

## **Faktor - faktor berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019**

### **The factors related to work fatigue of nurses in inpatient wards in Dr. H. Abdul Moeloek public hospital in Bandar Lampung in 2019**

**Fitri Eka Sari<sup>1</sup>, Mirza Zainun Nisa<sup>2</sup>, Vera Yulyani<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Malahayati

<sup>2</sup>UPT Puskesmas Bernung Kec. Gedong tatan Kab. Pesawaran

Korespondensi penulis: [fitriekasari19@gmail.com](mailto:fitriekasari19@gmail.com)

Penyerahan: 07-06-2021, Perbaikan: 20-06-2021, Diterima: 03-07-2021

#### **ABSTRACT**

Ratio between nurse and wards in Dr. H. Abdul Moeloek public hospital is 1:2, meaning that there was higher work loading possibilities for the nurses that cause work fatigue for them. The objective of this research was to find out the factors related to work fatigue of nurses in inpatient wards in Dr. H. Abdul Moeloek public hospital in Bandar Lampung in 2019. This was a quantitative research by using cross sectional approach. This research was conducted in inpatient wards in Dr. H. Abdul Moeloek public hospital in Bandar Lampung in 2019. Population was all of 188 nurses in Muari, Kenanga, Mawar, Kutilang, Alamanda, Perinatology, and Mahan Munyai wards. Samples were of total population. Data were analyzed by using chi square test with Mantel-Haenszel test. The statistic test result showed that variables related to work fatigue after being influenced by abnormal nutrition status were sex (p-value = 0.021), marital status (p-value = 0.001), sickness history (p-value = 0.029), and working shift (p-value = 0.003). The variables related to work fatigue after being influenced by normal nutrition status were marital status (p-value = 0.001) and age (p-value = 0.008). Variables that were not related to work fatigue after being influenced by abnormal nutrition status was age (p-value = 0.297) and after being influenced by normal nutrition status were sex (p-value = 0.504), sickness history (p-value = 0.232), and working shift (p-value = 0.289). The researchers expect nurses to maintain their health conditions by consuming minimum 2 liters of fresh water to keep body fluid to stay being concentrated in doing their jobs, to keep attitude and emotion despite of high working loads for morning working shift nurses, to consume diet with high protein, vitamin, and multi-vitamins to keep nurses' health conditions.

Keywords : work fatigue, nutritional status, nurse

#### **ABSTRAK**

Perawat di RSUD Dr.H Abdul Moeloek memiliki rasio antara jumlah perawat rawat inap dengan tempat tidur memiliki perbandingan 1:2, yang berarti terdapat beban kerja lebih bagi perawat, dan kemungkinan terjadi kelelahan kerja pada perawat menjadi lebih besar. Tujuan penelitian diketahui Faktor - faktor berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019. Jenis penelitian *kuantitatif* dengan pendekatan rancangan penelitian survei *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar

Lampung Tahun 2019. Populasi dan sampel sebanyak adalah seluruh perawat yang ada di ruang Murai, Kenanga, Mawar, Kutilang, Alamanda, Perinatalogi, dan Mahan Munyai yaitu sebanyak 188 orang menggunakan teknik *Total Populasi*. Analisa data dengan uji *chi square Mantel-Haenszel*. Hasil uji statistik didapatkan variabel yang berhubungan dengan kelelahan kerja setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori tidak normal yaitu jenis kelamin  $p\text{-value} = 0,021$ , status perkawinan  $p\text{-value} = 0,001$ , riwayat penyakit  $p\text{-value} = 0,029$ , shift kerja  $p\text{-value} = 0,003$  dan setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori normal yaitu status perkawinan  $p\text{-value} = 0,001$  dan usia responden  $p\text{-value} = 0,008$ . Variabel yang tidak berhubungan dengan kelelahan kerja setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori tidak normal yaitu usia responden  $p\text{-value} = 0,297$  dan setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori normal yaitu jenis kelamin  $p\text{-value} = 0,504$ , riwayat penyakit  $p\text{-value} = 0,232$ , dan shift kerja  $p\text{-value} = 0,289$ . Diharapkan perawat tetap menjaga kondisi kesehatan dengan membawa air putih minimal dua liter untuk menjaga cairan agar tetap berkonsentrasi dalam melaksanakan pekerjaannya serta menjaga sikap dan emosi walaupun tingginya beban kerja yang dibebankan oleh perawat shift pagi. Mengonsumsi makanan yang tinggi protein, vitamin dan multivitamin dalam menjaga kesehatan diri perawat.

