

SKRIPSI

HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, *SHIFT* KERJA DAN
KUALITAS TIDUR DENGAN KELUHAN KELELAHAN KERJA PADA
PERAWAT

(Studi Kasus pada Rumah Sakit Umum Islam Yakssi Gemolong, Sragen)



Oleh:

HAFIDZOH FATIHATUL JANNAH

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022

SKRIPSI

HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, *SHIFT* KERJA DAN
KUALITAS TIDUR DENGAN KELUHAN KELELAHAN KERJA PADA
PERAWAT
(Studi Kasus pada Rumah Sakit Umum Islam Yakssi Gemolong, Sragen)



Oleh:

HAFIDZOH FATIHATUL JANNAH
NIM. 101811133200

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
pada tanggal 31 Mei 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan



Dr. Santi Martini, dr., M.Kes.
NIP 196609271997022001

Tim Penguji :

- a) Dr. Nunik Puspitasari, S.KM.,M.Kes
- b) Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes.
- c) Dr. Sahrir Silehu, S.KM.,M.Kes

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh :

HAFIDZOH FATIHATUL JANNAH
NIM 101811133200

Surabaya, 6 Juni 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes.
NIP. 196611241998031002

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Dr. Muji Sulistyowati, S.K.M., M.Kes
NIP 197311151999032002

Ketua Departemen



Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes.
NIP 196611241998031002

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama	: Hafidzoh Fatihatul Jannah
NIM	: 101811133200
Program Studi	: Kesehatan Masyarakat
Fakultas	: Kesehatan Masyarakat
Jenjang	: Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, *SHIFT* KERJA DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KELUHAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT (Studi Kasus pada Rumah Sakit Umum Islam Yakssi Gemolong, Sragen)

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 6 Juni 2022



Hafidzoh Fatihatul Jannah

NIM 101811133200

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga dapat terselesaikan Skripsi berjudul “HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, *SHIFT* KERJA DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KELUHAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT (Studi Kasus pada Rumah Sakit Umum Islam Yakssi Gemolong, Sragen)”, sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka memperoleh gelar di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan mengenai hubungan karakteristik individu, *shift* kerja, dan kualitas tidur dengan keluhan kelelahan kerja pada perawat di RSUI Yakssi Gemolong. Karakteristik individu yang dijabarkan dalam proposal skripsi ini antara lain ialah usia, masa kerja dan status gizi

Pada kesempatan ini saya sampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada responden yang telah terlibat dan kepada Bapak Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran hingga terwujudnya proposal skripsi ini.

Terima kasih dan penghargaan juga disampaikan kepada yang terhormat:

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes selaku dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya.
2. Dr. Muji Sulistyowati, SKM., M.Kes selaku Koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
3. Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes. selaku Ketua Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga Surabaya
4. Perawat Rumah Sakit RSUI Yakssi Gemolong yang telah membantu berjalan nya proposal skripsi
5. Kedua orangtua dan saudara saya yang selalu mendoakan dan memberi dukungan
6. Teman saya Diaz serta kakak tingkat saya Mbak Manda, Mbak Neni, Mbak Dewi, Mbak Charisma dan Mbak Melta dan masih banyak nama teman saya lainnya yang tidak cukup jika disebutkan satu persatu yang ikut mendoakan, memberi semangat dan membantu proses penyelesaian skripsi ini
7. Serta pihak lain yang mungkin tidak saya sadari yang secara tidak langsung juga ikut membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga proposal skripsi ini berguna baik bagi dari kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan

Surabaya, 6 Juni 2022

ABSTRACT

Nurses are one of the jobs that have a high risk of work fatigue complaints. Complaints of work fatigue occur because of an unbalanced condition between work capacity and task demands. Work capacity is determined by individual characteristics which include age, years of service, and nutritional status. And task demands are determined by work shifts, working time, leave, and holidays. In addition, sleep quality factors can also influence the occurrence of work fatigue complaints in nurses. The purpose of this study was to analyze the relationship between individual characteristics (age, years of service, and nutritional status), work shifts, and sleep quality with complaints of work fatigue in nurses.

