

FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP RUMAH SAKIT DAERAH HAJI MAKASSAR TAHUN 2024

Andi Tenriola Fitri Kessi¹, Agnesia Pratiwi Mulir²

^{1,2*}Hiperkes Dan Keselamatan Kerja, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar, Makassar, Indonesia

Corresponding author: atenriolafky@gmail.com/081356160556

Info Artikel

Sejarah artikel
Diterima : 19.10.2024
Disetujui : 26.10.2024
Dipublikasi : 16.11.2024

Kata Kunci : Beban Kerja, Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Lama Kerja.

Abstrak

Kelelahan merupakan mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh menghindari kerusakan lebih lanjut, perawat merupakan tenaga kerja di rumah sakit dengan tanggung jawab memberikan pelayanan optimal pada pasien, tuntutan itu dapat menyebabkan kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar. Penelitian ini menggunakan penelitian asosiatif dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *simple random sampling* dengan responden yang didapatkan 105 orang perawat. Penilaian kelelahan kerja menggunakan *Industrial Fatigue Research Committee (IFRC)* dan kuesioner beban kerja dan Kuesioner Kualitas Tidur (KKT). Hasil penelitian sebagian besar perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar mengalami kelelahan kerja ringan (42,9%) dan kelelahan pada tingkat sedang (57,1%). Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada pengaruh antara umur dengan kelelahan kerja ($p \text{ value} = 0,983$), sedangkan hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh antara lama kerja dengan kelelahan kerja ($p \text{ value} = 0,00$), masa kerja ($p \text{ value} = 0,052$), tidak ada pengaruh masa kerja dengan kelelahan kerja, sedangkan hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh antara kualitas tidur dengan kelelahan ($p \text{ value} = 0,000$), dan beban kerja dengan ($p \text{ value} = 0,001$) yang berarti ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa lama kerja, kualitas tidur dan beban kerja dapat mempengaruhi kelelahan pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar.

Factors that Influence Work Fatigue in Nurses in the Inpatient Room at Haji Makassar Regional Hospital in 2024

Abstrak

Fatigue is the body's protective mechanism so that the body avoids further damage. Nurses are workers in hospitals with the responsibility to provide optimal service to patients. This demand can cause fatigue. This study aims to determine what factors can influence work fatigue in nurses in the inpatient ward at the Haji Makassar Regional General Hospital. This research uses associative research with a cross sectional approach. Sampling was carried out using a simple random sampling method with 105 nurses as respondents. Work fatigue assessment uses the *Industrial Fatigue Research Committee (IFRC)* and workload questionnaires and the *Sleep Quality Questionnaire (KKT)*. The research results showed that most of the nurses at the Haji Makassar Regional General Hospital experienced mild work fatigue (42.9%) and moderate level of fatigue (57.1%). The results of statistical tests show that there is no influence between age and work fatigue ($p \text{ value} = 0.983$), while the results of statistical tests show that there is an influence between length of work and work fatigue ($p \text{ value} = 0.00$), length of service ($p \text{ value} = 0.052$), There is no influence between work period and work fatigue, while the results of statistical tests show that there is an influence

between sleep quality and fatigue (p value = 0.000), and workload with (p value = 0.001), which means there is a relationship between workload and fatigue. Work. Based on these results, it can be concluded that length of work, quality of sleep and workload can influence fatigue in nurses in the inpatient ward at the Haji Makassar Regional General Hospital.

Keyword : *Workload, Work Fatigue, Sleep Quality, Length of Work.*

Pendahuluan

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 *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%. Sebuah penelitian di Iran terdapat 43,3 % perawat mengalami kelelahan. (Siallagan, dkk 2022).

Menurut *World Health Organization (WHO)* 2020 gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan menimbulkan depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung (Alfikri, dkk 2021) menurut hasil survey PPNI (Persatuan Perawat Nasional Indonesia) di dapatkan 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami kelelahan (Hermawan, dkk 2021) di salah satu Rumah Sakit di Kabupaten Lampung Selatan mendapatkan 42,3% kelelahan kerja pada perawat (Oksandi, dkk 2020), kelelahan kerja di Puskesmas mendapatkan 67,3 % kelelahan kerja pada petugas Kesehatan (Tonapa, dkk 2022).

