



Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat RSUD dr. Rasidin Padang

Orien Tiara Putri^{1*}, Nurul Prihastita Rizyana², Febriyanti Nursya³

¹⁻³ Kesehatan Masyarakat, Universitas Alifiah Padang

^{1*}orientiaraputri@email.com, ²prihastitan@email.com, ³febriyantinnursya9@email.com

Abstrak

Rumah Sakit Umum Daerah dr. Rasidin Padang merupakan salah satu Rumah Sakit Yang Memiliki kunjungan pasien terbanyak di Kota Padang dengan jumlah kunjungan 5.335 pasien. RSUD dr. Rasidin juga termasuk 3 dari 10 dari Rumah Sakit dengan jumlah kunjungan terbanyak. Perawat merupakan tenaga kerja di rumah sakit dengan tanggung jawab memberikan pelayanan optimal pada pasien, tuntutan itu dapat menyebabkan kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Jenis Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret- Agustus 2025 Populasi penelitian adalah seluruh perawat instalasi rawat inap berjumlah 130 orang, dengan sampel sebanyak 51 responden yang dipilih melalui teknik stratified random sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Subjective Self Rating Test dari Industrial Fatigue Research Committee (IFRC) untuk menilai tingkat kelelahan kerja, serta kuesioner identitas responden terkait umur, shift kerja, dan masa kerja. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 54,9% perawat mengalami kelelahan kerja berat, 41,2% perawat mengalami shift kerja beresiko menunjukkan 49,0% yang memiliki umur beresiko dan 82,4% masa kerja lama. Analisis bivariat memperlihatkan terdapat hubungan signifikan antara shift kerja ($p=0,023$), umur ($p=0,001$), serta masa kerja ($p=0,007$) dengan kelelahan kerja.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Masa Kerja, Perawat, Shift Kerja, Umur

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) memprediksi bahwa yang menjadi penyakit pembunuh nomor 2 setelah penyakit jantung adalah perasaan lelah yang berat dan WHO mengungkap juga penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia di tahun 2009-2019 disebutkan penyakit jantung masih menjadi pembunuh nomor 1 di dunia, akan tetapi gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi masuk sepuluh besar sebagai penyakit pembunuh (Organization 2020). Kementerian tenaga kerja Jepang juga melakukan penelitian terhadap 12 ribu perusahaan dan melibatkan sekitar 16 ribu orang dari penelitian tersebut membuktikan bahwa 65% tenaga kerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan.(ILO 1998).

International Labour Organization (ILO) mengatakan bahwa di dunia setiap tahun terdapat sebanyak dua juta pekerja meninggal akibat dari kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Ditemukan prevalensi kelelahan yang terjadi pada perawat luar negeri sebesar 91,9%. Sebuah penelitian di Iran terdapat 43,3 % perawat mengalami kelelahan Di *Irelandia Health and Safety Authority* menyatakan kelelahan dapat menyebabkan kesalahan yang dapat berdampak kecelakaan pada pekerjaan. Kelelahan kerja banyak ditemukan pada profesi seperti perawat. Ditemukan prevalensi kelelahan yang terjadi pada perawat luar negeri sebesar 91,9% (Aan Hermawan, dkk 2023).

Menurut hasil survey PPNI (Persatuan Perawat Nasional Indonesia) pada tahun 2023 di dapatkan 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit sebesar 42,3%, kelelahan kerja di Puskesmas mendapatkan 67,3 % (Tonapa, dkk 2022).

Rumah sakit merupakan institusi kesehatan yang mempunyai peranan penting dalam memberikan layanan kesehatan dalam menjaga dan memelihara kesehatan masyarakat. Rumah sakit merupakan tempat kerja yang memiliki resiko tinggi terhadap keselamatan dan kesehatan sumber daya manusia rumah sakit, pasien dan pendamping pasien, pengunjung maupun lingkungan rumah sakit. Dengan tingginya resiko potensi bahaya yang ada, rumah sakit perlu adanya upaya pengendalian untuk meminimalisasi ancaman bahaya terjadi dalam rangka pengendalian resiko yang berkaitan dengan kegiatan kerja guna menciptakan tempat kerja yang aman, efisien dan produktif. Sebagai industri jasa pelayanan, rumah sakit termasuk ke dalam kategori tempat yang wajib K3RS (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, 2016).

Kelelahan kerja adalah kondisi akut atau kronis yang menyebabkan keletihan fisik, mental, atau emosional, sehingga menghambat seseorang untuk menjalani aktivitasnya (Worksafe Victoria, 2020). Ciri utama dari kelelahan adalah terjadinya penurunan kapasitas fisik atau penurunan kinerja. Kelelahan akibat pekerjaan merupakan salah satu

masalah yang berkaitan dengan keselamatan dan kesehatan kerja. Sementara gejala spesifik kelelahan dapat bervariasi dari orang ke orang, mereka selalu berkisar pada penurunan kinerja dan stamina (Dimkatni, 2020).

