

## Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung

Erna Dame Juliyanti Sihombing<sup>1\*</sup>, Ermi Girsang<sup>2</sup>, Santy Deasy Siregar<sup>3</sup>

Universitas Prima Indonesia, Indonesia

### Abstract

*The level of work-related fatigue experienced by workers can cause discomfort, annoyance and reduce satisfaction and decrease productivity. Nurse fatigue can have a negative impact in the process of handling patients seeking treatment at health services. The purpose of this study was to determine the factors associated with work fatigue on nurses at the Tarutung Regional General Hospital. This type of research is an analytic survey with a cross sectional design. The population of the study were 92 nurses at the Tarutung Regional General Hospital. The research sample was 92 nurses at the Tarutung Regional General Hospital, obtained using total sampling. Data collection techniques by means of observation and questionnaires. Based on the results of the Chi-Square test, it was found that there was a relationship between age and work fatigue with a p-value of 0.004, there was a relationship between work tenure and work fatigue with a p value = 0.001, there was a relationship between work shift and work fatigue p Value = 0,000, and the relationship between workload and work fatigue p Value = 0.000. The conclusion of the study is that there is a relationship between age, work period, work shift and workload associated with work fatigue on nurses at the Tarutung Regional General Hospital. It is advisable for workers to set a break time before doing night shift work which is more prone to work fatigue.*

*Keywords: workload, work fatigue, work shift*

### Pendahuluan

Rumah sakit umum adalah rumah sakit yang memberikan pelayanan kesehatan pada semua bidang penyakit (Listiyono, 2015). Rumah Sakit (RS) termasuk ke dalam kriteria tempat kerja dengan berbagai banyak ancaman bahaya yang dapat menimbulkan dampak kesehatan khususnya bagi para pelaku atau pekerja yang langsung bertugas di Rumah Sakit dalam melaksanakan tugasnya.

Pekerja rumah sakit akan selalu berhubungan dengan bahaya potensial dan selalu terpapar dengan berbagai faktor yang dapat menimbulkan

dampak negatif, dan jika tidak diantisipasi dengan baik dan benar akan dapat mempengaruhi kesehatan dan keselamatan kerjanya (Depkes RI, 2003). Rumah sakit merupakan miniatur masyarakat, karena Rumah sakit merupakan organisasi yang bergerak dalam bidang jasa dengan ciri ciri padat karya ,padat modal, padat teknologi (Girsang, 2018).

*Internatiol Labour Organization* menyatakan dalam *Internasional Hazard Datashhets on Occupation* (HDO), bahwa perawat secara umum adalah seorang pekerja pelayanan kesehatan yang terdaftar sebagai seorang perawat profesional yang dapat membantu dokter medis dalam melakukan tugas tugasnya, menyediakan pelayanan keperawatan profesional untuk orang sakit, terluka, ketidakmampuan fisik dan mental, dan keperluan kesehatan lainnya (Markkanen, 2004).

\*corresponding author: Erna Dame Juliyanti Sihombing

Universitas Prima Indonesia, Indonesia

Email: [hombingerna@gmail.com](mailto:hombingerna@gmail.com)

Summited: 23-10-2020 Revised: 18-12-2020

Accepted: 05-01-2021 Published: 10-06-2021

Beberapa penelitian yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI didapat 30-40% masyarakat pekerja pemberi jasa layanan kesehatan yang bersifat teknis dan beroperasi selama 8-24 jam sehari mengalami kelelahan. Hal ini dikarenakan adanya pola kerja bergilir (Depkes R I, 2003).

Menurut Tyagi et al (2009) Peran kelelahan dalam etiologi kecelakaan kemungkinan ada dua yaitu kelelahan menurunkan kemampuan untuk memproses informasi informasi tentang situasi bahaya , dan kelelahan dapat menurunkan kemampuan seseorang untuk secara memadai merespon situasi tersebut(Tyagi et al., 2009). Kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas. Data dari ILO menyebutkan bahwa setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Penelitian tersebut menyatakan dari 58115 sampel, 32,8% diantaranya atau sekitar 18828 sampel menderita kelelahan (Atiqoh et al., 2014).

