

**HUBUNGAN BEBAN, STRES DAN *SHIFT* KERJA DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUANG
RAWAT INAP RUMAH SAKIT X**

SKRIPSI



Oleh :

ANANDA TRICK YONATA

204201516120

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA
2024**

**HUBUNGAN BEBAN, STRES DAN *SHIFT* KERJA DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUANG
RAWAT INAP RUMAH SAKIT X**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Jakarta



Oleh :

ANANDA TRICK YONATA

204201516120

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NASIONAL
JAKARTA**

2024

SKRIPSI

**HUBUNGAN BEBAN, STRES DAN *SHIFT KERJA* DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUANG
RAWAT INAP RUMAH SAKIT X**

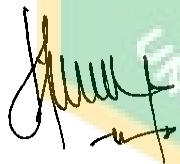
Oleh :

ANANDA TRICK YONATA

NPM : 204201516120

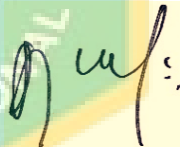
Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi
Program Studi Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Nasional
Pada tanggal 12 Februari 2024

Pembimbing 1,



Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep.,M.KM.

Pembimbing 2,



Ns. Dwi Rohyani, M.Kep.

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Retno Widowati, M.Si.

HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Beban, Stres dan *Shift* Kerja dengan Kelelahan
pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum
Universitas Kristen Indonesia (UKI) Jakarta

Nama Mahasiswa : Ananda Trick Yonata

NPM : 204201516120



Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep.,M.KM.

Ns. Dwi Rohyani, M.Kep.

HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Beban, Stres dan *Shift* Kerja dengan Kelelahan pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Universitas Kristen Indonesia (UKI) Jakarta

Nama Mahasiswa : Ananda Trick Yonata

NPM : 204201516120

1. **Ns. Andi Mayasari Usman, S.Kep., M.Kep**

(.....)

2. **Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep., M.KM.**

(.....)

3. **Ns. Dwi Rohyani, M.Kep.**

(.....)



PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Ananda Trick Yonata

NPM : 204201516120

Judul Penelitian : Hubungan Beban, Stres dan *Shift* Kerja dengan Kelelahan pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Universitas Kristen Indonesia (UKI) Jakarta

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 12 Februari 2024



Ananda Trick Yonata

KATA PENGANTAR

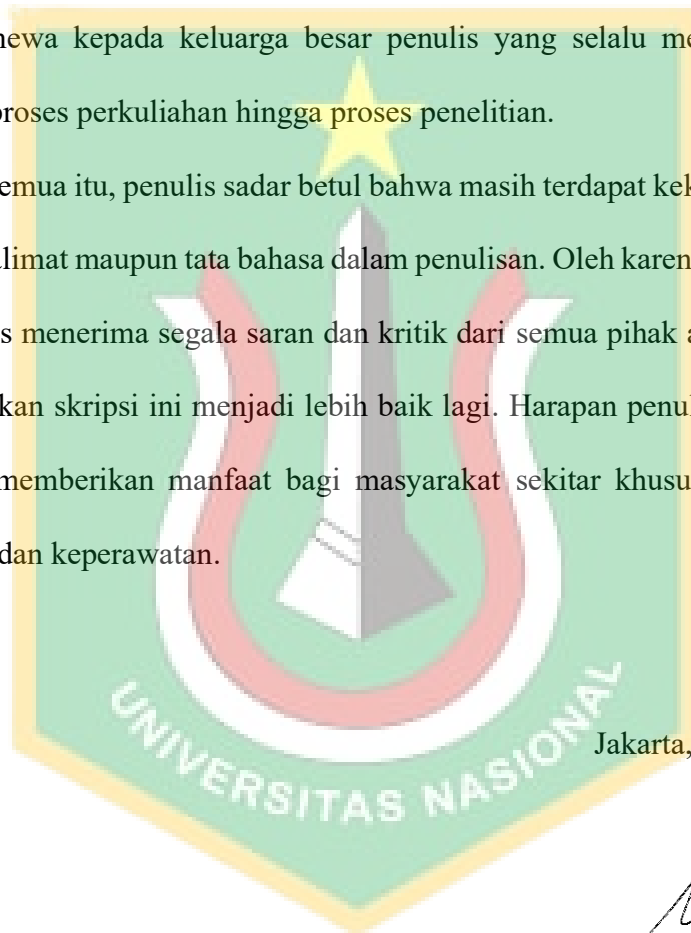
Segala puji bagi Tuhan Yesus yang karena kasih dan anugerah Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi dengan judul “Hubungan Beban, Stres dan *Shift* Kerja dengan Kelelahan pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Universitas Kristen Indonesia (UKI) Jakarta”.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya penyertaan dan pertolongan dari Tuhan Yesus, dukungan, bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini dengan rendah hati dan rasa hormat yang besar penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada beberapa pihak yang terkait :

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.
2. Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bapak Ns. Tommy J. F. Wowor, S.Kep.,MM.
3. Ns. Milla Evelianti Saputri, S.Kep.,M.KM., selaku pembimbing 1 yang telah memberikan saran, ilmu dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi.
4. Ns. Dwi Rohyani, M.Kep., selaku pembimbing 2 yang telah memberikan saran, ilmu dan memberikan dukungan penuh dalam pembuatan skripsi.
5. Ns. Millya Helen, S.Kep.,M.Kep., selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Keperawatan FIKES UNAS.

