri sendiri (6,3%) hal ini dapat mempengaruhi profesionalisme perawat karena dengan kepercayaan diri perawat punya dasar keyakinan atas kemampuan yang dimilikinya.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan kordinator perawat, didapatkan informasi bahwa perawat telah menerapkan kegiatan senam setiap 3x dalam 1 bulan pada pukul 7 hingga 8 pagi. Selanjutnya, didapatkan informasi bahwa perawat di rumah sakit Zainuttaqwa juga sudah mengikuti program tersebut dengan baik, sehingga peneliti menyarankan bagi pihak rumah sakit untuk tetap menerapkan program yang sudah berjalan. Kemudian, peneliti juga menyarankan agar melakukan peregangan sebelum memulai aktivitas kerja, supaya tidak terjadinya ketegangan otot dan tubuh tidak mudah lelah. Hal ini dilakukan karena, dengan melakukan olahraga yang teratur dapat membantu mencegah kelelahan seperti kelelahan otot, dan juga dapat meningkatkan kesehatan (Parwata, 2015). Peneliti juga menyarankan agar memberikan vitamin C kepada perawat, supaya dapat meningkatkan daya tahan tubuh sehingga tubuh tidak mudah lelah.

b. Gambaran Usia Pada Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa dari 52 responden, perawat yang berusia $\geq$ 35 tahun lebih tinggi dengan jumlah 29 perawat (55,8 %) dibandingkan dengan yang berusia $<$ 35 tahun dengan jumlah 23 perawat (44,2%).

Penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan (Tenggor et al., 2019), yaitu proposi tertinggi usia berisiko menunjukkan ada hubungan antar usia, lama kerja dengan kelelahan kerja dimana proporsi tertinggi pada usia berisiko sebanyak 32 orang 59,3% dari 54 perawat.

Usia dapat mempengaruhi tingkat kelelahan seseorang, karena semakin menuanya seseorang dapat menyebabkan berkurangnya atau menurunnya kemampuan kerja. Hal tersebut terjadi karena adanya penurunan kapasitas fisik dan perubahan fungsi alat-alat tubuh, sistem kardiovaskuler, dan sistem hormonal tubuh sehingga kelelahan cepat terjadi (Rahmatia et al., 2020). Keluhan kelelahan akan terus meningkat sejalan dengan bertambahnya umur, hal ini terjadi karena pada umur setengah baya, kekuatan serta ketahanan otot mulai menurun sehingga resiko terjadinya keluhan otot (Hutabarat, 2017).

Peneliti menyarankan agar menambah jumlah tenaga perawat yang berusia < 35 tahun, karena akan berdampak pada kualitas pelayanan dan asuhan keperawatan di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi.

c. Gambaran Masa Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa dari 52 responden, terdapat perawat dengan masa kerja ≥ 5 tahun lebih tinggi dengan jumlah 27 perawat (51,9%) 25 dibandingkan dengan perawat dengan masa kerja < 5 tahun dengan jumlah 25 perawat (48,1 %).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menenumkan bahwa masa kerja perawat yang lama lebih banyak (70%) dibandingkan dengan masa kerja perawat baru (30%). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Tenggor et al., 2019) proposi tertinggi dengan masa kerja lama yaitu sebanyak 37 orang (68.5%) dari 54 perawat.

Hal ini disebabkan Rumah Sakit zainuttaqwa dalam system penerimaan pegawainya yaitu pegawai tetap, dimana calon pekerja training dulu selama 3 bulan dan kontrak 1 tahun bekerja jika bagus dalam bekerja maka diterima sebagai pegawai tetap di Rumah Sakit zainuttaqwa. Pegawai tetap yang memiliki masa kerja lama lebih dipercaya oleh pihak Rumah Sakit zainuttaqwa dengan pengalaman yang banyak dan skil yang bagus dalam melayani pasien serta masa kerja lama tentunya dengan pengalaman kerja yang dimiliki mereka mahir dalam menjalankan tugas sebagai seorang perawat sehingga percaya oleh pihak Rumah Sakit.

Hal ini disebabkan menunjukan bahwa perawat lama dengan masa kerja ≥ 5 tahun, yang kemungkinan bekerja lebih lama di Rumah Sakit zainuttaqwa berjumlah lebih banyak dibandingkan perawat baru dan perawat dengan masa kerja lebih lama sudah lebih mampu beradaptasi dan memiliki pemahaman yang lebih baik mengenai karakteristik dan rutinitas kerja yang selama ini dijalani.

d. Gambaran Beban Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa dari 52 responden, terdapat perawat yang memiliki beban kerja berat dengan jumlah 31 perawat (59,6%), sedangkan yang memiliki beban kerja ringan 21 perawat (40,4%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Gumelar et al., 2021) yang menemukan sebanyak 80% petugas kesehatan memiliki beban kerja berlebihan, lebih banyak dibandingkan petugas yang tidak memiliki beban kerja berlebih (20%). Penelitian (Maharani et al., 2019) menemukan bahwa perawat yang memiliki beban kerja yang berat/berlebihan lebih banyak (76%) dibandingkan dengan perawat yang memiliki beban kerja yang tidak berlebihan/ringan (24%).

