

**HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN SHIFT KERJA
DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT
DI RSUD PESANGGRAHAN JAKARTA**

Yolanda Pratami Putri¹, Lela Kania Rahsa Puji², Tri Okta Ratnaningtyas³

^{1,2,3}STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl. Pajajaran No. 1, Kota Tangerang Selatan 15417, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
pratamiyolanda@gmail.com* Email: pratamiyolanda@gmail.com	<p>Background: almost every year as many as two million workers die from work accidents caused by fatigue factors. Data work accidents in Indonesia every day averaged 414 work accidents and 27.8% due to high fatigue. Work fatigue often occurs in the formal and informal sectors. The objective of this study was to find out the relationship between individual characteristics and work shifts to work fatigue in nurses at Pesanggrahan Hospital. This type of research is in the form of analytical research with a quantitative approach and cross sectional research design. The sample in this study was as many as 72 nurses with total sampling techniques. Based on the results of research on the frequency of work fatigue in nurses at Pesanggrahan Hospital, more than half experienced high work fatigue, which was as much as 65.3%. Based on bivariate analysis, it can be known that there is a relationship between working period (p value = 0.029), body mass index (BMI) (p value = 0.002), and shift work (p value = 0.004) with work fatigue and it can be known that there is no relationship between age (p value = 0.200) and work fatigue. Based on the results of this study, other factors that affect work fatigue other than shift work are individual characteristics, including length of service and body mass index, while age does not affect work fatigue.</p>
<p>Keywords: Age Working Period Body Mass Index (BMI) Shift Work Work Fatigue</p>	
<p>Kata Kunci: Usia Masa Kerja Indeks Massa Tubuh (IMT) Shift Kerja Kelelahan Kerja</p>	<p>Latar belakang: hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Data kecelakaan kerja di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja dan 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Kelelahan kerja kerap terjadi pada sektor formal maupun informal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara karakteristik individu dan shift kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan. Jenis penelitian ini berupa penelitian analitik dengan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian <i>cross sectional</i>. Sampel pada penelitian ini sebanyak 72 perawat dengan teknik <i>total sampling</i>. Berdasarkan hasil penelitian frekuensi kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan, lebih dari setengahnya mengalami kelelahan kerja tinggi yaitu sebanyak 65,3%. Berdasarkan analisis bivariat dapat diketahui bahwa ada hubungan antara masa kerja (p value=0,029), indeks massa tubuh (IMT) (p value=0,002), dan shift kerja (p value=0,004) dengan kelelahan kerja dan dapat diketahui tidak ada hubungan antara usia (p value=0,200) dengan kelelahan kerja. Berdasarkan hasil penelitian ini, yang mempengaruhi kelelahan kerja selain shift kerja adalah karakteristik individu antara lain masa kerja dan indeks massa tubuh, sedangkan usia tidak mempengaruhi kelelahan kerja.</p>

PENDAHULUAN

Kelelahan kerja sering terjadi pada bidang formal dan informal. Kelelahan kerja dapat menurunkan produktivitas pekerja dan meningkatkan kesalahan pekerja di tempat kerja (Batubara et al., 2021). Kelelahan kerja pada perawat dapat menimbulkan dampak negatif yang membuat perawat tidak mampu melakukan asuhan keperawatan secara efektif, menyebabkan kecemasan dan mengurangi efisiensi kerja (Ritonga, 2016). Banyak faktor yang dapat menyebabkan kelelahan kerja, antara lain karakteristik individu, seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, masa kerja, riwayat perkawinan, dan status gizi. Faktor pekerjaan, seperti pekerjaan yang monoton, lama kerja, beban kerja, dan sikap terhadap pekerjaan. Faktor psikologis adalah lingkungan kerja, kebisingan, pencahayaan, dan lingkungan kerja lainnya (Tarwaka, 2014).

Data dari *International Labour Organization* (ILO) menunjukkan bahwa hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan (Oksandi and Karbito, 2020). Departemen Tenaga Kerja pada tahun 2014 menjelaskan bahwa data mengenai kecelakaan kerja di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan

kerja dan 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi (Mualim and Yusmidiarti, 2020). *The Joint Commission* pada tahun 2008 melaporkan bahwa ada 300% lebih perawat membuat kesalahan karena kelelahan dan berujung kepada kematian pasien (Suwandi et al., 2017). Dalam Undang-Undang Nomor 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, terdapat pembagian waktu kerja untuk setiap karyawan atau pekerja yang *shift*nya dibagi menjadi tiga *shift* yaitu dari pagi hingga sore, dari sore hingga malam, dan dari malam hingga pagi.