Menurut Depnakertrans, data mengenai kecelakaan kerja pada tahun 2004, di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi, lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat(Departemen Tenaga Kerja & Transmigrasi, 2004). Tingkat kelelahan akibat kerja yang dialami pekerja dapat menyebabkan ketidaknyamanan, gangguan dan mengurangi kepuasan serta penurunan produktivitas yang ditunjukkan dengan berkurangnya kecepatan performansi, menurunnya mutu produk, hilangnya orisinalitas, meningkatnya kesalahan dan kerusakan, kecelakaan yang sering terjadi, kendornya perhatian dan ketidaktepatan dalam melaksanakan pekerjaan (Atiqoh et al., 2014). Kelelahan kerja pada perawat merupakan salah satu permasalahan dalam manajemen sumber daya manusia Rumah sakit. Menurut hasil survei dari PPNI (Persatuan perawat nasional indonesia) tahun 2006, sekitar 50,9% perawat yang bekerja

empat provinsi di Indonesia mengalami stress kerja, sering pusing, tidak bisa beristirahat karena beban kerja terlalu tinggi dan menyita waktu.

Penelitian yang dilakukan oleh Widodo Hariyono, Diah Suyani dan Yanuk Wulandari (2009), menunjukkan hubungan yang signifikan antara beban kerja dan kelelahan kerja pada perawat dirumah sakit islam Yogyakarta PDHI dengan taraf signifikan  $0,0000 < 0,05$  lebih dari 65% pekerja di indonesia memiliki keluhan kelelahan kerja saat berkunjung ke poloklinik perusahaan (Hariyono et al., 2009). Rumah sakit Umum daerah Tarutung merupakan salah satu layanan kesehatan milik Pemerintah yang beroperasi selama 24 jam dikota Tarutung yang berwujud RSU. Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung juga menerima Rujukan dari Rumah sakit lain serta menerima pelayanan BPJS kesehatan dan BPJS ketenagakerjaan yang menjadikan beban perawat bertambah dan menjadikan perawat mudah merasakan kelelahan. Dalam penyelenggaraan Tugas dan fungsinya maka RSU Tarutung memanfaatkan semua sarana, fasilitas dan unsur unsur manajemen yang ada termasuk manusia sebagai karyawan, tempat kerja dan lingkungan kerja sekitarnya. Rumah Sakit Umum Tarutung memiliki sebanyak 120 perawat, yaitu perawat di IGD (Instalasi Gawat Darurat) sebanyak 14 orang. Dan perawat di poloklinik rawat jalan ada 15 orang, perawat di ruangg OK (Operate Kamer) 13 orang, dan perawat dirawat inap 80 orang.

Dari hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti jumlah perawat yang ada di Rumah Sakit Umum Tarutung adalah sebanyak 120 orang, dan perawat tersebut melakukan pekerjaannya selama 6 jam perhari tanpa ada waktu istirahat. Jadwal kerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung memakai sistem shift kerja yang terdiri dari 3 shift yaitu: shift pagi (pukul 08.00-14.00) Shift sore (pukul 14.00-20.00), dan shift malam (20.00-08.00). Hasil wawancara yang dilakukan terhadap beberapa perawat, bahwa perawat tersebut merasakan lelah dikarenakan jumlah

pasien setiap harinya rata-rata 70 orang dengan keluhan jenis penyakit yang berbeda.

Perawat dituntut untuk sigap, cepat, terampil, dan memiliki kecakapan dalam memberikan asuhan keperawatan. Tindakan asuhan keperawatan kepada pasien mulai dari pemberian dan pengawasan makan obat, memelihara kondisi pasien, mendengarkan keluhan pasien, dan pencatatan pelaporan keperawatan. Shift malam pada perawat juga menyebabkan mereka sering menguap, merasa lelah dan mengantuk, pekerjaan yang monoton dapat membuat perawat jenuh dan lelah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung.

