

Hubungan Karakteristik Perawat Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD Kota Tanjungpinang

Dame Maria Pakpahan

Universitas Awal Bros

Fitriany Suangga

Universitas Awal Bros

Rizki Sari Utami

Universitas Awal Bros

Alamat: Jl. Abulyatama, Kelurahan Belian, Kecamatan Batam Kota

Korespondensi penulis: Utamisari0784@gmail.com

Abstract. *A nurse is someone who works and provides excellent and quality service 24 hours a day, so a nurse must be in good physical condition. The condition of the body which should be in the rest phase must be conditioned on working conditions which can result in work stress and end in work fatigue. Work fatigue is a tired condition felt by a person which is also characterized by a decrease in work productivity. Workload is the volume of work of nurses in a hospital unit. This study aims to determine the relationship between nurse characteristics and workload with work fatigue in inpatient rooms at the Tanjungpinang City Regional Hospital. The design of this research is cross sectional. The sample in this study was 86 patients treated at the Tanjungpinang City Regional Hospital using a total sampling technique and the data were analyzed using the chi square test. The results show that there is a relationship between workload and the level of fatigue in inpatient nurses at Tanjungpinang City Regional Hospital with a p value of 0.000. It is recommended that nurses should carry out Benson therapy after providing nursing care so that the level of fatigue can be reduced, understand the work and duties of nursing so that nurses can carry out their duties according to applicable regulations, and make the best use of rest time.*

Keywords: *Workload, Work Fatigue, Nurses*

Abstrak. Perawat adalah seseorang yang bekerja dan memberikan pelayanan prima dan berkualitas selama 24 jam menjadikan seorang perawat harus berada pada kondisi tubuh yang baik. Kondisi tubuh yang seharusnya pada fase istirahat harus dikondisikan pada kondisi kerja yang mana dapat mengakibatkan stress kerja dan berakhir dengan kelelahan kerja. Kelelahan kerja adalah kondisi lelah yang dirasakan oleh seseorang yang juga ditandai dengan adanya tingkat penurunan produktifitas kerja. Beban kerja adalah volume kerja perawat di sebuah unit rumah sakit. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan karakteristik perawat dan beban kerja dengan kelelahan kerja ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang. Rancangan penelitian ini adalah cross sectional. Sampel dalam penelitian ini pasien yang dirawat di RSUD Kota Tanjungpinang berjumlah 86 orang dengan teknik total sampling dan data dianalisa menggunakan uji chi square. Hasil diketahui ada hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang dengan p value 0.000. Disarankan kepada perawat agar sebaiknya melakukan terapi benson setelah melakukan asuhan perawatan agar tingkat kelelahan dapat berkurang, memahami kerja dan tugas-tugas keperawatan agar perawat dapat menjalankan tugas sesuai ketentuan yang berlaku, dan memanfaatkan waktu istirahat dengan sebaik-baiknya.

Kata kunci: Beban Kerja, Kelelahan kerja, Perawat

LATAR BELAKANG

Rumah Sakit merupakan Institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat. Rumah sakit juga merupakan sarana pelayanan kesehatan yang beroperasi selama 24 jam dimana salah satu yang memberikan pelayanan kesehatan adalah pelayanan keperawatan (Peraturan Menteri Kesehatan No. 4 Tahun 2018).

Pelayanan keperawatan merupakan salah satu bentuk pelayanan profesional yang mempunyai risiko kecelakaan akibat kerja yang tinggi. Sedangkan definisi perawat adalah seorang yang telah lulus Pendidikan tinggi keperawatan, baik di dalam maupun luar negeri yang diakui pemerintah sesuai dengan ketentuan (Undang-Undang Republik Indonesia No.44, 2019). International Labour Organization menyatakan dalam Internasional Hazard Datasheets 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 (Sihombing et al., 2021).

Bekerja sebagai perawat yang dituntut memberikan pelayanan prima dan berkualitas selama 24 jam menjadikan seorang perawat harus berada pada kondisi tubuh yang baik. Hal ini berlaku pula pada waktu-waktu yang termasuk pada jam istirahat. Kondisi tubuh yang seharusnya pada fase istirahat harus dikondisikan pada kondisi kerja yang mana dapat menggeser jam alami tubuh yang dapat mengakibatkan stres kerja dan berakhir dengan kelelahan kerja salah satunya perawat bekerja dibagian ruang inap (Rahmayani et al., 2022).

Salah satus sumber daya yang berperan penting dalam berlangsungnya pelayanan di rumah sakit adalah perawat. Sebagai seorang perawat mereka di tuntutan untuk bertanggung jawab bukan hanya kepada satu individu tetapi juga pengasuh dari pihak keluarga pasien, dan komunitas (Maharja, 2019). Setiap perawat juga harus memiliki kemampuan yang sama dalam merawat dan konsentrasi yang tinggi dalam semua aspek perawatan perioperative, sehingga setiap pasien mendapatkan perawatan yang baik dari setiap perawat. Akibat tingginya beban kerja pada perawat mengakibatkan perawat mengalami gangguan kesehatan seperti contohnya kelelahan (Ferusgel et al., 2022).

Kelelahan kerja adalah kondisi lelah yang dirasakan oleh seseorang yang juga ditandai dengan adanya tingkat penurunan produktifitas kerja. Kelelahan kerja merupakan segala hal keluhan yang bukan hanya menyangkut pada kelelahan fisik dan psikis saja, melainkan juga

adanya penurunan kerja fisik, motivasi yang menurun dalam bekerja, serta terdapat perasaan lelah lainnya (Alfiah et al., 2022).

