

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN STRES KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT RUMAH SAKIT GMIM KALOORAN AMURANG

Merry Pongantung *, Nova H. Kapantouw*, Paul A.T Kawatu*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi

ABSTRAK

Kelelahan kerja adalah keadaan dimana tubuh mengalami penurunan daya tahan kerja yang di akibatkan adanya beban kerja yang diterima seseorang pada saat bekerja. Perawat dapat melakukan kesalahan dalam pelayanan karena kelelahan yang dirasakan. Kondisi kerja merupakan salah satu kontribusi paling besar terhadap terjadinya stres kerja kemudian tipe kepribadian dan beban kerja. Jumlah pasien yang selalu berfluktuasi serta kondisi pasien yang bervariasi membuat perawat sangat mudah mengalami kelelahan Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang Kabupaten Minahasa Selatan. Jenis penelitian ini menggunakan metode pendekatan cross sectional dengan populasi dan sample berjumlah 76 perawat. Hasil penelitian dengan menggunakan chi-square yaitu terdapat hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja dengan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$), dan terdapat hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) berdasarkan uji chi-square termasuk hubungan berat.

Kata Kunci: Beban Kerja, Stres Kerja, Kelelahan Kerja.

ABSTRACT

Work fatigue is a variety of circumstances accompanied by a decrease in work resilience. Nurse can make mistakes in service because fatigue is felt. Working conditions show the greatest contribution to the occurrence of work stress and personality type and workload. The ever-changing number of patients and varied patient conditions makes nurse very easily experience fatigue. The purpose of this was to know to determine the relations between workload and work stress with work fatigue on nurse at GMIM Kalooran Amurang. This type of research uses a cross sectional method with a population and sample of 76 nurses. The results of the study using chi-square, namely there is a relation between workload and work fatigue with a value of $p = 0,006$ ($p < 0,05$), and there is a relation between work stress and work fatigue with value of $p = 0,000$ ($p < 0,05$) based on the hospital to the chi-square test including heavy relation.

Keywords: Workload, Work Stress, Work Fatigue.

PENDAHULUAN

Perawat adalah tenaga profesional yang bertanggung jawab dan mempunyai kewenangan memberikan pelayanan secara mandiri atau kolaborasi dengan tenaga kesehatan lainnya untuk perawatan pasien. Perawat selalu berinteraksi dengan pasien sehingga kesembuhan seorang pasien sangat berpengaruh dari peran seorang perawat (Haryono dkk, 2009). Perawat bekerja

selama 24 jam dalam keadaan yang siap siaga untuk melayani pasien secara terus menerus. Jumlah pasien yang selalu berubah dan kondisi pasien yang bervariasi membuat perawat sangat mudah mengalami kelelahan. Hal ini dapat disebabkan karena jumlah pasien lebih banyak dari pada jumlah perawat. Kelelahan kerja adalah suatu kondisi melemahnya kegiatan, motivasi, dan

kelelahan fisik untuk melakukan kerja (Maharja, 2015).

Menurut data dari *Occupational Safety And Health Administration* (OSHA, 2011) tercatat di rumah sakit Amerika Serikat 58.860 kecelakaan kerja dan penyakit yang menyebabkan karyawan kehilangan pekerjaan yang dalam hal ini tingkat kasus kehilangan waktu, lebih berbahaya untuk bekerja di rumah sakit dari pada di konstruksi atau manufaktur. Data dari *The Joint Commission* (2008) juga melaporkan 300% lebih perawat membuat kesalahan pada saat bekerja akibat kelelahan dan menyebabkan kematian pasien.

Kelelahan kerja merupakan aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja (Suma'mur, 2009). Kelelahan kerja dapat mengakibatkan menurunnya kinerja serta dapat menambah tingkat kesalahan kerja. Kelelahan kerja pada perawat sangat berpengaruh buruk terhadap pelayanan di rumah sakit. Perawat dapat melakukan kesalahan dalam pelayanan karena kelelahan yang dirasakan. Beban kerja fisik dan kelelahan kerja memiliki hubungan yang kuat searah dengan presentasi tertinggi yang didapat mengartikan bahwa beban kerja fisik berbanding lurus dengan peningkatan kelelahan kerja yaitu semakin meningkat beban kerja fisik,

