



Hubungan Kualitas Tidur dan Masa Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Nesa Triyulita¹, Gusrianti², Yulia³

^{1,2,3} Kesehatan Masyarakat, Universitas Alifiah Padang

¹nesatriyulita@gmail.com, ²gusrianti819@gmail.com, ³yuliaskm88@gmail.com

Abstrak

Menurut hasil survey PPNI tahun 2023 didapatkan 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Provinsi Sumatera Barat (2023) didapatkan hasil kelelahan kerja pada perawat sebesar 59,5%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di RSUD dr. Rasidin Padang pada bulan Maret sampai Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh perawat di RSUD dr. Rasidin Padang sebanyak 180 orang dengan sampel sebanyak 65 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *proporsional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan teknik wawancara. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 52,3% perawat mengalami kelelahan kerja, sebanyak 53,8% perawat memiliki kualitas tidur yang buruk dan sebanyak 63,1% perawat memiliki masa kerja yang berisiko (>5 tahun). Terdapat hubungan kualitas tidur ($p\text{-value}=0,000$) dan masa kerja ($p\text{-value}=0,000$) dengan kelelahan kerja pada perawat. Terdapat hubungan hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang. Disarankan kepada Direktur RSUD. dr. Rasidin Padang, agar dapat dijadikan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan khususnya petugas keperawatan tentang hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat..

Kata Kunci : Kelelahan kerja, Kualitas tidur, Masa kerja, Perawat.

Abstract

According to the results of the PPNI survey in 2023, 50.9% of nurses working in four provinces in Indonesia experience work fatigue. Based on data obtained from the West Sumatra provincial office (2023), the results of work fatigue in nurses are 59.5%. This study aims to determine the relationship of sleep quality and length of service with the level of work fatigue in nurses at RSUD dr. The 2025 Race. This type of research is quantitative with cross sectional design. This research was conducted at Dr. Rasidin Padang in March to August 2025. The population in this study is all nurses in the hospital dr. Field Rasidin as many as 180 people with a sample of 65 people. Sampling was done by proportional random sampling technique. Data collection using questionnaires with interview techniques. The Data were analyzed univariate and bivariate using Chi-square test. The results showed that 52.3% of nurses experienced work fatigue, 53.8% of nurses had poor sleep quality and 63.1% of nurses had a risky working period (>5 years). There is a relationship between sleep quality ($p\text{-value}=0.000$) and length of Service ($p\text{-value}=0.000$) with work fatigue in nurses. There is a relationship between sleep quality and length of service with the level of work fatigue in nurses at the hospital dr. Rasidin Padang. Suggested to the director of the hospital. dr. Rasidin Padang, in order to be used as input for health workers, especially nursing officers about the relationship of sleep quality and length of service with the level of work fatigue in nurses..

Keywords: *work fatigue, sleep quality, length of Service, nurses*

PENDAHULUAN

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 melakukan 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 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit) (Maria, 2020).

Keselamatan dan kesehatan kerja telah menjadi suatu hal prioritas dan menjadi bagian dari penilaian akreditasi rumah sakit dan juga memiliki peran dalam memberikan mutu yang baik dalam pelayanan di rumah sakit. Implementasi manajemen keselamatan dan kesehatan kerja di rumah sakit bertujuan untuk meningkatkan kinerja K3 dengan melaksanakan upaya upaya K3 secara efektif dan efisien sehingga resiko kecelakaan kerja dapat dicegah atau dikurangi (Maria, 2020). Selain itu salah satu peran penting rumah sakit adalah memberikan layanan perawatan yang dilakukan oleh perawat, sehingga perawat merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pelayanan kesehatan yang bertugas untuk memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif kepada pasien. Pelayanan keperawatan yang umumnya diberikan selama 24 jam dalam satu hari sering kali disertai dengan tuntutan mental, fisik, dan waktu yang tinggi sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan kerja pada perawat (Victoria, 2020).

Kelelahan kerja adalah kondisi akut atau kronis yang menyebabkan kelelahan fisik, mental, atau emosional, sehingga menghambat seseorang untuk menjalani aktivitasnya (Worksafe Victoria, 2020). *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. Di Irlandia *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%. Sebuah penelitian di Iran terdapat 43,3 % perawat mengalami kelelahan (ILO, 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, sebanyak 42,3% perawat bekerja di Rumah Sakit dan sebanyak 67,3 % perawat bekerja di Puskesmas. Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Provinsi Sumatera Barat (2023) didapatkan hasil kelelahan kerja pada perawat sebesar 59,5%.