Beban kerja adalah volume kerja perawat di sebuah unit rumah sakit. Sedangkan volume kerja perawat merupakan waktu yang dibutuhkan untuk menangani pasien per hari. Faktor-faktor penting penyebab terjadinya kelelahan selama bekerja dan beraktivitas dapat diidentifikasi melalui pendekatan secara subjektif. Salah satunya yaitu melalui kuesioner Fatigue Assessment Scale (FAS). Fatigue Assessment Scale (FAS) adalah kuesioner kelelahan kerja yang dikembangkan oleh Michielsen et al. (2019), yang berisi 10 butir pertanyaan untuk mengungkapkan kelelahan kerja subjektif berupa refleksi kelelahan kerja fisik dan mental serta implikasinya terhadap motivasi dalam melaksanakan aktivitas. Kuesioner Fatigue Assessment Scale (FAS) dinyatakan memiliki reliabilitas yang tinggi untuk mengukur kelelahan pada perawat (Ramadhan, 2019)

Bentuk pengukuran multidimensional ini dikembangkan agar dapat diaplikasikan dan beradaptasi pada berbagai kondisi kerja dengan identifikasi kelelahan secara lebih mendetail (Yuliani et al., 2018). Kelelahan kerja dapat menyebabkan menurunnya kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja serta terjadinya kecelakaan kerja dalam industri. Pembebanan otot secara statis (*static muscular loading*) jika dipertahankan dalam waktu yang cukup lama akan mengakibatkan RSI (*Repetition Strain Injuries*), yaitu nyeri otot, tulang, tendon, dan lain-lain yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat berulang (*repetitive*). Meningkatnya karakteristik kelelahan kerja tergantung dari semakin lamanya pekerjaan yang dilakukan.

KAJIAN TEORITIS

Dalam hal lama bekerja 4 perawat tersebut merasa kelelahan karena mengalami penurunan motivasi kerja dan performa kerja kurang diapresiasi. Berkaitan dengan waktu kerja tersebut juga mempengaruhi kelelahan perawat salah satunya banyaknya pasien, ditambah lagi dengan kondisi pengisian berkas status pasien rawat masuk ruang inap dan tindakan yang belum terselesaikan dan juga penghitungan perincian administrasi biaya rawat pasien juga di kerjakan oleh perawat

Dampak perawat jika terjadi kelelahan mengakibatkan penurunan produktivitas kerja dan hal ini berkaitan pada penurunan perhatian, perlambatan dan hambatan persepsi, perlambatan dan sukar berfikir, penurunan kemauan atau dorongan untuk bekerja, serta menurunnya efisiensi dan kegaitan fisik serta mental yang mengakibatkan kecelakaan kerja. Beberapa dampak kelelahan kerja antara lain tingginya kecelakaan kerja di rumah sakit seperti penyakit

low back pain (LBP), nyeri persendian dan lainnya, serta menurunkan kualitas patient safety yang berdampak pada pelayanan kesehatan (Chandra, 2019).

Hasil penelitian Haryono (2020) melakukan penelitian tentang hubungan antara beban kerja, stress kerja, dan tingkat konflik dengan kelelahan kerja perawat di Rumah sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta tahun 2019, bahwa sebagian besar perawat merasa lelah dengan frekuensi 55,77% perawat, 61,54% perawat mempunyai tingkat konflik yang sedang, 82,70% perawat mempunyai tingkat konflik yang berat.

Berdasarkan data dari bagian kepegawaian RSUD Kota Tanjungpinang didapatkan jumlah petugas kesehatan yang berijazah lulusan keperawatan adalah sebanyak 86 orang. Ruang rawat inap RSUD Kota Tanjungpinang terdiri dari 6 ruang rawat inap yaitu ruang rawat inap bedah (Bougenville), ruang rawat inap penyakit dalam (Dahlia), ruang rawat inap anak (Flamboyant), ruang VIP (Mawar), Isolasi Covid (Teratai), dan ruang kebidanan (Cempaka). Berdasarkan data tahun 2022-2023 menunjukkan kecenderungan fluktuatif, Bed Occupancy Rate (BOR) tertinggi terjadi pada tahun 2023 di bulan April-Mei sekitar 55-65%.

Fenomena yang terjadi pada perawat ruangan inap yang bekerja per shift, banyaknya jumlah pasien, banyaknya tindakan dimulai dari observasi tanda- tanda vital, pemberian obat injeksi, pelaporan pasien ke dokter melalui via telepon atau whatsapp dan observasi per jam pasien yang terminasi dapat menyebabkan kelelahan, yang mana dapat mempengaruhi kinerja perawat secara negatif. Studi lain pun mengatakan hal ini tidak hanya dapat berdampak pada kinerja perawat, tetapi juga pada keselamatan perawat tersebut dan juga pasien.

Sedangkan dalam hal lama bekerja 4 perawat tersebut merasa kelelahan karena mengalami penurunan motivasi kerja dan performa kerja kurang diapresiasi. Berkaitan dengan waktu kerja tersebut juga mempengaruhi kelelahan perawat salah satunya banyaknya pasien, ditambah lagi dengan kondisi pengisian berkas status pasien rawat masuk ruang inap dan tindakan yang belum terselesaikan dan juga penghitungan perincian administrasi biaya rawat pasien juga di kerjakan oleh perawat

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian cross sectional adalah penelitian di mana variabel independen dan variabel dependen dinilai hanya satu kali pada suatu saat. Sampel berjumlah 86 perawat dengan teknik pengambilan sampel accidental sampling. Teknik analisa data menggunakan uji *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas perawat 69 responden (80.2%) yang bertugas di ruang rawat inap RSUD Kota Tanjungpinang mengalami tingkat beban kerja sedang. Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa usia perawat ruang inap yang berusia >36 tahun sebanyak 59 responden (68.6%). Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa status pernikahan perawat ruang inap yang sudah menikah sebanyak 70 responden (81.4%). Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa durasi kerja perawat ruang inap tidak lebih dari 40 lebih dan kurang dari 40 jam sebanyak 43 (50%). Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa tingkat kelelahan kerja perawat ruang inap berat sebanyak 53 responden (61.6%).