Berdasarkan pertanyaan kuesioner yang diisi oleh perawat sebagai responden penelitian didapatkan hasil 3 pertanyaan dengan presentasi skor tertinggi yaitu melakukan observasi pasien selama jam kerja (8,07%), perawat disamping menjalankan perannya berupa asuhan keperawatan yaitu memperhatikan keadaan kebutuhan dasar pasien melalui pemberian pelayanan keperawatan, juga menerima keluhan yang disampaikan oleh pasien mengenai penyakitnya sehingga perawat juga diharuskan untuk dapat memberikan edukasi mengenai kondisi kesehatan pasien tersebut, selanjutnya kemampuan dan pengetahuan yang dimiliki tidak mampu mengimbangi tuntutan pekerjaan (8,07%), beban kerja ganda berupa mengerjakan pekerjaan lebih dari satu pekerjaan seperti mengerjakan pendaftaran pasien, menghantar dokumen rekam medis ke lantai 2, melakukan observasi ke pasien, melakukan edukasi kondisi kesehatan pasien dan membuat laporan harian sehingga kompetensi yang dimiliki perawat tidak dapat memenuhi tuntutan pekerjaan yang lebih dari satu tersebut, dan kurangnya tenaga perawat diruangan dibandingkan

jumlah pasien (8,03%), seperti halnya yang dibahas pada kondisi pekerjaan diatas, perawat mengerjakan pekerjaan yang beragam atau lebih dari satu dalam satu waktu yang menunjukkan bahwa RS Zainuttaqwa masih memiliki kekurangan dalam hal jumlah perawat yang ada untuk melayani setiap pasien yang ada.

B. Analisis Bivariat

a. Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa responden dengan usia beresiko yang mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 15 responden (51,7%), sedangkan pada responden dengan usia tidak beresiko yang mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 13 responden (56,5%).

Hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik dengan *chi square* diperoleh *p-value* = 0,785 dengan nilai $\alpha = 0,05$ yang didapat dari nilai *fisher's exact test* karena seluruh sel dalam tabel 2x2 memiliki nilai *expected count* < 5. Hasil uji statistik tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara usia perawat dengan kelelahan kerja perawat. Kemudian hasil analisis *Prevalence Ratio* (PR) sebesar 0,824 (95% CI: 0,274-2,476) yang berarti perawat dengan usia tidak beresiko 0,824 kali untuk tidak kelelahan kerja terhadap perawat dibandingkan dengan perawat yang dengan usia beresiko.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Erni Dwi Setyaningsih, 2021) yang menjelaskan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kelelahan kerja. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Trinofandy et al., 2018) bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat di yang bekerja di Rumah Sakit X. Penelitian yang dilakukan oleh (Putri, 2018) tidak ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kelelahan kerja pada Tenaga Kerja Bongkar Muat (TKBM).

Usia mempengaruhi ketahanan tubuh dan kapasitas kerja seseorang yang berakibat pada kelelahan. Satu diantaranya indikator kapasitas kerja adalah kekuatan otot seseorang, semakin tua usi seseorang, maka semakin menurunnya kekuatan ototnya. Kekuatan otot yang dipengaruhi oleh umur akan berakibat pada kemampuan wanita pada umur sekitar 20 tahun merupakan puncaknya dari kekuatan otot mulai menurunnya sekitar 1-25 % (Lientje Setyawati, 2011).

Kemampuan fisik yang dimiliki seseorang yang paling optimal pada usia 25–30 tahun, setelah itu kapasitas fisik akan menurun 1% setiap tahun (Tarwaka, 2014). Usia seseorang semakin bertambah maka akan terjadi penurunan kekuatan fisik dan cadangan tenaga daripada yang berusia muda (Lientje Setyawati, 2011). Pekerja yang telah bekerja dalam kurun waktu <1 tahun pada umumnya adalah pekerja pada kelompok usia <25 tahun, 98,2% di antaranya secara fisik lebih muda dan sistem ototnya telah mencapai perkembangan maksimal (Azwar et al., 2018).

b. Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa responden dengan masa kerja beresiko yang mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 15 responden (55,6%), sedangkan pada responden dengan masa kerja tidak beresiko yang mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 13 responden (52%).

Hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik dengan *chi square* diperoleh *p-value* = 1,000 dengan nilai $\alpha = 0,05$ yang didapat dari nilai *fisher's exact test* karena seluruh sel dalam tabel 2x2 memiliki nilai *expected count* < 5. Hasil uji statistik tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara Masa Kerja perawat dengan kelelahan kerja perawat.

Kemudian hasil analisis *Prevalence Ratio* (PR) sebesar 1,154 (95% CI: 0,387-3,438) yang berarti perawat dengan Masa Kerja tidak berisiko 1,154 kali untuk tidak kelelahan kerja terhadap perawat dibandingkan dengan perawat yang dengan Masa Kerja berisiko.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Erni Dwi Setyaningsih, 2021) yang menjelaskan bahwa berdasarkan hasil uji statistik *Chi Square* menunjukkan nilai *p-value* = 0,632 > 0,05, yang berarti tidak ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja. Hal ini dimungkinkan karena masa kerja Petugas ATLM di Laboratorium Rumah Sakit X Bekasi tidak bervariasi dalam hal terjadinya kelelahan kerja.

Masa kerja adalah waktu yang dihitung berdasarkan tahun pertama bekerja dilakukan sampai saat ini yang dihitung dalam tahun. Semakin lama masa kerja seseorang maka semakin tinggi juga tingkat (Erni Dwi Setyaningsih, 2021). Hal ini sejalan dengan penelitian (Trinofiandy et al., 2018) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di yang bekerja di Rumah Sakit X. Hal ini dikarenakan orang yang bekerja lama sudah terbiasa dengan pekerjaan yang dilakukannya sehingga tidak menimbulkan kelelahan kerja bagi dirinya.

c. Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa responden dengan beban kerja berat yang mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 21 responden (67,7%), sedangkan pada responden dengan beban kerja berat yang mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 7 responden (33,3%).

Hasil analisis bivariat menggunakan uji statistik dengan chi square diperoleh *p-value* = 0,023 dengan nilai $\alpha = 0,05$ yang didapat dari nilai *fisher's exact test* karena seluruh sel dalam tabel 2x2 memiliki nilai *expected count* < 5. Hasil uji statistik tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Kemudian hasil analisis *Prevalence Ratio* (PR) sebesar 4,200 (95% CI: 1,292-13,656) yang berarti perawat dengan beban kerja berat berisiko 4,200 kali untuk tidak mengalami kelelahan kerja pada perawat dibandingkan dengan perawat yang memiliki beban kerja ringan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Tenggor et al., 2019), yaitu ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja perawat. Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian (Ganu, 2022), diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Klinik Khusus Mata SMEC Rawamangun. Selanjutnya (Permatasari et al., 2023), menyatakan dalam hasil penelitiannya yaitu terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja.

Berdasarkan hasil observasi peneliti, jumlah tenaga kerja di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi termasuk kurang bila disejajarkan dengan tingkat kunjungan pasien serta asuhan keperawatan yang harus dilakukan berdasarkan uraian tugas perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa. Cakupan tugas perawat meliputi pelayanan perawatan pasien berdasarkan proses perawatan, melaksanakan tindakan perawatan dengan tetap memperhatikan keseimbangan kebutuhan fisik, mental, dan sepiritual pasien, melaksanakan program-program medik pasien, melakukan komunikasi terapeutik pada pasien dan keluarga, mendampingi dokter dokter *visit* dan mencatat program yang akan dilaksanakan hingga melaporkan segala suatu mengenai keadaan pasien baik secara lisa maupun tulisan kepada dokter. Berbagai uraian tugas tersebut menggambarkan banyaknya aktivitas kerja perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi yang jelas akan menjadi beban kerja fisik yang tinggi.

Selain asuhan keperawatan pada pasien, perawat harus juga melaksanakan tugas administratif seperti menyusun laporan harian, perawat juga harus berperan dalam penatalaksanaan ruangan, ikut memelihara kebersihan, keamanan, kenyamanan dan keindahan

ruangan. Sisi sosial, perawat harus dapat menciptakan dan memelihara hubungan baik dengan pasien, keluarga pasien, dokter dan anggota tim perawat lainnya dalam kesehariannya, interaksi ini rentan meningkatkan beban kerja mental bagi perawat. Beban kerja yang terlalu berlebihan akan menimbulkan Stres mental atau reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala dan mudah marah.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terkait faktor risiko-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi adalah Responden tertinggi kelelahan kerja yang dirasakan oleh Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 adalah kelelahan tingkat lelah yaitu sebanyak 28 perawat (53,8%). Proporsi tertinggi usia Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 adalah ≥ 35 tahun yaitu sebanyak 29 perawat (55,8%). Proporsi tertinggi masa kerja Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 adalah masa kerja ≥ 5 tahun yaitu sebanyak 27 perawat (51,9%) dan Proporsi tertinggi beban kerja Perawat Di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 yaitu Beban Kerja Berat sebanyak 31 orang (59,6%). Tidak ada hubungan antara Usia dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 dengan *P-Value* **0,785**. Tidak ada hubungan antara Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 dengan *P-Value* **1,000**. Ada hubungan antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi Tahun 2022 dengan *P-Value* **0,023**.