6. Seluruh dosen dan staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional yang telah mendidik dan memfasilitasi proses pembelajaran di Kampus FIKES UNAS.
7. Kepala dan seluruh perawat rawat inap di Rumah Sakit Umum Universitas Kristen Indonesia yang telah memberikan kesempatan untuk penulis melakukan penelitian.
8. Teristimewa kepada keluarga besar penulis yang selalu mendukung penulis dalam proses perkuliahan hingga proses penelitian.

Atas semua itu, penulis sadar betul bahwa masih terdapat kekurangan baik dari susunan kalimat maupun tata bahasa dalam penulisan. Oleh karenanya dengan tulus hati penulis menerima segala saran dan kritik dari semua pihak agar penulis dapat meningkatkan skripsi ini menjadi lebih baik lagi. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat sekitar khususnya bagi bidang kesehatan dan keperawatan.



Jakarta, 12 Februari 2024

Ananda Trick Yonata

ABSTRAK

HUBUNGAN BEBAN, STRES DAN *SHIFT* KERJA DENGAN KELELAHAN PADA PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT UMUM UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA (UKI) JAKARTA

Ananda Trick Yonata, Milla Evelianti Saputri, Dwi Rohyani

Latar Belakang: Prevalensi kecelakaan kerja di Indonesia tiap hari nya terdapat 414 kecelakaan kerja dan 27,8% diakibatkan kelelahan kerja yang tinggi. Permasalahan di suatu rumah sakit adalah beban kerja perawat yang tidak seimbang dapat menyebabkan kelelahan kerja. Stres kerja meningkat maka menyebabkan kelelahan kerja yang semakin meningkat. *Shift* kerja menyebabkan permasalahan menurunnya kapasitas kerja fisik akibat timbulnya perasaan mengantuk dan lelah.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara beban, stres dan *shift* kerja dengan kelelahan pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Universitas Kristen Indonesia.

Metodologi: Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang mengidentifikasi hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Populasi berjumlah 77 perawat, Teknik dalam pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner beban kerja dan stres kerja Nursalam (2015), kuesioner sistem *shift* kerja dari penelitian Ekaningtyas (2016) dan kuesioner kelelahan kerja IFRC dari Tarwaka et al (2004) . Kuesioner *shift* kerja telah diuji validitas dan reliabilitas dengan nilai *cronbach's alpha* 0,87.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara beban $p\ value=0,010$, stres $p\ value=0,048$ dengan kelelahan kerja. Dengan mayoritas beban kerja ringan 75,3%, stres kerja ringan 90,9%, *shift* kerja nyaman 70,1% dan kelelahan kerja ringan 76,6%.

Simpulan: Berhubungan dengan beban kerja ringan dan stres kerja ringan akan kelelahan kerja ringan.

Saran: Diharapkan mempertahankan serta meningkatkan pembagian tugas yang baik dan situasi lingkungan kerja yang nyaman agar mengurangi beban kerja, stres kerja dan kelelahan kerja pada perawat.

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

Kepustakaan : 60 (2004-2023)

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD, STRESS, AND SHIFT WORK WITH FATIGUE IN INPATIENT NURSES AT UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA GENERAL HOSPITAL (UKI) JAKARTA

Ananda Trick Yonata, Milla Evelianti Saputri, Dwi Rohyani

Background: The prevalence of workplace accidents in Indonesia records 414 accidents daily, with 27.8% attributed to high work fatigue. A challenge in hospitals is the imbalanced workload for nurses, leading to work fatigue. Increased work-related stress contributes to escalating work fatigue. Shift work poses issues by decreasing physical work capacity due to feelings of drowsiness and fatigue.

Objective: To determine the relationship between workload, stress, and shift work with fatigue in nurses in the inpatient ward of Universitas Kristen Indonesia General Hospital.

Methodology: A quantitative cross-sectional study identifying the relationship between independent and dependent variables. The population consisted of 77 nurses, selected using total sampling. Research instruments included Nursalam's (2015) workload and job stress questionnaires, Ekaningtyas's (2016) shift work questionnaire, and IFRC's work fatigue questionnaire by Tarwaka et al (2004). The shift work questionnaire was validated and had a reliability value of Cronbach's alpha 0.87.

Results: The results indicate a significant relationship between workload (p-value=0.010), stress (p-value=0.048), and work fatigue. The majority experienced light workload (75.3%), low workrelated stress (90.9%), comfortable shift work (70.1%), and mild work fatigue (76.6%).

Conclusion: Light workload and low work-related stress are associated with mild work fatigue.

Recommendations: It is recommended to maintain and improve proper task distribution and a comfortable working environment to reduce workload, work-related stress, and work fatigue among nurses.