Berdasarkan Tabel 4.6 hasil penelitian menunjukkan bahwa 14 yang mengalami beban kerja berat 5 responden (38,5%) mengalami kelelahan sedang dan masing-masing 4 responden (30,8%) yang mengalami kelelahan kerja ringan dan berat. Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan Pvalue sebesar 0,000 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermaknan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023.

Berdasarkan Tabel 4.7 hasil penelitian menunjukkan terdapat 27 responden yang berada pada rentang usia 23-35, 24 (88,9%) mengalami tingkat kelelahan kerja berat, 2 (7,4%) mengalami tingkat kelelahan sedang, dan 1 (3,7%) mengalami tingkat kelelahan ringan. Sedangkan 59 responden yang berada pada rentang usia 35 tahun, 29 (49,2%) mengalami kelelahan kerja berat, 26 (44,1%) mengalami tingkat kelelahan sedang, dan 4 (6,8%) mengalami tingkat kelelahan ringan. Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan Pvalue sebesar 0,002 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermaknan antara usia dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023. Ha ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antara usia dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap.

Berdasarkan Tabel 4.8 hasil penelitian menunjukkan bahwa 70 responden yang sudah menikah 47 (67,1%) mengalami tingkat kelelahan kerja berat, 18 (25,7%) mengalami tingkat kelelahan kerja sedang dan 5 (7,1%) mengalami tingkat kelelahan ringan. 13 responden yang tidak menikah 3 (23,1%) mengalami tingkat kelelahan berat, 10 ((76,9%) mengalami tingkat kelelahan sedang dan 0 yang mengalami tingkat kelelahan ringan. Sedangkan 3 responden dengan status janda/duda 3 (100%) mengalami kelelahan kerja berat dan masing-masing 0 mengalami tingkat kelelahan sedang ringan. Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan P value sebesar 0,004 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat tidak ada hubungan yang bermaknan antara status pernikahan dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di

RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023. H0 ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antara status pernikahan dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap.

A. Distribusi frekuensi tingkat beban kerja perawat di ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa tingkat beban kerja sedang sebanyak 69 responden (80.2%). Beban kerja disebabkan setiap perawat memiliki aktivitas kerja yang berbeda satu sama lain. Aktivitas perawat pada satu waktu terkadang berbeda disebabkan karena beban tugas yang sangat bervariasi dan juga dipengaruhi oleh jumlah pasien yang berkunjung. Menurut Pada et al (2019), yang menyatakan beban kerja merupakan suatu tanggungan yang diperoleh dari aktivitas kerja yang dilakukan seseorang. Beban kerja dapat dikategorikan menjadi beban kerja fisik dan beban kerja mental. Beban kerja yang berat akan mempengaruhi kelelahan perawat, dimana jika pekerjaan yang harus diselesaikannya begitu banyak maka memerlukan waktu dan tenaga yang cukup banyak juga untuk menyelesaikannya, dengan demikian akan membuat seseorang merasakan kelelahan dalam melakukan pekerjaan. Berdasarkan hasil penelitian saat peneliti menyebarkan kuesioner perawat mengisi kuesioner dan peneliti menemukan beban kerja berat 4 responden. Hal ini ditemukan 4 responden perawat pelaksana dengan masa kerja ada yang 5 tahun, 5 tahun dan 7 tahun, yang beridnas dina ruangan rawat inap mengisi kuesioner pernyataan setiap saat dihadapkan pada keputusan yang tepat, tanggung jawab dalam melaksanakan perawatan klien, setiap saat menghadapi klien dengan karakteristik, tugas pemberian obat-obatan yang diberikan secara intensif dan tindakan penyelamatan pasien dengan nilai 1 yaitu kerja berat. Beban kerja perawat diperhitungkan dengan jumlah pasien atau hari pasien yang membutuhkan asuhan keperawatan pada unit, rasio perawat pasien. Pengelolaan ketenagaan perawat berarti jumlah perawat, kualifikasi perawat yang sesuai untuk memenuhi persyaratan beban kerja perawat. Beban kerja perawat mengacu pada sejumlah layanan keperawatan, sedangkan kepegawaian perawat berkaitan dengan perencanaan dan penganggaran.

Hasil penelitian ini didukung oleh Risa (2020), yang menyebutkan beban kerja dirasakan meningkat bila ada berapa perawat tidak masuk kerja seperti ijin belajar atau tugas belajar. Selain itu, beban kerja juga terasa berat karena tanggung jawab terhadap pasien rawat inap selama jam shift perawat bekerja. Berdasarkan hasil Penelitian, peneliti bahwa beban kerja yang berat akan mempengaruhi kelelahan perawat juga, dimana jika pekerjaan yang harus diselesaikannya begitu banyak maka memerlukan waktu dan tenaga yang cukup banyak juga untuk menyelesaikannya, dengan demikian akan membuat seseorang merasakan kelelahan

dalam melakukan pekerjaan. Namun terdapat juga responden yang memiliki beban kerja ringan tetapi mengalami kelelahan, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor misalnya usia, beberapa responden telah berusia >35 tahun usia sangat berkaitan dengan kinerja karena pada usia yang meningkat akan terjadi penurunan kemampuan organ, tubuh memerlukan energi yang lebih sehingga denyut nadi semakin meningkat dan membutuhkan waktu istirahat yang lebih, faktor lainnya seperti asupan energi dalam tubuhnya kurang baik sehingga responden mudah mengalami kelelahan. Peneliti berpendapat beban kerja pada perawat di ruang rawat inap adalah mengharuskan perawat tetap ada di sisi pasien selama 24 jam untuk melakukan berbagai hal yang berkaitan dengan perawatan pasien, seperti pelayanan yang diberikan dalam keadaan sakit dengan kategori self care, intermediate care dan intensive care. Beban kerja merupakan sekumpulan atau sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi dalam waktu yang ditentukan. Banyaknya tugas dan tanggung jawab yang diberikan kepada seorang perawat menyebabkan hasil yang dicapai menjadi kurang maksimal karena perawat hanya mempunyai waktu yang sedikit untuk menyelesaikan banyak tugas. Apabila hal ini sering terjadi, maka akan berdampak pada kinerja perawat itu sendiri