Kelelahan kerja pada perawat dapat disebabkan oleh berbagai faktor yaitu Faktor beban kerja, faktor kapasitas kerja terdiri dari umur, masa kerja, lama kerja, faktor diluar pekerjaan termasuk karakteristik individu (Meilisa, dkk 2023). Salah satu faktor penyebab kelelahan kerja dapat timbul akibat lama kerja atau jam kerja yang berlebihan di luar batas kemampuan yang dapat mempercepat timbulnya kelelahan, ketepatan, kecemasan serta ketelitian kerja. Hasil penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Bhayangkara Pontianak menunjukkan bahwa adanya hubungan signifikan antara lama kerja dengan kelelahan pada perawat. (Amalia, dkk 2022).

Beban kerja juga termasuk dalam faktor yang mempengaruhi terjadinya kelelahan, beban kerja merupakan suatu tanggungan yang diperoleh dari aktivitas yang dilakukan seseorang. Beban kerja yang berat akan mempengaruhi kelelahan perawat, dimana jika pekerjaan yang harus di selesaikannya begitu banyak maka memerlukan waktu dan tenaga yang cukup banyak juga untuk menyelesaikannya, dengan demikian akan membuat seseorang merasakan kelelahan dalam melakukan pekerjaan (Pada, dkk 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di RSUD Lubuk Pakam tahun 2023 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh beban

kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat (Sirergar & Ananda, 2023)

Rumah sakit umum daerah haji makassar yang terletak di provinsi Sulawesi Selatan yang berlokasi di jalan Daeng ngeppe No.14 Kelurahan Jongaya, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar yang memiliki sumber daya manusia yang terdiri dari dokter umum, dokter spesialis, dokter gigi, tenaga penunjang diagnosis, tenaga administrasi, serta perawat. Keseluruhan jumlah perawat yang ada di RSUD Haji Makassar yaitu sebanyak 258 orang dan jumlah perawat yang ada di ruang inap sebanyak 144 perawat²³ diantaranya berjenis kelamin laki-laki dan 121 perawat berjenis kelamin Perempuan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal pada tujuh orang perawat di ruang rawat inap, mengatakan bahwa mereka merasa kelelahan dan merasa letih saat pagi hari, karena saat pagi hari sangat sibuk di banding dengan yang lain karena harus merndampingi dokter, memonitoring kondisi pasien, serta saat pagi hari jumlah pasien lebih banyak. Selain itu pada saat malam perawat merasa mereka mengantuk, sering mengurap dan perasaan berat di kepala.

Bahan dan Metode

Penelitian yang dilakukan adalah penelitian asosiasif dengan desain cross sectional. Desain ini dipilih untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat. Penelitian ini dilakukan di RSUD Haji Makassar, Jalan Daeng ngeppe No.14 Kelurahan Jongaya, Kecamatan Tamalate, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan. Waktu penelitian di lakukan pada bulan juni 2024. Populasi sampel seluruh perawat yang bekerja di ruang rawat inap rsud haji makassar sebanyak 144. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 105 responden. Teknik sampel yang digunakan yaitu simple random sampling yang Dimana pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak. Adapun jenis data yang digunakan menurut sumbernya ada dua, yaitu sebagai berikut: Data primer merupakan data yang diperoleh secara langsung dari pekerja atau responden. Adapun pengumpulan data primer dibagi menjadi: Observasi, Wawancara, yaitu teknik pengumpulan data yang di lakukan melalui tahap tatap muka dan tanya jawab langsung dengan responden dengan menggunakan kuesioner. Data sekunder yaitu data diperoleh dari penelitian sebelumnya seperti informasi yang berkaitan dengan kelelahan yang diperoleh dari berbagai media seperti internet dan beberapa studi literatur berupa buku, jurnal, artikel dan sebagainya.

Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Ruang Rawat Inap

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	23	21,9
Perempuan	82	78,1
Total	105	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa perawat dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 82 orang atau (78,1%) dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 23 oarang atau (21,9%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir di Ruang Rawat Inap

Pendidikan Terakhir	N	%
D3 Keperawatan	30	28,6
S1 Keperawatan	15	14,3
S1 Ners	60	51,7
Total	105	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa perawat dengan tingkat pendidikan terakhir S1 Ners sebanyak 60 (51,7%), D3 Keperawatan sebanyak 30 orang(28,6%) dan S1 Keperawatan sebanyak 15 orang (14,3).

2. Analisis Univariat

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Kelelahan Kerja	N	%
Ringan	45	42,9
Sedang	60	57,1
Total	105	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa perawat yang mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 60 (57,1%) dan perawat yang mengalami kelelahan ringan sebanyak 45 orang (42,9%).

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Umur Perawat di Ruang Rawat Inap

Umur (Tahun)	N	%
Dewasa awal (26 – 35)	52	49,5
Dewasa akhir (36 – 45)	44	41,9
Lansia awal (46 – 55)	9	8,6
Total	105	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa perawat dengan umur dewasa awal sebanyak 52 orang (49,5%), dewasa akhir sebanyak 44 orang (41,9) dan lansia awal sebanyak 9 orang (8,6%).

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Masa Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Masa Kerja	N	%
Lama > 5	61	58,1
Baru < 5	44	41,9
Total	105	100

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa perawat yang memiliki masa kerja lama sebanyak 61 orang (58,1) dan perawat yang memiliki masa kerja baru sebanyak 44 orang (41,9%).

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Lama Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Lama Kerja	N	%
Efektif (7-8)	67	63,8
Tidak efektif (> 8)	38	36,2
Total	105	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa perawat yang memiliki jam kerja yang efektif sebanyak 67 orang (63,8 %) dan perawat yang memiliki jam kerja yang efektif sebanyak 38 orang (36,2%).

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Kualitas Tidur Perawat di Ruang Rawat Inap

Lama Kerja	N	%
Efektif (7-8)	67	63,8
Tidak efektif (> 8)	38	36,2
Total	105	100

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa perawat yang memiliki gangguan tidur sedang sebanyak 73 orang (63,8%) dan perawat yang memiliki jam kerja yang tidak efektif sebanyak 38 orang (36,2%).

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Lama Kerja	N	%
Ringan	39	37,1
Sedang	66	62,9
Total	105	100

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa perawat yang memiliki beban kerja sedang sebanyak 66 orang (62,9%) dan perawat yang memiliki beban kerja ringan sebanyak 39 orang (37,1%).

3. Analisis Bivariat

Tabel 9. Analisis Pengaruh Umur Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Usia	Kelelahan Kerja				Total		Nilai p-value
	Ringan		Sedang				
	N	%	N	%	N	%	
Dewasa Awal	18	17,1	34	32,4	52	49,5	0.229
Dewasa Akhir	22	21,0	22	21,0	44	41,9	
Lansia Awal	5	4,8	4	3,8	9	10,5	
Jumlah	45	42,9	60	57,1	105	100,0	

Berdasarkan tabel 9 menunjukkan bahwa pengaruh umur terhadap kelelahan kerja pada perawat dengan kategori dewasa awal dengan tingkat kelelahan sedang 34 orang (32,4%). Berdasarkan uji statistik menunjukkan tidak ada pengaruh antara usia terhadap kelelahan kerja (p value: 0,229) $> \alpha$ 0,05

Tabel 10. Analisis Pengaruh Lama Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Lama Kerja	Kelelahan Kerja						Nilai p-value
	Positif		Negatif		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Efektif	38	36,2	29	27,6	67	63,8	0.000
Tidak Efektif	7	6,7	31	29,5	38	36,2	
Jumlah	45	42,9	61	58,1	105	100,0	

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa menunjukkan bahwa distribusi frekuensi pengaruh lama kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat dengan jam kerja yang efektif dengan tingkat kelelahan ringan sebanyak 37 orang (35,2%), Berdasarkan uji statistik menunjukkan ada pengaruh antara lama kerja terhadap kelelahan kerja (p value 0,000) $< \alpha$ 0,05.