Dampak kelelahan kerja meliputi menurunnya kewaspadaan dan konsentrasi, terganggunya proses pengambilan keputusan, berkurangnya motivasi, dan berkurangnya energi dalam menjalankan tugas yang dapat meningkatkan risiko terjadinya kecelakaan kerja (Sadeghniai Haghighi & Yazdi, 2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja adalah faktor individu, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan kerja. Faktor individu terbagi atas usia, status gizi, kondisi kesehatan dan kualitas tidur. Sedangkan faktor pekerjaan terdiri dari masa kerja, beban kerja fisik, beban kerja mental, waktu istirahat dan shift kerja. Kemudian faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja selanjutnya adalah faktor lingkungan kerja (Tarwaka, 2020).

Kualitas tidur merupakan sumber kebugaran yang sangat penting dalam peningkatan produktivitas tubuh di kemudian hari. Seperti makanan bergizi dan olahraga, tidur berkualitas juga merupakan kebutuhan mutlak yang sama pentingnya. Biasanya, orang dewasa membutuhkan 7-8 jam tidur setiap hari untuk menjaga kesehatan dan kinerja optimal (Damayanti et al., 2021). Tingkat kelelahan seseorang akan semakin tinggi jika kualitas tidurnya semakin rendah. Kelelahan akan menunjukkan kondisi yang berbeda pada setiap individu. Namun, jika seseorang melampaui batas kemampuannya dalam bekerja secara fisik maupun mental, akan mengalami kelelahan dan kondisi tersebut menyebabkan tidak tercapainya kualitas tidur yang ingin dicapai (Hernayanti et al., 2022). Kualitas tidur yang tidak memadai dapat memiliki dampak serius pada kesehatan dan kinerja seseorang di tempat kerja. Namun, seringkali sulit untuk mendeteksi masalah kualitas tidur ini di tempat kerja, sehingga menjadi bahaya yang tidak terlihat yang dapat berpotensi mengancam keselamatan dan kesehatan pekerja (Dahlan & Widanarko, 2022).

Penelitian yang dilakukan Nursanti dan Hendra, D. (2024) tentang “Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit” didapatkan hasil adanya hubungan antara kualitas tidur dan kelelahan kerja. Faktor shift kerja, terutama shift malam, dan beban kerja mempengaruhi kelelahan dan kualitas tidur. Kurangnya kualitas tidur menyebabkan kantuk, sehingga mengurangi kewaspadaan, dan meningkatkan risiko kesalahan atau kecelakaan kerja. Pengaturan waktu kerja dan istirahat yang memadai dapat meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tingkat kelelahan kerja. Penelitian lain juga dilakukan Devina, F.A, dan Indriati, P. (2023) tentang “Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja” didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja serta penurunan kualitas tidur pada pekerja dikaitkan dengan peningkatan tingkat kelelahan kerja. Pengaturan waktu kerja dan istirahat yang buruk pada berbagai jenis pekerjaan, dapat berpengaruh terhadap kualitas tidur pekerja sehingga kualitas tidur yang baik diperlukan untuk menurunkan tingkat kelelahan kerja.

Selain itu faktor yang berpengaruh adalah masa kerja. Lama kerja dapat meningkatkan risiko kelelahan karena adanya kebosanan dan ketahanan tubuh yang berlebihan. Kelelahan baik fisik maupun mental dapat mengakibatkan penurunan produktivitas dan kemampuan kerja pekerja. Kelelahan kronis yang terjadi secara berulang selama periode waktu yang panjang, akan berdampak negatif pada kesehatan dan kemampuan kerja seseorang. Oleh sebab itu, baik perusahaan maupun pekerja perlu mengetahui serta memahami faktor yang menjadikan kelelahan dan perusahaan dapat menerapkan strategi untuk mengelola hal tersebut (Dayat & Febriyanto, 2021).

Masa kerja merupakan faktor individu yang berhubungan dengan perilaku dan persepsi individu yang dapat mempengaruhi perkembangan karirnya di perusahaan. Idealnya adalah semakin lama seseorang bekerja maka kemampuan

kerjanya akan semakin baik, dan tingkat penguasaan akan pekerjaannya pun semakin fasih. Pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun cenderung memiliki tingkat kelelahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja dengan masa kerja < 5 tahun. Kelelahan kerja dapat meningkatkan risiko terjadinya kesalahan dalam pekerjaan. Ketika seseorang merasa lelah, kemampuan untuk memproses informasi, dan membuat keputusan yang tepat dapat terganggu, sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya kesalahan (Hermanto, 2020).