maka kelelahan kerja juga mengalami peningkatan. Kelelahan dapat berlangsung secara terus menerus akan mengakibatkan kelelahan kronis yang terakumulasi dikarenakan beberapa faktor (Karudeng dkk, 2017). Kondisi kerja menjadi kontribusi yang paling besar terhadap terjadinya stres kerja kemudian tipe kepribadian dan beban kerja. Perawat mengalami kelelahan kerja karena adanya beban kerja yang mengakibatkan perawat mengalami stres, yang akhirnya berpengaruh pada kualitas dan kuantitas tidur mereka karena mengalami gangguan pola tidur. Penelitian dari Lendongan dkk (2018) di Rumah Sakit Umum daerah Noongan menunjukkan bahwa banyak faktor yang mempengaruhi kelelahan yang terjadi pada perawat diantaranya faktor beban kerja. Beban kerja fisik dan kelelahan kerja memiliki hubungan yang kuat dan searah, dengan presentasi tertinggi yang didapat mengartikan bahwa beban kerja fisik berbanding lurus dengan peningkatan kelelahan kerja yaitu semakin meningkat beban kerja fisik, maka kelelahan kerja juga akan mengalami peningkatan.

Stres merupakan reaksi tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap setiap tuntutan atau beban yang di terima. Stres dapat terjadi apabila seseorang menerima beban atau tugas berat yang tidak bisa dia selesaikan, maka tubuh

akan berespon sehingga orang tersebut dapat mengalami stres. Penelitian Undap dkk (2016) tentang hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat Unit Gawat Darurat (UGD) dan *Intensive Care Unit (ICU)* rumah sakit umum daerah kota bitung dari hasil yang didapat menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja pada perawat.

Rumah sakit GMIM Kalooran Amurang adalah rumah sakit negeri kelas C yang memiliki tenaga perawat 102 orang terdiri dari 81 perempuan dan 21 laki-laki. Perawat di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang memiliki jam kerja 1x24 jam dengan pembagian 3 shift kerja yaitu pagi 08:00-15:00, sore 14:00-20:00 dan malam 19:30-08:00. Pada saat penelitian awal dengan komunikasi langsung dengan beberapa perawat di rumah sakit GMIM Kalooran Amurang didapatkan bahwa beberapa diantara mereka tidak dapat berkonsentrasi dalam bekerja. Tuntutan kerja yang tinggi, jumlah pasien yang sering berubah dan kondisi pasien yang bervariasi juga aktifitas yang dilakukan di luar rumah sakit menyebabkan terjadinya berbagai keluhan yang dirasakan dari beberapa perawat termasuk susah tidur dan tidak dapat mengontrol emosi juga sedikit tidak bisa berkonsentrasi dan menyebabkan beban kerja dari perawat semakin

bertambah. Semakin bertambah beban kerja yang dirasakan oleh perawat semakin bertambah tingkat kelelahan pada perawat tersebut. Perawat dituntut harus berkonsentrasi dan bertindak cepat dalam menghadapi pasien yang datang dengan berbagai macam keluhan dan penyakit yang berbeda-beda terlebih pada saat pagi dan siang hari karena lebih banyak pasien berdatangan pada saat itu sehingga perawat mengeluhkan adanya kelelahan. Pengeluhan juga dirasakan oleh perawat yang bekerja di shift malam karena kekurangan waktu tidur karena kondisi pasien yang berubah-ubah mengakibatkan waktu istirahat tidak teratur dan menyebabkan mereka susah untuk tidur, mereka sering merasakan kaku dibagian leher, sakit kepala dan lelah pada mata.

Berdasarkan uraian yang dipaparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah sakit GMIM Kalooran Amurang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian survey analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* (potong lintang). Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang. Waktu pelaksanaan penelitian pada bulan Juni- Oktober 2018. Populasi

dalam penelitian ini adalah perawat yang bekerja di ruang ICU dan Rawat Inap Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang berjumlah 79 perawat. Sampel penelitian ini adalah seluruh perawat yang bekerja di ruangan ICU dan Rawat Inap Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang yang berjumlah 76 perawat. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner beban kerja, kuesioner stres kerja dan kuesioner kelelahan kerja yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, responden dengan jenis kelamin perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki. Jumlah responden yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 64 orang (84,2 %) dan responden yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 12 orang (15,8%). Berdasarkan kriteria umur, jumlah responden yang berumur 21-30 tahun lebih tinggi yaitu 62 orang (81,6%) di bandingkan dengan responden yang berumur 31-40 tahun yaitu sebanyak 12 (15,8%) dan responden yang berumur