### Metode

Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung pada bulan Oktober 2019 - Maret 2020. Populasi penelitian adalah perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung yang berjumlah sebanyak 92 orang perawat. Sampel penelitian adalah perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung berjumlah 92 orang, diperoleh menggunakan *total sampling* (Notoatmodjo, 2016). Pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan melakukan wawancara dengan menggunakan kuisioner dan penilaian kelelahan kerja dengan *subjective Self Rating Text* yang diambil dari *Industrial Fatigue Research Committee* (IFRC). Analisis univariat dan bivariat dengan uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *chi-square* dengan derajat kemaknaan ( $\alpha$ ) 0,05.

### Hasil

#### Distribusi Frekuensi Identitas Responden

Identitas responden dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin dan pendidikan terakhir yang dapat dilihat dalam Tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1. Distribusi frekuensi identitas responden perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung**

Identitas	Jumlah	Presentase %
<b>Umur</b>		
20 - 35	44	47,8
36 - 50	48	52,2
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	8	8,7
Perempuan	84	91,3
<b>Pendidikan</b>		
D-III	92	100

Sumber: Data Primer 2020

Berdasarkan tabel 1 di atas mayoritas responden berumur 36-50 tahun sebanyak 48 orang (52,2%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 84 orang (91,3 %) dan seluruh responden berpendidikan D-III yaitu sebanyak 92 orang (100 %).

**Tabel 2. Distribusi frekuensi masa kerja, shift kerja, beban kerja dan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung**

Umur	Jumlah	Presentase %
<b>Masa Kerja</b>		
>10 Tahun	56	60,9
<10 Tahun	36	39,1
<b>Shift Kerja</b>		
Pagi	45	48,9
Malam	47	51,1
<b>Beban Kerja</b>		
Mengalami	47	51,1
Tidak Mengalami	45	48,9
<b>Kelelahan Kerja</b>		
Ya	53	57,6
Tidak	39	42,4

Sumber: Data Primer 2020

Berdasarkan tabel diatas, dari 92 responden mayoritas berumur 36-50 tahun sebanyak 48 orang (52,2 %) dan minoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 44 orang (47,8 %). Berdasarkan tabel diatas, dari 92 responden mayoritas masa kerja >10 tahun yaitu sebanyak 56 orang (60,9%) dan minoritas masa kerja <10 tahun yaitu sebanyak 36 orang (39,1%). Berdasarkan tabel diatas, dari 92 responden mayoritas responden shift kerja pagi sebanyak 45 orang (48,9%) dan minoritas responden shift kerja malam sebanyak 47 orang (51,1%). Berdasarkan tabel diatas, dari 92 responden mayoritas yang mengalami beban kerja sebanyak 47 orang (51,1%) dan minoritas yang tidak mengalami beban kerja sebanyak 45 orang (48,9%). Berdasarkan tabel diatas, dari 92 responden mayoritas yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 53 orang (57,6%) dan minoritas

yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 39 orang (42,4%).

#### Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisa lebih lanjut yang digunakan untuk menganalisa terhadap variabel yang diduga mempunyai hubungan. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square* yang bertujuan untuk mengetahui apakah kedua variabel tersebut mempunyai hubungan. Hubungan Umur, Masa Kerja, Shift Kerja, Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung. Hubungan Umur, Masa Kerja, Shift Kerja, Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung dapat di lihat dari Tabel 3 dibawah ini