Tabel 11. Analisis Pengaruh Masa Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Masa Kerja	Kelelahan Kerja				Total		Nilai p-value
	Positif		Negatif				
	N	%	N	%	N	%	
Lama	31	29,5	30	28,6	61	58,1	0.052
Baru	14	13,3	30	28,6	44	28,6	
Jumlah	45	42.9	60	57.1	105	100.0	

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa pengaruh masa kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat dengan masa kerja lama dengan tingkat kelelahan ringan sebanyak 31 orang (29,5%). Berdasarkan uji statistik menunjukkan tidak ada pengaruh antara masa kerja terhadap kelelahan kerja (p value: 0,052) $> \alpha$ 0,05.

Tabel 12. Analisis Pengaruh Kualitas Tidur Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Kualitas Tidur	Kelelahan Kerja				Total		Nilai p-value
	Positif		Negatif				
	N	%	N	%	N	%	
Gangguan Tidur Ringan	24	22,9	8	7,6	32	30,5	0.000
Gangguan Tidur Sedang	21	20,0	52	49,5	74	69,5	
Jumlah	45	42,9	60	57,1	105	100,0	

Berdasarkan tabel 11 menunjukkan bahwa pengaruh kualitas tidur terhadap kelelahan kerja pada perawat dengan gangguan tidur sedang dengan tingkat kelelahan sedang sebanyak 52 orang (49,5%).

Berdasarkan uji statistik menunjukkan ada pengaruh antara kualitas tidur terhadap kelelahan kerja (p value: 0,000) < α 0,05.

Tabel 13. Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap

Beban Kerja	Kelelahan Kerja				Total		Nilai p-value
	Positif		Negatif				
	N	%	N	%	N	%	
Ringan	25	23,8	14	13,3	39	37,1	0.001
Sedang	20	19,0	46	23,8	66	62,9	
Jumlah	45	42,9	60	57,1	105	100,0	

Berdasarkan tabel 13 menunjukkan bahwa pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat dengan beban kerja sedang dengan tingkat kelelahan, sedang sebanyak 46 orang (23,8%). Berdasarkan uji statistik menunjukkan ada pengaruh antara beban kerja terhadap kelelahan kerja (p value: 0,001) < α 0,05

Pembahasan

1. Pengaruh Umur Terhadap Kelelahan Kerja

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa umur kurang dari 35 tahun lebih dominan mengalami kelelahan kerja hal ini dikarenakan, mererka yang lebih muda atau kurang dari 35 tahun biasanya memiliki aktivitas yang lebih banyak, juga perawat dengan kategory usia dewasa awal biasanya memiliki lebih sedikit pengalaman dalam menangani tekanan dan tuntutan, dibanding dengan perawat kategori usia lansia. Kategori dewasa akhir dan lansia awal lebih sedikit mengalami kelelahan dengan tingkat kelelahan sedang, dikarenakan banyak perawat dengan kategory tersebut, lebih menjaga kesehatan mereka melalui olahraga dan diet sehat. Yang dimana Dari hasil urji statistik didapatkan P value sebesar 0,229 maka dapat disimpulkan tidak ada pengaruh umur dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar.

2. Pengaruh Lama Kerja Terhadap Kelelahan Kerja

Berdasarkan hasil penelitian Kelelahan kerja sedang terjadi pada perawat dengan jam kerja yang tidak efektif, hal ini dikarenakan pembagian shift kerja dimana pada pagi hari perawat bekerja di mulai dari jam 07:00-14:00, begitu pun dengan siang hari berkerja di murlai dari jam 14:00 – 20:00 serdangkan pada malam hari perawat di ruang rawat inap harus berkerja sampai dengan 11 jam dimulai dari jam 20:00 – 07:00 yang dimana jam kerja yang berlebih membuat mereka akan lebih mudah mengantuk, merasa berat dikepala, sering merngurap hingga merasakan kelelahan apalagi pada saat malam hari. Yang dimana Dari hasil uji statistik didapatkan P value sebersar 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh lama kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar.