Tarwaka menjelaskan bahwa kelelahan adalah reaksi tubuh sebagai mekanisme perlindungan untuk menghindari kerusakan yang lebih serius, yang kemudian diikuti dengan proses pemulihan saat tubuh beristirahat. Kelelahan kerja dapat mempengaruhi setiap pekerja secara berbeda, namun umumnya dapat menyebabkan berbagai risiko, seperti menurunnya kualitas dan produktivitas kerja, berkurangnya motivasi, kelalaian dalam pekerjaan, serta berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan seperti PAK, stres kerja, cedera, dan KAK. Kelelahan kerja dapat dipicu oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal berkaitan dengan kondisi pribadi pekerja, seperti usia, jenis kelamin, status gizi, kesehatan, kualitas tidur, dan kebiasaan merokok. Sedangkan faktor eksternal berkaitan dengan lingkungan kerja yang kurang mendukung, baik dari segi fisik maupun fisik non-fisik, serta faktor-faktor pekerjaan, seperti beban kerja, waktu istirahat, *shift* kerja, dan durasi masa kerja (Tarwaka 2004).

Pada perawat kelelahan kerja merupakan keluhan umum yang berpengaruh terhadap kinerja. Kurang lebih 20% pekerja mengalami gejala kelelahan kerja. *Shift* kerja dan beban kerja merupakan faktor fisik dan psikologi yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja. Seseorang yang berprofesi sebagai perawat tidak terlepas dari sistem *shift* kerja. Pekerja dengan *shift* kerja merupakan seseorang yang bekerja melebihi jam kerja normal dalam kurun waktu tertentu (Wiyarso, 2018).

Kerja *shift* didefinisikan sebagai pekerjaan yang dilakukan diluar jam kerja pada umumnya. Pekerja yang bekerja sepanjang 4 jam terus menerus, kandungan gula didalam darahnya pula hendak menurun serta bisa menyebabkan berkurangnya produktivitas kerja. Oleh karena itu melakukan istirahat sangat dibutuhkan minimum separuh jam sehabis 4 jam bekerja terus menerus supaya pekerja mendapatkan peluang buat makan serta menaikkan tenaga yang dibutuhkan badan untuk bekerja (Suma'mur, 1996).

Pekerja yang bekerja pada *shift* malam akan lebih mudah merasa lelah dan mengantuk (Kodrat, 2011). Dalam beberapa penelitian juga dijelaskan bahwa kelelahan kerja banyak terjadi ketika pekerja sedang melakukan *shift* kerja (Lerman, 2012). Hal ini didukung oleh pernyataan Aini (2018) yaitu ditemukan 73.7% perawat yang melakukan *shift* malam di RS Herna Medan, mengalami kelelahan.

Berdasarkan penelitian Apritalia L. Elsa (2024) dengan judul "Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Labuang Baji Makassar Tahun 2024" didapatkan bahwa ada hubungan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di Rawat Inap RSUD Labuang Baji ($P\text{-value } 0,021 < 0,05$).

Selain *shift* kerja, faktor individu umur juga mempunyai hubungan yang signifikan terhadap terjadinya kelelahan, bukti di Negara Jepang menunjukkan bahwa pekerja yang berusia 40-50 akan lebih cepat menderita kelelahan dibandingkan dengan pekerja relative lebih muda (Agustin, 2018).

Menurut Suma'mur (1989) kemampuan seseorang dalam melakukan tugasnya dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah umur. Umur seseorang akan mempengaruhi kondisi tubuh. Seseorang yang berumur muda sanggup melakukan pekerjaan berat dan sebaliknya jika seseorang berusia lanjut maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun.

Berdasarkan penelitian sebelumnya Rudyarti (2020) dengan judul "Analisis Hubungan Stress Kerja, Umur, Masa Kerja Dan Iklim Kerja Dengan Perasaan Kelelahan Kerja Pada Perawat Tahun 2020" uji statistik menunjukkan variable umur ($p\text{-value}=0,013$) terdapat hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja.

Faktor lain yang menyebabkan seseorang mengalami kelelahan yaitu masa kerja. Masa kerja merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kelelahan hal ini dikarenakan lamanya bekerja akan berpengaruh terhadap mekanisme dalam tubuh. Apabila masa kerja > 5 tahun maka akan mempercepat kontraksi otot, dengan arti lain ada pengaruh yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja. Seseorang yang memiliki masa kerja lebih lama memiliki pengalaman dan lebih memahami pekerjaannya sehari-hari daripada seseorang yang masa kerjanya baru sebentar (Hijah et al., 2021). Masa kerja merujuk pada periode waktu yang dihitung sejak seseorang mulai bekerja hingga waktu penelitian dilakukan.