Kata Kunci : Kelelahan kerja, gizi, perawat,

## PENDAHULUAN

Kelelahan kerja merupakan salah satu permasalahan keselamatan dan kesehatan kerja yang dapat menjadi faktor risiko terjadinya kecelakaan pada saat bekerja. Kelelahan kerja disebabkan oleh banyak faktor baik dari faktor individu, dan juga faktor dari luar seperti beban kerja dan lingkungan kerja, beban kerja dapat berupa beban mental, fisik dan sosial. Kelelahan yang terus menerus untuk jangka waktu yang panjang akan menjadi kelelahan kronis dirasakan sebelum bekerja, saat bekerja dan setelah bekerja pada tenaga kerja (Tarwaka, dkk, 2015).

Data *World Health Organization* tahun 2009 menyatakan bahwa terdapat 7,8 juta perawat di 198 negara. Badan PPSDM Kesehatan Kemenkes RI (2015) melaporkan jumlah rumah sakit pada tahun 2014 sebanyak 2.406 dengan jumlah tenaga kesehatan terbanyak pada posisi perawat 122.689 orang yang bertugas di rumah sakit. Perawat merupakan tenaga medis yang memiliki kontak langsung paling sering dengan pasien sehingga rentan terhadap kelelahan. Kelelahan kerja perawat yang timbul akibat tuntutan kerja yang melebihi kemampuan seseorang untuk

mengatasinya sehingga menimbulkan berbagai macam reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku. Menurut PPNI (Persatuan Perawat Nasional Indonesia), pada tahun 2017 sebanyak 50.9% perawat di Indonesia mengalami kelelahan kerja. Salah satu faktor penyebabnya adalah waktu kerja yang berubah-ubah (shift kerja) (Rhamadani, 2018)

Perawat memiliki tuntutan kerja yang tinggi, khususnya perawat yang bertugas di instalasi rawat inap. Hal ini disebabkan karena di instalasi rawat inap seluruh asuhan keperawatan dilakukan 24 jam selama 7 hari, sehingga menambah tanggung jawab perawat untuk melakukan asuhan keperawatan dibandingkan dengan perawat yang bertugas di instalasi lainnya. Tuntutan kerja yang tinggi tersebut menyebabkan aktivitas kerja perawat juga meningkat. Tingginya tuntutan kerja tersebut dapat mengganggu kesehatan perawat (Maharja, 2015).

RSUD Dr. H Abdul Moeloek merupakan rumah sakit Tipe B dan merupakan rujukan tertinggi di Provinsi Lampung. Berdasarkan Permenkes Nomor 340/MENKES/PER/III/2010, bahwa rumah sakit tipe B memiliki perbandingan antara

tenaga keperawatan dan tempat tidur sebesar 1:1. Sedangkan perbandingan tenaga perawat dan tempat tidur yaitu Tahun 2019 RSUD Dr. H Abdul Moeloek memiliki rasio yaitu 1:2, yang berarti terdapat adanya kekurangan tenaga keperawatan, beban kerja lebih bagi perawat, dan kemungkinan terjadi kelelahan kerja pada perawat menjadi lebih besar.

Berdasarkan hasil pra survei pada bulan Agustus Tahun 2019 dilakukan dengan metode wawancara terhadap perawat di ruang rawat inap Murai 10 orang, Nuri 10 orang, Kenanga 15 orang. Perawat di RSUD Dr.H Abdul Moeloek mengalami adanya rasa mengantuk, sering menguap, lemas, pusing sakit kepala dan kaku pada bagian tubuh tertentu. Kondisi tersebut merupakan tanda/gejala kelelahan.

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor

- faktor berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019.