**Tabel 3. Hubungan Umur, Masa Kerja, Shift Kerja, Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung**

Variabel	Kelelahan Kerja				Total	P Value	
	Ya		Tidak				
Umur	n	%	n	%	n	%	
> 35 Tahun	34	70,8	14	29,2	48	52,2	0,004
< 35 Tahun	18	40,9	26	59,1	44	47,8	
<b>Masa Kerja</b>							0,001
> 10 Tahun	39	70,9	16	29,1	55	59,8	
< 10 Tahun	13	35,1	24	64,9	37	40,2	
<b>Shift Kerja</b>							0,00
Pagi	34	75,6	11	24,4	45	48,9	
Malam	18	38,3	29	61,7	47	51,1	
<b>Beban kerja</b>							0,00
Mengalami	40	85,1	7	14,9	47	51,1	
Tidak Mengalami	12	26,7	33	73,3	45	48,9	

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel diatas, dari 48 responden yang umurnya > 35 tahun mayoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 34 orang (70,8%) dan

minoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 14 orang (29,2%). Dari 44 responden yang umurnya <35 tahun mayoritas tidak mengalami

kelelahan kerja yaitu 26 orang (59,1%) dan minoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 18 orang (40,9%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p value* ( $0,004 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  di terima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja di Rumah Sakit Umum Tarutung. Berdasarkan tabel diatas, dari 55 responden yang masa kerjanya  $> 10$  tahun mayoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 39 orang (70,9%) dan minoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 16 orang (29,1%). Dari 37 responden yang masa kerjanya  $< 10$  tahun mayoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 24 orang (64,9%) dan minoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 13 orang (35,1%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p value* yang artinya ada hubungan yang signifikan ( $0,001 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  di terima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja di Rumah Sakit Umum Tarutung. Berdasarkan tabel diatas, dari 45 responden yang shift kerjanya Pagi mayoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 34 orang (75,6%) dan minoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 11 orang (24,4%). Dari 47 responden yang shift kerjanya Malam mayoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 29 orang (61,7%) dan minoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 18 orang (38,3%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p value* ( $0,00 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  di terima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja di Rumah Sakit Umum Tarutung. Berdasarkan tabel diatas, dari 47 responden yang mengalami beban kerja mayoritas mengalami kelelahan kerja yaitu 40 orang (85,1%) dan minoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 7 orang (14,9%). Dari 45 responden yang tidak mengalami beban kerja mayoritas tidak mengalami kelelahan kerja yaitu 33 orang (73,3%) dan minoritas mengalami

kelelahan kerja yaitu 12 orang (26,7%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p value* ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  di terima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja di Rumah Sakit Umum Tarutung.

## Pembahasan

### Hubungan Umur Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung 2020

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan *p value* ( $0,004 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyu Kusgiyanto dan Suroto (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja. Hasil uji statistic diperoleh *p value*  $0,008 < 0,05$  (Kusgiyanto et al., 2017). Berdasarkan hasil kuisioner oleh perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung Tahun 2020 diketahui bahwa pekerja yang umurnya  $> 35$  tahun dari 46 responden sebanyak 34 responden (73,9%) mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 12 responden (26,1%). Dari 44 responden yang umurnya  $< 35$  tahun sebanyak 26 responden (59,1%) tidak mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 18 responden (40,9%). Menurut asumsi peneliti pekerja yang berumur  $> 35$  tahun tidak mengalami kelelahan kerja karena walaupun umur pekerja diatas 35 tahun, mereka memiliki masa kerja yang tidak terlalu lama serta beban kerja yang tidak terlalu berat sehingga kelelahan kerja tidak terjadi dan pekerja yang berumur  $< 35$  tahun mengalami kelelahan kerja karena walaupun umur pekerjamasih rendah tetapi ia memiliki beban kerja yang tinggi selama bekerja.

### **Hubungan Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung 2020**

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square didapatkan p value ( $0,001 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh deivy tenggor, dkk (2019) Yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja. Hasil uji statistic diperoleh p value  $0,114 > 0,05$ , hal ini terjadi karena faktor lain seperti umur pekerja yang masih muda sehingga memiliki ketahanan fisik dan tubuh yang masih kuat (Tenggor et al., 2019).

