Hubungan Kelelahan Kerja dan Kualitas Tidur Perawat Unit Penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi

Ratu Intan Permatasari*, Herri S. Sastramihardja, Annisa Rahmah Furqaani

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*intan.permata.rip@gmail.com , herpst099@yahoo.com, annisarahmahf@gmail.com

Abstract. Work fatigue is a condition that can cause in vital signs and work productivity that is usually experienced by workers. Fatigue is one of the factors that affect the quality of a person's sleep. Poor sleep quality for health workers, including nurses, can lead to decreased health care for patients. The purpose of this study was to determine the relationship between work fatigue and sleep quality of internal medicine unit nurses at Sekarwangi Hospital, Sukabumi. This research was reviewed by the Bandung Islamic University Ethics Committee with letter number 084/KPEK-Unisba/V/2022. This study used a quantitative analysis method with a cross-sectional approach using a total sampling technique. Data collection was taken through primary data using the Pittsburgh Sleep Quality Index questionnaire to assess sleep quality and the Swedish Occupational Fatigue Inventory questionnaire to assess work fatigue. The results of the study using the Chi-square test analysis were obtained from 40 nurses in the internal medicine unit of Sekarwangi Hospital, Sukabumi. The results showed that 15 respondents (37.5%) with severe work fatigue had poor sleep quality, and 11 respondents (27.5%) with mild work fatigue experienced good sleep quality. The results of the analysis found that there was a relationship between work fatigue and the sleep quality of nurses (P-value <0.05) and r 0.609 (0.60-0.799) which indicated that work fatigue and sleep quality of internal medicine unit nurses at Sekarwangi Hospital had a strong relationship. In conclusion, work fatigue has a risk of interfering with sleep quality.

Keywords: *Internal Medicine Unit Nurse, Sleep Quality, Work Fatigue.*

Abstrak. Kelelahan kerja adalah keadaan yang dapat menyebabkan penurunan dari tanda vital dan produktivitas kerja yang biasanya dialami oleh tenaga kerja. Kelelahan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kualitas tidur seseorang. Kualitas tidur yang buruk pada tenaga kesejatan, termasuk perawat, dapat menimbulkan tindakan pelayanan kesehatan kepada pasien menurun. Tujuan penelitian ini mengetahui hubungan kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi. Penelitian ini telah dikaji oleh Komite Etik Universitas Islam Bandung dengan nomor surat 084/KPEK-Unisba/V/2022. Penelitian ini menggunakan metode analisis kuantitatif dengan pendekatan cross sectional menggunakan teknik pemilihan sampel total sampling. Pengumpulan data diambil melalui data primer menggunakan kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index untuk menilai kualitas tidur dan Swedish Occupational Fatigue Inventory untuk menilai kelelahan kerja. Hasil penelitian menggunakan analisis uji Chi-square diperoleh dari 40 perawat unit penyakit dalam RSUD Sekarwangi Sukabumi. Hasil penelitian menunjukkan responden dengan kelelahan kerja berat berjumlah 15 orang (37,5%) memiliki kualitas tidur yang buruk, dan responden dengan kelelahan kerja ringan berjumlah 11 orang (27,5%) mengalami kualitas tidur yang baik. Hasil analisis didapatkan terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan kualitas tidur perawat (P-value ,0,05) dan r 0,609 (0,60-0,799) yang mengindikasikan bahwa kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi memiliki hubungan yang kuat. Simpulan kelelahan kerja berisiko mengganggu kualitas tidur.

Kata Kunci: *Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Perawat Unit Penyakit Dalam.*

A. Pendahuluan

Rumah sakit adalah organisasi yang berperan dalam pelayanan kesehatan untuk pemenuhan kebutuhan kesehatan masyarakat pada suatu wilayah. Rumah sakit dapat menjalankan fungsinya dengan baik apabila memiliki sumber daya yang berkualitas. Rumah sakit memiliki sumber daya manusia yang terdiri dari tenaga kesehatan dan non-kesehatan (1). Perawat merupakan salah satu sumber daya yang berada pada rumah sakit yang memiliki peran dalam pemberian pelayanan kesehatan (2). Perawat diharapkan dapat memberikan pelayanan yang maksimal dan berkualitas ketika sedang bekerja sehingga mewajibkan perawat tetap dalam keadaan fisik yang bugar

Rumah Sakit Umum Daerah Sekarwangi Sukabumi merupakan Rumah Sakit tipe B dan salah satu rumah sakit rujukan di daerah Sukabumi. Setelah dilakukan pengamatan dengan unit rawat inap lainnya, unit penyakit dalam memiliki angka *Bed Occupation Rate* (BOR) dan jumlah pasien terbanyak, dibandingkan dengan unit rawat inap lainnya. Melihat tingginya BOR dan jumlah pasien yang dirawat pada unit tersebut dapat menjadi gambaran semakin tingginya beban kerja perawat (3).

