

HUBUNGAN SHIFT KERJA DAN BEBAN KERJA TERHADAP TINGKAT KELELAHAN KERJA PERAWAT

Helsy Desvitasari

Program Studi Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Khadijah Palembang
helsy@stik-sitikhadijah.ac.id

ABSTRAK

Latar belakang: Perawat sebagai garda terdepan layanan kesehatan di Indonesia, tidak sedikit turut andil dalam meningkatkan derajat kesehatan di Indonesia. Beragam pelayanan dapat dilakukan oleh perawat, sehingga mampu berkontribusi dalam keberhasilan penurunan angka kematian. Kelelahan kerja adalah gejala yang berhubungan dengan penurunan efisiensi kerja, keterampilan, kebosanan, serta peningkatan kecemasan. Kata “lelah” memiliki arti tersendiri bagi setiap individu dan bersifat subjektif. Dampak dari kelelahan kerja adalah prestasi kerja menurun, badan terasa tidak enak, semangat kerja menurun, dan menurunkan produktivitas kerja. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan shift kerja dan beban kerja terhadap tingkat kelelahan kerja perawat **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif survey analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 40 orang responden yang terdiri dari dua ruang rawat inap kelas III RSI Siti Khadijah Palembang pada bulan Agustus-Oktober 2017 dengan alat ukur menggunakan kuesioner serta dianalisis dengan melalui SPSS 17. **Hasil:** Berdasarkan analisis didapatkan bahwa ada hubungan shift kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat ($p=0,010$) dan ada hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat ($p=0,041$). **Saran:** perlunya dibuat suatu kebijakan terkait dengan pengembangan karir perawat yang berdasarkan kompetensi dan kinerja agar mereka tetap termotivasi dalam bekerja walaupun dengan beban kerja yang tinggi.

Kata Kunci : Shift Kerja, Beban Kerja, Kelelahan Kerja

ABSTRACT

Background: Nurses as the forefront of health services in Indonesia, do not contribute a little in improving health status in Indonesia Various services can be carried out by nurses, so they can contribute to the success in reducing mortality. Job fatigue is a symptom associated with decreased work efficiency, skills, boredom, and increased anxiety.. The word "tired" has its own meaning for each individual and is subjective. The impact of work fatigue is decreased work performance, the body feels unwell, decreased morale, and reduce work productivity. **Aims:** This study aims to determine the determine the correlation between work shifts and workload on the level of fatigue of nurses. **Method:** . This study used a quantitative analytic survey design with a cross sectional design approach. The research sample consisted of 40 respondents consisting of two inpatient rooms in class III RSI Siti Khadijah Palembang in August-October 2017 with measuring instruments using a questionnaire and analyzed through SPSS 17. **Results:** The results of the analysis showed that there was a relationship between work shift and the level of work fatigue of nurses ($p = 0.010$) and there was a relationship between workload and the level of work fatigue of nurses ($p = 0.041$). **Suggestion:** The advice given is expected to require the development of a policy related to the career development of nurses based on competence and performance so that they remain motivated to work even with a high workload.

Keywords: Work Shift, Workload, Work Fatigue

PENDAHULUAN

Profesi yang pekerjaannya memberikan nilai yang sangat berharga terhadap manusia adalah perawat, menurut UU RI. No.23 tahun 1992 perawat merupakan mereka yang memiliki kemampuan dan kewenangan melakukan tindakan keperawatan berdasarkan ilmu yang dimiliki diperoleh melalui pendidikan keperawatan (Sukma, 2013).

Perawat sebagai garda terdepan layanan kesehatan di Indonesia, yang turut andil yang tidak sedikit dalam meningkatkan derajat kesehatan di Indonesia. Beragam pelayanan dapat dilakukan oleh perawat, khususnya sehingga mampu berkontribusi dalam keberhasilan penurunan angka kematian. Pelayanan tersebut antara lain sebagai pemberi asuhan keperawatan, pembela untuk melindungi klien, pemberi bimbingan klien, dan pendidik klien. Peran perawat dalam proses menurunkan angka kematian sebagai salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) sangat besar, karena tenaga keperawatan adalah tenaga kesehatan pertama yang berhubungan langsung dan intensif dengan para pasien (Baiduri, 2015).