Keywords: workload, work fatigue, shift work, work stress.

References: 60 (2004-2023)

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
PERNYATAAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Rumah Sakit	8
2.1.1 Pengertian Rumah Sakit.....	8
2.1.2 Sasaran Rumah Sakit	9
2.1.3 Klasifikasi Rumah sakit.....	9
2.1.4 Peran Perawat	10
2.2 Konsep Kelelahan Kerja.....	12
2.2.1 Pengertian Kelelahan Kerja	12
2.2.2 Jenis Kelelahan Kerja	12
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja.....	13

2.2.4 Gejala Kelelahan Kerja.....	17
2.2.5 Dampak Kelelahan Kerja.....	18
2.2.6 Pengukuran Kelelahan Kerja.....	18
2.1 Konsep Beban Kerja.....	20
2.1.1 Pengertian Beban Kerja.....	20
2.1.2 Indikator Beban Kerja.....	20
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja.....	21
2.1.4 Jenis Beban Kerja.....	22
2.1.5 Dampak Beban Kerja.....	22
2.1.6 Pengukuran Beban Kerja.....	23
2.2 Konsep Stres Kerja.....	24
2.2.1 Pengertian Stres Kerja.....	24
2.2.2 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Stres Kerja.....	24
2.2.3 Gejala Stres Kerja.....	25
2.2.4 Jenis Stres Kerja.....	27
2.2.5 Dampak Stres Kerja.....	28
2.2.6 Strategi Manajemen Stres Kerja.....	28
2.3 Konsep <i>Shift</i> Kerja.....	29
2.3.1 Pengertian <i>Shift</i> Kerja.....	29
2.3.2 Sistem <i>Shift</i> Kerja.....	30
2.3.3 Efek <i>Shift</i> Kerja.....	30
2.3.4 Pembagian Waktu <i>Shift</i> Kerja.....	31
2.3.5 Pengukuran <i>Shift</i> Kerja.....	32
2.5 Kerangka Teori.....	34
2.6 Kerangka Konsep.....	35
2.7 Hipotesis Penelitian.....	35
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	36
3.1 Desain Penelitian.....	36
3.2 Populasi dan Sampel.....	36
3.2.1 Populasi.....	36
3.2.2 Sampel.....	36
3.2.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	37
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	37
3.4 Waktu Penelitian.....	37

3.5 Variabel Penelitian.....	37
3.6 Definisi Operasional.....	38
3.7 Instrumen Penelitian.....	41
3.8 Uji Validitas dan Reliabilitas	42
3.9 Prosedur Pengumpulan Data	43
3.10 Analisis Data.....	44
3.10.1 Analisis Univariat	44
3.10.2 Analisis Bivariat.....	44
3.11 Etika Penelitian.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	47
4.1 Hasil Penelitian.....	47
4.1.1 Data Karakteristik Responden	47
4.1.2 Hasil Uji Univariat.....	49
4.1.3 Hasil Uji Bivariat.....	50
4.2 Pembahasan	52
4.2.1 Beban Kerja Responden.....	53
4.2.2 Stres Kerja Responden.....	54
4.2.3 <i>Shift</i> Kerja Responden	55
4.2.4 Kelelahan Kerja Responden.....	56
4.2.5 Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja	57
4.2.6 Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja	59
4.2.7 Hubungan <i>Shift</i> Kerja dengan Kelelahan Kerja.....	60
4.3 Keterbatasan Penelitian	62
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	63
5.1 Simpulan.....	63
5.2 Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA.....	65
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	39
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan usia	47
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin	47
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir	48
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi responden berdasarkan masa kerja	48
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Beban Kerja responden.....	49
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Stres Kerja responden	49
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Shift Kerja responden	50
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja responden.....	50
Tabel 4.9 Hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja.....	51
Tabel 4.10 Hubungan stres kerja dengan kelelahan kerja	51
Tabel 4.11 Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja	52



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	34
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	35



DAFTAR SINGKATAN

BOR	: <i>Bed Occupancy Rate</i>
KEMENKES RI	: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
DINKES RI	: Dinas Kesehatan Republik Indonesia
ILO	: <i>International Labour Organization</i>
PPNI	: Persatuan Perawat Nasional Indonesia
RS	: Rumah Sakit
RSU UKI	: Rumah Sakit Umum Universitas Kristen Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>
UU	: Undang-Undang
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
UGD	: Unit Gawat Darurat
IARC	: <i>The International Agency for Research on Cancer</i>
IFRC	: <i>Industrial Fatigue Research Committee</i>
IGD	: Instalasi Gawat Darurat
ICU	: <i>Intensive Care Unit</i>



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi (Pembimbing 1 dan 2)
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian
- Lampiran 4 Informed Consent
- Lampiran 5 Instrumen Penelitian
- Lampiran 6 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 7 Master Tabel
- Lampiran 8 Hasil Output Analisis Data
- Lampiran 9 Bukti foto Penelitian
- Lampiran 10 Biodata Penulis