Berdasarkan hasil kuisioner oleh perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung Tahun 2020 diketahui bahwa pekerja yang masa kerjanya  $>10$  tahun dari 54 responden sebanyak 39 responden (72,2%) mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 15 responden (27,8%). Dari 36 responden yang masa kerjanya  $<10$  tahun sebanyak 23 responden (63,9%) tidak mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 13 responden (36,1%). Menurut asumsi peneliti pekerja yang masa kerjanya  $>10$  tahun tidak mengalami kelelahan kerja karena walaupun masa kerjanya yang lama, mereka memiliki usia yang tidak terlalu tua serta beban kerja yang tidak terlalu berat sehingga kelelahan kerja tidak terjadi dan pekerja yang masa kerjanya  $<10$  tahun mengalami kelelahan kerja karena walaupun masa kerjanya masih rendah tetapi ia memiliki beban kerja yang tinggi selama bekerja.

### **Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung 2020**

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square didapatkan p value

( $0,00 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri Wiji Astuti, dkk (2017) Yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja. Hasil uji statistic diperoleh p value  $0,036 < 0,05$ , hal ini terjadi karena pekerja yang bekerja pada shift malam memiliki jam atau waktu kerja yang lebih lama yaitu 10 jam dan hanya mendapatkan tambahan makanan berupa mie instan dan kopi (Astuti et al., 2017).

Namun berbeda dengan hasil penelitian yang diungkapkan oleh Fatmawaty Mallapiang, dkk (2014) berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan, diperoleh ( $p=0,875$ ) hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara variabel shift kerja dengan kelelahan kerja, hal tersebut disebabkan karena pekerja memiliki waktu istirahat yang cukup karena pembagian shift kerja yang sudah di atur untuk setiap pekerja. Berdasarkan hasil kuisioner oleh perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung Tahun 2020 diketahui bahwa pekerja yang shift kerjanya pagi dari 45 responden sebanyak 34 responden (75,6%) mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 11 responden (24,4%). Dari 36 responden yang shift kerjanya sore sebanyak 27 responden (60,0%) tidak mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 18 responden (40,0%). Menurut asumsi peneliti pekerja yang shift kerjanya sore tidak mengalami kelelahan kerja karena walaupun shift kerjanya sore, mereka memiliki masa kerja yang masih rendah serta beban kerja yang tidak terlalu berat sehingga kelelahan kerja tidak terjadi dan pekerja yang shift kerjanya pagi mengalami kelelahan kerja karena walaupun shift kerjanya pagi tetapi ia memiliki beban kerja yang tinggi selama bekerja.

### Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Tarutung 2020

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji chi-square didapatkan p value ( $0,000 < 0,05$ ). Hal ini berarti  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara bebandengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusgiyanto dkk (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Hasil uji statistic diperoleh p value  $0,002 < 0,05$  (Kusgiyanto et al., 2017).

Berdasarkan hasil kuisisioner oleh perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung Tahun 2020 diketahui bahwa pekerja yang mengalami beban kerjadari 47 responden sebanyak 41 responden (87,2%) mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 6 responden (12,8%). Dari 43 responden yang tidak mengalami beban kerja sebanyak 32 responden (74,4%) tidak mengalami kelelahan kerja, sedangkan yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 11 responden (25,6%).

Menurut asumsi peneliti pekerja yang mengalami beban kerja tetapi tidak mengalami kelelahan kerja karena walaupun mengalami beban kerja, mereka memiliki umur yang tidak terlalu tua serta masa kerja yang tidak terlalu tinggi sehingga kelelahan kerja tidak terjadi dan pekerja yang tidak mengalami beban kerja tetapi mengalami kelelahan kerja karena walaupun tidak mengalami beban kerja, pekerja memiliki masa kerja yang tinggi.