Berdasarkan penelitian sebelumnya dari Edwina Rudyarti (2020) dengan judul "Analisis Hubungan Stress Kerja, Umur, Masa Kerja Dan Iklim Kerja Dengan Perasaan Kelelahan Kerja Pada Perawat Tahun 2020" Berdasarkan analisis juga diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan perasaan kelelahan kerja, dengan nilai korelasi sebesar 0,361 dan $p\text{ value}$ sebesar (0,007).

Rumah sakit umum daerah dr. Rasidin padang merupakan perangkat Daerah Pemerintahan Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. Salah satu rumah sakit umum milik instansi pemerintah kota padang yang beralamat di Jalan Aia Paku Sei. Sapih Kecamatan Kuranji Kota Padang. Nama rumah sakit ini diambil dari nama [dr. Rasidin](#), salah seorang wali kota Padang periode 1949-1956. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Padang Tahun 2024 rumah sakit dr. Rasidin Padang masuk dalam kategori jumlah kunjungan terbanyak, dengan mencatat jumlah kunjungan terbanyak ke 3 dari 10 rumah sakit di kota Padang dengan total jumlah kunjungan pasien rawat inap 80.036 kunjungan dan pasien rawat jalan dengan jumlah 5.335 kunjungan. (Laporan Tahunan Dinkes Kota Padang, 2024)

Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan pada 10 perawat yang ada di RSUD dr. Rasidin padang pada tanggal 28 Mei 2025, diketahui bahwa perawat bekerja pada tiga *shift* pagi, siang dan malam. Dari 10 perawat 5 (50%) bekerja pada *shift* malam dan 5 (50%) bekerja pada pagi dan siang. Survei juga menemukan didapatkan 50% perawat merasakan berat dikepala, 50% perawat mengatakan menguap saat bekerja, Terdapat 5 dari 10 perawat berusia lebih dari 30 tahun, Sebanyak 8 (80%) dari 10 perawat ruang rawat inap sudah bekerja lebih dari 5 tahun.

METODE

Penelitian ini membahas mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Variabel independen dalam penelitian ini adalah shift kerja, umur dan masa kerja sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah kelelahan kerja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah stratified random sampling. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD dr. Rasidin Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat instalasi rawat inap yang bekerja di RSUD dr. Rasidin dengan jumlah 130 orang dengan sampel sebanyak 51 orang. Pengumpulan data menggunakan angket. Cara pengolahan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan analisis data univariat yang bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan menggunakan Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara dua variabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelelahan Kerja, Shift Kerja, Umur dan Masa Kerja pada Perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Variabel	<i>f</i>	%
Kelelahan Kerja		
Berat	28	54,9
Ringan	23	45,1
Shift Kerja		
Beresiko	21	41,2
Tidak Beresiko	30	58,8
Umur		
Beresiko	25	49,0
Tidak Beresiko	26	51,0
Masa Kerja		
Lama	42	82,4
Baru	9	17,6
Total	51	100,0

Hasil penelitian distribusi frekuensi berdasarkan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 menunjukkan bahwa 28 responden (54,9%) mengalami kelelahan kerja berat pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Hasil penelitian distribusi frekuensi menunjukkan bahwa 9 responden (17,6%) mengalami kelelahan kerja pada sub ruangan kurma di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Seldi, (2023) hasil penelitian ini menunjukkan bahwa perawat yang mengalami kelelahan sebanyak 116 orang (85,9%) dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 19 orang (14,1%). Penelitian ini juga sejalan dengan Andi, (2024) tentang Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Daerah Haji Makassar Tahun 2024 hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar mengalami kelelahan kerja ringan (42,9%) dan kelelahan kerja pada tingkat sedang (57,1%). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Handayani, (2021) pada perawat sebagian besar responden mengalami kelelahan sedang (72,30%).

Kelelahan kerja adalah gejala yang berhubungan dengan kelelahan kerja penurunan efisiensi kerja, keterampilan, kebosanan, serta peningkatan kecemasan. Kata “lelah” memiliki arti tersendiri bagi setiap individu dan bersifat subjektif. Kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas (Hendro, 2020).

Berdasarkan analisis kuesioner diketahui bahwa perawat sangat sering merasakan berat dikepala (35,3%), perawat sering merasakan berat dikaki (45,1%) sering merasakan mengantuk (35,3%). Berdasarkan asumsi peneliti pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang bahwa masih tinggi nya tingkat kelelahan kerja pada perawat yang tergolong dalam kategori kelelahan berat, semakin lama masa kerja seseorang, maka semakin tinggi tingkat kelelahan yang disebabkan karena semakin perasaan jenuh akibat pekerjaan tersebut akan berpengaruh terhadap tingkat kelelahan yang dialaminya.