B. Distribusi frekuensi usia perawat di ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa usia perawat ruang inap yang berusia >36 tahun sebanyak 59 responden (68.6%). usia seseorang akan mempengaruhi kondisi tubuhnya, seseorang yang berusia muda akan sanggup melakukan pekerjaan berat dan sebaliknya jika seseorang berusia lanjut maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun, pekerja yang telah berusia lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak bergerak tidak gesit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya. Hasil penelitian ini didukung oleh Supriyono (2021), yang menyebutkan pada usia >36 tahun keatas jaringan otot akan mengerut dan digantikan jaringan ikat. Pengerutan otot mengakibatkan daya elastisitas otot berkurang yang menyebabkan semakin bertambahnya ketidakmampuan tubuh dalam berbagai hal. Pada kategori usia 36-40 tahun masih termasuk dalam usia produktif, namun dalam hal kelelahan, baik fisik maupun kelelahan mental, dalam kategori usia tersebut kapasitas kerja seseorang mulai berkurang sampai 80%-60% dibandingkan dengan kapasitas kerja seseorang yang berusia 25 tahun. Memasuki usia 40, pekerja cenderung mengalami kelelahan kerja berat, hal ini dapat dikarenakan pada usia yang meningkat akan diikuti dengan proses degenerasi dari fungsi organ sehingga kemampuan organ akan menurun, menyebabkan tenaga kerja akan semakin mudah mengalami kelelahan.

Menurut peneliti 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

Hasil penelitian ini sejalan menurut Suhardiningsih (2022), menyatakan usia berpengaruh terhadap kemampuan mengatasi masalah dalam pekerjaan yang berpengaruh terhadap kelelahan kerja seperti yang dikemukakan oleh Maslach mengatakan usia dewasa pertengahan memiliki kemungkinan mengalami kelelahan kerja lebih dari pada usia di bawah 30 tahun, yang mempunyai pengalaman pekerjaan yang relatif sedikit. Hasil penelitian terkait Christian (2023), menyebutkan semakin tua usia pekerja maka akan matang kondisi kesehatan mentalnya dan kemungkinan kelelahan kerja yang dialami akan kecil. Kelelahan kerja dapat timbul dikarenakan beban kerja yang berlebih di tempat kerja, kesulitan dan ketegangan emosional yang mengganggu kinerja seseorang. Beban kerja sebaiknya sebanding dengan keterampilan yang dimiliki. Beban yang terlalu rendah ataupun tinggi, mengakibatkan produktivitas kerja rendah. Kelelahan kerja yang dialami perawat di rumah sakit akan mempengaruhi kualitas layanan yang diberikan. Kelelahan yang dialami perawat dan ketidakmampuan penanganannya, dapat mengakibatkan tindakan yang salah dalam merawat, tidak peduli dan mengancam keselamatan pasien.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan berumur 23-35 tahun sebanyak 27 responden (31,4%). Sesuai dengan penelitian Arif (2020), menyatakan usia seseorang akan mempengaruhi kondisi tubuhnya, seseorang yang berusia muda akan sanggup melakukan pekerjaan berat dan sebaliknya jika seseorang berusia lanjut maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun, pekerja yang telah berusia lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak bergerak tidak gesit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya

C. Distribusi frekuensi status pernikahan perawat di ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa status pernikahan perawat ruang inap yang sudah menikah sebanyak 70 responden (81.4%). Menurut teori Ismail (2023), menyebutkan pernikahan menyebabkan peningkatan tanggung jawab yang dapat membuat pekerjaan lebih

berharga dan penting. Seseorang yang sudah menikah akan mengalami kelelahan kerja karena saat sampai di rumah waktu istirahat digunakan untuk mengurus keluarga.

Hasil penelitian ini didukung oleh Saptaputra (2021), yang menyebutkan status pernikahan juga merupakan salah satu kebutuhan dari individu, sehingga akan menjadi predikat baik untuk individu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Seorang yang sudah menikah akan cenderung memiliki kepuasan hidup yang baik dan akan mempengaruhi kualitas hidup. Hal tersebut dikarenakan setelah menikah maka akan terjadi pembagian peran dengan pasangan, pekerjaan rumah cenderung akan menurun seiring kerjasama dengan pasangan. Sehingga fokus kepada pekerjaan akan lebih maksimal.

Menurut analisa peneliti pernikahan menyebabkan meningkatnya tanggung jawab yang dapat membuat pekerjaan tetap lebih berharga dan penting. Seseorang yang sudah menikah memiliki tugas-tugas seperti belajar hidup dengan pengalaman perkawinan, mulai hidup berkeluarga, memelihara anak, mengatur rumah tangga. Sehingga seseorang yang sudah menikah akan mengalami kelelahan kerja akibat peran sebagai perawat dan peran sebagai istri/ibu dirumah. Hasil penelitian terkait Menurut Astuti (2017), menyatakan bahwa seseorang yang sudah menikah dan berkeluarga akan lebih mudah dan cepat mengalami kelelahan akibat bekerja daripada yang belum menikah karena waktunya yang seharusnya digunakan untuk istirahat namun digunakan untuk melayani keluarganya.