### Kesimpulan

1. Ada hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung tahun 2020. Usia pekerja yang mayoritas lebih dari 35 tahun akan lebih cepat mebyebabkan kelelahan pada pekerja.

2. Ada hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung tahun 2020. Masa kerja yang lebih lama dan juga umur yang lebih tua menyebabkan perawat lebih rentan untuk mengalami kelelahan kerja.
3. Ada hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerjapada Perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung tahun 2020. Shift kerja pagi dengan jam istirahat yang kurang menyebabkan kelehan angka kelelahan kerja pada perawat sedangkan shift kerja sore sampai pagi akan memiliki waktu istirahat dikarenakan dimalam hari para pasien akan membutuhkan waktu untuk istirahat jadi perawat memiliki waktu istirahat yang lebih lama.
4. Ada hubungan Beban Kerja Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Tarutung tahun 2020. Beban kerja yang banyak pada perawat menyebabkan kelelahan kerja pada perawat.

### Saran

1. Bagi pekerja di rumah sakit dihimbau lebih lagi untuk memperhatikan waktu istirahat agar imun tubuh atau ketahanan tubuh atas beban kerja, shift kerja dan masa kerja bisa teratas dengan adanya istirahat yang cukup agar bisa menghasilkan tenaga kerja yang lebih produktif dalam bekerja serta mengatur waktu istirahat sebelum melakukan kerja shift malam yang lebih rentan terhadap kelelahan kerja.
2. Bagi instalasi atau Rumah Sakit agar memberi pelatihan tentang kelelahan kerja serta penyuluhan mengenai dampak dari kelelahan kerja pada pekerja rumah sakit, sehingga dapat menghasilkan pekerja yang handal dan menjadwalkan rotasi shift kerja setiap satu atau dua minggu sehingga ritme atau imun sirkadian tubuh tetap terjaga.
3. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk mengkaji lebih dalam tentang kelelahan pekerja dan dapat mengikut sertakan variabel-variabel lain yang masih

berhubungan dengan kelelahan pada pekerja rumah sakit yang masih belum di teliti oleh peneliti ini seperti ergonomi kerja.

#### Daftar Pustaka

- Astuti, F. W., Ekawati, & 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*, 5(5).
- Atiqoh, J., Wahyuni, I., & Lestanyo, D. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan di CV. Aneka Garment Gunungpati Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 2(2), 119–126.
- Departemen Tenaga Kerja, & Transmigrasi. (2004). *Data Kecelakaan Kerja di Indonesia*.
- Depkes R I. (2003). *Modul Pelatihan bagi Fasilitator Kesehatan Kerja*.
- Girsang, S. (2018). *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Horas Insani Pematangsiantar Tahun 2018*.
- Hariyono, W., Suryani, D., & Wulandari, Y. (2009). Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja Dan Tingkat Konflik Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Rumah Sakit Islam Yogyakarta Pdhi Kota Yogyakarta. *KES MAS*, 186–197.
- Kusgiyanto, W., Suroto, & Ekawati. (2017). Analisis Hubungan Beban Kerja Fisik, Masa Kerja, Usia, Dan Jenis Kelamin Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Pembuatan Kulit Lumpia Di Kelurahan Kranggan Kecamatan Semarang Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(5), 413–423.
- Listiyono, R. A. (2015). Studi Deskriptif Tentang Kualitas Pelayanan di Rumah Sakit Umum Dr. Wahidin Sudiro Husodo Kota Mojokerto Pasca Menjadi Rumah Sakit Tipe B. *Jurnal Kebijakan dan Manajemen Publik*, 1(1), 2–7.
- Markkanen, P. (2004). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Indonesia (Kertas Kerja 9 April 2004)*.
- Notoatmodjo, S. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- 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. *e-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 7(1).
- Tyagi, Shen, Shao, & Li. (2009). A novel auditory working-memory vigilance task for mental fatigue assment. *Safety Science*, 47, 967–972.