Penulis menyarankan agar melakukan peregangan sebelum memulai aktivitas kerja, supaya tidak terjadinya ketegangan otot dan tubuh tidak mudah lelah dan memberikan vitamin C kepada perawat, supaya dapat meningkatkan daya tahan tubuh sehingga tubuh tidak mudah lelah. menambah jumlah tenaga perawat yang berusia < 35 tahun, karena akan berdampak pada kualitas pelayanan dan asuhan keperawatan di Rumah Sakit Zainuttaqwa Kota Bekasi. dapat dilakukan kaji ulang terhadap *Job Description* setiap perawat, sehingga beban berlebih yang dimiliki perawat dapat dibagi dengan perawat lainnya, sehingga tidak terjadi beban kerja berlebih yang dapat menyebabkan kelelahan kerja dan semua perawat bekerja mengikuti SOP perawat, menambah tenaga perawat agar perawat bisa memiliki waktu yang cukup untuk beristirahat.

Daftar Pustaka

- Ariani, T. A. (2018). *Komunikasi Keperawatan: Komunkasi* (Vol. 1). UMMPress.
- Azwar, A., Susilowati, I. H., Dinar, A., Indriyani, K., & Wirawan, M. (2018). Impact of work-related and non-work-related factors on fatigue in production/shift workers. *KnE Life Sciences*, 213–224.
- Budiman, A., Husaini, H., & Arifin, S. (2017). Hubungan Antara Umur Dan Indeks Beban Kerja Dengan Kelelahan Pada Pekerja Di Pt. Karias Tabing Kencana. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 1(2), 121. <https://doi.org/10.20527/jbk.v1i2.3151>
- Erni Dwi Setyaningsih. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada ahli Teknologi Laboratorium Medik (ATLM) di Laboratorium Rumah Sakit X Bekasi Tahun 2021. *Kesehatan Masyarakat*.
- Ganu, A. F. (2022). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Klinik Khusus Mata SMEC Rawamangun Tahun 2021*. Universitas Esa Unggul.
- Gumelar, H., Kusmiran, E., & Haryanto, M. S. (2021). Hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat pelaksana di instalasi rawat inap. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(2), 89–99.
- Hutabarat, J. (2017). *Dasar dasar pengetahuan ergonomi*. Media Nusa Creative.
- Lientje Setyawati, K. M. (2011). *Selintas tentang Kelelahan Kerja*. Amara Books, Yogyakarta.

- Maharani, A. D., Rahmawati, A. Y., Sulistyowati, E., & Prihatin, S. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Semangka Kuning (*Citrullus Lanatus*) Terhadap Kelelahan Otot Anaerobik Pada Atlet Sepakbola. *JURNAL RISET GIZI*, 7(1), 69–74.
- Parwata, I. M. Y. (2015). Kelelahan dan recovery dalam olahraga. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1(1), 2–13.
- Permatasari, R. I., Sastramihardja, H. S., & Furqaani, A. R. (2023). Hubungan Kelelahan Kerja dan Kualitas Tidur Perawat Unit Penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 334–338.
- Putri, D. E. (2018). *Hubungan Karakteristik Individu dan Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan Bagian Operasi Tungku di PT. Inalum Kuala Tanjung Tahun 2018*. Universitas Sumatera Utara.
- Rahmatia, R., Nurlinda, A., Hardi, I., Abbas, H. H., & Yuliati, Y. (2020). Kelelahan Kerja Pada Pekerja Wanita PT. Maruki International Indonesia Tahun 2020. *Prosiding Seminar Nasional Sinergitas Multidisiplin Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*, 3, 333–339.
- RI, K. (2019). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2020. *Profil Kesehatan Indonesia*.
- Setyawati, L. (2011). *Selintas tentang Kelelahan Kerja*. Amara Books.
- Suma'mur. (2013). *Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. CV. Sagung Seto.
- Tarwaka. (2014). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja* (2nd ed.).
- Tarwaka. (2015). *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi Dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Harapan Press.
- Tenggor, D., Pondaag, L., & Hamel, R. S. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1).
- Thomas, H., & Turnbull, P. (2018). From horizontal to vertical labour governance: The International Labour Organization (ILO) and decent work in global supply chains. *Human Relations*, 71(4), 536–559.
- Trinofiandy, R., Kridawati, A., & Wulandari, P. (2018). Analisis Hubungan Karakteristik Individu, Shift Kerja, dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit X Jakarta Timur. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 2(2), 204–209.