

**ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA, DURASI KERJA,
DAN RITME SIRKADIAN TERHADAP KELELAHAN KERJA
PADA PERAWAT**

(Studi observasional analitik RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin)

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
untuk memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

Anita Ulandari
2010912220022



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
BANJARBARU**

NOVEMBER, 2023

Skripsi

ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA, DURASI KERJA, DAN RITME SINGKADIAN TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT

(Studi observasional analitik RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin)

Dipersiapkan dan disusun oleh

Anita Ulandari

Telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal **24 November 2023**

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Dr. dr. Meitria Syahadatina Noor, M. Kes

Anggota Dewan Penguji Lain



**Mufatihatul Aziza Nisa, SKM.,
M.KKK**

Pembimbing Pendamping



Ihya Hazairin Noor, SKM., MPH

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



Laily Khairiyati, SKM., MPH

Koordinator Program Studi: **Kesehatan Masyarakat**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesajaraan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 24 November 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Anita Ulandari', written over a horizontal line.

Anita Ulandari

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA, DURASI KERJA, DAN RITME SIRKADIAN TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT RSUD DR. MOCH. H. ANSARI SALEH BANJARMASIN”** tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Dr. dr. Istiana, M. Kes yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam melaksanakan penelitian
2. Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat, Laily Khairiyati, SKM., MPH yang telah memberikan kesempatan dalam penelitian
3. Unit Pengelola KTI dan P2M Anggun Wulandari, SKM., M. Kes yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.
4. Dosen pembimbing utama Ibu Dr. dr. Meitria Syahadatina Noor., M.Kes, Dosen pembimbing pendamping Bapak Ihya Hazairin Noor, SKM., MPH, yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini
5. Kedua dewan penguji Mufatihatul Aziza Nisa, SKM., M.KKK dan Ratna Setyaningrum, SKM., M.Sc yang telah memberikan kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik
6. Direktur Rumah Sakit Umum Daerah Dr. Moch. H. Ansari Saleh Banjarmasin dan unit terkait atas izin yang diberikan sehingga penelitian ini bisa dilaksanakan serta bantuan fasilitas terkait kelancaran kegiatan penelitian di lapangan.
7. Kedua orang tua saya Ayah H. Bahruddin dan Ibu Hj. Munah Sutah dan kedua kakak saya Abdul Rahman Habibie dan Maya Sari yang selalu

memberikan dukungan, motivasi, semangat, doa, dan masukan selama awal perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini, serta seluruh keluarga yang selalu memberikan bantuan dan dukungan.

8. Sahabat-sahabat saya dan rekan mahasiswa kesehatan masyarakat Angkatan 2020 serta rekan-rekan mahasiswa peminatan K3, terima kasih atas doa, semangat dan dukungan yang telah diberikan kepada peneliti hingga detik ini.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ini masih jauh dari kata sempurna, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, November 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Anita Ulandari', written over a horizontal line.

Anita Ulandari

ABSTRAK

ANALISIS HUBUNGAN BEBAN KERJA, DURASI KERJA, DAN RITME SIRKADIAN TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT

(Studi observasional analitik RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin)

Data mengenai kelelahan kerja terbaru dari *National Safety Council* (NSC) tahun 2018 menunjukkan bahwa dari 2.010 tenaga kerja di Amerika Serikat menunjukkan sekitar 13% kecelakaan kerja di tempat kerja disebabkan oleh faktor kelelahan. Kelelahan kerja pada perawat dapat berdampak pada kesalahan tindakan dalam melaksanakan pekerjaannya sehingga dapat berpengaruh buruk terhadap pelayanan di rumah sakit. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara beban kerja, durasi kerja, dan ritme sirkadian terhadap kelelahan kerja pada perawat. Rancangan penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* dengan kuesioner yang telah diuji validasi. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 344 responden dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling* jumlah sampel 91 menggunakan rumus Lemeshow dan instrument penelitian menggunakan kuesioner. Hasil uji *chi square* menunjukkan $p\text{-value} < 0,0001$ untuk variabel beban kerja, dan durasi kerja sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja, dan terdapat hubungan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja, didapatkan $p\text{-value} = 0,939$ untuk variabel ritme sirkadian sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan antara ritme sirkadian dengan kelelahan kerja pada perawat. Saran bagi peneliti selanjutnya ketika melakukan penelitian yang sama diharapkan agar meneliti lebih lanjut dan mendalami mengenai variabel ritme sirkadian terutama kaitannya dengan kelelahan kerja pada perawat karena penelitian mengenai ritme sirkadian terhadap kelelahan kerja pada perawat masih sangat terbatas dengan menggunakan metode kualitatif untuk menggali lebih lanjut mengapa ditemukan tipe ritme sirkadian *morning* yang mengalami kelelahan. Selain itu dapat dilakukan penelitian ritme sirkadian dengan kuesioner yang berbeda.