Kelelahan kerja adalah gejala yang berhubungan dengan penurunan efisiensi kerja, keterampilan, kebosanan, serta peningkatan kecemasan. Kata “lelah” memiliki arti tersendiri bagi setiap individu

dan bersifat subjektif. Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Menurut beberapa peneliti, kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas (Putri, 2015).

Investigasi di beberapa negara menunjukkan bahwa kelelahan (*fatigue*) memberi kontribusi yang signifikan terhadap kecelakaan kerja. Kelelahan kerja memberi kontribusi 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja. Data dari *International Labour Organization* (ILO) (2014) menunjukkan bahwa hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Penelitian tersebut menyatakan dari 58.155 sampel, sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan yaitu sekitar 32,8% dari keseluruhan sampel (Baiduri, 2015).

Sudah banyak dilakukan penelitian tentang kelelahan, menurut laporan penelitian *Canadian Nurse Association* (2012) bahwa hampir 80% perawat di Kanada mengalami kelelahan. Kelelahan kerja adalah aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja, yang dapat disebabkan oleh : kelelahan yang sumber utamanya adalah mata (kelelahan visual), kelelahan fisik umum, kelelahan syaraf, kelelahan oleh lingkungan yang monoton dan kelelahan

oleh lingkungan kronis terus-menerus sebagai faktor secara menetap (Widyasari, 2014).

Penelitian *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) yaitu Lembaga Nasional untuk Keselamatan dan Kesehatan Kerja sebagai profesi yang beresiko sangat tinggi terhadap kelelahan kerja adalah perawat. Hasil penelitian Selye dalam Basuki (2013) menunjukkan alasan mengapa profesi perawat mempunyai resiko sangat tinggi terpapar oleh stress adalah karena perawat memiliki tugas dan tanggung jawab yang sangat tinggi terhadap keselamatan nyawa manusia.

Menurut Setyawati (2013), bahwa kelelahan kerja terjadi akibat penumpukan asam laktat. Pada saat bekerja tubuh membutuhkan energi. Energi tersebut diperoleh dari hasil pemecahan glikogen. Selain energi, asam laktat merupakan salah satu hasil dari pemecahan glikogen. Saat otot berkontraksi, maka akan terjadi penumpukan asam laktat. Asam laktat ini menghambat kerja otot dan menyebabkan rasa lelah.

Beberapa faktor berikut ini yang menyebabkan pekerja mengalami kelelahan kerja yaitu karena tekanan mental dan fisik, keterbatasan fisik, gangguan lingkungan dan team work. Tekanan mental dan fisik yaitu keadaan seorang perawat mengalami kelelahan

kerja karena faktor beban kerja yang berlebihan sehingga meningkatnya kecemasan, kebingungan dan kemarahan. Keterbatasan fisik yaitu ketika seorang perawat mengalami gangguan fisik yang dikhawatirkan berdampak buruk terhadap asuhan keperawatan yang diberikan kepada pasien, lingkungan juga sangat mempengaruhi konsentrasi terhadap asuhan keperawatan yang diberikan serta team work yang kurang perhatian terhadap rekannya dapat menimbulkan kelelahan diantara salah satu perawat (Aditama, 2014).

Dampak dari kelelahan kerja adalah prestasi kerja menurun, badan terasa tidak enak, semangat kerja menurun, dan menurunkan produktivitas kerja. Kecelakaan kerja membawa kerugian bagi tempat kerja, baik dari segi biaya, waktu, produktivitas maupun tenaga. Kelelahan kerja yang dialami perawat harus menjadi perhatian bagi pihak rumah sakit. Hal itu disebabkan perawat memiliki peran penting bagi pasien rumah sakit (Widyasari, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kusmindari (2015), didapatkan hasil tingkat kelelahan kerja pada shift 3 sangat berpengaruh secara nyata dengan shift 1 dan shift 2 dikarenakan oleh faktor beban kerja yang berlebihan dan lingkungan kerja yang tidak nyaman. Kelelahan kerja setelah bekerja

pada tenaga kerja dengan tingkat kelelahan sedang dan tinggi terdapat dibagian penggilangan dan karyawan pembantu dijumpai pada pekerja bergilir shift 2 dan shift 3.

