

---

## Hubungan Antara Stres Kerja Dan Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Kronis Pada Karyawan Rumah Sakit Umum Kajian Pada Rsud Datoe Binangkang Lolak 2 Kecamatan Lolak Kabupaten Bolaang Mongondow

Rifaldo Novel Sondang<sup>1</sup>,

<sup>1</sup> Universitas Trinta; [rifaldonovelsondang@gmail.com](mailto:rifaldonovelsondang@gmail.com)

---

### Abstract

Latar Belakang Stres merupakan tekanan psikologis yang dapat mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan baik secara fisik maupun mental, Kelelahan yang terus menerus dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan terjadinya kelelahan kronik. Kelelahan tidak hanya terjadi selama atau setelah bekerja tetapi juga dapat terjadi sebelum pekerja melakukan pekerjaan, kelelahan kronis atau kelelahan klinis menyebabkan tingkat absentisme meningkat terutama ijin kerja dan meningkatnya angka kesakitan pada karyawan, Tujuan Untuk mengetahui hubungan stres kerja dan shift kerja terhadap kelelahan kerja kronis pada karyawan Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkang Lolak 2. Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional, populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh karyawan Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkang Lolak 2. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara stres sebelum bekerja dengan kelelahan sebelum bekerja dengan nilai p-value (0,00). Stres kerja dengan kelelahan kerja sesudah bekerja dengan nilai p-value (0,00) dan Shift sebelum bekerja dengan kelelahan sebelum bekerja dengan nilai p value (0,337). Shift kerja dengan kelelahan kerja sesudah bekerja dengan nilai p value (0,298) Maka dari itu Tidak terdapat hubungan antara Shift kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkang Lolak 2. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja kronis Dan tidak terdapat hubungan antara Shift kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkang Lolak 2..

---

### Keywords

Stres Kerja, Shift Kerja, Kelelahan Kerja

---

### Corresponding Author

First name Last name

Affiliation, Country; e-mail@e-mail.com

---



## 1. PENDAHULUAN

Pekerjaan seorang perawat tidak terlepas dari sistem shift kerja (Dian dan Solikhah, 2012). Shift kerja merupakan pilihan dalam pengorganisasian kerja untuk memaksimalkan produktivitas kerja sebagai pemenuhan tuntutan pasien (Joko et al., 2012). Meskipun memberikan keuntungan terhadap pasien, shift kerja dapat memberikan dampak negatif yang salah satunya adalah kelelahan (Dian dan Solikhah, 2012). Banyak pekerja gilir mengalami kelelahan. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor antara lain lingkungan kerja, riwayat penyakit, beban kerja, sifat pekerjaan, shift kerja, faktor individu, dan faktor psikologis (Adrianto, 2010 dan Shen, 2006). Salah satu dampak kelelahan kerja adalah penurunan kinerja, menambah tingkat kesalahan kerja, kecelakaan akibat kerja, kehilangan energi atau burnout is Lost energy. Kelelahan merupakan salah satu masalah yang sering dialami oleh tenaga kerja akibat beban kerja yang berlebih (Suma'mur, 1987). Kelelahan yang terus menerus dalam jangka waktu yang lama akan menyebabkan terjadinya kelelahan kronis. Kelelahan tidak hanya terjadi selama atau setelah bekerja tetapi juga dapat terjadi sebelum pekerja melakukan pekerjaan. Kelelahan kronis atau kelelahan klinis menyebabkan tingkat absentisme meningkat terutama ijin kerja dan meningkatnya angka kesakitan pada karyawan. Kelelahan klinis dapat disebabkan karena sikap negatif terhadap kerja, perasaan terhadap atasan atau lingkungan kerja. Kelelahan emosi, 1 perubahan kepribadian, dan perasaan pencapaian yang menurun tanda dari stres pekerja yang merupakan proses psikologis kelelahan kerja. Melo dkk (2019), melaporkan bahwa perawat di rumah sakit Bethesda 2 Tomohon mengalami stres kerja karena terlalu banyak pekerjaan yang diberikan sehingga perawat merasa letih, capek, kaku pada bagian leher

dan tidak dapat berkonsentrasi dengan baik serta bingung dalam menghadapi pekerjaan. Menurut Assa dkk, (2021), penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan stres kerja pada perawat di RSUD GMIM Kalooran Amurang.. Sistem Shift kerja di perusahaan atau tempat kerja dapat diperoleh berbadai dampak positif namun dengan adanya Shift kerja malam dapat menimbulkan akibat yang cukup mengganggu 3 bagi pekerja khususnya apabila pekerja mengalami kurang tidur. Menurut Pasaribu (2020), Kajian literatur review tentang hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat sebagai bahan masukan bagi pemangku kebijakan pada bidang pengelolaan pegawai/karyawan terkait kelelahan kerja dan stres kerja yang terjadi pada perawat. Kajian literatur review ini mungkin bisa dijadikan bahan referensi untuk yang lain mengenai kelelahan kerja dan stres kerja yang khususnya terjadi pada perawat di rumah sakit.

