

## FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN PERAWAT RUMAH SAKIT (SEBUAH KAJIAN LITERATUR)

Rizki Amalia Pratiwi \*, Fadhilah Al Karimah, Seamus Tadeo Marpaung

Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Sebelas Maret

Jl. Ir. Sutami No. 36A, Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57126.

\*Email: kikiamalia29@gmail.com

### Abstrak

Perawat adalah salah satu profesi di rumah sakit yang memiliki peranan penting dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan. Tanggung jawab dan beban kerja yang berat mengharuskan seorang perawat mampu melakukan perawatan dengan baik kepada pasien. Beban kerja perawat rumah sakit dapat dikategorikan berat seperti membutuhkan shift panjang dan memaksakan tuntutan fisik. Beban kerja yang berat akan menimbulkan kelelahan, dan secara nyata kelelahan dapat mempengaruhi kesehatan perawat dan dapat menurunkan produktivitas kerja perawat. Kajian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kelelahan perawat dengan melakukan sebuah kajian terhadap literatur yang berhubungan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan pada perawat. Langkah-langkah yang dilakukan dalam kajian adalah membaca sumber jurnal internasional mengenai kelelahan perawat yang didapatkan dalam kurun waktu 12 tahun terakhir, dilakukan pemilihan artikel, kemudian dirangkum dan dianalisis dikembangkan menjadi sebuah kajian literatur mengenai faktor-faktor kelelahan pada perawat. Hasil kajian menemukan bahwa terdapat faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan pada perawat yaitu beban kerja, resiko pekerjaan, waktu kerja, waktu istirahat, ketegangan dan tingkat stress kerja. Selain itu terdapat pula faktor yang tidak terkait lingkungan kerja seperti faktor lingkungan.

**Kata kunci:** faktor-faktor kelelahan, kelelahan, perawat

### 1. PENDAHULUAN

Perawat adalah seseorang yang telah menyelesaikan program pendidikan keperawatan, berwenang di negara bersangkutan untuk memberikan pelayanan dan bertanggung jawab dalam peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit serta pelayanan terhadap pasien (International Council of Nursing 1965). Perawat mempunyai fungsi yang unik yaitu, membantu individu baik yang sehat maupun yang sakit, dari lahir hingga meninggal agar dapat melaksanakan aktivitas sehari-hari secara mandiri, dengan menggunakan kekuatan, kemauan, atau pengetahuan yang dimiliki (Henderson, 1980). Perawat merupakan salah satu elemen penting rumah sakit dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Mereka adalah profesional yang lebih sering berinteraksi dengan pasien atau penerima jasa layanan kesehatan lainnya di rumah sakit. Mereka merupakan bagian dari tim kesehatan yang menghadapi permasalahan kesehatan pasien setiap hari selama 24 jam. Gilles (dalam Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 2012) menyatakan pelayanan kesehatan di rumah sakit, 40 hingga 75% merupakan pelayanan keperawatan. Selain memberikan pelayanan kepada pasien, perawat juga berinteraksi dengan keluarga pasien, dan kadang-kadang menerima keluhan mereka atas ketidakpuasan pelayanan di rumah sakit.

Menurut Chavalitsakulchai dan Shahnava (1993) dalam Setyawati (2010), kelelahan kerja merupakan fenomena yang kompleks yang disebabkan oleh faktor biologi pada proses kerja serta dipengaruhi oleh faktor *internal* maupun *eksternal*. Faktor *internal* pengaruh terjadinya kelelahan kerja yaitu lingkungan kerja yang tidak memadai, dan *eksternal* pengaruh kelelahan kerja yaitu masalah *psikososial* (Setyawati, 2010). Kelelahan kerja menunjukkan keadaan yang berbeda-beda tetapi semuanya berkaitan kepada pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan umum (Wijaya & Setyawati, 2006). Semua pekerjaan akan menghasilkan kelelahan kerja, dan kelelahan kerja akan menurunkan kinerja serta menambah tingkat kesalahan kerja (Nurmianto, 1996). Setiap orang yang bekerja dengan melebihi batas tertentu akan menimbulkan kelelahan, oleh karena itu setiap perusahaan haruslah memikirkan waktu istirahat sebelum tenaga pulih kembali (Nitisemito, 1996).