Perawat bertanggung jawab untuk perawatan, perlindungan, dan pemulihan pasien. Untuk melayani pasien dalam kurun waktu 24 jam tersebut perawat-perawat yang ada di suatu rumah sakit perlu dikelola berdasarkan shift kerja. Shift kerja merupakan pilihan dalam pengorganisasian kerja untuk memaksimalkan produktivitas kerja sebagai pemenuhan tuntutan pasien. Meskipun memberikan keuntungan terhadap pasien, shift kerja dapat memberikan dampak negatif salah satunya adalah kelelahan (Nursalam, 2013).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Eryuda (2017), didapatkan hasil bahwa perawat yang mengalami stres kerja sebanyak 77,70% pada shift kerja malam, pada shift kerja pagi sebanyak 19,10%, dan tidak ada perawat yang mengalami stres kerja pada shift kerja sore selain itu hasil penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna, antara kelelahan kerja dengan stres kerja dengan nilai $p=0,001$. Sedangkan penelitian dari Kasmarani, M. K. (2012), yang menunjukkan ada hubungan beban kerja mental terhadap stress kerja perawat

di IGD RSUD Cianjur dengan nilai $p=0,048$.

Penelitian lainnya dari Aiska, S. (2014). Didapatkan rata-rata responden yang mengalami stress kerja sedang sebanyak 63 orang (60,0%). Selain itu juga hasil penelitian menunjukkan sebagian besar perawat mengalami stress kerja dan factor yang berpengaruh pada tingkat stress perawat adalah beban kerja. Hasil penelitian Astuti, L. Y., Hudhariani, R. N., & Agusman, F. (2013). Menunjukkan beban kerja perawat tinggi dengan persentase 80,0%, dan terdapat hubungan antara shift kerja dengan beban kerja perawat di ruang rawat inap penyakit dalam Rumah Sakit Umum Ambarawa dengan nilai $p=0,017$.

Menurut Tarwaka (2014), bahwa beban kerja dan tuntutan kerja dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal yang mempengaruhi beban kerja adalah tugas-tugas, organisasi kerja, lingkungan kerja baik lingkungan kerja fisik, kimiawi, biologis, dan psikologis, sedangkan faktor internal yang mempengaruhi beban kerja adalah faktor somatis dan faktor psikis. Pada beban kerja fisik diperlukan kerja otot, jantung, dan paru, sehingga jika beban kerja fisik tinggi maka kerja otot, jantung, dan paru akan semakin tinggi juga, begitu pula sebaliknya. Beban kerja fisik melibatkan penggunaan otot atau memerlukan usaha

fisik untuk melakukan pekerjaan tersebut. Setiap melakukan aktivitas kerja, maka mengakibatkan perubahan fungsi faal pada organ tubuh, diantaranya adalah konsumsi oksigen atau kebutuhan oksigen, laju detak jantung, peredaran udara atau ventilasi paru-paru, temperature tubuh, konsentrasi asam laktat dalam darah, komposisi kimia dalam darah dan jumlah air seni, tingkat penguapan melalui keringat, dan lain-lain.

Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang merupakan pelayanan kesehatan yang berada di kota Palembang dengan letaknya yang strategis dan merupakan rumah sakit rujukan di kota Palembang. Rumah sakit ini terdiri dari berbagai unit pelayanan kesehatan, salah satunya adalah Ruang Rawat Inap. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti didapatkan data ketenagaan dari bidang Keperawatan Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang, jumlah perawat di Ruang Musdalifah sebanyak 27 perawat dan di Ruang Marwah sebanyak 17 perawat.