Pekerja yang bekerja dengan jadwal *shift* menghadapi masalah yang hampir sama dengan shift penuh waktu karena waktu shift terus berubah dan pekerja tidak pernah benar-benar cocok dengan jadwal kerja mereka (Vilia et al., 2014). Dampak negatif dari pembagian *shift* kerja adalah menurunnya produktivitas yang berdampak pada keselamatan dan kesehatan kerja. Dalam hal ini, tidak semua orang dapat beradaptasi dengan sistem kerja *shift* karena memerlukan banyak penyesuaian per jam, seperti waktu tidur, waktu makan, dan waktu berkumpul keluarga (Assa et al., 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada perawat

RSUD Pesanggrahan, Jakarta Selatan pada hari Senin tanggal 13 Desember 2021 dengan membagikan kuesioner melalui *Google Form* kepada 30 perawat, diperoleh hasil bahwa perawat *shift* pagi tingkat kelelahan kerja paling banyak pada tingkat kelelahan rendah yaitu 8 perawat, sedangkan tingkat kelelahan sedang sebanyak 2 perawat. Perawat *shift* sore tingkat kelelahan kerja paling banyak pada tingkat kelelahan rendah yaitu 10 perawat. Perawat *shift* malam tingkat kelelahan kerja paling banyak pada tingkat kelelahan rendah yaitu 7 perawat, sedangkan tingkat kelelahan sedang sebanyak 3 perawat. Keluhan yang umum dirasakan oleh para responden yaitu mengalami lelah pada seluruh badan saat bekerja, sering menguap saat bekerja, mengalami ngantuk saat bekerja, dan mudah lupa. Dampak dari kondisi tersebut dapat menurunkan efektivitas dan efisiensi kerja karena pekerja tidak merasa nyaman akibat dari kelelahan, sehingga dapat mempengaruhi produktivitas kerja.

Berdasarkan situasi yang telah diuraikan, maka peneliti berniat untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan antara Karakteristik Individu dan *Shift* Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian analitik dengan pendekatan kuantitatif dan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Pesanggrahan Jakarta pada bulan November 2021 s/d Maret 2022. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang ada di RSUD Pesanggrahan, yaitu sebanyak 72 perawat. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *total sampling*. Sedangkan pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuesioner berbentuk *google form* (*google formulir*). Adapun kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner *IFRC* (*Industrial Fatigue Research Committee*) yang sudah dinyatakan valid dan reliabel.

Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik dari setiap variabel penelitian (usia, indeks massa tubuh, masa kerja, *shift* kerja dan kelelahan kerja). Sedangkan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (usia, indeks massa tubuh, masa kerja, dan *shift* kerja) dengan variabel dependen (kelelahan kerja) menggunakan uji statistik *Chi-Square*.

HASIL

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Individu, Shift Kerja, dan Kelelahan Kerja

Variabel	Frekuensi	Persen (%)
Usia		
Remaja Akhir	22	30,6
Dewasa Awal	39	54,2
Dewasa Akhir	11	15,3
Total	72	100
Masa Kerja		
Baru	32	44,4
Lama	40	55,6
Total	72	100
Indeks Massa Tubuh		
Kurus	12	16,7
Normal	32	44,4
Gemuk	28	38,9
Total	72	100
Shift Kerja		
Shift Pagi	23	31,9
Shift Sore	33	45,8
Shift Malam	16	22,2
Total	72	100
Kelelahan Kerja		
Sedang	25	34,7
Tinggi	47	65,3
Total	72	100

Sumber: Data Primer, 2022

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 2. Hubungan Antara Karakteristik Individu dan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD Pesanggrahan Jakarta

Variabel	Kelelahan Kerja						<i>p-value</i>
	Sedang		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Usia							
Remaja Akhir	6	8,3	16	22,2	22	30,6	0,200
Dewasa Awal	17	23,6	22	30,6	39	54,2	
Dewasa Akhir	2	2,8	9	12,5	11	15,3	
Total	25	34,7	47	65,3	72	100	
Masa Kerja							
Baru	16	22,2	16	22,2	32	44,4	0,029
Lama	9	12,5	31	43,1	40	55,6	
Total	25	34,7	47	65,3	72	100	
Indeks Massa Tubuh							
Kurus	7	9,7	5	6,9	12	16,7	0,002
Normal	15	20,8	17	23,6	32	44,4	
Gemuk	3	4,2	25	34,7	28	38,9	
Total	25	34,7	47	65,3	72	100	