Umur karyawan muda umumnya memiliki kemampuan fisik yang lebih kuat dibandingkan dengan karyawan yang berumur lebih tua (Hasibuan, 2009). Didalam buku Suma'mur (1995), sebab-sebab kelelahan kerja terdiri dari :

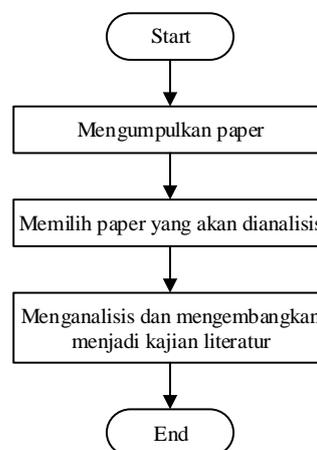
1. Monoton/melakukan pekerjaan yang sama setiap waktunya
2. Beban kerja yang tinggi dan lama kerja.
3. Lingkungan yang kurang mendukung.
4. Faktor kejiwaan pekerja.
5. Sakit, rasa sakit, dan gizi buruk seorang pekerja.

Menurut Suma'mur (1995), Tanda-tanda kelelahan yang utama adalah hambatan terhadap fungsi-fungsi kesadaran otak dan perubahan-perubahan pada organ-organ di luar kesadaran serta proses pemulihan. Orang yang Lelah mengalami, penurunan perhatian, perlambatan dan hambatan persepsi, lambat dan sukar berpikir, penurunan kemampuan atau dorongan untuk kerja, kurangnya efisiensi kegiatan-kegiatan fisik dan mental.

Tujuan dari penulisan sebuah kajian literatur ini adalah untuk menganalisis serta mengetahui faktor – faktor apa saja yang mempengaruhi kelelahan pada perawat berdasarkan penelitian yang telah terpublikasi sebagai jurnal atau paper internasional selama 12 tahun terakhir.

## 2. METODOLOGI

Metodologi yang digunakan dalam pembuatan sebuah kajian literatur ini digambarkan melalui flowchart sebagai berikut :



**Gambar 1. Flowchart metodologi penelitian**

Penjelasan singkat mengenai flowchart yang digunakan sebagai metodologi penulisan sebuah kajian literatur faktor – faktor yang menyebabkan kelelahan seorang perawat adalah sebagai berikut : Membuka website *sciencedirect* yang berisi jurnal-paper. Kemudian mencari paper dengan *keyword* “nurse workload fatigue factor”. Paper yang dicari yaitu dari rentang tahun 2005 hingga 2016 , dan didapatkan paper sebanyak 1015 dalam kurun waktu 12 tahun. Dari paper yang didapat sebanyak 1015 , dilakukan pemilihan paper secara lebih spesifik untuk mendapatkan paper yang sesuai. Paper yang dipilih adalah paper yang memiliki judul paling mendekati dengan tujuan penulisan kajian literatur ini yaitu faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan pada perawat, kemudian dan didapatkan sejumlah. Jumlah paper yang dipilih sejumlah 6 paper. Selanjutnya, membaca abstrak dan kesimpulan dari paper yang terpilih, dan melakukan analisis paper tersebut menjadi sebuah kajian literatur untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan pada perawat.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebuah kajian literatur yang dibuat untuk mengetahui faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan terhadap perawat di rumah sakit didapatkan dari membaca abstrak dan kesimpulan dari berbagai macam literatur jurnal atau paper yang berkaitan dengan topik yang diangkat dan telah dipublikasikan secara internasional melalui situs website *sciencedirect.com*. Pembacaan naskah abstrak dan kesimpulan diambil dari jurnal atau paper dalam kurun waktu 12 tahun yaitu tahun 2005 hingga tahun 2016. Berikut adalah tabel yang menggambarkan hasil dari studi literatur yang telah dilakukan :