3. Pengaruh Masa Kerja Terhadap Kelelahan Kerja

Berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa masa kerja tidak mempengaruhi kelelahan kerja hal ini dikarenakan perawat dengan masa kerja lebih dari lima tahun cenderung mengalami kelelahan ringan dikarenakan, mererka lebih berpengalaman, sehingga mereka mengetahui posisi kerja yang baik atau nyaman untuk dirinya sendiri, hal terserbut diperkirakan dapat menncegah atau mengurangi terjadinya kelelahan kerja. Sedangkan untuk perawat yang masa kerja kurang dari 5 tahun cenderung mengalami kelelahan sedang dikarenakan mereka belum cukup beradaptasi dan belajar mengelola beban kerja serta tuntutan emosional dan fisik. Yang di mana dari hasil uji statistik didapatkan P value sebesar 0,052 maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar.

4. Pengaruh kualitas Kerja Terhadap Kelelahan Kerja

Berdasarkan hasil penelitian gangguan tidur mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat hal terserbut dikarenakan faktor kebiasaan durasi tidur yang pendek serta para perawat biasanya membutuhkan jadwal kerja yang tidak tetap bisa mengurangi total waktu tidur dan dapat mengganggu siklus tidur dan bangun sehingga dapat menimbulkan kelelahan. Kualitas tidur yang buruk dapat mengurangi efisensi dan produktivitas, perawat yang merasa lelah mungkin tidak dapat memberikan perawatan yang optimal. Yang di mana berdasarkan hasil penelitian di dapatkan bahwa hasil uji statistik didapatkan P value sebesar 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap Rumah Sakit Umum Darrah Haji Makassar.

5. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa dari 105 responden dengan beban kerja ringan mengalami kelelahan 13,3% atau (14 orang) sedangkan beban kerja sedang yang mengalami kelelahan 23,8% (46 orang). Dari hasil uji statistik didapatkan P value sebesar 0,001 maka, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa perawat di ruang rawat inap rumah sakit umum daerah haji Makassar merasakan kelelahan kerja. Adapun gambaran kondisi kelelahan kerjanya sebagai berikut:

1. Tidak ada pengaruh antara umur terhadap kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap rumah sakit umum daerah Haji Makassar (*p value* = 0,229).
2. Ada pengaruh antara lama kerja ada pengaruh lama kerja dengan kelelahan kerja pada perawat rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar.
3. Tidak ada pengaruh antara masa kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar (*p value* = 0,052).
4. Ada pengaruh antara kualitas tidur terhadap kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar (*p value* = 0,000).

Referensi

- Abdullah, R., Rosmiati., Andi, N. 2021 Pengaruh beban kerja dan sikap terhadap kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Islam Faisal Makassar. *Journal of Muslim Community Health (JMCH)*, vol. 2, No. 3
- Amalia, I., Saleh, I., & Ridha, Abduh., 2022. Faktor – faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja perawat instalasi rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Pontianak. *Jurnal mahasiswa dan penelitian kesehatan*. Vol 9, No.2
- Dian, L., & Kurniawidjaja. M. 2023. Hubungan faktor pekerjaan dengan kelelahan kerja puskesmas di Kabupaten Sambas pada perawat. *Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonersia*
- Dimkatni, W., Sumampouw, J., & Manampiring, Er 2020 Apakah beban kerja, stress kerja dan kualitas tidur mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit. *Journal of Public Health*, vol, 1
- Feby, Surantri., Trisnawati. Er., & Iskandar. A. 2022. Determinan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD DR. Soedarso Pontianak. *Journal Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. Vol,5 no, 7
- Gani, H., Juliani, A., Salcha, M. A., Latief, A.W. L., Fitri, A. T., Syamsul, M. A., Rahmansyah, S. F., & Bahar, S. N. 2024. *Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Makassar: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Makassar
- Hermawan, A., & Taigan, D. A. 2021. Hubungan antara beban kerja berat, stress tinggi, dan status gizi tidak normal dengan mutu kerja perawat di ruang rawat inap RS.Graha Kenari Cilerungsi
- Kabito, A., & Oksandi, H. 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)*, vol, 1 No. 1, 1-7.

5. Ada pengaruh antara beban kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Daerah Haji Makassar (*P value*= 0,001).