Survey yang dilakukan melalui wawancara dengan 8 orang perawat pelaksana, didapatkan informasi keluhan kerja yang dirasakan perawat antara lain adalah perawat sering mengalami kelelahan bila banyak tindakan yang harus diberikan, kadang-kadang mereka tidak memiliki waktu luang untuk bisa memenuhi kebutuhan pasien, bahkan

sering susah tidur. Dari kelelahan yang dialami oleh perawat berakibat pada gejala fisik yang diderita oleh perawat itu sendiri, yaitu menderita penyakit maag, sakit kepala, dan peningkatan tekanan darah sedangkan gejala psikologisnya, yaitu tidak dapat berkonsentrasi pada pekerjaan, merasa lelah dan mudah tersinggung. Semua hal tersebut akan berpengaruh pada menurunnya kualitas pelayanan yang diberikan oleh rumah sakit, sehingga dapat mengakibatkan pasien atau pengunjung yang biasanya menggunakan jasa rumah sakit tersebut akan berpindah ke rumah sakit yang lain.

Pekerjaan seorang perawat sebagai jasa pelayanan kesehatan tidak terlepas dari pengaturan jam kerja. Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang beroperasi selama 24 jam, maka dari itu di dalam Rumah Sakit terdapat pengaturan jam kerja. Pengaturan jam kerja di Rumah Sakit lebih di kenal dengan shift kerja. Di Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang terdapat 3 shift kerja yaitu shift pagi yang bekerja selama 7 jam dari jam 07.00-14.00 WIB, shift siang yang bekerja selama 7 jam dari jam 14.00-21.00 WIB dan shift malam yang bekerja selama 10 jam dari jam 21.00-07.00 WIB.

Berdasarkan uraian diatas, maka tujuan penelitian ini adalah diketahuinya hubungan shift kerja dan beban kerja terhadap tingkat kelelahan kerja perawat di

Ruang Marwah dan Ruang Musdalifah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang tahun 2017.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian kuantitatif ini adalah survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan mulai bulan September hingga Oktober 2017, data penelitian diambil pada bulan Oktober di dua ruang rawat inap kelas III RSI Siti Khadijah Palembang. Penentuan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* sebanyak 40 orang responden. Data hasil penelitian didapatkan dengan menyebarkan kuesioner yang telah disetujui dan diisi oleh perawat pelaksana di dua ruang rawat inap kelas III dengan mempertimbangan prinsip etik penelitian.

Prinsip etik yang digunakan yaitu dengan menjelaskan tujuan penelitian, memberikan kebebasan kepada responden untuk ikut berpartisipasi dalam penelitian, menjaga kerahasiaan dengan tidak mencantumkan nama, sebagai gantinya peneliti memberikan kode ruangan dan responden. Prinsip etik tersebut tercantum dalam lembar *informed consent* yang tersedia di awal halaman. Kuesioner dengan penjelasan responden bersedia memberikan tanda tangan.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

Shift Kerja Perawat

Data distribusi frekuensi hasil penelitian variable shift kerja dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Shift Kerja

No	Shift Kerja	Jumlah	Persentase (%)
1.	Pagi	21	52,5
2.	Sore	13	32,5
3.	Malam	6	15,0
Total		40	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden, yang mendapatkan jadwal shift pagi sebanyak 21 responden (52,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan reponden yang mendapatkan jadwal shift sore sebanyak 13 responden (32,5%) dan reponden yang mendapatkan

jadwal shift malam yaitu sebanyak 6 responden (15,0%).

Beban Kerja Perawat

Hasil penelitian menunjukkan distribusi frekuensi responden menurut beban kerja setelah dikategorikan terlihat dalam tabel berikut ini :

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Beban Kerja

No	Beban Kerja	Jumlah	Persentase (%)
1.	Ringan	25	62,5
2.	Berat	15	37,5
	Total	40	100

Data distribusi frekuensi pada table 2 diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden, yang memiliki beban kerja ringan sebanyak 25 responden (62,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan reponden yang beban kerja berat yaitu sebanyak 15 responden (37,5%).

Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

Hasil penelitian menunjukkan distribusi frekuensi responden menurut tingkat kelelahan kerja setelah dikategorikan terlihat dalam tabel berikut ini :

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Tingkat Kelelahan Kerja

No	Tingkat Kelelahan Kerja	Jumlah	Persentase (%)
1.	Ringan	27	67,5
2.	Menengah	10	25,0
3.	Berat	3	7,5
	Total	40	100

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa dari 40 responden, yang memiliki tingkat kelelahan kerja ringan sebanyak 27 responden (67,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan reponden yang memiliki tingkat kelelahan kerja menengah sebanyak 10 responden (25,0%) dan reponden yang memiliki tingkat kelelahan kerja berat yaitu sebanyak 3 responden (7,5%).

Analisa Bivariat

Hubungan Shift Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

Tabel berikut ini menjelaskan hasil analisis hubungan shift kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Ruang Musdalifah dan Ruang Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang

Tabel 4.
Hubungan antara Shift Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

No	Shift Kerja	Tingkat Kelelahan Kerja perawat						<i>P value</i>
		Ringan		Berat +Sedang		Jumlah		
		n	%	n	%	n	%	
1	Pagi	19	90,5	2	9,5	21	100	0,010
2	Sore	5	38,5	8	61,5	13	100	
3	Malam	3	50,0	3	50,0	6	100	
Jumlah		27	67,5	13	32,5	40	100	

Pada tabel 4 didapatkan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan mendapatkan jadwal shift pagi sebanyak 19 orang (90,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan mendapatkan jadwal shift sore sebanyak 5 orang (38,5%) dan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan mendapatkan jadwal shift malam yaitu sebanyak 3 orang (50,0%). pada statistik chi square didapatkan 6 cells (66,7%) maka di uji statistik kolmogorov-smirnov

dan didapatlah nilai p value = 0,010, Ini berarti ada hubungan yang bermakna antara shift kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Ruang Musdalifah dan Ruang Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang.

Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

Tabel berikut ini menjelaskan hasil analisis hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Ruang Musdalifah dan Ruang Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang.

Tabel 5.
Hubungan antara Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

No	Shift Kerja	Tingkat Kelelahan Kerja perawat						<i>P value</i>
		Ringan		Berat +Sedang		Jumlah		
		n	%	n	%	n	%	
1	Ringan	21	84,0	4	16,0	25	100	0,041
2	Berat	6	40,0	9	60,0	15	100	
Jumlah		27	67,7	13	32,5	40	100	

Pada tabel 5 didapatkan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan memiliki beban kerja ringan sebanyak 21

orang (84,0%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan

memiliki beban kerja berat yaitu sebanyak 6 orang (40,0%). pada statistik *chi square* didapatkan 1 cells (25,0%) maka di uji statistik *kolmogorov-smirnov* dan didapatlah nilai $p\ value = 0,041$, Ini berarti ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Ruang Musdalifah dan Ruang Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang.

PEMBAHASAN

Hubungan Shift Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan mendapatkan jadwal shift pagi sebanyak 19 orang (90,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan mendapatkan jadwal shift sore sebanyak 5 orang (38,5%) dan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan mendapatkan jadwal shift malam yaitu sebanyak 3 orang (50,0%). Pada statistik *chi square* didapatkan 6 cells (66,7%) maka di uji statistik *kolmogorov-smirnov* dan didapatlah nilai $p\ value = 0,010$, yang jika dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,05$, maka $p\ value \leq 0,05$, Ini berarti ada hubungan yang bermakna antara shift kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Ruang Musdalifah dan Ruang Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang Tahun 2017. Dengan demikian

hipotesis yang menyatakan ada hubungan shift kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat terbukti secara statistik.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Attwood, Joseph, and Danz-Reece (2004) dalam Hidayat (2013), yang menyatakan bahwa shift kerja di periode malam hari akan memaksa para pekerja atau karyawan tidak bisa istirahat, mata terpaksa terus membuka di saat jam biologis menghendaki tubuh mendapat istirahat. Akibatnya karyawan akan merasa mengantuk sehingga mempengaruhi semua aspek kinerja. Dengan demikian tugas-tugas yang menuntut kewaspadaan visual sudah pasti akan terpengaruh, demikian juga pekerjaan yang membutuhkan kecermatan seperti pengolahan informasi dan memori. Tugas yang membutuhkan kegiatan fisik tidak terpengaruh oleh keadaan mengantuk.