Penelitian yang dilakukan Aminah dan Porusia (2024) tentang “Hubungan Masa Kerja, Jenis Kelamin dan Iklim Kerja dengan Kelelahan Kerja di Rumah Sakit” didapatkan hasil pekerja yang memiliki masa kerja < 5 tahun dengan tingkat kelelahan ringan sebanyak 15 (83.3%), sedangkan pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun mengalami tingkat kelelahan sedang sebanyak 75 (86.4%) responden. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja, ditunjukkan dengan hasil uji secara statistik $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$.

Rumah Sakit Umum Daerah dr. Rasidin Padang merupakan Perangkat Daerah Pemerintah Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. Salah satu Rumah Sakit Umum milik instansi Pemerintah Kota Padang yang beralamat di jalan Air Paku Sei. Sapih Kecamatan Kuranji Padang. RSUD dr Rasidin terletak di sentra pengembangan Kota Padang kearah Utara dan Timur yang melayani penduduk yang cukup banyak dengan pertambahan penduduk rata-rata 2,4% pertahun menerima rujukan dari 23 Puskesmas Induk 62 Pustu, 25 Rumah Sakit lainnya.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional study*. Penelitian ini dilakukan di RSUD dr. Rasidin Padang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret sampai Agustus 2025. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 11-19 Juli 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh perawat di RSUD dr. Rasidin Padang sebanyak 180 orang dengan sampel 65 orang menggunakan teknik simple random sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

a. Analisis Univariat

1) Tingkat Kelelahan Kerja

Tabel 1.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Tingkat Kelelahan Kerja	<i>f</i>	%
Lelah	34	52,3
Tidak Lelah	31	47,7
Total	65	100,0

Berdasarkan tabel 1.1 dari 65 responden didapatkan 52,3% responden mengalami kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

2) Kualitas Tidur

Tabel 1.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Kualitas Tidur	<i>f</i>	%
Buruk	35	53,8
Baik	30	46,2
Total	65	100,0

Berdasarkan tabel 1.2 dari 65 responden didapatkan 53,8% responden memiliki kualitas tidur yang buruk pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

3) Masa Kerja

Tabel 1.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Masa Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Masa Kerja	<i>f</i>	%
Berisiko (> 5 Tahun)	41	63,1
Tidak Berisiko (≤ 5 Tahun)	24	36,9
Total	65	100,0

Berdasarkan tabel 1.3 dari 65 responden didapatkan 63,1% responden memiliki masa kerja berisiko (> 5 tahun) pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

b. Analisa Bivariat

1) Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kelelahan Kerja

Tabel 1.4
Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Kualitas Tidur	Tingkat Kelelahan Kerja				Jumlah		<i>p-value</i>
	Lelah		Tidak Lelah		<i>f</i>	<i>%</i>	
	<i>f</i>	<i>%</i>	<i>f</i>	<i>%</i>			
Buruk	31	88,6	4	11,4	35	100,0	0,000
Baik	3	10,0	27	90,0	30	100,0	
Total	34	98,8	31	101,4	65	200,0	

Berdasarkan tabel 1.4 menunjukkan bahwa proporsi responden yang mengalami kelelahan kerja lebih banyak ditemukan pada responden dengan kualitas tidur yang buruk yaitu 88,6% dibandingkan responden dengan kualitas tidur yang baik yaitu 10%. Berdasarkan uji statistik didapatkan *p-value* 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kualitas tidur dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

2) Hubungan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja

Tabel 1.5
Hubungan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025

Masa Kerja	Tahun 2023				Jumlah		<i>p-value</i>
	Tingkat Kelelahan Kerja						
	Lelah	Tidak Lelah					
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Berisiko (>5 Tahun)	30	73,2	11	26,8	41	100,0	0,000
Tidak Berisiko (≤5 Tahun)	4	16,7	20	83,3	24	100,0	
Total	34	89,9	31	110,1	65	200,0	

Berdasarkan tabel 1.5 menunjukkan bahwa proporsi responden yang mengalami kelelahan kerja yang lelah lebih banyak ditemukan pada responden dengan masa kerja berisiko (>5 tahun) yaitu 73,2% dibandingkan responden dengan masa kerja tidak berisiko (≤5 tahun) yaitu 16,7%. Berdasarkan uji statistik didapatkan *p-value* 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