Shift Kerja						
Shift Pagi	14	19,4	9	12,5	23	31,9
Shift Sore	9	12,5	24	33,3	33	45,8
Shift Malam	2	2,8	14	19,4	16	22,2
Total	25	34,7	47	65,3	72	100

Sumber: Data Primer, 2022

PEMBAHASAN

Usia merupakan lamanya hidup yang telah dijalani seseorang sejak lahir. Usia sendiri dapat mempengaruhi psikis seseorang dimana ketika dalam usia muda sering menimbulkan stres, kebingungan, kecemasan dan ketakutan yang dapat mempengaruhi perilakunya. Semakin bertambahnya usia maka semakin banyak pula pengalaman yang diperoleh sehingga dapat meningkatkan kematangan mental dan intelektualnya dalam pengambilan keputusan dan tindakan (Harahap, 2019). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh *p-value* sebesar 0,200. Karena *p-value* > 0,05, maka H_a ditolak dan H_0 diterima yang artinya tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oksandi dan Karbito pada tahun 2020, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor usia dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. H. BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan

Tahun 2018, dimana didapatkan *p-value* sebesar $0,014 < 0,05$.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak hanya perawat yang lebih tua yang mengalami kelelahan kerja, tetapi perawat lebih muda juga dapat mengalami tingkat kelelahan yang lebih tinggi. Pasalnya, pekerjaan yang dilakukan terlalu monoton sehingga menimbulkan rasa jenuh, dan juga bisa dipengaruhi oleh lingkungan kerja yang kurang kondusif seperti cuaca panas.

Masa kerja adalah masa mulai bekerja sampai dengan berakhirnya masa kerja. Stres fisik (beban kerja) pada waktu tertentu menyebabkan penurunan kemampuan otot untuk berfungsi, yang gejalanya juga berupa berkurangnya mobilitas. Keadaan ini tidak hanya disebabkan oleh satu penyebab seperti beban kerja yang berat, tetapi juga karena tekanan-tekanan yang menumpuk setiap hari dalam waktu yang lama (Fitriana, 2012). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh *p-value* sebesar 0,029. Karena *p-value* < 0,05, maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara

masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti, *et al* pada tahun 2017, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Dr. Amino Gondohutomo Semarang, dimana didapatkan *p-value* sebesar $0,006 < 0,05$.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin lama seorang perawat bekerja maka kelelahannya semakin besar. Hal ini menunjukkan bahwa jam kerja yang panjang mengalami tingkat kelelahan yang lebih tinggi, semakin lama seorang perawat bekerja maka kebosanan dari pekerjaan yang terus menerus mempengaruhi tingkat kelelahan yang dialami.

Status gizi yang baik merupakan salah satu ciri kesehatan yang baik, agar tercapai tenaga kerja yang efisien. Status gizi merupakan salah satu penyebab kelelahan. Karyawan dengan kondisi gizi yang baik akan memiliki kapasitas kerja yang lebih baik, daya tahan tubuh yang lebih baik dan sebaliknya. Dalam keadaan gizi buruk, banyak pekerjaan akan menghambat pekerjaan, menurunkan efisiensi dan daya tahan tubuh, sehingga mudah terserang penyakit sehingga mempercepat timbulnya kelelahan. Status

gizi seseorang dapat diketahui melalui nilai indeks massa tubuh (Innah *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh *p-value* sebesar 0,002. Karena *p-value* $< 0,05$, maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astuti, *et al* pada tahun 2017, bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada perawat di RSJD Dr. Amino Gondohutomo Semarang, dimana didapatkan *p-value* sebesar $0,966 > 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jika setiap perawat tidak makan makanan yang bergizi dan tidak mencukupi maka dapat mempengaruhi pekerjaan perawat, sehingga menyebabkan kesalahan kerja dan kelelahan yang dapat mempengaruhi kinerja perawat.