D. Distribusi frekuensi durasi kerja perawat di ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa durasi kerja perawat ruang inap yang bekerja lebih dari 40 jam sebanyak 43 responden dan yang bekerja kurang dari 40 jam 43 responden (50%). Jam kerja yang berlebihan dan jam kerja lembur di luar batas kemampuan pekerja dapat mempercepat timbulnya kelelahan, menurunkan ketepatan, kecermatan serta ketelitian kerja. Menurut analisa peneliti dengan pekerjaan yang lebih dari 40 jam maupun kurang dari 40 jam tergantung dari tindakan ke pasien, jumlahnya pasien dan beban kerja lainnya. Jam kerja yang berlebihan dan jam kerja lembur di luar batas kemampuan pekerja dapat mempercepat timbulnya kelelahan, menurunkan ketepatan, kecermatan serta ketelitian kerja. Menurut teori Liarucha et al (2019), bekerja sebagai perawat yang dituntut memberikan pelayanan prima dan berkualitas selama 24 jam menjadikan seorang perawat harus berada pada kondisi tubuh yang baik. Menurut teori Liarucha et al (2019), bekerja sebagai perawat yang dituntut memberikan pelayanan prima dan berkualitas selama 24 jam menjadikan seorang perawat harus berada pada kondisi tubuh yang baik. Hal ini berlaku pula pada waktu-waktu yang termasuk pada jam istirahat. Kondisi tubuh yang seharusnya pada fase istirahat harus dikondisikan pada kondisi

kerja yang mana dapat menggeser jam alami tubuh yang dapat mengakibatkan stres kerja dan berakhir dengan kelelahan kerja. Kelelahan kerja dapat berdampak negatif pada kesiapsiagaan, kewaspadaan, konsentrasi, pengambilan keputusan, suasana hati, dan kinerja perawat.

Hasil penelitian Supriyono (2021), yang menyebutkan faktor kedua yang berhubungan dengan masalah kelelahan kerja yaitu lamanya waktu bekerja/jam kerja. Indonesia telah menetapkan lamanya waktu seseorang bekerja sehari maksimum yaitu 8 jam kerja dan diperlukan juga waktu istirahat untuk pekerja. Memperpanjang waktu kerja lebih dari itu hanya akan menurunkan efisiensi kerja, meningkatkan kelelahan, kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Menurut Depnaker (2021), Di Indonesia, peraturan ketenagakerjaan tentang jam kerja karyawan telah diatur dalam UU No 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan dan juga PP No.35 Tahun 2021 yang merupakan bagian dari UU Cipta Kerja. Baik UU Ketenagakerjaan maupun UU Cipta Kerja, keduanya sama-sama menetapkan dua jenis aturan jam kerja karyawan sesuai Depnaker yang bisa digunakan oleh perusahaan di antaranya: 7 jam dalam sehari atau 40 jam dalam satu minggu untuk 6 hari kerja dengan 1 hari istirahat dalam 1 minggu dan 8 jam dalam sehari atau 40 jam dalam satu minggu untuk 5 hari kerja dengan 2 hari istirahat dalam 1 minggu. Hasil penelitian ini didukung oleh Kodrat (2019), yang menyebutkan pelaksanaan durasi kerja yang tidak baik menimbulkan kelelahan kerja yang harus dikendalikan sebaik mungkin mengingat kelelahan dapat menimbulkan kecelakaan kerja. Penyebab kelelahan kerja antara lain : pengaturan shift kerja yang terlalu panjang dan tidak tepat, intensitas dan durasi suatu pekerja dilaksanakan yang terlalu tinggi, lingkungan kerja yang tidak nyaman.

Menurut peneliti beranggapan durasi kerja dapat mempengaruhi kelelahan kerja. Sejalan dengan penelitian Safari (2020), yang menyebutkan ada beberapa faktor penghambat dalam suatu pekerjaan sehingga meningkatkan beban kerja dalam suatu pekerjaan yaitu pengetahuan, keterampilan dan pengalaman dalam bekerja. Semakin durasi kerja seseorang bekerja dalam bidangnya maka semakin cekatan seseorang dengan pekerjaannya

E. Distribusi frekuensi tingkat kelelahan kerja perawat di ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa tingkat kelelahan kerja perawat ruang inap sedang sebanyak 53 responden (61.6%). Kelelahan merupakan penurunan sementara atau ketidakmampuan, kurangnya keinginan dalam menanggapi suatu kondisi atau situasi dikarenakan aktivitas mental dan fisik yang berlebih. Menurut analisa peneliti Kelelahan kerja disebabkan oleh banyak faktor yang dapat berasal dari internal pekerja seperti usia, sttaus

pernikahan, dan durasi kerja. Menurut teori Haryono (2019), yang menyebutkan tenaga kerja akan beradaptasi dengan pekerja dan lingkungannya, meningkatnya keterampilan kerja akan membuat tubuh manusia semakin efisien dalam mengerjakan tugasnya sehingga beban kerja akan berkurang dan timbulnya kelelahan juga akan berkurang. Hal ini dapat disebabkan karena sifat keprofesional atau adaptasi diri seseorang untuk menghadapi situasi dan kondisi tempat dimana mereka bekerja. Hal tersebut juga didukung dengan lingkungan kerja yang nyaman baik dari segi tempat kerja dan teman-teman kerja yang menyenangkan, sehingga perawat tidak merasa jenuh menjalani pekerjaannya sehari-hari. Menurut teori Rahman (2020), yang menyebutkan 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, kurangnya perhatian dan ketidaktepatan dalam melaksanakan pekerjaan.

Hasil penelitian oleh Rahmiwati (2020), yang menyebutkan kelelahan kerja menggambarkan seluruh respon tubuh terhadap aktivitas yang dilakukan dan paparan yang diterima selama bekerja. Ketika tubuh melakukan aktivitas selama bekerja, tubuh akan rentan mengalami kelelahan. Tubuh yang mengalami kelelahan akan muncul gejala seperti sering menguap, haus, rasa mengantuk, dan susah berkonsentrasi. Ada tiga indikasi terjadinya kelelahan kerja yaitu pelemahan aktivitas, pelemahan motivasi kerja dan kelelahan fisik. Ketiga indikasi tersebut merupakan gejala yang dapat diamati untuk mengetahui kelelahan kerja.