>40 tahun sebanyak 2 orang (2,6%). Hasil distribusi frekuensi menunjukkan bahwa tingkat pendidikan dari responden yang paling banyak adalah D3 dengan jumlah responden sebanyak 55 orang (72,4%), S1/Nurse sebanyak 16 orang (21,1%), dan SPK sebanyak 5 orang (6,6 %). Berdasarkan hasil penelitian, frekuensi responden berdasarkan masa kerja, menunjukkan bahwa responden dengan masa kerja ≤ 5 tahun lebih banyak yaitu 37 (48,7%) responden di bandingkan dengan responden dengan masa kerja 5-10 tahun yaitu 32 orang (42,1%) dan responden dengan masa kerja ≥ 10 tahun sebanyak 7 orang (9,2%).

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan Kelelahan Kerja

Kelelahan Kerja	n	%
Ringan	2	2,6
Berat	74	97,4
Total	76	100

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa responden yang mengalami kelelahan kerja ringan sebanyak 2 orang (2,6%) dan responden yang mengalami kelelahan kerja berat yaitu sebanyak 74 orang (97,4%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan beban kerja

Beban Kerja	n	%
Ringan	16	21,1
Berat	60	78,9
Total	76	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat di lihat distribusi responden mengenai

responden yang memiliki beban kerja ringan dari tabel 6 menunjukkan sebanyak 16 orang (21,1%), dan juga responden yang memiliki beban kerja berat sebanyak 60 orang (78,9%).

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Stres Kerja.

Stres Kerja	n	%
Ringan	7	9,2
Berat	69	90,8
Total	76	100

Berdasarkan tabel 7 diatas responden yang merasakan stres kerja ringan sebanyak 7 orang (9,2 %) dan yang mengalami stres kerja berat yaitu sebanyak 69 orang (90,8%) responden.

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada perawat di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang

Beban Kerja	Kelelahan Kerja				Total		p
	Ringan		Berat		n	%	
	n	%	N	%			
Beban Ringan	2	12,5	14	87,5	16	100	0,006
Beban Berat	0	0,0	60	100,0	60	100	
Total	2	2,6	74	97,4	76	100	

Dilihat dari tabel 8 reponden yang memiliki beban kerja ringan yang merasakan kelelahan kerja berat berjumlah 14 (87,5 %) responden, serta responden yang mengalami beban kerja berat dan mengalami kelelahan kerja berat sebanya 60 (100%). Dari hasil analisis *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$) maka terdapat hubungan antara beban kerja dengan

kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit GMIM Kalooran Amurang.

Pencapaian tingkat intensitas pembebanan kerja optimum dapat diperoleh jika tidak ada tekanan dan ketegangan yang berlebihan baik secara fisik maupun secara mental. Beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai atau seimbang terhadap kemampuan fisik kemampuan kognitif dan keterbatasan manusia yang menerima beban tersebut (Tarwaka, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Lumintang dkk (2017) terdapat hubungan yang berarti antara beban kerja dengan kelelahan kerja, hal ini disebabkan karena semakin berat beban kerja seseorang maka semakin tinggi kelelahan kerja pada setiap tenaga kerja. Tabel 5. Hubungan Antara Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja

Stres Kerja	Kelelahan Kerja				Total		p value
	Ringan		Berat		N	%	
	N	%	n	%			
Stres Ringan	2	28,6	5	71,4	7	100	0,000
Stres Berat	0	0,0	69	100,0	69	100	
Total	2	2,6	74	97,4	76	100	

Hasil penelitian pada tabel, yang dilakukan antara stres kerja dan kelelahan kerja diperoleh data bahwa jumlah responden yang merasakan stres kerja ringan dan merasa kelelahan kerja ringan sebanyak 2 (28,6%), responden yang merasakan stres kerja berat dan merasakan kelelahan kerja ringan 0,0 (0,0%). Responden yang merasakan stres kerja ringan dan mengalami

kelelahan kerja berat sebanyak 5 (72,4%) responden, sedangkan responden yang merasakan stres kerja berat juga merasakan kelelahan kerja berat sebanyak 69 (100%) responden. Dilihat dari *p value* sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka terdapat hubungan antara stres kerja dan beban kerja perawat Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang.

