

## ***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***

*Dewi Mulfiyanti<sup>1</sup>, Masyitha Muis<sup>2</sup>, Fridawaty Rivai<sup>3</sup>*

*<sup>1</sup>Bagian Kesker, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin*

*<sup>2</sup>Bagian Kesker, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin*

*<sup>3</sup>Bagian Mars, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin*

*email: dewwimulfiyanti@gmail.com*

#### **ABSTRAK**

Selama dua tahun terakhir ini RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone mengalami peningkatan jumlah pasien yang dibuktikan dengan *Bed Occupancy Rate (BOR)*, hal ini membuat beban kerja para perawat semakin bertambah, semakin bertambahnya beban para perawat semakin bertambah tingkat kelelahan yang dirasakan perawat dan jika hal ini terus berlanjut akan terjadi penurunan produktivitas kerja dan dapat memicu terjadinya stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *observasional analitik*, dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, dan mengambil 65 perawat untuk menjadi responden dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik dengan tujuan atau pertimbangan tertentu yang memenuhi kriteria inklusi hasil kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang telah diuji validitasnya. Uji statistik yang di gunakan yaitu uji univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat yang merasakan kelelahan tinggi sebanyak 43,1%. Perawat dengan beban kerja sedang sebanyak 61,5%. Perawat yang mengalami stres sedang sebanyak 95,4%. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja ( $p = 0,001$ ) dan terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja ( $p = 0,001$ ).

**Kata kunci** : Stres Kerja, Beban Kerja, Kelelahan Kerja

#### **Abstract**

*For the last two years Tenriawaru Distict general Hospital B Class Bone District has increased the number of patients proved by Bed Occupancy Rate (BOR), this makes the workload of nurses increasing, the burden of the nurses increased the level of fatigue felt by nurses and if things this continues to be a decline in work productivity and trigger the occurrence of work stress. This study aims to analyze the relationship between workload and work stress eith work fatigue on nurses Tenriawaru Class B District Bone Year 2018. The research uses research analytic observational method, using Cross Sectional approach. The sample research were 65 nurses to become respondents by using techniques purposive sampling that was technique with a specific purpose or consideration that meets the inclusion criteria of the inclusion criteria results. Data collection was done by using questionnaires that have been tested its validity. The statistical anaysis used is univariate and bivariate test. The results showed that nurses who feel high fatigue as mush as 43,1%. Nurses with medium work load was 61,5%. Nurses who experience severe stress was 95,4%. This shows that there was significant relationship between work stress and work fatigue ( $p = 0,001$ ) and there was relation between work stress and work fatigue ( $p = 0,001$ ).*

**Keywords**: Job Stress, Workload, Work Fatigue

## PENDAHULUAN

Setiap tempat kerja dituntut untuk melakukan pelaksanaan Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3). Menurut *America Society of Safety and Engineering* (ASSE) Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) yang berkaitan dengan lingkungan dan situasi kerja merupakan suatu bidang kegiatan yang bertujuan untuk mencegah semua jenis kecelakaan (Tarwaka, 2010). Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) diterapkan di seluruh tempat kerja yang memiliki pekerja, termasuk Rumah Sakit (Wagiu dkk., 2017).

Data dari *Occupational Safety And Health Administration* (OSHA) pada tahun 2011, rumah sakit Amerika Serikat tercatat 58.860 kecelakaan kerja dan penyakit yang menyebabkan karyawan kehilangan pekerjaan. Dalam hal tingkat kasus kehilangan waktu, lebih berbahaya untuk bekerja di rumah sakit daripada di konstruksi atau manufaktur. (OSHA, 2011). *The Joint Commission* pada tahun 2008 juga melaporkan 300% lebih perawat membuat kesalahan karena kelelahan dan berujung kepada kematian pasien (Suwandi dkk., 2017).

Kelelahan kerja tidak hanya dialami oleh tenaga kerja yang bekerja

di bidang industri, namun juga dibidang pelayanan kesehatan, contohnya perawat. Penelitian ini serupa yang dilakukan oleh Windyananti (2010), menunjukkan sebagian besar perawat di Ruang Mawar Kuning IRNA RSUD Kabupaten Sidoarjo mengalami kelelahan. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Perwitasari (2014), bahwa sebagian besar perawat di RSUD dr. Mohamad Soewandhie Surabaya mengalami kelelahan kerja sedang. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Maharja (2015), bahwa sebagian besar responden di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja tingkat sedang yaitu sebanyak 14 orang (51,9 %) dari total responden 27 orang perawat. Kelelahan kerja tingkat sedang ini menunjukkan bahwa perawat mudah mengalami kelelahan kerja dengan tingkat yang cukup tinggi (Maharja, 2015).

RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone merupakan Rumah Sakit Daerah yang banyak menerima rujukan dari Rumah Sakit tipe C dan termasuk rumah sakit tipe B pendidikan. Visi dari RSUD Tenriawaru adalah menjadi Rumah Sakit pendidikan yang berkualitas dan

mandiri untuk mewujudkan pelayanan kesehatan paripurna menuju masyarakat Bone yang sehat. Dalam dua tahun terakhir ini RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone mengalami peningkatan jumlah pasien yang dibuktikan dengan *Bed Occupancy Rate* (BOR) atau angka penggunaan tempat tidur.

*Bed Occupancy Rate* (BOR) menggambarkan tingkat rata-rata tempat tidur. Angka BOR idealnya yaitu 60%-80%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, capaian BOR pada tahun 2016 dari Ruang Rawat Inap 79,42% dan IGD 75,08%. Sementara pada tahun 2017 di Ruang Rawat Inap cenderung mengalami peningkatan mencapai 85% dan IGD 78,28%. Data ini menunjukkan adanya peningkatan capaian BOR dilihat dari dua tahun terakhir. Data dari Laporan Tahunan Instalasi Rawat Inap dan IGD RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone (2018), diperoleh jumlah kunjungan pasien rawat inap dari bulan Januari sampai April 1.123 pasien dan IGD 1.152 pasien. *Bed Occupancy Rate* (BOR) tahun 2018 di Instalasi Rawat Inap 84,52% dan IGD 85%. Hal ini membuat beban kerja para perawat semakin bertambah, semakin bertambahnya beban para perawat

semakin bertambah tingkat kelelahan yang dirasakan perawat dan jika hal ini terus berlanjut akan terjadi penurunan produktivitas kerja dan dapat memicu terjadinya stres kerja.

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya diantaranya penelitian tentang hubungan antara beban kerja dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rumah sakit Bhayangkara Tk. III Manado (Suwandi dkk.,2017), hubungan antara beban kerja fisik dan stres kerja dengan perasaan kelelahan kerja pada perawatan di ruang rawat inap rumah sakit tk. III r. w. mongisidi manado yang dilakukan (Qalbhi dkk., 2016), hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD GMIM Kalooran Amurang yang diteliti oleh (Lendombela, 2017). Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis hubungan stres kerja dan beban kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD Tenriawaru Kabupaten Bone Tahun 2018.

## **BAHAN DAN METODE**

### ***Lokasi dan Rancangan Penelitian***

Penelitian ini dilaksanakan di IGD dan Instalasi Rawat Inap RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone pada bulan Mei s/d Juni 2018. Jenis penelitian yang digunakan adalah

observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* (potong lintang).

### ***Populasi dan Sampel***

Populasi pada penelitian ini adalah perawat sebanyak 89 orang yang bekerja di Ruang Perawatan Bedah (Zaal B), Ruang Perawatan Anak (Zaal Anak), Ruang Perawatan Interna (Zaal C), Ruang Perawatan ICU, dan Ruang IGD RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone. Sampel dalam penelitian ini adalah 65 orang karena pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik dengan tujuan atau pertimbangan tertentu yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut; lama bekerja minimal 1 (satu) tahun, tidak memiliki riwayat penyakit, tidak menderita dan memiliki risiko memiliki, tidak merokok, responden wanita tidak haid, mempunyai status gizi yang baik, tidak sedang hamil, tidak sedang menyusui, tidak sedang sakit waktu penelitian, umur tergolong usia produktif (18 – 45 thn), dan bersedia mengikuti penelitian.

### ***Metode Penumpulan Data***

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner kuesioner *Industrial Fatigue Research*

*Committee* (IFRC) untuk mengukur kelelahan kerja dan kuesioner *Survei Diagnostic Stres* untuk mengukur stres kerja yang telah di uji validitas dan rehabilitasinya, serta beban kerja dihitung dengan cara menghitung denyut nadi kerja sebanyak 2 kali yaitu sebelum bekerja dan setelah bekerja dengan menggunakan *stop watch* atau jam tangan.