Hasil penelitian ini tidak jauh berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2015), tentang hubungan shift kerja dan lama jam kerja dengan beban kerja perawat di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam RSUD Ambarawa, aitu terdapat hubungan antara shift kerja dengan beban kerja perawat di ruang rawat inap penyakit dalam Rumah Sakit Umum Ambarawa dengan odd ratio didapatkan shift kerja siang dan malam memiliki peluang sebesar 0.86 kali (95% CI: 0,009-0,785) terhadap beban kerja tinggi.

Hasil penelitian Astuti, L. Y., Hudhariani, R. N., & Agusman, F. (2013). Menunjukkan beban kerja perawat tinggi dengan persentase 80,0%, dan terdapat hubungan antara shift kerja dengan beban kerja perawat di ruang rawat inap penyakit dalam Rumah Sakit Umum Ambarawa dengan nilai $p=0,017$.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka peneliti berasumsi bahwa shift kerja malam adalah periode waktu kerja dari jam 21.00 - 07.00 WIB, yang satu orang perawat atau sekelompok perawat dijadwalkan dan diatur untuk bekerja di tempat kerja. Malam hari lazimnya digunakan untuk beristirahat dan tidur. Pada saat bekerja shift malam mereka merasa kurang beristirahat dengan baik dan merasa kesulitan untuk tidur setelah pulang bekerja karena adanya tuntutan meluangkan waktu untuk kehidupan keluarga dan sosial. Hal ini menyebabkan waktu istirahat kurang dari 24 jam. Shift kerja bukan merupakan satu-satunya faktor penyebab terjadinya kelelahan, tetapi kemungkinan ada faktor risiko lain yang menyebabkan kelelahan, seperti: iklim kerja, masa kerja, status perkawinan dan beban kerja fisik pada kegiatan pemenuhan kebersihan dan kebutuhan kebersihan dan kenyamanan fisik pasien serta beban mental pada shift pagi sehingga perawat yang bekerja pada shift pagi lebih lelah daripada shift malam dan shift sore.

Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Perawat

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan memiliki beban kerja ringan sebanyak 21 orang (84,0%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki tingkat kelelahan ringan dan memiliki beban kerja berat yaitu sebanyak 6 orang (40,0%). pada statistik chi square didapatkan 1 cells (25,0%) maka di uji statistik kolmogorov-smirnov dan didapatlah nilai p value = 0,041, yang jika dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,05$, maka p value $\leq 0,05$, Ini berarti ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat di Ruang Musdalifah dan Ruang Marwah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang Tahun 2017. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat terbukti secara statistik.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Marquis dan Huston (2014), yang menyatakan bahwa beban kerja adalah volume dari hasil kerja atau catatan tentang hasil pekerjaan yang dapat menunjukkan volume yang dihasilkan oleh sejumlah pegawai dalam suatu bagian tertentu. Jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan oleh sekelompok atau seseorang dalam waktu tertentu atau beban kerja dapat dilihat pada sudut pandang

obyektif dan subyektif. Secara obyektif adalah keseluruhan waktu yang dipakai atau jumlah aktivitas yang dilakukan. Sedangkan beban kerja secara subyektif adalah ukuran yang dipakai seseorang terhadap pernyataan tentang perasaan kelebihan beban kerja, ukuran dari tekanan pekerjaan dan kepuasan kerja. Beban kerja perawat adalah seluruh kegiatan atau aktivitas yang dilakukan oleh seorang perawat selama bertugas di suatu unit pelayanan keperawatan.

Hasil penelitian ini sejalan dari penelitian yang dilakukan oleh Hariyono (2009), tentang hubungan antara beban kerja, stres kerja dan tingkat konflik dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta, serta ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja perawat di RSIY PDHI dengan nilai $p=0,000 < 0,05$

Penelitian lainnya Aiska, S. (2014). Didapatkan rata-rata responden yang mengalami stress kerja sedang sebanyak 63 orang (60,0%). Selain itu juga hasil penelitian menunjukkan sebagian besar perawat mengalami stress kerja dan factor yang berpengaruh pada tingkat stress perawat adalah beban kerja.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka peneliti berasumsi bahwa beban kerja erat kaitannya dengan kinerja, yang mana berkaitan pula dengan performanya.