Hasil penelitian distribusi frekuensi berdasarkan *shift* kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 menunjukkan bahwa 21 responden (41,2%) mengalami *shift* kerja beresiko dan 30 responden (58,8%) mengalami *shift* kerja tidak beresiko pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Ilahi, (2023) di ruang rawat inap Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Jambi, ditemukan sampel 61 orang perawat pada penelitian ini sebanyak 47,5% bekerja *shift* malam. Hal itu sejalan juga dengan penelitian dengan Cahayu, (2019) di ruangan rawat inap di Rumah Sakit Umum Daerah DR. Pirngadi Medan, ditemukan sampel 162 perawat pada penelitian sebanyak 38,3% perawat bekerja pada *shift* malam. Hal itu sejalan juga dengan penelitian Indah Rhamdani, (2019) di RSUD Asy-Syifa Sumbawa Barat kebanyakan perawat pekerja *shift* yaitu 61 perawat (59,8%).

Shift kerja adalah merujuk pada pola penjadwalan waktu kerja yang melibatkan jam kerja pada pagi, sore, dan malam. Berdasarkan pasal 79 ayat 2 huruf a UU No.13/2003 *shift* kerja diatur menjadi 4 (tiga) *shift*. Pembagian *shift* adalah maksimum 8 jam kerja per-hari, termasuk istirahat antara jam kerja (Cahaya, 2019). Tubuh manusia memiliki “jam biologis” yang mengatur siklus tidur-bangun, suhu tubuh, hormon, dan fungsi fisiologis lainnya. Waktu malam adalah periode dimana secara alami tubuh siap tidur dan pemulihan. Bila seseorang bekerja pada malam hari, terjadi *desinkronisasi* antara jam biologis dan tuntutan kerja, yang bisa menyebabkan gangguan tidur, kelelahan, penurunan performa (ILO, 2003)

Berdasarkan asumsi peneliti pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Perawat yang bekerja *shift* malam diasumsikan memiliki jam istirahat lebih sedikit dibanding *shift* pagi/siang. Ritme biologis tubuh pada *shift* malam tidak dapat beradaptasi optimal, sehingga meningkatkan kelelahan dan membuat kondisi tubuh tidak sesuai dengan otak atau menurunkan kinerja.

Hasil penelitian distribusi frekuensi berdasarkan umur pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 menunjukkan bahwa 25 responden (49,0%) memiliki umur yang beresiko dan 26 responden (51,0%) memiliki umur yang tidak beresiko pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Fisella, (2014) di ruang rawat inap penyakit dalam RSUD Datoe Binangkang Kabupaten Bolaang Mongondow sebanyak 22 perawat (62,9%) berumur dewasa muda <63 tahun. Hal ini sejalan juga dengan hasil penelitian Deivy Tenggor, (2019) di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado menunjukkan bahwa umur paling banyak yaitu 26-35 tahun yaitu 32 responden (69,3) dan paling sedikit umur > 35 tahun yaitu 4 responden (7,4%). Hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian Dewi, (2016) di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta menunjukkan mayoritas responden berusia 35-41 (41,8%)

Umur merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kemampuan kerja seorang individu. Pemakaian energi per-jam pada kondisi dari kerja otot untuk tiap orang itu berbeda, dan salah satunya dipengaruhi oleh faktor usia. Menyelesaikan pekerjaan yang berat, sementara individu yang lebih tua mungkin mengalami penurunan dalam kemampuan tersebut karena lebih mudah merasa lelah dan kurang lincah, yang pada akhirnya berdampak pada kinerja mereka di tempat kerja (Tarwaka, 2015). Dampak dari penuaan pada umumnya lebih terlihat setelah usia 40 tahun. Pada usia mendekati 45 tahun umumnya terjadi penurunan kekuatan otot. Menua merupakan suatu proses yang mengubah orang dewasa sehat menjadi seorang yang rapuh dengan kekurangan sebagian besar sistem fisiologis dan peningkatan kerentanan terhadap berbagai penyakit seiring dengan pertambahan usia (Dewi, 2016).

Berdasarkan asumsi peneliti pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang mayoritas responden pada penelitian ini Usia ≥ 40 tahun. Usia responden dalam penelitian ini sesuai dengan batasan usia kerja yang berlaku di Indonesia yaitu berada pada usia 15-64 tahun. Usia memengaruhi daya tahan tubuh serta kemampuan beradaptasi dengan pola *shift* kerja. Semakin tua usia perawat, semakin besar kemungkinan mengalami kelelahan akibat penurunan kondisi fisik.

Hasil penelitian distribusi frekuensi berdasarkan masa kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 menunjukkan bahwa 42 responden (82,4%) memiliki kelompok masa kerja lama dan 9 responden (17,6%) memiliki kelompok masa kerja baru. Pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Miranti, (2018) 58 ditemukan bahwa masa kerja beresiko yaitu 42 responden (76,4%) , sedangkan masa kerja yang tidak beresiko yaitu 13 responden (23,6%). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Riska Meila, (2016) di ruang rawat inap Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Surakarta dilihat dari masa kerja mayoritas perawat mempunyai masa kerja lama (46,2%). Hal ini sejalan juga dengan penelitian Aulia, (2021) perawat dengan masa kerja ≥ 10 tahun sebanyak 58 orang (62,4%) dan < 10 tahun sebanyak 37,6%.