Berdasarkan latar belakang diatas Kajian ini bertujuan untuk mengetahui “hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit”. Waktu yang diperlukan

/ruangan/hari adalah 6 jam dengan jam kerja efektif setiap perawat adalah 7 jam perhari. Rumah Sakit umum Daerah Datoe Binangkang Kabupaten Bolaang Mongondow Lolak 2 adalah rumah sakit rujukan Rumah Sakit rujukan dari 31 Puskesmas dan 127 Puskesmas pembantu ( Bomong Raya ). Sedangkan shift Kerja pada Perawat Rumah Sakit umum Daerah Datoe Binangkang Kabupaten Bolaang Mongondow Lolak 2 adalah 1 X 24 Jam dengan Libur 2 X 24 jam. (Cahayu, 2019), banyaknya pasien yang harus ditangani dibandingkan dengan jumlah perawat yang bertugas membuat beban kerja perawat bertambah, dan perawat dituntut untuk bekerja secara maksimal dan meningkatkan mutu pelayanan rumah sakit sehingga perawat sering mengalami indikator stres kerja seperti : pusing, sulit tidur, cemas, tidak bisa rileks, tekanan darah meningkat dan juga mengalami gangguan pencernaan. Dengan kejadian yang dialami perawat dapat disimpulkan bahwa seorang perawat mengalami stres kerja.

## 2. METODE

jenis peneltian yang digunakan adalah metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Dilakukan pengamatan sesaat dalam periode tertentu dan setiap obyek studi hanya dilakukan satu kali pengamatan selama penelitian. Pendekatan ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dan shift kerja terhadap kelelahan kerja kronis pada karyawan Rumah Sakit. Subjek dengan jumlah yang telah ditentukan terlebih dahulu berdasarkan ciri-ciri atau sifat- sifat tertentu yang dipandang mempunyai sangkut paut yang erat dengan ciri-ciri atau sifat- sifat populasi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 100 responden.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut umur

Table 1 Distribusi Responden Menurut Umur

Umur	f	(%)
21-25	11	11%
26-30	32	32%

31-35	28	28%
36-40	8	8%
41-45	8	8%
46-50	5	5%
51-55	4	4%
65-60	4	4%
Jumlah	100	100

Berdasarkan Tabel 1, presentase umur responden 21-25 tahun berjumlah 11 responden dengan presentase (11%), responden 26-30 tahun berjumlah 32 responden dengan presentase (32%), responden 31-35 tahun berjumlah 28 responden dengan presentase (28%), responden 36-40 tahun berjumlah 8 responden dengan presentase (8%), 41-45 tahun berjumlah 8 responden dengan presentase (8%), responden 46-50 tahun berjumlah 5 responden dengan presentase (5%), responden 51-55 tahun berjumlah 4 responden dengan presentase (4%) dan responden 56-60 tahun berjumlah 4 responden dengan presentase (4%).

Menurut Pendidikan

Table 2 Distribusi Responden Menurut Pendidikan

No	Tingkat Pendidikan	N	(%)
	SMA/SMK	12	12%
	D3	28	28%
	S1/D4	58	58%
	S3	2	2%
	Jumlah	100	100

Berdasarkan Tabel 2. Tingkat Pendidikan karyawan SMA/SMK berjumlah 12 responden dengan presentase (12%), D3 berjumlah 28 responden dengan presentase (28%). S1/D4/ berjumlah 58 responden dengan presentase (58%) dan S3 berjumlah 2 responden dengan presentase (2%).

Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	N	(%)
Laki-Laki	36	36%

perempuan 66 66%

Jumlah 100 100

Berdasarkan Tabel 3. Karyawan berjenis kelamin Laki – laki berjumlah 34 responden dengan presentase (34%) dan karyawan berjenis kelamin perempuan berjumlah 66 responden dengan presentase (66%).

#### Stres Kerja

**Tabel 5. Stres sebelum bekerja**

Kategori	N	Presentase
Sangat Ringan	0	0
Ringan	7	7%
Sedang	71	71%
Berat	21	21%
Sangat Berat	1	1%
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 4. Kategori stres sangat ringan berjumlah 0 responden dengan presentase (0%). Kategori stres ringan berjumlah 7 responden dengan presentase (7%). Kategori stres sedang berjumlah 71 responden dengan presentase (71%). Kategori stress berat berjumlah 21 responden dengan presentase (21%). Kategoristres sangat berat berjumlah 1 responden dengan presentase (1%).