Apabila beban kerja berlebih akan berpengaruh dengan kinerjanya, dimana hal ini berkaitan dengan tingkat kelelahan seseorang. Selama 2 bulan terakhir Ruang Marwah dan Ruang Musdalifah Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang mengalami lonjakan pasien yang cukup signifikan. Hal ini disebabkan karena adanya perubahan cuaca yang menyebabkan peningkatan epidemiologi penyakit seperti fessbris, ISPA, GEA (radang perut), TBC dan hipertensi. Sehingga menyebabkan meningkatnya pasien baik di rawat jalan maupun di rawat inap.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Distribusi frekuensi responden sebagian besar mendapatkan jadwal shift pagi sebanyak 21 responden (52,5%) sebagian besar memiliki beban kerja ringan sebanyak 25 responden (62,5%). dan sebagian besar memiliki tingkat kelelahan kerja ringan sebanyak 27 responden (67,5%).
2. Ada hubungan shift kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat dengan nilai ($p=0,010$).
3. Ada hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja perawat dengan nilai ($p=0,041$).

Saran

Perlunya dibuat suatu kebijakan terkait dengan pengembangan shift kerja dan beban kerja berdasarkan kompetensi

agar perawat dapat bekerja dengan baik sesuai standar operasional dan perawat termotivasi dalam bekerja walaupun dengan beban kerja yang tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama. 2014. *Manajemen Administrasi Rumah Sakit*. Jakarta. Universitas Indonesia Press.
- Aiska, S. (2014). Analisis Faktor-Faktor yang Berpengaruh pada Tingkat Stres Kerja Perawat di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. *Naskah Publikasi, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*.
- Astuti, L. Y., Hudhariani, R. N., & Agusman, F. (2013). Hubungan Shift Kerja dan Lama Jam Kerja Dengan Beban Kerja Perawat di Ruanf Rawat Inap Penyakit Dalam RSUD Ambarawa. *Semarang: Stikes Karya Husada Semarang*
- Astuti 2015. Hubungan shift kerja dan lama jam kerja dengan beban kerja perawat di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam RSUD Ambarawa.
- Baiduri. 2015. *Peran Perawat dalam Pembangunan Kesehatan Bangsa*. Didapatkan dari : <http://www.kompasiana.com>. Diakses Tanggal 28 April 2017
- Hidayat.2013. *Analisis Pengaruh Shift Kerja terhadap Beban Kerja pada Pekerja di P.T. Primarindo Asia Infrastructure, Tbk*.
- Kasmarani, M. K. (2012). Pengaruh beban kerja fisik dan mental terhadap stres kerja pada perawat di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Cianjur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro, 1(2)*.
- Marquis dan Huston. 2014. *Kepemimpinan dan Manajemen Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika
- Putri. 2015. *Perbedaan Tingkat Kelelahan sAntara Shift Pagi, Sore dan Malam Pada Perawat Rawat Inap di RS PKU Aisyiyah Boyolali*. Naskah Publikasi. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Setyawati. 2013. *Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Tidur Dan Kelelahan Kerja Perawat Instalasi Rawat Darurat RS DR. Sardjito Yogyakarta*. Sains Kesehatan vol 19(2). Pp. 235-245
- Sukma. 2013. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta. Prestasi Pustaka

- Tarwaka. 2014. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Manajemen Implementasi K3 di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press
- Widyasari. 2014. *Hubungan antara Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta*. Skripsi. Fakultas Kedokteran, Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta.
- Widodo Hariyono, Dyah Suryani, Yanuk Wulandari 2009. Hubungan antara beban kerja, stres kerja dan tingkat konflik dengan kelelahan kerja perawat di rumah sakit islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Daulan*, 3(3).