Shift kerja adalah bekerja secara bergilir sebagai metode organisasi waktu kerja dimana para pekerja saling menggantikan tempat kerja sehingga perusahaan dapat beroperasi lebih lama dari jam pekerja individu (Arnani, 2019). Selain itu shift kerja dapat menimbulkan beban kerja yang berdampak pada timbulnya stress yang salah satu akibatnya dapat menyebabkan terjadinya kelelahan

karena perawat dituntut untuk selalu siaga untuk melakukan peninjauan kepada pasien (Anastasia, 2018). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh *p-value* sebesar 0,004. Karena *p-value* < 0,05, maka H_a diterima dan H_0 ditolak yang artinya ada hubungan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siregar pada tahun 2016, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat, dimana didapatkan *p-value* sebesar 0,001 < 0,05.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adanya *shift* kerja bisa menimbulkan beban kerja yang berdampak pada timbulnya stress yang salah satu akibatnya dapat menyebabkan terjadinya kelelahan karena perawat dituntut untuk selalu siaga untuk melakukan peninjauan kepada pasien, terganggunya pola tidur di malam hari yang dapat membuat perawat sering merasa mengantuk, tidak bisa fokus dalam melakukan pekerjaan dan rasa keinginan untuk berbaring, serta pada siang hari yang tidak dapat digunakan dengan baik untuk tidur karena lingkungan yang terganggu.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara masa kerja (*p-value* 0,029), indeks massa tubuh (*p-value* 0,002) dan *shift* kerja (*p-value* 0,004) dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara usia (*p-value* 0,200) dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Pesanggrahan Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasia, T. (2018) 'Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Malahayati Medan Tahun 2015', *Jurnal Jumantik*, 4(1), pp. 45–56.
- Arnani, H. C. (2019) 'Perbedaan Kelelahan Kerja Pada Shift Pagi Dan Shift Malam Karyawan Bagian Produksi Di Pabrik Teh Ptpn IV Bah Butong'. *Skripsi*.
- Assa, W. Y., Warouw, F. and Asrifuddin, A. (2021) 'Hubungan antara shift kerja dan kepuasan kerja dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang', *Jurnal KESMAS*, 10(1), pp. 129–136.
- Astuti, F. W., Ekawati. and Wahyuni, I. (2017) 'Hubungan Antara Faktor Individu, Beban Kerja Dan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rsjd Dr. Amino Gondohutomo Semarang', *Jurnal*

- Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 5(5), pp. 163–172.
- Batubara, Z. Z. D. S., Safitri, A. R. and Siregar, S. D. (2021) 'Faktor Kelelahan Kerja pada Pekerja Konstruksi Proyek Gama Land', *Jurnal Kesehatan Global*, 4(1), pp. 33–40.
- Fitriana. (2012) 'Faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan bagian produksi PT Eastren Pearl Flour Mills', *Skripsi*, pp. 14–17.
- Harahap, S. S. (2019) 'Hubungan Usia, Tingkat Pendidikan, Kemampuan Bekerja, dan Masa Bekerja Terhadap Kinerja Pegawai dengan Menggunakan Metode Pearson Correlation', *Jurnal Teknovasi*, 06(02), pp. 12–26.
- Innah, M. et al. (2021) 'Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Penjahit Pasar Sentral Bulukumba', *Window of Public Health Journal*, 01(05), pp. 471–481.
- Mualim and Yusmidiarti. (2020) 'Hubungan Ergonomi Dan Psikososial Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Perusahaan Dagang Sinar Harapan Teknik', *PDm Bengkulu*, p. 15.
- Oksandi, H. R. and Karbito, A. (2020) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD dr.H.BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan Hendro', *Jurnal Ilmi Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(1), pp. 1–7.
- Ritonga, N. I. (2016) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Perawat Baru Lulusan PSIK UIN Jakarta', *Euphytica*, 18(2), p. 22280.
- Siregar, D. W. (2016) 'Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Umum Ibu Kartini PT. Bakrie Sumatera Plantations, Tbk Kisaran Tahun 2016', *Skripsi. Universitas Sumatera Utara*.
- Suwandi, A. W., Kawatu, P. A. . and Akili, R. H. (2017) 'Hubungan Antara Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Rumah Sakit Bhayangkara Tk. III Manado', *Media Kesehatan*, 9(3).
- Tarwaka. (2014) 'Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja Edisi II', Surakarta: Harapan Press.
- Undang - Undang Nomor 13 Tahun 2003 'Ketenagakerjaan'.
- Vilia, A., Saftarina, F. and Ta, L. (2014)

‘The Correlation between Shift Work and Work Fatigue on Nurses in Inpatient Installation Dr . H . Abdul

Moeloek of Bandar Lampung General Hospital’, *Jurnal Majority*, pp. 18–25.