Menurut peneliti profesi perawat banyak dibutuhkan dan diusahakan kualitas profesinya. Profesi perawat sangat berbeda dengan profesi pekerjaan lain sebab perawat menjadi sarana untuk memenuhi kebutuhan pasien. Pekerja pelayanan kesehatan dihadapkan pada manusia bukan benda mati sehingga menuntut adanya pencurahan emosional yang tinggi. Setiap perawat juga harus memiliki kemampuan yang sama dalam merawat setiap pasien dengan penyakit yang berbeda-beda, sehingga setiap pasien mendapatkan perawatan yang baik dari setiap perawat. Akibat tingginya beban kerja pada perawat mengakibatkan perawat mengalami gangguan kesehatan seperti contohnya kelelahan. Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner ditemukan rata-rata perawat menjadwan pernyataan 2 dengan pernyataan saya mudah merasa lelah, 3 dengan pernyataan saya tidak banyak melakukan kegiatan di siang hari, 4 dengan pernyataan saya merasa cukup energi untuk melakukan aktivitas dan 9 dengan pernyataan secara mental saya lelah rata-rata pernyataan tersebut dirasakan secara teratur bagi perawat. Jadi, dapat disimpulkan bahwa rata-rata perawat mengalami kelelahan kerja baik dari segi fisik maupun psikis yang terjadi tiap-tiap ruangan. Sesuai dengan penelitian Mulyani (2019), yang

menyebutkan penyebab kelelahan kerja dapat dikarenakan faktor fisik antara lain salah satunya melakukan aktivitas yang berlebihan dan faktor psikologis mental dan status kesehatan

F. Hubungan Beban Kerja, Dengan Tingkat Kelelahan Pada Perawat

Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan Pvalue sebesar 0,00 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermaknan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 14 responden yang mengalami beban kerja berat dengan tingkat kelelahan berat 4 responden (30.8%), 68 responden yang mengalami beban kerja sedang dengan tingkat kelelahan kerja berat dialami 45 responden (65.2%). Hasil penelitian ini didukung oleh Tarwaka (2020), bahwa kelelahan kerja yaitu: motivasi kerja menurun, performansi rendah, kualitas kerja rendah, banyak terjadi kesalahan, produktivitas kerja rendah, stress akibat kerja, penyakit akibat kerja, cedera, dan terjadi kecelakaan kerja. Sedangkan menurut Setyawati (2019), bahwa dampak dari kelelahan kerja adalah prestasi kerja menurun, badan terasa tidak enak, semangat kerja menurun, dan menurunkan produktivitas kerja.

Menurut teori Budiono (2020), yang menyebutkan di dalam proses kerja, banyaknya faktor-faktor yang dapat menjadi pencetus timbulnya kelelahan kerja, faktor-faktor penyebab tersebut antara lain intensitas dan lamanya kerja, status kesehatan, dan beban kerja. Menurut peneliti dari hasil penelitian ada 14 responden yang mengalami kelelahan kerja berat dengan beban kerja berat. Hal tersebut dikarenakan beban kerja merupakan suatu tanggung jawab yang diemban perawat dalam melaksanakan tugas. Setiap pekerjaan merupakan beban bagi pelakunya. Beban yang dimaksud fisik, mental atau sosial. Seorang tenaga kerja memiliki kemampuan tersendiri dalam hubungan dengan beban kerja diantara mereka ada yang lebih cocok untuk beban fisik mental ataupun sosial. Responden dengan beban kerja ringan yang mengalami kelelahan kerja tinggi dapat dipengaruhi oleh faktor umur. Sebaliknya responden dengan beban kerja yang berat tapi mengalami kelelahan kelelahan kerja ringan dapat dipengaruhi oleh faktor umur yang masih muda sehingga memiliki ketahanan fisik yang masih baik serta faktor asupan energi yang memenuhi sebelum melakukan aktivitas pekerjaan.

Hal ini berlaku pula pada waktu-waktu yang termasuk pada jam istirahat. Kondisi tubuh yang seharusnya pada fase istirahat harus dikondisikan pada kondisi kerja yang mana dapat menggeser jam alami tubuh yang dapat mengakibatkan stres kerja dan berakhir dengan

kelelahan kerja. Kelelahan kerja dapat berdampak negatif pada kesiap-siagaan, kewaspadaan, konsentrasi, pengambilan keputusan, suasana hati, dan kinerja perawat

Menurut 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. Berdasarkan hasil Penelitian, bahwa beban kerja yang berat akan mempengaruhi kelelahan perawat juga, dimana jika pekerjaan yang harus diselesaikannya begitu banyak maka memerlukan waktu dan tenaga yang cukup banyak juga untuk menyelesaikannya, dengan demikian akan membuat seseorang merasakan kelelahan dalam melakukan pekerjaan.

G. Hubungan Usia Dengan Tingkat Kelelahan Pada Perawat

Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan p value sebesar 0,004 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermaknan antara usia dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 32 responden yang berusia 23-35 tahun mengalami tingkat kelelahan kerja berat sebanyak 30 responden (93.8%) sedangkan 54 responden yang berusia >35 tahun mengalami tingkat kelelahan berat sebanyak 37 responden (68.5%). Menurut penelitian Sumamur (2020), yang menyebutkan seseorang yang berumur muda sanggup melakukan pekerjaan berat, dan sebaiknya jika seseorang sudah berumur lanjut maka kemampuannya untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun. Pekerja yang berumur lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak dapat bergerak dengan leluasa ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kerjanya. Dari hasil penelitian diatas, dapat kita ambil kesimpulan bahwa faktor umur berhubungan dengan kelelahan kerja, semakin tua umur seseorang maka akan menurun pulak kekuatan fisik yang mereka miliki. Umur tua akan mempengaruhi ketahanan fisik seseorang dalam melakukan pekerjaan. Semakin tua umur seseorang maka kemampuan fisiknya juga akan menurun ditambah lagi asupan energi yang tidak memenuhi sehingga menambah risiko terjadinya kelelahan kerja.