## METODE

Jenis penelitian *kuantitatif* dengan pendekatan rancangan penelitian survei *cross sectional*. Jenis data yang digunakan adalah data primer yang diambil dari kuesioner. Subjek penelitian adalah seluruh perawat yang ada di ruang Murai, Kenanga, Mawar, Kutilang, Alamanda, Perinatalogi, dan Mahan Munyai yaitu sebanyak 188 orang. Objek penelitian ini adalah jenis kelamin, usia, status perkawinan, status gizi, riwayat penyakit, shift kerja, dan kelelahan kerja perawat. Penelitian dilaksanakan di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung dan penelitian dilaksanakan pada bulan Mei Tahun 2019. (*Chi square Mantel-Haenzel*)

## HASIL

### Analisa Univariat

**Tabel 1**

Variabel	n	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
- wanita	98	52,1
- Pria	90	47,9
<b>Usia</b>		
- Berisiko	63	33,5
- Tidak Berisiko	125	66,5
<b>Perkawinan</b>		
- Kawin	94	50
- Tidak kawin	94	50
<b>Status Gizi</b>		
- Tidak Normal	95	50,5
- Normal	93	49,5
<b>Riwayat Penyakit</b>		
- Ya	81	47,4
- Tidak	90	52,6
<b>Shift Kerja</b>		
- Malam	64	34
- Siang	47	25
- Pagi	77	41

Kelelahan		
- Kurang Lelah	99	52,7
- Lelah	54	28,7
- Sangat Lelah	35	18,6

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan distribusi frekuensi variabel bahwa dari 188 perawat yang menjadi responden paling banyak dengan jenis kelamin wanita sebanyak 98 (52,1%) responden. Berdasarkan variabel usia paling banyak dengan usia tidak berisiko (< 40 tahun) sebanyak 125 (66,5%) responden. Pada Variabel Status perkawinan kategori tidak kawin dan kawin sebanyak 94 (50%) responden. Pada variabel Gizi, dengan status gizi tidak normal (kurus/gemuk) sebanyak 95 (50,5%) responden. Pda Variabel Riwayat

Penyakit paling banyak dengan tidak memiliki riwayat penyakit sebanyak 118 (62,8%) responden. Pada variabel paling banyak shift kerja pagi sebanyak 77 (41%) responden dan paling sedikit shift kerja siang sebanyak 47 (25%), dan pada variabel kelehan kerja terjadi kelelahan kerja dengan paling banyak sering mengalami susah berpikir dan merasa haus sebanyak 18 (9,57%) respoden. Juga ketika terjadi kelelahan kerja perawat tak jarang merasa sulit untuk mengontrol sikap sebanyak 82 (43,62%) responden

### Analisis Bivariat

**Tabel 2**  
**Hubungan Jenis Kelamin Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat**

	Status Gizi	Kelelahan Kerja						Total		
		Jenis Kelamin	Kurang Lelah		Lelah		Sangat Lelah		n	%
			n	%	n	%	n	%		
Tidak Normal	Wanita	16	16.8	25	26.3	14	14.7	55	57.9	
	Pria	23	24.2	11	11.6	6	6.3	40	42.1	
Normal	Wanita	26	28	8	8.6	9	9.7	43	46.2	
	Pria	34	36.6	10	10.8	6	6.5	50	53.8	
Total	Wanita	42	22.3	33	17.6	23	12.2	98	52.1	
	Pria	57	30.3	21	11.2	12	6.4	90	47.9	
Total		99	52.7	54	28.7	35	18.6	188	100	

p-value tidak normal = 0,021 p-value normal = 0,504 p-value total = 0,018

Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan p value 0, 021 (p value<0.05), ini menunjukkan bahwa H<sub>0</sub> ditolak atau ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam

kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0, 504 (p value>0.05), ini menunjukkan bahwa H<sub>0</sub> diterima atau tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal.