### ***Analisis Data***

Data dianalisa dengan statistik dengan menggunakan SPSS, untuk menguji hubungan stres kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018 digunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*.

## **HASIL**

### ***Karakteristik Responden***

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik responden bahwa responden terbanyak berjenis kelamin perempuan yaitu 36 orang (55,4%) dengan kelompok umur terbanyak adalah 25-35 tahun yaitu 49 orang (75,4%). Pada Umur tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia produktif dan siap menjalani pekerjaan baik secara fisik maupun psikologi. Dari

jenjang pendidikan dapat diketahui bahwa kelompok pendidikan responden terbanyak adalah D-III yaitu 35 orang (53,8%) hal ini menggambarkan pengetahuan yang cukup memadai dari responden. Disamping itu juga diperlukan pelatihan untuk meningkatkan kompetensi responden di bidang asuhan keperawatan sehingga mampu mengatasi permasalahan yang muncul dalam pekerjaan keperawatannya.

Masa kerja responden terbanyak adalah 5-20 tahun sebanyak 50 orang (76,9%) menunjukkan bahwa sebagian besar responden sudah cukup lama bekerja dan kebanyakan masih berstatus pegawai honor, hal ini akan memHubungani minat dan pengalaman dalam bekerja. Responden memiliki berat badan terbanyak lebih dari 50 kg yaitu 55

orang (84,6%) dan sebagian besar memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori normal yaitu 39 orang (60,0%) menandakan bahwa komposisi zat gizi dan kalori responden dalam keadaan baik dan sesuai kadarnya sehingga tidak mengganggu aktifitas dan gerakan saat memberikan pelayanan kesehatan.

**Analisis Bivariat Stres Kerja**

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 3 orang (4,6%) responden yang dengan stres kerja ringan merasakan kelelahan kategori rendah sebanyak 3 orang (4,6%). Dari 62 orang (60,0%) responden dengan stres kerja sedang mayoritas merasakan kelelahan kategori tinggi sebanyak 28 orang (43,1%) sisanya 11 orang (16,9%) merasakan kelelahan kategori rendah dan 23 orang (35,4%) merasakan kelelahan kategori sedang.

**Tabel 1 Distribusi Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Berdasarkan Kuesioner di RSUD Tenriwaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018**

Stres Kerja		n	Mean Rank	Sum of Ranks	Sig (p)
<b>Kelelahan Kerja</b>	<b>Ringan</b>	26	21.83	567.50	0,001
	<b>Sedang</b>	39	40.45	1577.50	
	<b>Total</b>	65			

**Beban Kerja Pre**

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 44 orang (67,7%) responden yang dengan beban kerja ringan mayoritas

merasakan kelelahan kategori sedang sebanyak 21 orang (32,3%) sisanya 14 orang (21,5%) merasakan kelelahan kategori rendah, 9 orang (13,8%)

merasakan kelelahan kategori tinggi. Dari 21 orang (32,3%) responden dengan beban kerja sedang mayoritas merasakan kelelahan kategori tinggi

sebanyak 19 orang (29,2%) sisanya 2 orang (3,1%) merasakan kelelahan kategori sedang.

**Tabel 2 Distribusi Hubungan Beban Kerja.Pre Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Berdasarkan Kuesioner di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018**

Beban Kerja Perawat	Rendah		Kelelahan Kerja Sedang		Tinggi		Total		Sig (p)
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Ringan	14	21,5	21	32,3	9	13,8	44	67,7	<b>p=0,001</b>
Sedang	0	0	2	3,1	19	29,2	21	32,3	
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>21,5</b>	<b>23</b>	<b>35,4</b>	<b>28</b>	<b>43,1</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>	

***Beban Kerja Post***

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 25 orang (38,5%) responden yang dengan beban kerja ringan mayoritas merasakan kelelahan kategori rendah sebanyak 14 orang (21,5%) sisanya 9 orang (13,8%) merasakan kelelahan kategori sedang dan 2 orang (3,1%)

merasakan kategori tinggi. Dari 40 orang (61,5%) responden dengan beban kerja sedang mayoritas merasakan kelelahan kategori tinggi sebanyak 26 orang (40,0%) sisanya 14 orang (21,5%) merasakan kelelahan kategori sedang.

