

## **Analisis Faktor Risiko Tingkat Kelelahan Kerja Subjektif pada Perawat di RS. Otak DR. Drs. M.Hatta Bukittinggi Sumatera BARat tahun 2024**

Nursanti

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=137901&lokasi=lokal>

---

### **Abstrak**

Perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan selama 24 jam sehari, sangat membutuhkan kesiapan fisik, mental dan waktu. Hal ini berpotensi menyebabkan kelelahan kerja, yang berdampak pada penurunan kewaspadaan dan konsentrasi, terganggunya pengambilan keputusan dan terjadinya kesalahan atau kecelakaan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor risiko tingkat kelelahan kerja subjektif pada perawat di RS.Otak DR.Drs. M. Hatta Bukittinggi Sumatera Barat tahun 2024. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional pada 100 orang perawat yang dihitung menggunakan rumus simple random sampling. Responden pada penelitian ini mencakup perawat pada 5 unit kerja yang dihitung secara proporsional. Pengukuran kelelahan kerja dengan kuesioner SSRT(Subjective Self Rating Test) dari IFRC; beban kerja mental dengan kuesioner NASA-TLX (National Aeronautics & Space Administration Task Load Indeks); untuk peran, kontrol dan kepuasan kerja dengan kuesioner COPSOG (Copenhagen Psychosocial Questionnaire) III; pengukuran pencahayaan dengan lux meter; dan karakteristik individu dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 79% perawat mengalami tingkat kelelahan kerja ringan dan tingkat kelelahan kerja sedang (21%). Terdapat 3 Faktor risiko yang dianalisis untuk melihat hubungannya dengan tingkat kelelahan kerja yaitu faktor risiko karakteristik individu, faktor risiko terkait pekerjaan dan faktor lingkungan kerja (pencahayaan). Dari faktor risiko karakteristik individu yang memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kelelahan kerja adalah usia ( $p = 0,013$ ; OR = 6,82), status gizi kategori gemuk ( $p = 0,020$ ; OR = 3,77), durasi tidur ( $p = 0,050$ ; OR = 3,14). Untuk faktor risiko terkait pekerjaan yang memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kelelahan kerja adalah shift kerja siang ( $p = 0,028$ ; OR 4,69) dan beban kerja ( $p < 0,001$ ). Sedangkan untuk faktor lingkungan kerja : pencahayaan didapatkan hasil sesuai dengan standar (100%) sehingga tidak dapat dinilai hubungannya dengan tingkat kelelahan kerja. Kesimpulan didapatkan bahwa sebagian besar perawat mengalami tingkat kelelahan kerja ringan (79%) dan faktor risiko yang memiliki hubungan signifikan adalah usia, status gizi gemuk, durasi tidur, shift kerja siang dan beban kerja. Penerapan manajemen kelelahan/fatigue manajemen seperti promosi kesehatan dan peningkatan pengetahuan melalui pelatihan, pengawasan jadwal kerja, pengaturan beban kerja, diet gizi seimbang, pentingnya mendapatkan pemulihan antarshift/istirahat tidur adekuat, olahraga rutin dan teratur, skrining kelelahan secara berkala diharapkan dapat mencegah meningkatnya tingkat kelelahan

Nurses, in providing 24-hour nursing care, require physical readiness, mental preparedness, and time. This can potentially lead to work fatigue, which impacts alertness and concentration, disrupts decision-making, and increases the risk of errors or workplace accidents. This study aims to analyze the risk factors for the subjective level of work fatigue among nurses at RS.Otak DR.Drs. M. Hatta Bukittinggi, West Sumatra, in 2024. The study uses a cross-sectional design involving 100 nurses, calculated using the simple random sampling formula. Respondents in this study include nurses from 5 work units, calculated proportionally. Work fatigue was

measured using the SSRT (Subjective Self Rating Test) questionnaire from IFRC; workload was measured using the NASA-TLX (National Aeronautics & Space Administration Task Load Index) questionnaire; roles, control, and job satisfaction were assessed using the COPSOG (Copenhagen Psychosocial Questionnaire) III; lighting was measured with a lux meter; and individual characteristics were assessed using a questionnaire. The results showed that 79% of nurses experienced mild work fatigue and 21% experienced moderate work fatigue. Three risk factors were analyzed for their relationship with the level of work fatigue: individual characteristics, work-related factors, and work environment factors (lighting). Among individual characteristics, the factors significantly associated with work fatigue were age ( $p = 0.013$ ; OR = 6.82), nutritional status categorized as overweight ( $p = 0.020$ ; OR = 3.77), and sleep duration ( $p = 0.050$ ; OR = 3.14). For work-related factors, significant associations with work fatigue were found for daytime shifts ( $p = 0.028$ ; OR = 4.69) and workload ( $p < 0.001$ ). Regarding the work environment factor: lighting was found to meet the standard (100%), hence its relationship with work fatigue could not be assessed. The conclusion is that the majority of nurses experience mild work fatigue (79%), and the significant risk factors are age, overweight nutritional status, sleep duration, daytime shifts, and workload. Implementing fatigue management strategies such as health promotion and knowledge enhancement through training, monitoring work schedules, managing workload, maintaining a balanced diet, ensuring adequate rest between shifts, regular exercise, and periodic fatigue screening are expected to prevent an increase in work fatigue levels.