Kata Kunci: Kelelahan kerja, beban kerja, durasi kerja, ritme sirkadian

ABSTRACT

ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP OF WORKLOAD, WORK DURATION, AND CIRCADIAN RHYTHM TO WORK FATIGUE IN NURSES

(Analytical observational study at RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin)

Data on the latest work fatigue from the National Safety Council (NSC) in 2018 showed that out of 2,010 workers in the United States, about 13% of workplace accidents were caused by fatigue factors. Work fatigue in nurses can have an impact on the error of action in performing their work and can adversely affect hospital service. The purpose of this study was to analyze the relationship between workload, work duration, and circadian rhythm to work fatigue in nurses. The research design uses quantitative research with cross sectional design with questionnaires that have been validated. The population in this study was 344 respondents with a simple random sampling technique of sample number 91 using Lemeshow's formula and a research instrument using questionnaires. The results of the chi square test showed $p\text{-value} < 0,0001$ for the workload variable, and the duration of the work so that there was a significant relationship between workload fatigue and work fatigue, and there was a relationship between work duration and work fatigue, with $p\text{-value} = 0,939$ There is no significant relationship between circadian rhythm and work fatigue in nurses. The suggestion for future researchers when conducting the same study is expected to further research and explore the variables of circadian rhythms, especially those related to work fatigue in nurses, as studies on circadian rhythms of work fatigue in nurses are still very limited using the method It is qualitative to further explore why the fatigue-induced circadian rhythm type was found. In addition, circadian rhythm research can be conducted with different questionnaires.

Keyword : *Work fatigue, workload, duration of work, circadian rhythm*

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Definisi Kelelahan Kerja.....	13
B. Jenis Kelelahan	14
C. Proses terjadinya Kelelahan Kerja.....	16

D. Dampak Kelelahan Kerja	18
E. Pengukuran Kelelahan Kerja	19
F. Faktor Penyebab Kelelahan Kerja	22
G. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja	32
BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS	
A. Landasan Teori.....	38
B. Kerangka Teori	40
C. Kerangka konsep.....	41
D. Hipotesis Penelitian	41
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian.....	42
B. Populasi dan Sampel	42
C. Instrumen Penelitian	44
D. Variabel Penelitian.....	49
E. Definisi Operasional	49
F. Prosedur Penelitian	51
G. Teknik Pengumpulan Data.....	54
H. Cara Analisis Data	55
I. Tempat dan Waktu Penelitian.....	56
J. Biaya Penelitian	57
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Karakteristik Responden	59
B. Analisis Univariat	60

C. Analisis Bivariat.....	71
D. Keterbatasan Penelitian.....	89
BAB VI PENUTUP	
A. Kesimpulan	91
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
2.1 Tabel Waktu Tidur Berdasarkan Tipe Kronotipe.....	28
4.1 Indikator Variabel Kelelahan Kerja	44
4.2 Indikator Variabel Beban Kerja	45
4.3 Hasil Uji Validitas Variabel Beban Kerja	46
4.4 Hasil Uji Reliabilitas Instrumen Variabel Beban Kerja	48
4.5 Indikator Variabel Ritme sirkadian	48
4.6 Definisi Operasional Penelitian.....	49
5.1 Distribusi dan Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	59
5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Beban Kerja pada Responden di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin	61
5.3 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Variabel Beban Kerja .	61
5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi Kerja pada Responden di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin	64
5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Ritme Sirkadian pada Responden di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin.....	65
5.6 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Variabel Ritme Sirkadian.....	65
5.7 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja pada Responden di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin	68
5.8 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Variabel Kelelahan Kerja.....	68

5.9 Analisis Hubungan antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Responden di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin.....	71
5.10 Analisis Hubungan Durasi Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Responden RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin	77
5.11 Analisis Hubungan Ritme Sirkadian dengan Kelelahan Kerja pada Responden RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin.....	81

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
3.1	Kerangka Teori Penelitian Hubungan Beban kerja, Durasi Kerja, dan Ritme sirkadian pada Perawat.....	40
3.2	Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Beban kerja, Durasi kerja, dan Ritme sirkadian Tidur pada Perawat.....	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Surat Izin Pendahuluan
2. Surat Balasan Izin Pendahuluan RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh
Banjarmasin
3. Surat Izin Penelitian
4. Surat Balasan Izin Penelitian RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh
5. Surat Balasan Uji Validitas RSUD Ulin Banjarmasin
6. Surat Keterangan Laiak Etik
7. Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
8. Hasil Pengisian Kuesioner
9. *Output* Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
10. *Output* Hasil SPSS Univariat
11. *Output* Hasil SPSS Bivariat
12. Dokumentasi
13. Rekapitulasi Data Penelitian