**Tabel 3 Distribusi Hubungan Beban Kerja Post dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Berdasarkan Kuesioner di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018**

Beban Kerja Perawat	Rendah		Kelelahan Kerja Sedang		Tinggi		Total		Sig (p)
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Ringan	14	21,5	9	13,8	2	3,1	25	38,5	<b>p=0,001</b>
Sedang	0	0	14	21,5	26	40,0	40	61,5	
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>21,5</b>	<b>23</b>	<b>35,4</b>	<b>28</b>	<b>43,1</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>	

**Tabel 4 Distribusi Hubungan *Shift* Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Berdasarkan Kuesioner di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018**

Shift Kerja Perawat	Rendah		Sedang		Tinggi		Total		Sig(p)
	N	%	N	%	N	%	n	%	
Pagi	14	21,5	20	30,8	6	9,2	40	61,5	/-
Siang+	0	0	3	4,6	22	33,8	25	38,5	
Malam									
<b>Total</b>	<b>14</b>	<b>21,5</b>	<b>23</b>	<b>35,4</b>	<b>28</b>	<b>43,1</b>	<b>65</b>	<b>100,0</b>	

**Shift Kerja**

Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 40 orang (21,5%) responden yang bertugas *shift* pagi menunjukkan mayoritas sebanyak 20 orang (30,8%) mengalami kelelahan kategori sedang sisanya sebanyak 14 orang merasakan kelelahan kategori rendah dan 6 orang (9,2%) merasakan kelelahan kategori tinggi. Dari 25 orang (38,5%) responden yang bertugas pada *shift* siang dan malam mayoritas 22 orang (30,8%) mengalami kelelahan kategori sedang sisanya sebanyak 3 orang (4,6%) mengalami kelelahan kategori sedang.

**PEMBAHASAN**

Dalam penelitian ini terlihat bahwa ada beberapa variabel yang secara signifikan berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat yaitu stres kerja, beban kerja, jenis kelamin, umur dan masa kerja dan variabel yang tidak berhubungan adalah status gizi.

Penyebab stres kerja yaitu adanya beban kerja berlebih yang diterima perawat diakibatkan oleh meningkatnya jumlah pasien dalam tiga bulan terakhir, sifat pekerjaan perawat yang monoton dapat memicu adanya rasa kebosanan akan pekerjaan tersebut, lingkungan kerja yang sering terpapar dengan berbagai penyakit, kurangnya perhatian dari atasan, dan konflik pada saat bekerja menyebabkan adanya frustrasi dalam bekerja. Stres yang terjadi pada setiap individu berbeda- beda, tergantung dengan tingkat masalah yang dihadapi setiap individu itu sendiri. Berdasarkan teori yang ada bahwa faktor hubungan kerja ditempat kerja merupakan faktor yang berpotensi menyebabkan terjadinya stres. Ketidaknyamanan dalam melakukan pekerjaan, konflik dengan sesama pekerja, serta kurangnya komunikasi antar pekerja merupakan dari adanya stres akibat kerja (Cooper

dan Payne, 1988 dalam Tarwaka (2015). Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pesik (2016) yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara stres kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat. Akan tetapi penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Widayari (2010) yang mengatakan bahwa ada hubungan antara kelelahan dan stres kerja pada perawat.

Berdasarkan pembagian waktu produktif dan non produktif yang telah dijabarkan dalam hasil penelitian pada tabel 4.9 diketahui bahwa beban kerja yang dimiliki oleh perawat cenderung tinggi, terutama pada *shift* malam. *Shift* kerja di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone menggunakan tiga *shift* yaitu *shift* pagi (08.00 s.d 14.00 WITA), *shift* siang (14.00 s.d 21.00 WITA) dan *shift* malam (21.00 s.d 08.00 WITA). Hal ini akan menghubungkan beban kerja perawat melihat keberagaman tugas yang dilakukan perawat dan jam kerja yang melewati waktu standar jam kerja harian dan mingguan terutama pada *shift* malam selama 11 jam dengan rotasi jaga yang tidak tetap. Perbedaan lama kerja juga menentukan tingkat kelelahan kerja. Menurut Setyawati (2010), bahwa *shift* kerja dapat

menimbulkan kelelahan kerja karena kurangnya waktu tidur khususnya pada *shift* malam. Hasil diatas sejalan dengan penelitian Anastasia (2015) dimana diperoleh melalui uji *chi square* antara *shift* kerja dengan kelelahan dapat diketahui nilai  $p = 0,0001$  dimana  $p < 0,05$ , artinya ada hubungan *shift* kerja dengan terjadinya kelelahan pada perawat di Rumah Sakit Malahayati Medan tahun 2015. Penelitian lain seperti yang dilakukan oleh Astianto (2014) juga menunjukkan adanya Hubungan kerja *shift* terhadap kelelahan.