**Tabel 6. Stres Sesudah bekerja**

Kategori	N	Presentase
Sangat Ringan	0	0%
Ringan	7	7%
Sedang	75	75%
Berat	17	17%
Sangat Berat	1	1%
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 6. Kategori stres sangat ringan berjumlah 0 responden dengan presentase (0%). Kategori stres ringan berjumlah 7 responden dengan presentase (7%). Kategori stres sedang berjumlah 75 responden dengan

presentase (75%). Kategori stress berat berjumlah 17 responden dengan presentase (17%). Kategoristress sangat berat berjumlah 1 responden dengan presentase (1%).

**Tabel 7.** Kelelahan kerja sebelum bekerja

Kategori	N	Presentase
Normal	20	20%
Ringan	44	44%
Sedang	30	30%
Berat	6	6%
Total	100	100

Berdasarkan Tabel 7. Kategori normal berjumlah 20 responden dengan presentase (20%). Kategori ringan berjumlah 44 responden dengan presentase (44%). Kategori sedang berjumlah 30 responden dengan presentase (30%). Kategori berat berjumlah 6 responden dengan presentase (6%).

**Tabel 8.** Kelelahan kerja sesudah bekerja

Kategori	N	Presentase
Normal	10	10%
Ringan	49	49%
Sedang	39%	39%
Berat	10	10%
Total	100	100%

Berdasarkan Tabel 8. Kategori normal berjumlah 10 responden dengan presentase(10%). Kategori ringan berjumlah 49 responden dengan presentase (49%). Kategorisedang berjumlah 36 responden dengan presentase (36%). Kategori berat berjumlah 10 responden dengan presentase (10%)..

#### 4. SIMPULAN

ada hubungan yang signifikan antara stres sebelum bekerja dengan kelelahan sebelum bekerja dengan nilai p-value (0,00). Stres kerja dengan kelelahan kerja sesudah bekerja dengan nilai p-value (0,00) dan Shift sebelum bekerja dengan

kelelahan sebelum bekerja dengan nilai p value (0,337). Shift kerja dengan kelelahan kerja sesudah bekerja dengan nilai p value (0,298) Maka dari itu Tidak terdapat hubungan antara Shift kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkang Lolak 2. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja kronis Dan tidak terdapat hubungan antara antara Shift kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan Rumah Sakit Umum Daerah Datoe Binangkang Lolak 2

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Adrianto, E. H., (2010). Hubungan Antara Tingkat Kesegaran Jasmani dan Status Gizi dengan Produktivitas Kerja, *Jurnal Kemas*, Vol. 5 (2): 145-150.
- Assa, Y. W., Warouw, F., & Asrifudin. A (2021). Hubungan Antara Shift Kerja Dan Kepuasan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Gmim Kalooran Amurang, *Jurnal Kesmas*, Vol. 10, No 1, Januari 2021 133-134
- Sugeng Budiono. (2003). Bunga Rampai Hiperkes dan KK. Semarang: BP UNDIP
- Aprilia dkk (2019). Laporan Penelitian pada perawat di RSUD Panembahan Senopati Bantul UNDIP
- Siswanto, A (1991). *Ergonomi*. Surabaya: Balai Hiperkes dan Keselamatan Kerja Jawa Timur
- Aini, N. (2018). Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Instalasi Rawat Inap Dirumah Sakit Herna Medan *Jurnal JUMANTIK* Vol. 4 No. 1, 45-56.
- Canandian Nurse Association (2010). Nurse Fatigue and Patient safety [internet]. Ottawa: Canandian Nurses Association ; Available From: [www.cna-aiic.ca](http://www.cna-aiic.ca)
- Dahlan, Achmad.,Widanarko, Baiduri. (2022). Impact of Occupational Fatigue on Human Performance among Oil and Gas Workers in Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 17(1), 5459. <https://doi.org/10.21109/kesmas.v17i1.5390>
- Grandjean Etienne, (1988). *Fiting the task to the man, a textbook of occupational ergonomis*, taylor & francis, london, new yoark, PHILADELPHIA Uliasi (2021), Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Pekerja Di Unit Produksi Pt.Borneo
- Karima, (2014). Skripsi Faktor-faktor yang berhubungan dengan stress kerja pada pekerja di PTX Tahun 2014, (xiv + 196 halaman, 3 bagan, 23 Tabel, 3 Lampiran) 60
- Leka, S., Griffiths, A., Cox, T., & Organization, W. H. (2003). *Work organisation and*

- stress: systematic problem approaches for employers, managers and trade union representatives. World Health Organization.
- Melo, A. V, Kawatu, P. A. T., & Tucunan, A. A. T. (2019). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Bethesda Tomohon. KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, 8(7).
- Maharja, R. (2015). Analisis tingkat kelelahan kerja berdasarkan beban kerja fisik perawat di instalasi rawat inap rsu haji surabaya. The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health, 4(1), 93 - 102..