Masa kerja merupakan jangka waktu seseorang yang sudah bekerja dari pertama mulai masuk hingga bekerja. Masa kerja dapat diartikan sebagai sepelehan waktu yang agak lama dimana seseorang tenaga kesehatan masuk dalam tempat bekerja sampai batas tertentu (Suma'mur, 2015).

Menurut asumsi peneliti semakin lama masa kerja , maka semakin tinggi tingkat kelelahan yang disebabkan karena semakin perasaan jenuh dan perasaan emosional akibat pekerjaan tersebut akan berpengaruh terhadap tingkat kelelahan yang dialaminya.

Analisis Bivariat

Tabel 2 Hubungan *Shift* Kerja, Umur, Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Variabel	Kelelahan Kerja				Total	<i>p-value</i>	
	Berat		Ringan				
<i>Shift</i> Kerja	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>n</i>	%	
Beresiko	16	76,2	5	23,8	21	100	0,023
Tidak beresiko	12	40,0	18	60,0	30	100	
Umur							
Beresiko	20	80,0	5	20,0%	25	100	0,001
Tidak Beresiko	8	30,8	18	69,2%	26	100	
Masa Kerja							
Lama	27	64,3	15	35,7	42	100	0,007
Baru	1	11,1	8	88,9	9	100	
Total	28		23		51		

Proporsi responden hubungan *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 yang mengalami kelelahan kerja ditemukan pada responden dengan *shift* kerja beresiko (76,2%) dibandingkan pada responden tidak beresiko (40,0%). Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* 0,023 ($p < 0,05$) artinya ada hubungan *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vera, (2021) Hubungan *Shift* Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Rsud Adnaan Wd Payakumbuh Berdasarkan hasil uji statistic dengan nilai *pvalue* = 0,004 artinya ha diterima, sehingga ada hubungan *shift* kerja perawat dengan kelelahan kerja perawat. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan Rhamdani, (2019) terdapat hubungan antara *shift* kerja ($p=0.035$). Hasil penelitian ini juga dengan sejalan Siregar, (2019) ada hubungan yang signifikan antara *shift* kerja pada perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Budhi Asih Jakarta Timur yang memperoleh nilai *p value* 0, 010.

Shift kerja diartikan berada pada lokasi kerja yang sama (*shift* kerja kontiniu) atau pada waktu yang berlainan (*shift* kerja rotasi). *Shift* kerja berbeda dengan hari kerja biasa, dimana pada hari kerja biasa, pekerjaan dilakukan secara teratur pada waktu yang telah ditentukan sebelumnya, sedangkan *shift* kerja dapat dilakukan lebih dari satu kali untuk memenuhi jadwal 24 jam/hari (Vera, 2021)

Menurut asumsi peneliti Perawat yang bekerja pada *shift* malam diruangan rawat inap memiliki jam istirahat lebih sedikit dibanding *shift* pagi/siang, sehingga meningkatkan risiko kelelahan kerja. Diharapkan pihak rumah sakit dapat mengatur jadwal *shift* malam secara lebih proporsional, memberikan waktu istirahat yang cukup, serta mempertimbangkan rotasi *shift* untuk mengurangi risiko kelelahan pada perawat.

Proporsi responden hubungan umur dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 yang mengalami kelelahan kerja ditemukan pada responden dengan umur beresiko (80,0%) dibandingkan pada responden dengan umur yang tidak beresiko mengalami kelelahan kerja (30,8%). Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* 0,001 ($p-value < 0,05$) maka dapat diartikan bahwa ada hubungan umur dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Penelitian ini sejalan Awalia, (2021) didapatkan nilai variabel umur *p value*=0,913>0,05. Hasil penelitian ini juga sejalan Ferusgel, A., (2022) didapatkan nilai *p value* 0,000 sehingga memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara umur. Hasil penelitian ini sejalan juga dengan Tenggor, (2019) uji chi-square umur diperoleh nilai *p value* 0,006.

Umur merupakan salah satu faktor individu yang memengaruhi kapasitas kerja, daya tahan fisik, serta kemampuan adaptasi terhadap beban kerja maupun kondisi lingkungan kerja Perawat dengan usia lebih muda umumnya memiliki kondisi fisik yang relatif prima, daya tahan tubuh lebih baik, serta lebih cepat dalam proses pemulihan setelah bekerja. Namun, pekerja muda sering kali masih kurang berpengalaman dalam mengatur waktu istirahat, strategi coping terhadap stres kerja, serta belum terbiasa dengan pola kerja *shift* yang bergantian sehingga dapat menimbulkan kelelahan. Sementara itu, perawat dengan usia lebih tua memiliki pengalaman kerja lebih panjang, keterampilan dalam mengatur ritme kerja, dan strategi adaptasi yang lebih baik. Akan tetapi, bertambahnya usia juga disertai dengan penurunan kapasitas fisiologis, misalnya penurunan fungsi kardiovaskular, respirasi, serta meningkatnya kerentanan terhadap penyakit degeneratif. Kondisi ini menyebabkan pekerja usia tua lebih mudah mengalami kelelahan fisik dibandingkan dengan kelompok usia muda, terutama saat bekerja *shift* malam yang mengganggu ritme sirkadian. (Susilowati, 2017).