Aktivitas yang meningkat pada perawat dapat menyebabkan peningkatan dari beban kerja fisik perawat yang dapat menimbulkan terjadinya kelelahan kerja yang meningkat pada perawat (4). Pada hasil penelitian didapatkan perawat yang memiliki kualitas tidur yang buruk, menyebabkan penurunan pelayanan *caring* perawat dalam pelayanan asuhan keperawatan (5). Kualitas tidur yang buruk pada perawat dapat berdampak buruk pada kinerja dari perawat dan dapat berakibat pada keselamatan pasien dan keselamatan perawat tersebut (6)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Unit Penyakit Dalam RSUD Sekarwangi Sukabumi pada bulan Juni-Agustus 2022. Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian dipilih berdasarkan kriteria inklusi, yaitu perawat unit penyakit dalam RSUD Sekarwangi Sukabumi yang berjenis kelamin wanita dan dalam keadaan sehat. Penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Responden penelitian ini berjumlah 40 responden.

Pengumpulan data diambil menggunakan instrument kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk menilai kualitas tidur perawat dan kuesioner *Sweedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI) untuk menilai kelelahan kerja yang dialami oleh perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi. Prosedur yang dilakukan dalam penelitian ini adalah peneliti akan membagikan kedua instrument penelitian yaitu kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) dan kuesioner *Sweedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI). Analisis data dilakukan menggunakan program *statistical product and service solution* (SPSS) menggunakan uji *Chi-square*. Penelitian ini telah mendapat persetujuan etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung dengan nomor 084/KPEK-Unisba/V/2022.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hubungan Kelelahan Kerja dan Kualitas Tidur Perawat Unit Penyakit Dalam RSUD Sekarwangi Sukabumi

Berikut adalah penelitian mengenai hubungan antara kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam RSUD Sekarwangi Sukabumi, yang diuji menggunakan uji *chi-square*. Karakteristik perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi ditampilkan pada tabel 1. Hasil penelitian dijelaskan pada tabel 2 dan 3.

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Jumlah Variabel (n)	Persen (%)
Usia		
20-30 tahun	26	65
31-40 tahun	11	27,5
41-50 tahun	3	7,5
Kelelahan Kerja		
Ringan	15	37,5
Sedang	9	22,5
Berat	16	40
Kualitas Tidur		
Baik	15	37,5
Buruk	25	62,5

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022

Tabel 2. Hubungan Kelelahan kerja Perawat dengan Kualitas Tidur Perawat Unit Penyakit Dalam di RSUD Sekarwang Sukabumi

Kualitas tidur	Kelelahan Kerja Perawat						total	Nilai p	Nilai r
	Ringan		Sedang		Berat				
	f(x)	%	f(x)	%	f(x)	%			
Baik	11	27,5	3	7,5	1	2,5	15	0,001	0,609
Buruk	4	10	6	15	15	37,5	25		

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022

Pada tabel 1, menunjukkan mayoritas responden berada pada rentang usia 20-30 tahun sebanyak 26 orang (65%). Responden penelitian paling banyak mengalami kelelahan kerja berat dengan jumlah 16 orang (40%). Berdasarkan dari kualitas tidur, mayoritas responden mengalami kualitas tidur yang buruk dengan jumlah 25 orang (62,5%). Pada tabel 2 hasil analisis *chi-square* menunjukkan bahwa didapatkan *P-value* sebesar 0,001 ($<0,05$). Maka terdapat hubungan antara kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi. Telah dilakukan uji korelasi dengan menggunakan uji *pearson's R* didapatkan nilai 0,609 yang menunjukkan terdapat hubungan yang kuat antara kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi sukabumi.

Hasil analisis statistik pada tabel 2 menampilkan bahwa terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan kualitas tidur. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hanjar Luluk Wijanarti, dan Tesha Dwi Ayu Anisyah bahwa terdapat hubungan antara kelelahan kerja dan kualitas tidur. Pada penelitian tersebut didapatkan nilai *P value* = 0.001 ($<0,05$) yang menyatakan bahwa terdapat adanya hubungan antara kelelahan kerja perawat dengan kualitas tidurnya (7). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Juliana bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja dengan hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai *P* = 0,0001 (8). Mekanisme hubungan kelelahan kerja dan kualitas tidur hingga saat ini belum diketahui secara pasti (9) Terdapat salah satu kemungkinan mekanisme yang mendasari efek samping dari aktivitas fisik berlebih adalah keadaan *hyperarousal*, yaitu keadaan peningkatan daya tanggap yang memanifestasikan dirinya dalam berbagai gejala fisiologis dan psikologis. Penjelasan lain yang mungkin terjadi adalah nyeri pada *musculoskeletal* akibat beban fisik yang berlebih (10).