Kelelahan kerja terjadi karena fungsi faal tubuh yang dapat berubah karena faktor usia mempengaruhi ketahanan tubuh dan kapasitas kerja seseorang. Seseorang yang berumur muda sanggup melakukan pekerjaan berat dan sebaliknya jika seseorang berusia lanjut maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun karena merasa cepat lelah dan tidak bergerak dengan gesit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya. Penelitian tersebut sesuai dengan penelitian Mayasari (2011) dalam Pesik (2016) tentang perbedaan tingkat kelelahan perawat wanita yang menyatakan bahwa kelelahan bukan karena faktor usia seseorang. Banyaknya kegiatan



yang dilakukan pada umur 21– 34 tahun, meskipun secara teoritis kelelahan lebih mudah dialami oleh umur yang lebih tua.

Secara umum wanita hanya mempunyai kekuatan fisik 2/3 dari kemampuan fisik atau kekuatan otot laki-laki tetapi dalam hal tertentu wanita lebih teliti daripada laki-laki. Menurut Konz (1996), dalam Tarwaka., dkk (2010), untuk kerja fisik, wanita mempunyai volume oksigen maksimal 15-30% lebih rendah dibandingkan laki-laki. Kondisi ini disebabkan presentase lemak tubuh perempuan lebih tinggi dan kadar Hb darah lebih rendah dari laki-laki. Hal ini yang menyebabkan perempuan cenderung mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa perempuan lebih cepat merasakan kelelahan daripada laki-laki. Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Perwitasari (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja.

Status gizi merupakan salah satu faktor individu yang dapat menyebabkan terjadinya kelelahan pada pekerja. Berdasarkan pada penelitian ini, dapat ditarik kesimpulan bahwa jika dibandingkan antara kelompok dengan status gizi normal

dengan gizi lebih, yang memiliki perbedaan presentase dari 39 responden dengan status gizi normal 15 responden (52,6%) mengalami kelelahan tinggi, sedangkan dari 17 responden dengan status gizi, 9 responden (13,8%) mengalami kelelahan kerja tinggi. Sejalan dengan ini Supriasa (2002) dalam Lendombela (2017) mengemukakan bahwa selain seseorang dengan IMT obesitas, seseorang dengan IMT kurus juga akan lebih mudah merasakan kelelahan akibat adanya perubahan fungsi tubuh karena simpanan zat gizi habis dan terjadi kemerosotan jaringan sehingga menyebabkan perubahan biokimia dan rendahnya zat gizi dalam darah berupa rendahnya Hb, serum vitamin A dan Karoten. Hasil penelitian ini tidak sebanding dengan pernyataan Widiasari (2010) yang menyatakan bahwa seorang dengan IMT obesitas atau dengan status gizi lebih akan mudah mengalami kelelahan dibanding dengan seseorang dengan status gizi normal.

Masa kerja merupakan akumulasi waktu dimana pekerja telah memegang pekerjaan tersebut. Semakin banyak informasi yang kita simpan maka semakin banyak keterampilan yang kita pelajari dan akan semakin banyak hal yang kita

kerjakan. Kelelahan berkaitan dengan tekanan yang terjadi pada saat bekerja yang dapat berasal dari tugas kerja. Tekanan yang konstan terjadi dengan bertambahnya masa kerja seiring dengan proses adaptasi. Proses adaptasi memberikan efek positif yaitu dapat menurunkan ketegangan dan peningkatan aktivitas atau performansi kerja, sedangkan efek negatifnya batas ketahanan tubuh yang berlebihan pada proses kerja. Kelelahan ini membawa kepada pengurangan fungsi psikologis dan fisiologi yang dapat dihilangkan dengan upaya pemulihan. Pada masa kerja dengan periode dekade, kelelahan berasal dari kelebihan usaha selama beberapa dekade dan dapat dipulihkan dengan pensiun, sedangkan untuk masa kerja yang masih dalam periode tahun kelelahan berasal dari kelebihan usaha selama beberapa tahun yang dapat dipulihkan dengan liburan (Suma'mur, 2014). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pramitasari (2016) tentang pengaruh masa kerja dan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat inap di rumah sakit PKU Muhammadiyah Surakarta yang mengatakan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit PKU Muhammadiyah Surakarta.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat. Pada karakteristik perawat terdapat variabel yang memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja pada perawat yaitu umur, jenis kelamin dan masa kerja sedangkan yang tidak memiliki hubungan yaitu status gizi. Adapun saran yang perlu dilakukan yaitu perlunya penjadwalan dan jumlah perawat disetiap *shift* kerja yang diatur secara baik agar perawat dapat meringankan beban kerja yang bisa menimbulkan kelelahan pada perawat dan bagi pihak Rumah Sakit agar dapat memberikan pelatihan untuk meningkatkan kemampuan dan pengalaman agar dapat menjalankan tugas dengan baik dan mungkin diperlukan kontrol terhadap gejala stres dikemudian hari agar dapat mengurangi stress kerja pada perawat Unit Gawat Darurat (UGD) dan Ruang Rawat Inap di RSUD Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone.