Berdasarkan asumsi peneliti Perawat dengan usia **≥40 tahun** dianggap lebih berisiko mengalami kelelahan kerja karena fungsi fisiologis dan stamina mulai menurun. Usia memengaruhi daya tahan tubuh serta kemampuan beradaptasi dengan pola *shift* kerja. Semakin tua usia perawat, semakin besar kemungkinan mengalami kelelahan akibat penurunan kondisi fisik. **Diharapkan** perawat usia **≥40 tahun** mendapatkan perhatian khusus berupa pemeriksaan kesehatan berkala, pembagian beban kerja yang lebih seimbang, dan dukungan program kesehatan kerja agar tetap dapat bekerja secara optimal tanpa terbebani kelelahan berlebih.

Proporsi hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 yang

mengalami kelelahan kerja berat ditemukan pada responden dengan kelompok masa kerja lama (64,3%) dibandingkan pada responden pada masa kerja baru (11,1%). Hasil uji statistik didapatkan p -value 0,007 ($p < 0,05$) maka dapat diartikan bahwa ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sihombing et al, (2021) Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Tarutung. menunjukkan ada hubungan signifikan antara masa kerja dengan kelelahan subjektif pada perawat dengan p -value 0,004.

Masa kerja merupakan pekerjaan fisik yang dilakukan secara kontiniu dalam jangka waktu yang lama akan berpengaruh terhadap mekanisme dalam tubuh (sistem peredaran darah, pencernaan, otot, syaraf, dan pernafasan). Dalam keadaan ini kelelahan terjadi karena terkumpulnya produk sisa dalam otot dan peredaran darah dimana produk sisa ini bersifat membatasi kelangsungan kegiatan otot. Masa kerja merupakan jangka waktu orang sudah bekerja dari pertama mulai masuk hingga sekarang masih bekerja. Masa kerja dapat diartikan sebagai sepenggal waktu yang agak lama dimana seseorang tenaga kesehatan masuk dalam suatu wilayah tempat bekerja sampai batas waktu tertentu (Suma'mur, 2009).

Berdasarkan asumsi dari peneliti banyak responden semakin lama masa kerja seseorang, maka semakin tinggi tingkat kelelahan. Hal ini disebabkan oleh munculnya rasa jenuh terhadap pekerjaan yang dijalani terus-menerus, sehingga berdampak pada tingkat kelelahan yang dialaminya. **Diharapkan** manajemen rumah sakit dapat memberikan variasi tugas, pelatihan berkala, serta program penyegaran kerja (refreshing program) untuk mengurangi kejenuhan dan meningkatkan motivasi kerja bagi perawat dengan masa kerja lama.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025, dapat disimpulkan bahwa, sebagian besar perawat rawat inap (54,9%) mengalami kelelahan kerja berat, sebagian besar perawat rawat inap (58,8%) memiliki shift kerja yang beresiko, kurang dari separoh perawat rawat inap (49,0) memiliki umur yang beresiko, sebagian besar perawat memiliki masa kerja lama yaitu sebanyak 82,4%. Terdapat hubungan yang signifikan dengan shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 ($p=0,023$). Terdapat hubungan yang signifikan dengan umur dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 ($p=0,001$). Terdapat hubungan yang signifikan dengan masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025 ($p=0,007$).

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang berkontribusi dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- all, J., et al. (2017). Cross-sectional examination of the association between *shift* characteristics and nurse outcomes. BMC Nursing. BioMed Central
- Andriani, A. E. (2021). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pembangunan Jembatan Ploso Jombang*. 6.
- Awalia, M. J., Medyati, N. J., & Giay, Z. J. (2021). Hubungan Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Stress Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 5(2). <https://doi.org/10.58258/jisip.v5i2.1824>
- Aulia, Astrina, and Nova Rita. "Hubungan jenis kelamin, masa kerja, komitmen organisasi, gaya kepemimpinan dan kejadian burnout pada perawat di Rumah Sakit PP Tahun 2019." *Jurnal Kesehatan Lentera'Aisyiyah* 4.2 (2021): 492-501.
- Biomedika, J., Rhamdani, I., Wartono, M., & Belakang, L. (2019). *Hubungan antara shift kerja , kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat*. 2(3), 104–110. <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2019.v2.104-110>
- Burgess, M., Enzle, M. E., & Morry, M. (2000). The social psychological power of photography: Can the image-freezing machine make something of nothing? In *European Journal of Social Psychology* (Vol. 30, Issue 5, pp. 613–630). [https://doi.org/10.1002/1099-0992\(200009/10\)30:5<613::aid-ejsp11>3.3.co;2-j](https://doi.org/10.1002/1099-0992(200009/10)30:5<613::aid-ejsp11>3.3.co;2-j)
- Bunga, S., Amirudin, H., Situngkir, D., & Wahidin, M. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kesehatan Lapangan Dompot Dhuafa Pada Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 40–51. <https://ejurnal.esaunggul.ac.id/index.php/HealthPublica/article/view/4097>