**Tabel 1. Hasil analisis literatur**

Penulis	Tahun Publikasi	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
Simon S. Yeung, Ash Genaidy, James Deddens, Steve Sauter	2005	The relationship between protective and risk characteristics of acting and experienced workload, and musculoskeletal disorder cases among nurses	Mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi kelelahan dan beban kerja yang dialami perawat	Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi kinerja dan menjadi faktor kelelahan yang dialami oleh perawat. Faktor pertama adalah resiko terhadap pekerjaan yang ditanggung, faktor kedua adalah karakteristik non-fisik pekerjaan seperti energi ekspenditur yang dikeluarkan oleh perawat, dan faktor ketiga adalah pengalaman kerja seorang perawat dalam menerima pekerjaan yang diberikan atau dilakukan
Karen S. Cox, Susan L. Teasley, Susan R. Lacey, Cathryn A. Carroll, Kathleem A. Sexton	2007	Work enviroment perceptions of pediatric nurses	Mengetahui apakah persepsi perawat yang bekerja pada bagian pediatrik berbeda dengan persepsi perawat yang bekerja pada bagian non-padiatrik	Faktor lingkungan dapat mempengaruhi kepuasan dan kelelahan yang dialami seorang perawat dalam penelitian. Subjek yang dipakai adalah persepsi perawat yang bekerja pada bagian pediatrik. Dari penelitian disimpulkan bahwa perawat yang bekerja pada bagian pediatrik memiliki persepsi positif dan kepuasan yang lebih daripada perawat yang bekerja pada bagian non-pediatrik. Persepsi dan beban kerja yang dialami oleh perawat bagian pediatrik mungkin dikaitkan dengan penurunan ketegangan fisik ketika perawat tersebut merawat bayi dan anak-anak dibandingkan perawat yang merawat orang dewasa. Usia juga merupakan salah satu faktor melihat bahwa perawat pada bagian padiatrik masih tergolong muda.
Lusine Poghosyan, LindaH. Aiken, Douglas M. Sloane	2009	Factor structure of the Maslach burnout inventory: An analysis of data from large scale cross-sectional surveys of nurses from eight countries	Mengetahui kemampuan kuisioner Maslach burnout inventory (MBI) untuk digunakan dalam penelitian di bidang kesehatan secara internasional dan untuk mengetahui faktor apa saja yang mengakibatkan kelelahan perawat di delapan negara.	Faktor yang dapat menyebabkan kelelahan pada perawat adalah stress dan ketegangan. Hal ini termasuk dalam kelompok depersonalisasi dan kelelahan emosional. Ketiga subskala yang diujikan menunjukkan keandalan yang baik setelah menunjukkan angka Alpha Cronbach senilai 0,70 sehingga menunjukkan bahwa MBI bisa dipakai oleh rumah sakit di dunia untuk meneliti kondisi petugas medis mereka.
Atiya Mahmood, Ph.D, Habib Chaudhury, Ph. D, Maria Valente, MA	2011	l surveys of nurses from eight countries Nurses' perceptions of how physical environment affects medication error in acute care settings	Mengetahui apakah lingkungan kerja dapat mempengaruhi kondise mental dan fisik perawat.	Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa ada beberapa faktor lingkungan fisik potensial yang dapat mengganggu perawat dalam melaksanakan tugasnya. Faktor itu adalah kurangnya ruang penyimpanan obat, desain ruangan yang kurang nyaman, ruang gerak yang terbatas di ruangan administrasi, tingkat kebisingan yang tinggi, serta pencahayaan yang buruk.

Penulis	Tahun Publikasi	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Hasil Penelitian
Beatrice Hazzard, Karen Johnson, Dzifa Dordunoo, Trisha Klein, Brittany Russell, Patricia Walkowiak	2013	Work- and Nonwork-Related Factors Associated With PACU Nurses' Fatigue	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan kelelahan perawat di ruang PACU dan tingkat kelelahan perawat terkait faktor kerja dan faktor non-kerja.	Faktor terkait dengan pekerjaan mencakup jam kerja, beban kerja, dan istirahat. Faktor yang tidak terkait dengan pekerjaan yaitu waktu perjalanan pulang dan waktu tidur dalam shift.
Sung-Heui Bae, Donna Fabry	2014	Assessing the relationships between nurse work hours/overtime and nurse and patient outcomes	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk secara sistematis mengevaluasi pengaruh perawat lembur dan jam kerja yang panjang terhadap hasil kerja perawat terhadap pasien.	Terdapat hubungan positif antara jam kerja perawat yang panjang dengan hasil kerja perawat yang buruk. Hal ini juga menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi kelelahan pada perawat adalah jam kerja perawat (overtime).

Dari hasil analisis literatur paper maupun jurnal internasional yang diterbitkan dalam rentang tahun 2005 – 2016 dapat diketahui terdapat faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan pada perawat yaitu faktor yang terkait dengan pekerjaan dan faktor yang tidak terkait dengan pekerjaan. Faktor yang terkait dengan pekerjaan adalah faktor yang muncul karena pekerjaan yang dilakukan oleh perawat itu sendiri. Faktor-faktor tersebut adalah resiko pekerjaan yang ditanggung, beban kerja dalam pekerjaan, jam kerja perawat dalam satu shift, waktu istirahat perawat dari pekerjaan yang dilakukan, dan tingkat stress serta ketegangan dalam bekerja. Faktor yang tidak terkait dengan pekerjaan merupakan faktor yang berasal dari luar pekerjaan yang dilakukan oleh perawat yaitu usia perawat, pengalaman kerja oleh perawat, waktu perjalanan pulang, dan waktu tidur dalam shift. Terdapat faktor lain yang mempengaruhi kelelahan kinerja perawat yaitu faktor lingkungan. Faktor lingkungan yang dapat dipengaruhi dari sisi kondisi fisik ruangan tempat perawat bekerja, tingkat kebisingan lingkungan, dan tingkat pencahayaan yang terdapat pada ruangan atau lingkungan tempat perawat bekerja.