2. Pembahasan

a. Analisis Univariat

1) Tingkat Kelelahan Kerja

Hasil penelitian menunjukkan dari 65 perawat didapatkan 52,3% perawat mengalami kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan David, S (2022) tentang “Faktor yang Memengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Sundari Kota Medan Tahun 2022” didapatkan hasil bahwa dari 50 responden, sebanyak 27 responden (54,0%) mengalami kelelahan kerja yang tinggi dan 23 responden (46,0%) mengalami kelelahan kerja yang rendah. Penelitian lain juga dilakukan Sari, dkk (2022) tentang “Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Kesehatan di Rumah Sakit” didapatkan hasil bahwa lebih dari separoh (61,7%) responden memiliki tingkat kelelahan kerja yang tinggi dan kurang dari separoh (38,3%) responden memiliki tingkat kelelahan kerja yang rendah. Penelitian lain juga dilakukan Septoni, K (2023) tentang “Hubungan Masa Kerja dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Kelelahan Kerja pada Tenaga Kesehatan” didapatkan hasil (50%) responden memiliki tingkat kelelahan kerja sedang.

2) Kualitas Tidur

Hasil penelitian menunjukkan dari 65 perawat didapatkan 53,8% perawat memiliki kualitas tidur yang buruk pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Ufiana, dkk (2023) tentang “Kualitas Tidur pada Perawat di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang” didapatkan hasil bahwa kualitas tidur perawat dengan kategori buruk terdapat 78 responden (66,1%) dan 40 responden (33,9%) menyakan kualitas tidur baik. Penelitian lain juga dilakukan Azzahra, dkk (2021) tentang “Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Petugas Kesehatan” didapatkan hasil lebih dari separoh (56,4%) responden memiliki kualitas tidur yang kurang baik. Penelitian lain juga dilakukan Iswayuhni, P. (2022) tentang “Hubungan Kualitas Tidur Perawat dengan Kejadian Kelelahan Kerja di Rumah Sakit” didapatkan hasil lebih dari separoh (61,2%) responden memiliki kualitas tidur yang buruk.

3) Masa Kerja

Hasil penelitian menunjukkan dari 65 perawat didapatkan 63,1% perawat memiliki masa kerja berisiko (>5

tahun) pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Andi, dkk (2024) tentang “Faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Daerah Haji Makasar” didapatkan hasil bahwa perawat yang memiliki masa kerja lama sebanyak 61 orang (58,1) dan perawat yang memiliki masa kerja baru sebanyak 44 orang (41,9%). Penelitian lain juga dilakukan Ibrahim, dkk (2020) tentang “Faktor-faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD” didapatkan hasil lebih dari separoh (58,1%) responden memiliki masa kerja >5 tahun. Penelitian lain juga dilakukan Sakiyan, J. (2020) tentang “Hubungan Usia dan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan pada Petugas Kesehatan di Rumah Sakit Swasta” didapatkan hasil lebih dari separoh (52,6%) responden memiliki masa kerja ≥ 5 tahun.

b. Analisis Bivariat

1) Hubungan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kelelahan Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi perawat yang mengalami kelelahan kerja lebih banyak ditemukan pada perawat dengan kualitas tidur yang buruk yaitu 88,6% dibandingkan perawat dengan kualitas tidur yang baik yaitu 10%. Berdasarkan uji statistik didapatkan p -value 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kualitas tidur dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian Yulia dan Yunashastuti (2024) tentang “Hubungan Kualitas Tidur terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani Kabupaten Karimun” didapatkan hasil analisis bivariat menggunakan uji chi square diperoleh nilai p value 0.015 yang berarti p value < 0.05 yakni H_0 ditolak dan H_a diterima atau terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja. Penelitian lain juga dilakukan Fitri, dkk (2023) tentang “Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Kelelahan Kerja pada Tenaga Kesehatan di Rumah Sakit” didapatkan hasil uji statistik $p=0,002$, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan kualitas tidur dengan kejadian kelelahan kerja pada tenaga kesehatan di Rumah Sakit. Penelitian lain juga dilakukan Wahyuni, S (2021) tentang “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat dalam Melakukan Tindakan” didapatkan hasil uji statistik hubungan kualitas tidur dengan kelelahan kerja p -value= 0,001.