- Candra Dewi, A., Surono, A., Heru Sutomo, A., Perilaku Kesehatan, D., dan Kedokteran Sosial, L., Kedokteran, F., & Gadjah Mada, U. (2016). Stres kerja, usia, dan lama layanan dengan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit jiwa Grhasia Yogyakarta Work stress, age, and years of services with work fatigue among nurses at mental hospital of Grhasia Yogyakarta. *BKM Journal of Community Medicine and Public Health*, Volume 32 Nomor 2, 53–58. <https://core.ac.uk/download/pdf/295355881.pdf>
- Collins, S. P., Storrow, A., Liu, D., Jenkins, C. A., Miller, K. F., Kampe, C., & Butler, J. (2021). *No Title 済無No Title No Title*. 167–186.
- Dehring, T., et al. (2018). The impact of *shift* work and organisational climate on nurse health outcomes. *BMC Health Services Research*. BioMed Central
- Dewi, B. M. (2018). Hubungan Antara Motivasi, Beban Kerja, Dan Lingkungan Kerja Dengan Kelelahan Kerja. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 7(1), 20. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v7i1.2018.20-29>
- Dewi, A. C., Surono, A., & Sutomo, A. H. (2016). *Stres kerja, usia, dan lama layanan dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. Berita Kedokteran Masyarakat*, 32(4), xx-yy. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Dayat, L. O. H. (2023). Hubungan karakteristik usia, jenis kelamin, dan status pernikahan terhadap kelelahan kerja perawat COVID-19 di RSUD Labuang Baji tahun 2021. *Journal of Health Education and Literacy*, 5(2), 143–149. <https://doi.org/10.31605/j-healt.v5i2.2017>
- Ferusgel, A., Hernike Napitupulu, L., & Putra., R. P. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rsu Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. *Akrab Juara: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial*, 7(1), 329. <https://doi.org/10.58487/akrabjuara.v7i1.1779>
- Handayani¹, Putri, and Novita Hotmaria. "Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat." *Indonesian Journal of Nursing Health Science* ISSN (Print) 2502 (2021): 6127.
- Hijah, N. F., Setyaningsih, Y., & Jayanti, S. (2021). Iklim Kerja, Postur Kerja, dan Masa Kerja Terhadap Kelelahan Kerja pada Pekerja Bengkel Las. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 11–16. <https://doi.org/10.15294/jppkmi.v2i1.47282>
- International Labour Organization. (2003). *Fundamental Principles of Occupational Health and Safety (Second Edition)*. Geneva: ILO.
- Ihsania, E. (2020). *Kerja Subjektif Pada Kurir Pengantar Barang Di Wilayah Tangerang Selatan , Tahun 2020 Disusun untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat Oleh : Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Islam Nege*.
- International Labour Organization. (2003) *European Agency for Safety and Health at Work. (n.d.). Directive 2003/88/EC – Working time. Retrieved*
- Journal, I., Health, N., Vol, S., Handayani, P., & Hotmaria, N. (2021). *Pendahuluan Kelelahan diartikan sebagai rasa lelah atau kekurangan energi yang dapat*. 6(1), 1–5.
- Jannah, Hafidzoh Fatihatul, and Abdul Rohim Tualeka. 2022. "Hubungan Status Gizi Dan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen." *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)* 5(7):823–28. doi: 10.56338/mppki.v5i7.2400.
- Johnson, A. B., Simonson, C. J., & Besant, R. W. (1998). Uncertainty analysis in the testing of air-to-air heat/energy exchangers installed in buildings. *ASHRAE Transactions*, 104(Pt 1B), 1639–1650.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2 Tahun 2020 tentang Standar Antropometri Anak. Jakarta: Kemenkes RI. Diakses dari <https://peraturan.bpk.go.id/Details/152505/permenkes-no-2-tahun-2020>
- Laporan Tahunan RSUD dr. Rasidin. (2024).
- Laporan Tahunan Dinkes Kota Padang, (2024)

Mongondow, K. B., & Warouw, H. (n.d.). *No Title*.

Magvira, P., Gusti, A., & Rahman, A. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Petugas Pompa SPBU Khatib Sulaiman dan SPBU Aia Pacah di Kota Padang. *Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja Dan Lingkungan*, 3(2), 75–85.