Kelelahan kerja merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap kuantitas dan kualitas tidur seseorang (11). Semakin tingginya tingkat kelelahan yang dialami oleh seseorang maka kualitas tidurnya pun akan semakin memburuk, Begitu pula sebaliknya, apabila tingkat kelelahannya semakin rendah maka kualitas tidur seseorang akan semakin baik (7). Apabila seseorang bekerja melebihi batas kemampuannya, hal tersebut dapat mengakibatkan beban kelelahan yang dapat mengganggu kualitas tidurnya (12).

Berdasarkan penelitian Yulanda, perawat yang memiliki kualitas tidur yang buruk, dapat menyebabkan terjadinya penurunan pelayanan *caring* perawat dalam pelayanan asuhan keperawatan, semakin tingginya kualitas tidur seorang perawat maka *caring* perawat dalam pemberian asuhan keperawatan juga akan meningkat (5). Penelitian Agrisky menyatakan bahwa kualitas tidur yang buruk dapat mempengaruhi kinerja, kesehatan, bahkan dapat menyebabkan ancaman bagi keselamatan pasien dan perawat itu sendiri (13).

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Kelelahan kerja adalah salah satu faktor risiko yang berpengaruh terhadap kualitas tidur.
2. Mayoritas perawat yang memiliki kelelahan kerja berat memiliki kualitas tidur yang buruk.
3. Terdapat hubungan antara kelelahan kerja dan kualitas tidur perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi.

Acknowledge

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pimpinan RSUD Sekarwangi Sukabumi dan kedua pembimbing Fakultas kedokteran Universitas Islam Bandung. Kepada responden penelitian ini yaitu perawat unit penyakit dalam di RSUD Sekarwangi Sukabumi yang telah berpartisipasi pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Suryani D, Wulandari Y. Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Rumah Sakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta. *J Kesehatan Masy (Journal Public Health)*. 2014;3(3):25–36.
- [2] Nursalam. *Aplikasi dan Praktik Keperawatan Profesional*. Edisi 2, Salemba Medika, Jakarta. 2013.
- [3] RSUD Sekarwangi. *Profile RSUD Sekarwangi*. Sukabumi; 2022.
- [4] Pujiastuti AT, Lestantyo D, Wahyuni I. Analisis Tingkat Kelelahan Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat Di Ruang Isolasi Rumah Sakit X Saat Pandemi Corona Virus (Covid – 19). *J Ris Kesehat Masy [Internet]*. 2021;1(1):1–7.
- [5] Yulanda E, Setiawan H, Rizany I. Hubungan Kualitas Tidur dengan Perilaku Caring dalam Pelayanan Asuhan Keperawatan di RSD Idaman Kota Banjarbaru. 2021;3:23–32.
- [6] Mari YRD, Kuntarti. Penurunan kualitas tidur pada perawat dengan kinerja yang kurang baik dalam melaksanakan asuhan keperawatan. 2014;(1):1–10.
- [7] Wijanarti HL, Anisyah TDA. Hubungan Antara Kualitas Tidur, Beban Kerja Fisik Terhadap Perasaan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rawat Inap Kelas 3 Di Rs Pku Muhammadiyah Gamping. *J Lentera Kesehat Masy*. 2022;1(8.5.2017):2003–5.
- [8] Juliana M, Camelia A, Rahmiwati. Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik. 2018;9(1):53–63.
- [9] Goldman SE, Ancoli-Israel S, Boudreau R, Cauley JA, Hall M, Stone K. Sleep problems and associated daytime fatigue in community-dwelling older individuals. *Journals Gerontol - Ser A Biol Sci Med Sci*. 2008;63(10):1069–75.
- [10] Travers M. Why Too Much Physical Activity Is Bad For Sleep [Internet]. 2021. Available from: <https://therapytips.org/interviews/why-too-much-physical-activity-is-bad-for-sleep>

- [11] Kasiati N, Rosmalawati NWD. *Kebutuhan Dasar Manusia I*. 1st ed. Pusdik SDM Kesehatan; 2016.
- [12] Wicaksono D, Yusuf A, Widyawati I. Faktor dominan yang berhubungan dengan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. *Crit Med Surg Nurs J*. 2013;1(2):92–101.
- [13] Agririsky IAC, Adiputra IN. Gambaran Kualitas Tidur Perawat Dengan Shift Kerja di Ruang Rawat Inap Anak RSUP Sanglah Denpasar Tahun 2016. *E-Jurnal Med*. 2018;7(11):1–8.
- [14] M. A. D. Muhamad Hasanudin Nasrullah, “A Scoping Review : Hubungan Antara Konsumsi Kopi terhadap Mood pada Orang Dewasa,” *Jurnal Riset Kedokteran (JRK)*, pp. 79-84, 2022.