**Tabel 3**  
**Hubungan Usia Responden Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat**

Status Gizi	Usia Responden	Kelelahan Kerja						Total	
		Kurang Lelah		Lelah		Sangat Lelah		n	%
		n	%	n	%	n	%		
Tidak Normal	Berisiko	10	10.5	15	15.8	8	8.4	33	34.7
	Tidak risiko	29	30.5	21	22.1	12	12.6	62	65.3
Normal	Berisiko	13	14.0	8	8.6	9	9.7	30	32.3
	Tidak risiko	47	50.5	10	10.8	6	6.5	63	67.7
Total	Berisiko	23	12.2	23	12.2	17	9	63	33.5
	Tidak risiko	76	40.4	31	16.5	18	9.6	125	66.5
Total		99	52.7	54	28.7	35	18.6	188	100

p-value tidak normal = 0,297 p-value normal = 0,008 p-value total = 0,006

Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan p value 0,297 (p value>0.05), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada hubungan antara usia responden dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi

dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0,008 (p value<0.05), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal.

**Tabel 4**  
**Hubungan Status Perkawinan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat**

Status Perkawinan	Usia Responden	Kelelahan Kerja						Total	
		Kurang Lelah		Lelah		Sangat Lelah		n	%
		n	%	n	%	N	%		
Tidak Normal	Kawin	12	12.6	24	25.3	15	15.8	51	53.7
	Tidak Kawin	27	28.4	12	12.6	5	5.3	44	46.3
Normal	Kawin	19	20.4	13	14.0	11	11.8	43	46.2
	Tidak Kawin	41	44.1	5	5.4	4	4.3	50	53.8
Total	Kawin	31	16.5	37	19.7	26	13.8	94	50.0
	Tidak Kawin	68	36.2	17	9	9	4.9	94	50.0
Total		99	52.7	54	28.7	35	18.6	188	100

p-value tidak normal = 0,001 p-value normal = 0,001 p-value total = 0,000

Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan p value 0,001 (p value<0.05), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara status

perkawinan dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0,001 (p value<0.05), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau

ada hubungan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal.

**Tabel 5**

**Hubungan Riwayat Penyakit Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat**

Status Gizi	Riwayat Penyakit	Kelelahan Kerja						Total	
		Kurang Lelah		Lelah		Sangat Lelah		N	%
		n	%	N	%	N	%		
Tidak Normal	Ya	10	10.5	20	21.1	9	9.5	39	41.1
	Tidak	29	30.5	16	16.8	11	11.6	56	58.9
Normal	Ya	17	18.3	9	9.7	5	5.4	31	33.3
	Tidak	43	46.2	9	9.7	10	10.8	62	66.7
Total	Ya	27	14.4	29	15.4	14	10.8	70	37.2
	Tidak	72	38.3	25	13.3	21	11.2	118	62.8
Total		99	52.7	54	28.7	35	18.6	188	100

p-value tidak normal = 0,029 p-value normal = 0,232 p-value total = 0,005

Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan p value 0,029 (p value<0.05), ini menunjukkan bahwa H<sub>0</sub> ditolak atau ada hubungan antara riwayat penyakit dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai

*Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0,232 (p value>0.05), ini menunjukkan bahwa H<sub>0</sub> diterima atau tidak ada hubungan antara riwayat penyakit dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal.

**Tabel 6**

**Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat**

Status Gizi	Shift Kerja	Kelelahan Kerja						Total	
		Kurang Lelah		Lelah		Sangat Lelah		n	%
		N	%	n	%	n	%		
Tidak Normal	Malam	11	11.6	19	20	9	9.5	39	41.1
	Siang	6	6.3	11	11.6	7	7.4	24	25.3
	Pagi	22	23.2	6	6.3	4	4.2	32	33.7
Normal	Malam	13	14	5	5.4	7	7.5	25	26.9
	Siang	15	16.1	6	6.5	2	2.2	23	24.7
	Pagi	32	34.4	7	7.5	6	6.5	45	48.4
Total	Malam	24	12.8	24	12.8	16	8.5	64	34
	Siang	21	11.2	17	9	9	4.8	47	25
	Pagi	54	28.7	13	6.9	10	5.3	77	41
Total		99	52.7	54	28.7	35	18.6	188	100

p-value tidak normal = 0,003 p-value normal = 0,289 p-value total = 0,002

Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi

tidak normal didapatkan p value 0,003 (p value<0.05), ini menunjukkan bahwa H<sub>0</sub> ditolak atau ada hubungan antara shift

kerja dengan kelelahan kerja pada perawat setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0,289 ( $p \text{ value} > 0.05$ ),