<https://doi.org/10.25077/jk31.3.2.75-85.2022>

Miranti Fitri, M. N. (2018). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Mata Petugas Call Center Bagian Credit Card di PT Bank Danamon Indonesia Jakarta* (Vol. 6, No. 202, hlm. 1–9). Universitas Esa Unggul. journals.badnurmedisa.org+1

Nurliasari, S. Y., Inayah, Z., Sutarjo, A., & Bowo, E. A. (2023). Hubungan Shift Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Ruang Rawat Inap Di Rs Muhammadiyah Lamongan. *Jurnal Medika Malahayati*, 7(3), 851–859. <https://doi.org/10.33024/jmm.v7i3.10883>

Oksandi, H. R., & Karbita, A. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD dr.H.BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(1), 0–7. <https://doi.org/10.57084/jiksi.v1i1.330>

(Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia). (2016). Nomor 66 Tahun 2016 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit. *IOSR Journal of Economics and Finance*, 3(1), 56. [https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT_Globalization_Report_2018.pdf%0Ahttp://eprints.lse.ac.uk/43447/1/India_globalisation,societyandinequalities\(lsero\).pdf%0Ahttps://www.quora.com/What-is-the-dif](https://www.bertelsmann-stiftung.de/fileadmin/files/BSt/Publikationen/GrauePublikationen/MT_Globalization_Report_2018.pdf%0Ahttp://eprints.lse.ac.uk/43447/1/India_globalisation,societyandinequalities(lsero).pdf%0Ahttps://www.quora.com/What-is-the-dif)

Panghestu, Wr. Krishnava Pitalokaning, Sujangi, Hurip Jayadi, Budi Yulianto, and Aries Prasetyo. 2024. “Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Perawat Di RSUD Kota Madiun Tahun 2023.” *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat* 5(1):35–38. doi: 10.47575/jpkm.v5i1.571.

Pramitasari, Riska Meila, and S. K. M. Sri Darnoto. Pengaruh masa kerja dan shift kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat inap di Rumah Sakit Pku Muhammadiyah Surakarta. Diss. Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016.

Putrisani, F. S., Nugraha, A. E., & Herwanto, D. (2023). Analisis Kelelahan Kerja Subjektif dengan Menggunakan Kuesioner Subjective Self Rating Test. *STRING (Satuan Tulisan Riset Dan Inovasi Teknologi)*, 7(3), 258. <https://doi.org/10.30998/string.v7i3.14485>

Rahmawati, R., & Afandi, S. (2019). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan kelelahan pada pengemudi. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 41–45.

Rudyarti, E. (2020). Analisis hubungan stres kerja, umur, masa kerja dan iklim kerja dengan perasaan kelelahan kerja pada perawat. *Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat 2020*, 240–249. <file:///C:/Users/User/AppData/Local/Temp/1065-3109-1-PB.pdf>

Suma'mur. (1996). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: CV Sagung Seto.

(Sari et al., 2023)Sari, K. I., Paskarini, I., & Nursehan, BR. Ginting. (2023). *Hubungan Antara Shift Kerja dan Durasi Kerja dengan Keluhan Kelelahan Pada Perawat di Rumah Sakit Daerah Balung Kabupaten Jember Tahun 2021*. 14, 47–55.

(Suma'mur, 2009). Suma'mur, P. K. (2009). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: CV Sagung Seto.

Susanti, N. K., & Yanti, R. (2024). Hubungan Shift Kerja, Kualitas Tidur dan Asupan Energi dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan Bidang Produksi (Studi di PT. Q Kalimantan). *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 16(1), 61–69.

Sesrianty, V., & Marni, S. (2021). Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja perawat di RSUD Adnaan WD Payakumbuh. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 1(4), 676–679.

Tarwaka, P. G. Dip.Sc., M. Erg. (2017). *Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Ergonomi (K3E): Dalam Perspektif Bisnis*. Surakarta: Harapan Press. perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id

- Trinofiandy, R., Kridawati, A., & Wulandari, P. (2018). Analisis Hubungan Karakteristik Individu, Shift Kerja, dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit X Jakarta Timur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2), 205.
- Tarwaka, P. G. Dip.Sc., M. Erg. (2012). *Dasar-dasar Keselamatan Kerja serta Pencegahan Kecelakaan Kerja di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press. ISBN 978-979-18144-2-3.
- Tarwaka. (2015). *Ergonomi industri: Dasar-dasar pengetahuan ergonomi dan aplikasi di tempat kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Tenggor, Deivy, Linnie Pondaag, and Rivelino S. Hamel. "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado." *Jurnal Keperawatan* 7.1 (2019): 1-8.
- Witesa, Y. T. (2024). *Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Operator SPBU*.
- Wiyarso. (2018). Shift kerja dan risiko kelelahan. *Jurnal Ergonomi Indonesia*.
- Worksafe Victoria. (2020). *Work-related fatigue: Causes and prevention*. Melbourne: Victorian Government.