Kesimpulan

1. Sebaiknya melakukan evaluasi rutin terhadap tingkat kelelahan pada perawat muda sehingga intervensi dapat dilakukan lebih dini
2. Dalam hal penempatan perawat dalam pembagian *shift* kerja sebaiknya perlu ada pemberian penyuluhan dan pembinaan tentang tingkat kelelahan kerja, sehingga perawat yang bekerja bisa tetap bekerja dengan kemungkinan risiko yang kecil.
3. Perawat dengan masa kerja yang baru sebaiknya menerima orientasi yang memadai dan pelatihan berkelanjutan agar mereka lebih siap dalam menjalankan tugas.
4. Sebaiknya membuat jadwal kerja yang tidak terlalu membebani perawat dengan *shift* malam yang berlebih dan rotasi *shift* kerja yang tidak teratur. Ini akan membantu menjaga ritme sirkadian para perawat.
5. Sebaiknya penilaian menyeluruh terhadap beban kerja perawat. Pastikan jumlah pasien yang ditangani perawat sesuai dengan standar yang aman dan memungkinkan mereka memberikan perawatan berkualitas tanpa mengalami kelelahan berlebihan

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada semua yang berpartisipasi dalam penelitian ini, besar harapan peneliti agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat serta peneliti selanjutnya.

- Lutfi, M., Puspanegara, A., & Mawaddah, Ur, 2021 Faktor- faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada perawat di RSUD 45 Kuningan Jawa Barat. *Jurnal Ilmur Kesehatan Bhakti Husada*, vol.12 No. 02.
- Meilisia., Firdani, F., & Rahman, A. 2023 Analisis hubungan beban kerja, stress kerja dan status gizi dengan tingkat kelelahan kerja dengan perawat. *Jurnal Keselamatan Kesehatan Kerja dan Lingkungan (JK3L)*, vol, 04
- Mulfiyanti, D., Muis, M., & Rivai, F. 2019. Hubungan stress kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUrD Tenriawaur kelas B Kabupatern Boner JKKMM, 2(2), 1-2
- Nugraheni, R., Winda, D., Patrisia, I., & Lidya, C., 2023. Faktor – faktor yang berhubungan dengan perasaan kelelahan kerja perawat ruang rawat inap Rumah Sakit Siloam. *Journal of Nursing Currenrt*, vol.11, no.1
- Pada, K., Rawat, R., Rumah, I., Pondaag, L., & Hamel, R 2019. Faktor- faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado.
- Permatasari, R. I., Heri, S & Annisa, R. 2023. Hubungan kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi. *Journal Bandung Conference Series Medical Science*. Vol, 3 no, 1
- Pongantung, M., Kapantouw, NH., & Kawatu, PA. 2022. Hubungan antara beban kerja dan stress kerja dengan kelelahan kerja pada perawat Rumah Sakit Gmim Kalooan Amurang.
- Priyatna, B. S 2020. Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian. 8(2)
- Rahmayani, Anwar, A., & Andria, D. 2022. Perbedaan kelelahan kerja pada perawat rawat inap antara shift pagi, shift siang dan shift malam di Rumah Sakit Umum Daerah Kabupaten Pidie Jaya Tahun. *Journal of Health Medical Sience*, vol.1, no.4
- Setyawati. 2010. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yoyakarta: Asrama Books Siallagan, A., Rotua, P., & Derang, I. 2022. Hubungan beban kerja dan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Santa Erlisabeth Medan. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, vol.1 no. 1.
- Siregar, P, & Ananda, P. 2023. Pengaruh beban kerja terhadap kelelahan pada perawat di instalasi RSUD Lubuk Pakam. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol 2
- Sitepur, R. 2023. Hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan kerja perawat di Rumah Sakit Umum Mitra Sejati Medan. *Best Journal* vol,6 No. 1
- Surantri, S., Trinsnawati, Er., & Arfan, I. 2022 Determinan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUrD DR. Soedarso Pontianak. *The Indoneisan Journal of Health Promotion*, vol.5 No. 7
- Zahra, A. S., Sumardiyono., & Sari Y 2024. Hubungan beban kerja fisik dan kualitas tidur terhadap kelelahan kerja pada pekerja wakita dengan peran ganda di Pt. Iskandartex Surakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, vol. 12, No. 1.