## Pembahasan

### Hubungan Jenis Kelamin Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat berdasarkan status gizi.

Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan p value 0,021 ( $p \text{ value} < 0.05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0,504 ( $p \text{ value} < 0.05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal. Peneliti berpendapat ada hubungan jenis kelamin dengan dengan kelelahan kerja setelah dipengaruhi variabel status gizi dalam kategori tidak normal hal ini dipengaruhi wanita dengan status gizi yang tidak normal menyebabkan peningkatan kelelahan kerja perawat disebabkan ukuran tubuh dan kekuatan otot perawat wanita relatif kurang dibanding pria ditambah dengan status gizi yang tidak normal mengakibatkan kekuatan otot semakin lemah sehingga terjadi peningkatan kalium pada otot yang menyebabkan terjadinya kram otot dan mudah lelah kerja otot. Sedangkan status gizi dalam kategori tidak normal sebagai variabel *counfounding* tidak mempengaruhi hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat hal ini dipengaruhi

ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dipengaruhi status gizi dalam kategori normal.

status gizi normal sangat mendukung kinerja perawat sehingga responden berjenis kelamin wanita belum tentu tidak mengalami kelelahan maupun sebaliknya. Ada faktor lain yang dapat menyebabkan responden berjenis kelamin wanita mengalami kelelahan yang ternyata dipengaruhi oleh status gizi dari responden tersebut.

### Hubungan Usia Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat berdasarkan status gizi

Tabel 3 menunjukkan bahwa hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* = 0,006 sehingga  $p < \alpha = 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti ada hubungan usia dengan kelelahan kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019. Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan p value 0,297 ( $p \text{ value} > 0.05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada hubungan antara usia responden dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan p value 0,008 ( $p \text{ value} < 0.05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal. Peneliti berpendapat ada hubungan usia responden dengan kelelahan kerja setelah dipengaruhi variabel status gizi dalam kategori normal

hal ini dikarenakan perawat dengan usia berisiko yang memiliki status gizi normal menjaga pola makan dengan cara membawa bekal saat kerja, tidak sering mengonsumsi makanan yang mengandung banyak zat kimia dikarenakan perawat usia berisiko lebih berhati-hati dengan keadaan kesehatannya dan sebagian besar kepala ruangan yang beban kerja secara fisik lebih ringan dibandingkan perawat pelaksana sehingga tidak terjadi kelelahan. Sedangkan perawat yang usia berisiko dengan status gizi dalam kategori tidak normal mengalami kelelahan kerja disebabkan semakin tua usia perawat mempengaruhi penurunan tenaga atau energi yang dibutuhkan dalam melakukan pekerjaan sehingga perawat mudah mengalami kelelahan dalam bekerja. Variabel confounding status gizi tidak normal tidak mempengaruhi hubungan usia responden dengan kelelahan kerja perawat hal ini disebabkan perawat dalam keadaan status gizi tidak normal dapat menyebabkan proses metabolisme dalam tubuh perawat terganggu sehingga energi yang dikeluarkan semakin banyak dan kebutuhan gizi dalam membentuk energy tidak mencukupi sehingga dapat mempengaruhi kekuatan otot dan tenaga perawat oleh karena itu, usia berapapun perawat dengan keadaan status gizi tidak normal akan mudah terjadi kelelahan dalam bekerja.

### **Hubungan Status Perkawinan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat berdasarkan status gizi**

Tabel 4 menunjukkan bahwa hasil uji statistik diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,000$  sehingga  $p < \alpha = 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti ada hubungan status perkawinan dengan kelelahan kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019. Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi

tidak normal didapatkan  $p\text{ value } 0,001$  ( $p\text{ value} < 0.05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan  $p\text{ value } 0,001$  ( $p\text{ value} < 0.05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal. Peneliti berasumsi ada hubungan status perkawinan dengan kelelahan kerja perawat setelah dipengaruhi status gizi hal ini berdasarkan hasil penelitian perawat dengan status kawin akan mengalami kelelahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga kerja yang berstatus belum kawin karena status seseorang juga mempengaruhi tingkat kelelahan, orang yang sudah menikah lebih cepat mengalami kelelahan dibandingkan dengan yang belum menikah oleh karena waktu istirahat tidak dimanfaatkan secara maksimal sebab kondisi keluarganya juga perlu mendapatkan perhatian yang cukup diperparah dengan hasil penelitian perawat yang mengalami status gizi yang tidak normal mayoritas mempunyai status gizi gemuk, pada pekerja yang mempunyai status gizi gemuk akan mengalami kelelahan yang lebih terutama pada perawat wanita setelah menikah menggunakan alat kontrasepsi hormonal yang mengakibatkan kegemukan. Dalam memanfaatkan waktu istirahat, perawat wanita yang sudah menikah seringkali melakukan aktivitas lainnya seperti mencuci, makan, duduk ataupun tidur tanpa melakukan peregangan otot setelah bekerja dalam waktu lama. Sedangkan pada perawat laki-laki melakukan pekerjaan sampingan yang menyebabkan kekurangan waktu beristirahat. Hal ini memungkinkan belum optimalnya kondisi otot pada saat tubuh kembali digunakan untuk bekerja dan istirahat yang

dilakukan oleh perawat merupakan istirahat yang ditentukan oleh perawat itu sendiri.

### **Hubungan Riwayat Penyakit Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat berdasarkan status gizi**

Tabel 5 menunjukkan bahwa hasil analisis data menggunakan uji chi-square diperoleh nilai  $p=0,005$  ( $p<0,05$ ), maka dapat disimpulkan bahwa riwayat penyakit memiliki hubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019. Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan  $p$  value 0,029 ( $p$  value $<0,05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara riwayat penyakit dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan  $p$  value 0,232 ( $p$  value $>0,05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada hubungan antara riwayat penyakit dengan kelelahan kerja pada perawat berdasarkan status gizi dalam kategori normal. Peneliti berasumsi bahwa ada hubungan riwayat penyakit dengan kelelahan kerja terhadap *counfounding* variabel status gizi tidak normal sehingga disimpulkan bahwa perawat yang memiliki riwayat penyakit dipengaruhi status gizi tidak normal akan mengalami kelelahan kerja sedangkan pada perawat yang tidak memiliki riwayat penyakit dipengaruhi status gizi tidak normal sedikit mengalami kelelahan kerja hal ini dipengaruhi berdasarkan hasil yang diperoleh riwayat penyakit pernah dialami oleh tenaga kerja diperparah dengan status gizi yang tidak normal maka penyakit yang dialami perawat seperti tekanan darah tinggi dan tekanan darah rendah bersamaan dengan keadaan gemuk mengakibatkan transportasi oksigen dan karbondioksida

akan mengalami gangguan sehingga terjadi penimbunan didalam tubuh. Sedangkan status gizi dalam kategori normal sebagai variabel *counfounding* tidak mempengaruhi hubungan riwayat penyakit dengan kelelahan kerja pada perawat hal ini disebabkan status gizi normal merupakan factor yang lebih kuat dalam mempengaruhi kelelahan kerja perawat sehingga perawat yang memiliki maupun tidak memiliki riwayat penyakit tidak mudah mengalami kelelahan kerja.

### **Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat berdasarkan status gizi**

Dari tabel 6 menunjukkan bahwa hasil uji statistik diperoleh nilai  $p$ -value = 0,002 sehingga  $p < \alpha = 0,05$ , maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, yang berarti ada Faktor -faktor berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung Tahun 2019. Berdasarkan dari hasil uji statistik diperoleh nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi tidak normal didapatkan  $p$  value 0,003 ( $p$  value $<0,05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak atau ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori tidak normal. Sedangkan nilai *Chi-square Mantel Haenszel* dengan variabel *counfounding* status gizi normal didapatkan  $p$  value 0,289 ( $p$  value $>0,05$ ), ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima atau tidak ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dipengaruhi status gizi dalam kategori normal. Peneliti berpendapat ada hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat terhadap status gizi dalam kategori tidak normal di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung hal ini dipengaruhi shift kerja malam paling banyak yang mengalami kelelahan disebabkan status gizi yang tidak normal serta kegiatan pada malam hari merupakan jam untuk

beristirahat, perawat dinas ruangan juga paling sedikit dibandingkan dinas pagi dan siang, serta jam kerjanya lebih panjang sehingga kegiatan yang padat serta jam kerja yang paling panjang hingga 12 jam yang menyebabkan kelelahan kerja perawat pada dinas malam paling tinggi.