2) Hubungan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi perawat yang mengalami kelelahan kerja yang lelah lebih banyak ditemukan pada perawat dengan masa kerja berisiko (>5 tahun) yaitu 73,2% dibandingkan perawat dengan masa kerja tidak berisiko (≤ 5 tahun) yaitu 16,7%. Berdasarkan uji statistik didapatkan p -value 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian Aminah dan Porusia (2024) tentang “Hubungan Masa Kerja, Jenis Kelamin dan Iklim Kerja dengan Kelelahan Kerja di Rumah Sakit” didapatkan hasil pekerja yang memiliki masa kerja <5 tahun dengan tingkat kelelahan ringan sebanyak 15 (83.3%), sedangkan pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun mengalami tingkat kelelahan sedang sebanyak 75 (86.4%) responden. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja, ditunjukkan dengan hasil uji secara statistik p -value = 0.000<0.05. Penelitian lain juga dilakukan Nofrianto, Y (2021) tentang “Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Kesehatan di Ruang Rawat Inap” didapatkan hasil uji statistik p -value= 0.000, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada petugas kesehatan di ruang rawat inap. Penelitian lain juga dilakukan Yahya, R. (2020) tentang “Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja” didapatkan hasil ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja (p -value=0,000).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025, maka dapat diambil kesimpulan terdapat 52,3% perawat mengalami kelelahan kerja pada perawat, terdapat 53,8% perawat memiliki kualitas tidur yang buruk pada perawat, terdapat 63,1% perawat memiliki masa kerja yang berisiko pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025. Ada hubungan kualitas tidur dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat dengan p -value= 0,000 dan ada hubungan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat dengan p -value= 0,000.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Alifiah Padang, Indonesia, atas dukungan dan fasilitas yang telah diberikan selama proses penelitian ini. Terima kasih juga saya sampaikan kepada pihak RSUD dr. Rasidin Padang yang telah bersedia berpartisipasi dan memberikan data berharga untuk terselesaikannya jurnal ini. Semoga hasil penelitian mengenai hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif bagi pengembangan pelayanan kesehatan di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah dan Porusia. 2024. Hubungan Masa Kerja, Jenis Kelamin dan Iklim Kerja dengan Kelelahan Kerja di Rumah Sakit. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol 3 N0 2
- Dahlan, A., & Widanarko, B. 2022. Analisis Kecukupan Tidur, Kualitas Tidur, Dan Olahraga Dalam Memulihkan Kelelahan Akut Dan Kronis Pada Pekerja Migas-X. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(1), 597–606. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v6i1.3099>
- Damayanti, et al. 2021. 'Hubungan tingkat stres akademik dan kualitas tidur dengan siklus menstruasi selama pandemi COVID-19 Mahasiswi Keperawatan Universitas Harapan Bangsa', *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 4(1).
- David, S. 2022. Faktor yang Memengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD Sundari Kota Medan Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan*. Vol 1 No 2
- Devina, F.A, dan Indriati, P. 2023. Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja. *Jurnal Kesehatan*. Vol 2 No 1
- Hermanto, H. 2020. Peran Mediasi Kepuasan Kerja pada Pengaruh Work From Home terhadap Kinerja di Masa Pandemi Covid-19 pada Karyawan Swasta di Kota Mataram. *Target: Jurnal Manajemen Bisnis*, 4(1), 1– 10. <https://doi.org/10.30812/target.v4i1.1883>
- Hernayanti, M., Kurniawidjaja, M. L., & Sakina, N. A. 2022. Hubungan Antara Faktor Individu dan Terjadinya Kelelahan (Fatigue) pada Pekerja Kantor di Masa Transisi Pandemi ke Endemi Covid-19. *National Journal of Occupational Health and Safety*, 3(1), 1–11.
- ILO. 2023, *The Prevention of Occupational Diseases*. Geneva
- Maria, S. 2020. Konflik peran dan wewenang pekerjaan terhadap kepuasan kerja dengan kepercayaan sebagai variabel intervening pada karyawan. *JEBMI*, 16(1), 21–31.
- Nursanti dan Hendra, D. 2024. Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit. *jurnal Kesehatan*. Vol 1 No 2
- Sadeghniiat-Haghighi, K., & Yazdi, Z. 2020. Fatigue Management in the Workplace. *Industrial Psychiatry Journal*, 24(1), 12–17. <https://doi.org/10.4103/0972-6748.160915>
- Tarwaka. 2020. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja : Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja*. Surakarta : Harapan Press.
- Ufiana, dkk. 2023. Kualitas Tidur pada Perawat di Rumah Sakit Islam Sultan Agung Semarang. *Jurnal Kesehatan*. Vol 1 No 2
- Worksafe Victoria. 2020, *Your Health and Safety Guide to : Fatigue Prevention in Workplace*.
- Yulia dan Yunashastuti. 2024. Hubungan Kualitas Tidur terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Muhammad Sani Kabupaten Karimun. *Jurnal Keperawatan*. Vol 1 No 4.