## DAFTAR PUSTAKA

Astianto. (2014). *Pengaruh Stres Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan PDAM Surabaya*. <https://>

- repository.stiesia.ac.id/370/  
(sitasi 25 Januari 2018)
- Lendombela, Ditya. (2017). *Hubungan Stres kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang rawat Inap RSUD GMIM Klooran Amurang*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas sam Ratulangi. Manado
- Maharja, R. (2015). Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*. Vol 4, No 1: 93-102. <https://e-journal.unair.ac.id/IJOSH/article/download/1651/1272.pdf>. (Sitasi 26 Januari 2018)
- Perwitasari D., Tualeka A R., (2014). *Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Subyektif pada Perawat di RSUD dr. Mohamad Soewandhie Surabaya*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
- Qalbi N. (2016). *Hubungan Antara Beban Kerja Fisik Dan Stres Kerja Dengan Perasaan Kelelahan Kerja Pada Perawatan Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Tk. III R. W. Mongisidi Manado Tahun 2016*. Skripsi. Manado: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. <http://medkesfkm.unsra.t.ac.id/wp.../2016/11/JURNAL-Nurul-Qalbhi.pdf>. (sitasi 23 Januari 2018)
- Retnosari, DF. (2016). *Hubungan Antara Beban Kerja dan Status Gizi Dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Perawat Instalasi Rawat Jalan Di RSI Jemusari*. Universitas Airlangga. Surabaya.
- Suma'mur, P.K. (2009). *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta : CV. Agung Seto.
- Setyawati, LM. (2010). *Selintas tentang kelelahan kerja*. Yogyakarta: Amara Books.
- Suma'mur P. (2014). *Kesehatan Kerja Dalam Perspektif Hiperkes*. Yogyakarta: Amara Books
- Suwandi, Asri W.A., Kawatu, Paul. A.T., Akili, Rahayu H., (2017). *Hubungan Antara Beban Kerja dan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Rumah Sakit Bhayangkara Tk. III Manado*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. Manado.
- Tarwaka. (2010). *Ergonomi Industri Dasardasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press
- Tarwaka. 2015. *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pergetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja Edisi II*. Surakarta : Harapan Press.
- Wagiu, C.F, Kolibu, F.K, Asrufuddin A. (2017). *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Hermana Lembean*. Fakultas Masyarakat Sam Ratulangi. Manado. (Sitasi 22 Januari 2018)
- Widyasari JK. (2010). *Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta*. Skripsi. Surakarta : Universitas Negeri Sebelas Maret ([http://eprints.uns.ac.id/6316/1/1592324\\_08201002181.pdf](http://eprints.uns.ac.id/6316/1/1592324_08201002181.pdf)),(Sitasi 22 Januari 2018)
- Windyananti, A. (2010). *Hubungan Antara Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kerja Di Pengolahan Kayu Lapis*

- Wreksa Rahayu Boyolali. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta. (Sitasi 22 Januari 2018)
- Work Safe Victoria. (2008). Fatigue prevention in the workplace. ([http://www.workcover.nsw.gov.au/formspublications/publications/Documents/fatigue\\_prevention\\_in\\_the\\_workplace\\_5581.pdf](http://www.workcover.nsw.gov.au/formspublications/publications/Documents/fatigue_prevention_in_the_workplace_5581.pdf)). (Sitasi 22 Januari 2018)
- WSH Council. (2010). *Workplace safety & health guidelines (Fatigue Management)*. (<https://www.wshc.sg/wps/themes/html/upload/cms/file/Fatigue%20Management.pdf>). (Sitasi 23 Januari 2018)