

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Rumah sakit merupakan institusi kesehatan yang mempunyai peranan penting dalam memberikan layanan kesehatan dalam menjaga dan memelihara kesehatan masyarakat. Rumah sakit merupakan tempat kerja yang memiliki resiko tinggi terhadap keselamatan dan kesehatan sumber daya manusia rumah sakit, pasien dan pendamping pasien, pengunjung maupun lingkungan rumah sakit. Dengan tingginya resiko potensi bahaya yang ada, rumah sakit perlu melakukan pengendalian untuk meminimalisasi ancaman bahaya terjadi dalam rangka pengendalian resiko yang berkaitan dengan kegiatan kerja guna menciptakan tempat kerja yang aman, efisien dan produktif. Sebagai industri jasa pelayanan, rumah sakit termasuk ke dalam kategori tempat yang wajib K3RS (Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit) (Maria, 2020).

Keselamatan dan kesehatan kerja telah menjadi suatu hal prioritas dan menjadi bagian dari penilaian akreditasi rumah sakit dan juga memiliki peran dalam memberikan mutu yang baik dalam pelayanan di rumah sakit. Implementasi manajemen keselamatan dan kesehatan kerja di rumah sakit bertujuan untuk meningkatkan kinerja K3 dengan melaksanakan upaya upaya K3 secara efektif dan efisien sehingga resiko kecelakaan kerja dapat dicegah atau dikurangi (Maria, 2020).

Selain itu salah satu peran penting rumah sakit adalah memberikan layanan perawatan yang dilakukan oleh perawat, sehingga perawat merupakan salah satu komponen penting dalam sistem pelayanan kesehatan yang bertugas untuk memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif kepada pasien. Pelayanan keperawatan yang umumnya diberikan selama 24 jam dalam satu hari sering kali disertai dengan tuntutan mental, fisik, dan waktu yang tinggi sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan kerja pada perawat (Victoria, 2020).

Kelelahan kerja adalah kondisi akut atau kronis yang menyebabkan kelelahan fisik, mental, atau emosional, sehingga menghambat seseorang untuk menjalani aktivitasnya (Worksafe Victoria, 2020). *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 Irlandia *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. (ILO, 2023).

Menurut hasil survey PPNI (Persatuan Perawat Nasional Indonesia) pada tahun 2023 di dapatkan 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami kelelahan kerja, sebanyak 42,3% perawat bekerja di Rumah Sakit dan sebanyak 67,3 % perawat bekerja di

Puskesmas. Berdasarkan data yang didapatkan dari Dinas Provinsi Sumatera Barat (2023) didapatkan hasil kelelahan kerja pada perawat sebesar 59,5%.

Dampak kelelahan kerja meliputi menurunnya kewaspadaan dan konsentrasi, terganggunya proses pengambilan keputusan, berkurangnya motivasi, dan berkurangnya energi dalam menjalankan tugas yang dapat meningkatkan risiko terjadinya kecelakaan kerja (Sadeghniaat Haghghi & Yazdi, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja adalah faktor individu, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan kerja. Faktor individu terbagi atas usia, status gizi, kondisi kesehatan dan kualitas tidur. Sedangkan faktor pekerjaan terdiri dari masa kerja, beban kerja fisik, beban kerja mental, waktu istirahat dan shift kerja. Kemudian faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja selanjutnya adalah faktor lingkungan kerja (Tarwaka, 2020).

Kualitas tidur merupakan sumber kebugaran yang sangat penting dalam peningkatan produktivitas tubuh di kemudian hari. Seperti makanan bergizi dan olahraga, tidur berkualitas juga merupakan kebutuhan mutlak yang sama pentingnya. Biasanya, orang dewasa membutuhkan 7-8 jam tidur setiap hari untuk menjaga kesehatan dan kinerja optimal (Damayanti et al., 2021).

Tingkat kelelahan seseorang akan semakin tinggi jika kualitas tidurnya semakin rendah. Kelelahan akan menunjukkan kondisi yang

berbeda pada setiap individu. Namun, jika seseorang melampaui batas kemampuannya dalam bekerja secara fisik maupun mental, akan mengalami kelelahan dan kondisi tersebut menyebabkan tidak tercapainya kualitas tidur yang ingin dicapai (Hernayanti et al., 2022).

Kualitas tidur yang tidak memadai dapat memiliki dampak serius pada kesehatan dan kinerja seseorang di tempat kerja. Namun, seringkali sulit untuk mendeteksi masalah kualitas tidur ini di tempat kerja, sehingga menjadi bahaya yang tidak terlihat yang dapat berpotensi mengancam keselamatan dan kesehatan pekerja (Dahlan & Widanarko, 2022).

Penelitian yang dilakukan Nursanti dan Hendra, D. (2024) tentang “Hubungan antara Kualitas Tidur dan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit” didapatkan hasil adanya hubungan antara kualitas tidur dan kelelahan kerja. Faktor shift kerja, terutama shift malam, dan beban kerja mempengaruhi kelelahan dan kualitas tidur. Kurangnya kualitas tidur menyebabkan kantuk, sehingga mengurangi kewaspadaan, dan meningkatkan risiko kesalahan atau kecelakaan kerja. Pengaturan waktu kerja dan istirahat yang memadai dapat meningkatkan kualitas tidur dan menurunkan tingkat kelelahan kerja.

Penelitian lain juga dilakukan Devina, F.A, dan Indriati, P. (2023) tentang “Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja” didapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja serta penurunan kualitas tidur pada pekerja dikaitkan dengan peningkatan tingkat kelelahan kerja. Pengaturan

waktu kerja dan istirahat yang buruk pada berbagai jenis pekerjaan, dapat berpengaruh terhadap kualitas tidur pekerjanya sehingga kualitas tidur yang baik diperlukan untuk menurunkan tingkat kelelahan kerja.