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

H. Hubungan Status Pernikahan Dengan Tingkat Kelelahan Pada Perawat

Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan Pvalue sebesar 0,002 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat ada hubungan yang bermaknan antara status pernikahan dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 27 responden yang berusia 23-35 tahun dengan tingkat kelelahan berat 24 responden (88.9%) sedangkan 59 responden yang berusia >35 tahun dengan tingkat kelelahan berat 29 responden (49.2%). Hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan pernikahan menyebabkan peningkatan tanggung jawab yang dapat membuat pekerjaan lebih berharga dan penting. Seseorang yang sudah menikah akan mengalami kelelahan kerja karena saat sampai di rumah waktu istirahat digunakan untuk mengurus keluarga. Perawat yang sudah menikah mengalami tingkat kelelahan kerja lebih tinggi daripada yang belum menikah. Perawat yang sudah menikah memiliki tanggung jawab yang lebih besar dalam mengasuh dan membesarkan anak-anaknya akan mempengaruhi pekerjaan sehingga akhir shift perawat akan lebih mudah merasa kelelahan.

Sejalan dengan penelitian Zhan et al (2020), menunjukkan bahwa ada hubungan signifikan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja perawat. Hasil Penelitian lain Dhecasa et al (2021), menemukan bahwa perawat yang sudah menikah berpeluang lebih besar mengalami kelelahan kerja daripada yang belum menikah.

I. Hubungan Durasi Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Pada Perawat

Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan P value sebesar 0,000 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermaknan antara durasi kerja dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap di RSUD Kota Tanjungpinang Tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 43 responden yang dengan durasi kerja <40 jam yang mengalami tingkat kelelahan berat sebanyak 17 responden (39.5%) sedangkan 43 responden dengan durasi kerja >40 jam 36 responden (83.7%).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rosdiana (2019) menjelaskan bahwa dampak jam kerja berlebihan, diantaranya yang pertama adalah dampak fisiologis yaitu menurunnya kualitas tidur malam atau istirahat siang akibat jam kerja yang berlebihan, menurunnya kapasitas kerja fisik akibat timbulnya perasaan mengantuk, lelah, dan menurunnya konsentrasi

saat bekerja akibat waktu kerja yang berlebihan. Dampak jam kerja berlebihan yang kedua merupakan dampak psikososial. Dampak psikososial yaitu menyebabkan pekerja sulit memberikan waktu luang bersama keluarga, kecil kesempatan untuk berinteraksi dengan teman atau berinteraksi dengan masyarakat untuk mendapatkan nilai sosial yang besar. Dampak yang ketiga ialah dampak kinerja diakibatkan oleh dampak fisiologis dan dampak psikososial. Menurunnya kinerja dapat mengakibatkan kemampuan mental menurun yang berpengaruh terhadap kurangnya tingkat konsentrasi pekerja dalam melakukan pekerjaan. Menurut penelitian Sumamur (2020), yang menyebutkan kelelahan menunjukkan keadaan fisik dan mental yang berbeda, tetapi semuanya berakibat kepada penurunan daya kerja dan berkurangnya ketahanan tubuh untuk bekerja. Terdapat dua jenis kelelahan, yaitu kelelahan otot dan kelelahan umum. Kelelahan otot ditandai Antara lain oleh tremor atau rasa nyeri yang terdapat pada otot, sedangkan kelelahan umum ditunjukkan oleh hilangnya kemauan untuk bekerja yang penyebabnya adalah keadaan persarafan sentral atau kondisi psikis psikologi.

Menurut analisa peneliti Perawat yang sudah menikah mengalami tingkat kelelahan kerja lebih tinggi daripada yang belum menikah. Perawat yang sudah menikah memiliki tanggung jawab yang lebih besar dalam mengasuh dan membesarkan anak-anaknya Sejalan dengan penelitian Desima (2020), yang menyebutkan Di Rumah Sakit, pekerjaan seorang perawat merupakan pekerjaan yang memiliki stress yang tinggi, karena dalam bekerja perawat berhubungan langsung dengan berbagai macam pasien dengan diagnosa penyakit dalam respon yang berbeda-beda yang ditangani perawat. perawat merupakan pekerja pemberi jasa layanan kesehatan yang bertugas untuk membantu pelayanan gawat darurat dan menyediakan pelayanan keperawatan untuk orang sakit, terluka, dan ketidakmampuan fisik dan mental secara terus menerus 24 jam.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya “hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan pada perawat ruang inap RSUD Kota Tanjungpinang”, dengan nilai p value 0,000 (<0,05).

A. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan institusi Pendidikan dapat mempergunakan hasil penelitian ini sebagai referensi dan bahan tolak ukur untuk melakukan penelitian selanjutnya

B. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pertimbangan untuk melaukan penelitian kualitatif. Oleh sebab itu pada penelitian selanjutnya dapat menambah dan memperbaiki pertanyaan-pertanyaan yang ada dalam

penelitian ini. Diharapkan pada penelitian selanjutnya untuk menggunakan kuesioner yang lainnya

C. Bagi perawat RSUD Kota Tanjungpinang

Perawat diharapkan dapat mengatur manajemen waktu yang baik dalam pelayanan keperawatan yaitu dengan menyelesaikan kegiatan yang menjadi prioritas tinggi terlebih dahulu sebelum melakukan tugas yang lainnya. Hal ini dapat meminimalisir beban kerja dan kelelahan dari perawat itu sendiri.