#### 4. KESIMPULAN

Analisis kejian literatur yang dalam waktu 12 tahun dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan pada perawat adalah faktor yang terkait dengan pekerjaan dan faktor yang tidak terkait dengan non-pekerjaan. Faktor – faktor tersebut adalah beban kerja perawat, resiko pekerjaan yang ditanggung oleh perawat, waktu kerja dan waktu istirahat bagi perawat, ketegangan dan tingkat stress kerja yang dirasakan oleh perawat, dan faktor lingkungan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anonimus. *Definisi Keperawatan Menurut Pakar Keperawatan Dunia*. [www.serpihanilmubuku.blogspot.co.id](http://www.serpihanilmubuku.blogspot.co.id). Diakses: 16 Juni 2017, jam 14.00.
- Atiya Mahmood, Habib Chaudhury, Maria Valente, MA, (2011), Nurses' Perceptions of how physical environment affects medication errors in acute care settings, *Applied Nursing Research*, 24, pp. 229-237.
- Bae, Sung-Heui., Donna Fabry, (2014), Assessing the relationships between nurse work hours/overtime and nurse and patient outcomes: Systematic literature review, *Journal of Nurs Outlook Vol 6 No 2 2014*: pp 138-156

- Chavalitsakulchai, P. dan Shahnava, H. (1993). Musculoskeletal Discomfort and Feeling of Fatigue Among Female Professional Workers: The Need for Ergonomics Consideration. *Journal of Human Ergology*, 20: 257-264.
- Hasibuan, Malayu S.P. (2009). *Manajemen: Dasar, Pengertian, dan Masalah* Edisi Revisi. Jakarta : Bumi Aksara.
- Hazzard, Beatrice., Karen Johnson, Dzifa Dordunoo, Trisha Klein, Brittany Russell, Patricia Walkowiak., (2013), Work- and Nonwork-Related Factors Associated With PACU Nurses' Fatigue, *Journal of Peri Anesthesia Nursing*, Vol 28, No 4 (August), 2013: pp 201-209.
- Henderson dan Quandt, (1980), *Microeconomics: Theory Mathematical Approach*. International Book Company, Tokyo
- International Council of Nurses. (1965). *Position Statements*. Geneva : ICN
- Karen S. Cox, Susan L. Teasley, Susan R. Lacey, Cathryn A. Carroll, Kathleem A. Sexton, (2007), Work Environment Perceptions of Pediatric Nurses, *Journal of Pediatric Nursing*, 22, pp. 10–14.
- Lusine Poghosyan, Linda H. Aiken, Douglas M. Sloane, (2009), Factor Structure Of The Maslach Burnout Inventory: An Analysis Of Data From Large Scale Cross-Sectional Surveys of Nurse from Eight Countries, *International Journal of Nursing*, 46, pp. 894-902.
- Alex S. Nitisemito, (1996). *Manajemen Personalia*, Jakarta : Graha Indonesia
- Nurmianto, E. (1996). *Ergonomi, Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya : Guna Widya.
- Patricia Littlejohn, (2012), The Missing Link: Using Emotional Intelligence To Reduce Workplace Stress And Workplace Violence In Our Nursing And Other Health Care Professions, *Journal of Professional Nursing*, 28, pp. 360-368.
- Setyawati. 2010. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Asmara Books
- Setyawati L. M, Endang S, Wijaya, (2006), Hubungan Shift Kerja Dengan Gangguan Tidur Dan Kelelahan Kerja Perawat Instansi Rawat Darurat RS DR. Sardjito Yogyakarta, *Sains Kesehatan* vol 19(2). Pp. 235-245
- Simon S. Yeung, Ash Genaidy, James Deddens, Steve Sauter, (2005), The Relationship Between Protective and Risk Characteristics of Acting and Experienced Workload, and Musculoskeletal Disorder Cases Among Nurses, *Journal of Safety Research*, 36, pp. 85–95.
- Suma'mur P.K, (1995). *Keselamatan Kerja dan Pencegahan Kecelakaan Kerja* Jakarta: PT Toko Gunung Agung.