## KESIMPULAN

Hasil uji statistik didapatkan variabel yang berhubungan dengan kelelahan kerja setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori tidak normal yaitu jenis kelamin  $p$ -value = 0,021, status perkawinan  $p$ -value = 0,001, riwayat penyakit  $p$ -value = 0,029, shift kerja  $p$ -value = 0,003 dan setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori normal yaitu status perkawinan  $p$ -value = 0,001 dan usia responden  $p$ -value = 0,008. Variabel yang tidak berhubungan dengan kelelahan kerja setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori tidak normal yaitu usia responden  $p$ -value = 0,297 dan setelah dipengaruhi status gizi dalam kategori normal yaitu jenis kelamin  $p$ -value = 0,504, riwayat penyakit  $p$ -value = 0,232, dan shift kerja  $p$ -value = 0,289.

## SARAN

Diharapkan perawat shift pagi dengan kondisi padatnya kegiatan diruangan tetap menjaga kondisi kesehatan dengan membawa air putih minimal dua liter untuk menjaga cairan agar tetap berkonsentrasi dalam melaksanakan pekerjaannya serta menjaga sikap dan emosi walaupun tingginya beban kerja yang dibebankan oleh perawat shift pagi. Perawat shift malam disarankan untuk mempersiapkan diri dengan cara istirahat yang cukup dan makan- makanan bernutrisi tinggi seperti mengkonsumsi makanan yang tinggi protein, vitamin dan multivitamin dalam menjaga kesehatan diri perawat sebelum jaga malam.

Bagi RSUD Dr. Hi. Abdul Moeloek diharapkan manajemen keperawatan dapat mengupayakan pencegahan

kelelahan kerja pada perawat dengan memperhatikan: jenis kelamin yaitu menempatkan pegawai wanita pada pada shift pagi atau sore, terutama bagi yang sudah menikah atau pasca cuti melahirkan. Memperhatikan status gizi pegawai dengan melakukan pemeriksaan secara teratur minimal 6 bulan sekali.

## DAFTAR PUSTAKA

- Maharja, (2015). *Analisis tingkat kelelahan kerja berdasarkan beban kerja fisik perawat di instalasi rawat inap RSUD Haji Surabaya*. <https://e-journal.unair.ac.id/IJOSH/article/download/1651/1272>.
- Mallapiang F, Alam S, Suyuti AA. (2014). *Faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat IGD di RSUD haji makassar tahun 2014*. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Sihah/article/view/2078>
- Perwitasari. (2014). *Faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja subyektif pada perawat di RSUD Dr. mohamad soewandhie surabaya*. <https://e-journal.unair.ac.id > IJOSH > article > view>
- Rejeki, Sri. (2015). *Sanitasi, hygiene, dan k3 (kesehatan & keselamatan kerja)*. Rekayasa Sains: Bandung.
- Rizki Amalia Pratiwi. (2017). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan perawat rumah sakit (sebuah kajian literatur)*. <https://publikasiilmiah.unwahas.ac.id > index.php > article > download>
- Saiful Walid. (2012). *Proses keperawatan teori & aplikasi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Sudirman Arif. (2015). *Faktor – faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap rumah sakit umum kabupaten tangerang Tahun 2015*.

Sukma, Nolo Widyawati. (2012). *Konsep dasar keperawatan*. Jakarta: Prestasi Pustaka.

Suma'mur, (2014). *Higiene perusahaan dan kesehatan Kkrja (hiperkes) Edisi 2*. Jakarta: CV. Sagung Seto

Tarwaka, Solichul, Bakri & Sudiajeng, (2015). *Ergonomi, untuk keselamatan, kesehatan kerja dan produktivitas*. Surakarta: Universitas Islam Batik Surakarta.