DAFTAR REFERENSI

- Agustinawati. (2019). Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Bangsal Rawat Inap Rumah Sakit Advent Bandar Lampung. *Jurnal Ilmia Kesehatan*, 22–23.
- Ahsberg, E. (2000). Dimensions of fatigue in different working populations. *Scandinavian Journal Of Psychology*. *Scandinavian Journal Of Psychology*, 21– 22.
- Alfiah, R., Rasyid, Z., Harnani, Y., Rienarti Abidin, A., & Syukaisih, S. (2022). Determinants Of Occupational Fatigue On Nurses In The Intensive Department Of Pekanbaru Medical Center Hospital In 2022. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan (ORKES)*, 1(2), 341–353. <https://doi.org/10.56466/orkes/vol1.iss2.28>
- Amelia. (2019). Kelelahan Kerja Dan Determinan Pada Pengemudi Minibus Antar Provinsi. 3, 12–13.
- Astuti. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit awal bross bekasi. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 6(20), 1–9.
- Chairunnisa. (2022). Determinan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Umum Kota Tangerang Selatan Di Era Pandemi Covid-19. *Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*, 23–24.
- Christian. (2023). Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam,” vol. 1, no. 2, pp. 16–21
- Chandra, A. (2019). Perawat, Kelelahan, dan Beban Kerja Perawat. *Dharma*. (2017). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Febrianti. (2020). Hubungan kualitas tidur shift kerja dengan kelelahan perawat di instalasi rawat inap RSUD Kota Bekasi. *Universitas Indonesia. Kesehatan Masyarakat*, 2, 23.25.
- Ferusgel, A., Hernike Napitupulu, L., & Putra., R. P. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rsu Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. *Akrab Juara : Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 7(1), 329. <https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v7i1.1779>
- Haryono. (2020). Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja Dan Tingkat Konflik Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Rumah Sakit Islam Yogyakarta Pdhi Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 3(3), 25– 36. <https://doi.org/10.12928/kesmas.v3i3.1107>
- Hidayah. (2020). Hubungan Komunikasi Asertif Perawat Dengan Mutu Pelayanan Di Rumah Sakit. 10 No.1(Mutmainah Handayani1, Nurman Hiday).

- Hittle. (2020). Managing fatigue during times of crisis: guidance for nurses, managers, and other healthcare workers. https://blogs.cdc.gov/niosh-science-blog/2020/04/02/fatigue-crisis%02hcw/?deliveryName=USCDC_170-DM24834
- Ismail. (2023). Analisis Hubungan Stres Kerja, Umur, Masa Kerja dan Iklim Kerja dengan Perasaan Kelelahan Kerja pada Perawat. In *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat*
- Kodrat. (2019). FaktorFaktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Diruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado. Vol. 7
- Lestari. (2021). Kelelahan Kerja Pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD H. Hanafie Muara Bungo. Universitas Jambi.
- Liarucha. (2019). 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.
- Mayasari, A. (2011). Perbedaan Tingkat Kelelahan Perawat Wanita Shift Pagi Dan Malam. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 32–38.
- Mulyani. (2019). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kelelahan Kerja,” vol. 7, no. 2, pp. 336–343
- Notoatmodjo. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. (Notoadmodjo (ed.)). Rineka Cipta.
- Nurmianto. (2019). Hubungan Kelelahan Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Tenun Di Pt. Alkatex Tegal. *Unnes Journal of Public Health*, 2(4), 1–8. <https://doi.org/10.15294/ujph.v2i4.3063>
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan (A. Suslia (ed.); 3rd ed.). selamba medika.
- Nursalam. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Pongantung. (2019). Hubungan Antara Beban Kerja Dan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang. *Kesehatan Masyarakat*, 11–12.
- Rahmayani, Arbi, A., & Andria, D. (2022). perbedaan kelelahan kerja pada perawat rawat inap antara shift pagi, shift siang dan shift malam di rumah sakit umum daerah Kabupaten Pidie Jaya tahun 2022. *Journal of Health and Medical Science*, 1(04), 56–69.
- Rahmiwati. (2020). Gambaran Keelahan Kerja Pada Penjahut Di Pasar Petisah Kecamatan Medan Baru Kota Medan. Vol 3.
- Ramadhan, I. M. (2019). Mengukur Kelelahan Kerja Perawat : Perbandingan Fatigue Assessment Scale (FAS) Versi Indonesia dengan Kelelahan Industri Jepang Kuesioner Kelelahan Komite Penelitian (JIFRC), Global Vigor and Affect (GVA), May and Kline Adjective Checklist ,. 7, 143–153.
- Rahman. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Karyawan Di Matahari Departmentstore Cabang Lippo Plaza Kendari. Vol. 2
- Risa. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Subjektif Pada Perawat di RSUD DR. Mohommad Soewandhi Surabaya. *The Indonesian Journal of Safety, Health And Environment*, 1 (1): 15–23
- Sihombing, E. D. J., Girsang, E., & Siregar, S. D. (2021). Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(2), 137. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i2.8251>

- Supriyono. (2021). “Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018 Relationship Work Stres And Workload With Work Fatigue On Nurses At Tenriawaru Hospital Class B District Bone Year 2018 Data dari Occupational Safety Kabupaten Bone merupakan Rumah,” vol. 4, no. 2
- Saptaputra. (2021). Hubungan Antara Shift Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Yeheskiel Dan Hana Di Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(5), 1–5.
- Suhardiningsih. (2022). “Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Kinerja Perawat di Bangsal Rawat Inap Rumah Sakit Islam Fatimah Kabupaten Cilacap,”
- Sumamur. (2020). Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar Tahun 2018, Pematangsiantar: Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat
- Tarwaka. (2020). Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Tidur Dan Kelelahan Kerja Perawat Instansi Rawat Darurat RS DR. Sardjito Yogyakarta, *Sains Kesehatan* vol 19(2): 235-245
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Edisi Ketujuhbelas. Alfabeta.
- Yuliani, E., Edy S, M., & Juni A, L. (2018). Index (Wai) Melalui Kuesioner Swedish Occupational Fatigue. *Scientific Journal Widya Teknik*, 17(1), 44–50.
- Zhan et al. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat IGD di RSUD Haji Makassar Tahun 2014, *Al-Sihah 2020*, Vol. VIII(1)