Menurut Rees 1982 dan Silalahi 1990 dalam Mauritz 2010 menjelaskan bahwa stres dapat mempengaruhi kelelahan kerja namun berbeda bagi setiap pekerja. Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Lendombela dkk (2017) bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dan kelelahan kerja. Stres yang terjadi pada setiap individu berbeda-beda tergantung pada tingkat pekerjaan dan masalah.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang dapat disimpulkan bahwa;

1. Perawat yang memiliki kelelahan kerja berat berjumlah 74 (97,4%) responden
2. Terdapat hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang

3. Terdapat hubungan antara stres kerja dan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit GMIM Kalooran Amurang

SARAN

1. Diharapkan kepada pihak Rumah Sakit agar supaya melakukan penambahan tenaga kerja perawat agar dapat mengurangi kelelahan kerja yang dirasakan para perawat.
2. Diharapkan kepada pihak Rumah Sakit agar dapat menambah perlengkapan alat medis untuk memudahkan para perawat dalam melakukan pekerjaan.
3. Diharapkan kepada para perawat untuk memperhatikan jam kerja dan jam untuk beristirahat.

DAFTAR PUSTAKA

- Haryono W, Suryani D, & Wulandari Y. 2009. Hubungan Beban Kerja, Stress Kerja, dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di RS Islam Yogyakarta PDHI kota Yogyakarta'. *Jurnal Kesmas*, (online), Vol. 3, no. 3, (http://journal.uad.ac.id/index.php/kesmas/article/download/1107/pdf_29 diakses 24 Mei 2018)
- Hidayat, AAA. 2011. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Saleba Medika. Jakarta
- Karundeng MY, Doda DV, Kairupan BHR. 2017. Analisis Perbedaan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat diruangan Rawat Inap antara dua Rumah Sakit Tipe C. *ejournal health*, (online), vol. 5, No. 3,

- (<http://www.ejournalhealth.com/index.php/paradigma/article/viewFile/583/571> diakses 11 September 2018)
- Lendombela DPJ, Posangi J, Pondaag L. 2017. Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD Kalooran Amurang. *e- Kp*, (online), Vol. 5, No.1, (<http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/15823> diakses 22 November 2018)
- Lendongan A, Ratag BT, Akili RH. 2018. Gambaran Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Noongan. *Ejornal health*, (online), vol. 7, No. 2, (<http://ejournalhealth.com/index.php/kesmas/article/viewFile/714/700> diakses 6 September 2018)
- Lumintang MF, Kawatu P, Warouw F. 2017. Hubungan Antara Umur dan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Montir Perbengkelan Di Desa Kiawa Kecamatan Kawangkoan Utara Kabupaten Minahasa. *Ejournal health*, online, vol. 9, No. 3 (<http://www.ejournalhealth.com/index.php/medkes/article/view/335> diakses 16 November 2018)
- Maharja R. 2015. Analisis tingkat Kelelahan Kerja berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. *The Indonesia Journal of occupational safety and health*, (online), Vol. 4, No. 1, (<http://ejournal/unair.ac.id/ijosh/article/viewFile/1651/1272> diakses 30 Juli 2018)
- Mauritz LKS. 2010. *Selintas tentang Kelelahan Kerja*. Amara books. Yogyakarta
- Nurmianto E. 2003. *Ergonomi Konsep Dasar Dan Aplikasinya*. Guna Widya. Surabaya
- OSHA. 2011. Worker Safety in Your Hospital. (https://www.osha.gov/dsg/hospitals/documents/1.1_Data_highlights_508.pdf diakses 13 September 2018)
- Suma'mur 2009. *Hygiene Perusahaan Dan Keselamatan Kerja*. Sagung Seto. Jakarta
- Tareluan DG, Bawotong J, Hamel R. 2016. Hubungan antara Beban Kerja dengan Gangguan Pola Tidur pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Non Trauma RSUD Prof DR. R. D Kandow Manado. *Ejournal health*, (online), vol. 4, No.2, (<http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/viewFile/12912/12499> diakses 11 September 2018)
- Tarwaka. 2015. *Ergonomi Industri : Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di tempat Kerja Revisi Edisi II*. Harapan Press. Surakarta
- The Joint Commission. *Strategies for Addressing Health Care Worker Fatigue*. USA; The Joint Commission On Accreditation of Healthcare Organization, 2008
- Undap S, Ratak BT, Kawatu PAT. 2016. Hubungan antara Kelelahan Kerja dan Stress Kerja pada Perawat Unit Gawat Darurat (UGD) dan Intensive Care Unit (ICU) RSUD Daerah kota Bitung. *Jurnal Kesmas*, (online), vol. 8, No. 3) (<http://ejournalhealth.com/index.php/ikmas/article/viewFile/65/64> diakses 30 juli 2018)