Selain itu faktor yang berpengaruh adalah masa kerja. Lama kerja dapat meningkatkan risiko kelelahan karena adanya kebosanan dan ketahanan tubuh yang berlebihan. Kelelahan baik fisik maupun mental dapat mengakibatkan penurunan produktivitas dan kemampuan kerja pekerja. Kelelahan kronis yang terjadi secara berulang selama periode waktu yang panjang, akan berdampak negatif pada kesehatan dan kemampuan kerja seseorang. Oleh sebab itu, baik perusahaan maupun pekerja perlu mengetahui serta memahami faktor yang menjadikan kelelahan dan perusahaan dapat menerapkan strategi untuk mengelola hal tersebut (Dayat & Febriyanto, 2021)..

Masa kerja merupakan faktor individu yang berhubungan dengan perilaku dan persepsi individu yang dapat mempengaruhi perkembangan karirnya di perusahaan. Idealnya adalah semakin lama seseorang bekerja maka kemampuan kerjanya akan semakin baik, dan tingkat penguasaan akan pekerjaannya pun semakin fasih. Pekerja dengan masa kerja  $\geq 5$  tahun cenderung memiliki tingkat kelelahan yang lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja dengan masa kerja  $< 5$  tahun. Kelelahan kerja dapat meningkatkan risiko terjadinya kesalahan dalam pekerjaan. Ketika seseorang merasa lelah, kemampuan untuk memproses informasi, dan

membuat keputusan yang tepat dapat terganggu, sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya kesalahan (Hermanto, 2020).

Penelitian yang dilakukan Aminah dan Porusia (2024) tentang “Hubungan Masa Kerja, Jenis Kelamin dan Iklim Kerja dengan Kelelahan Kerja di Rumah Sakit” didapatkan hasil pekerja yang memiliki masa kerja <5 tahun dengan tingkat kelelahan ringan sebanyak 15 (83.3%), sedangkan pekerja dengan masa kerja  $\geq 5$  tahun mengalami tingkat kelelahan sedang sebanyak 75 (86.4%) responden. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja, ditunjukkan dengan hasil uji secara statistik  $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$ .

Rumah Sakit Umum Daerah dr. Rasidin Padang merupakan Perangkat Daerah Pemerintah Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. Salah satu Rumah Sakit Umum milik instansi Pemerintah Kota Padang yang beralamat di jalan Air Paku Sei. Sapih Kecamatan Kuranji Padang. RSUD dr Rasidin terletak di sentra pengembangan Kota Padang kearah Utara dan Timur yang melayani penduduk yang cukup banyak dengan penambahan penduduk rata-rata 2,4% pertahun menerima rujukan dari 23 Puskesmas Induk 62 Pustu, 25 Rumah Sakit lainnya. Survey awal yang dilakukan peneliti di RSUD dr. Rasidin Padang dengan mewawancarai 5 orang perawat yang bertugas didapatkan data bahwa 3 orang perawat mengatakan bekerja <5 tahun, sering merasakan nyeri pada otot, pusing, mudah mengantuk dan juga tidak bersemangat dalam bekerja, mereka merasa kelelahan dan merasa letih saat shift pagi, karena harus

mendampingi dokter, memonitoring kondisi pasien, serta saat shift pagi jumlah pasien lebih banyak. Selain itu pada saat malam perawat merasa mengantuk, sering menguap dan perasaan berat di kepala. Perawat mengatakan tidur tidak cukup pada malam hari karena sering terbangun disebabkan memberikan asuhan keperawatan pada pasien seperti memonitoring kondisi pasien yang gawat darurat atau permasalahan lainnya. Sedangkan 2 orang perawat lainnya mengatakan sudah bekerja  $\geq 5$  tahun dan tidak mengalami kelelahan dalam bekerja.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti telah melakukan penelitian tentang “Hubungan Kualitas Tidur dan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian yaitu “apakah ada hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

- b. Diketahui distribusi frekuensi kualitas tidur pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.
- c. Diketahui distribusi frekuensi masa kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.
- d. Diketahui hubungan kualitas tidur dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.
- e. Diketahui hubungan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang Tahun 2025.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Teoritis**

###### **a. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti tentang riset dan metodologi penelitian serta terkait kelelahan kerja pada perawat.

###### **b. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebagai bahan perbandingan atau data dasar bagi penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi RSUD dr. Rasidin Padang**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan bagi perawat di RSUD dr. Rasidin Padang tentang hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang.

b. Bagi Universitas Alifah

Sebagai bahan tambahan informasi dan sebagai tambahan referensi perpustakaan khususnya mengenai kelelahan kerja.

**E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini membahas hubungan kualitas tidur dan masa kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada perawat di RSUD dr. Rasidin Padang. Ruang lingkup penelitian ini sebagai variabel dependen yaitu kelelahan kerja dan variabel independen yaitu kualitas tidur dan masa kerja. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan *cross sectional study*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai Agustus 2025 di RSUD dr. Rasidin Padang. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 11-19 Juli 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh perawat di RSUD dr. Rasidin Padang sebanyak 180 orang dengan jumlah sampel sebanyak 65 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Teknik pengumpulan data yaitu data primer menggunakan kuesioner melalui wawancara dan data sekunder didapatkan dari RSUD dr. Rasidin Padang. Analisa data menggunakan analisa univariat berdasarkan distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan uji *chi-square*.