This study used an analytic observational study with a cross-sectional design. Complaints of work fatigue as the dependent variable and age, years of service, nutritional status, work shifts, and sleep quality as independent variables. This study used the Spearman correlation test and Kendall's tau test with 55 nurses at the Yakssi Islamic General Hospital as the research sample.

The results of this study indicate that there is a moderate relationship between age ($C=0.321$) and complaints of work fatigue. There is no relationship between years of service ($C=0.076$) and complaints of work fatigue. There is a strong relationship between nutritional status ($C = 0.663$) and complaints of work fatigue, a moderate relationship between work shifts ($C = -0.270$) and complaints of work fatigue and there is no relationship between sleep quality ($C = -0.097$) and complaints of work fatigue.

This study concludes that the length of work and sleep quality are weakly related to complaints of work fatigue, while age and work shifts are moderately related to complaints of work fatigue and nutritional status is strongly related to complaints of work fatigue. Suggestions that can be done are to measure work fatigue complaints regularly to nurses, provide counseling and training regularly to nurses, to distribute work time and rest time according to the nurse's capacity.

Keywords: individual characteristics, nurses, sleep quality, work fatigue complaints, work shifts

ABSTRAK

Perawat merupakan salah satu pekerjaan yang memiliki resiko tinggi terjadinya keluhan kelelahan kerja. Keluhan kelelahan kerja terjadi karena adanya kondisi tidak seimbang antara kapasitas kerja dengan tuntutan tugas. Kapasitas kerja ditentukan oleh karakteristik individu yang meliputi usia, masa kerja dan status gizi. Dan tuntutan tugas ditentukan oleh *shift* kerja, waktu kerja, cuti dan libur. Selain itu faktor kualitas tidur juga dapat memberikan pengaruh terhadap terjadinya keluhan kelelahan kerja pada perawat. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan karakteristik individu (usia, masa kerja dan status gizi), *shift* kerja dan kualitas tidur dengan keluhan kelelahan kerja pada perawat.

Penelitian ini menggunakan penelitian observasional analitik dengan rancang bangun cross sectional. Keluhan kelelahan kerja sebagai variabel terikat dan usia, masa kerja, status gizi, *shift* kerja dan kualitas tidur sebagai variabel bebas. Penelitian ini menggunakan uji *correlation spearman* dan uji kendall's tau dengan 55 perawat di Rumah Sakit Umum Islam Yakssi sebagai sampel penelitian

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan sedang antara usia ($C=0,321$) dengan keluhan kelelahan kerja. Tidak adanya hubungan antara masa kerja ($C=0,076$) dengan keluhan kelelahan kerja. Adanya hubungan kuat antara status gizi ($C= 0,663$) dengan keluhan kelelahan kerja, hubungan sedang antara *shift* kerja ($C= -0,270$) dengan keluhan kelelahan kerja dan tidak adanya hubungan antara kualitas tidur ($C= -0,097$) dengan keluhan kelelahan kerja

Kesimpulan penelitian ini yaitu masa kerja dan kualitas tidur berhubungan lemah dengan keluhan kelelahan kerja sementara usia dan *shift* kerja berhubungan sedang dengan keluhan kelelahan kerja dan status gizi berhubungan kuat dengan keluhan kelelahan kerja. Saran yang dapat dilakukan ialah melakukan pengukuran keluhan kelelahan kerja secara berkala kepada perawat, memberikan penyuluhan dan pelatihan secara berkala kepada perawat, melakukan pemerataan lama waktu kerja dan istirahat sesuai dengan kapasitas perawat.

Kata kunci: karakteristik individu, keluhan kelelahan kerja, kualitas tidur, perawat, *shift* kerja

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH	xv

BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	9
1.3 Rumusan Masalah	13
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	14
1.4.1 Tujuan Umum	14
1.4.2 Tujuan Khusus	14
1.4.3 Manfaat Penelitian	14

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	16
2.1 Rumah Sakit	16
2.2 Perawat	17
2.2.1 Pengertian Perawat	17
2.2.2 Fungsi Perawat	18
2.2.3 Peran dan Tugas Perawat	18
2.3 Konsep Keseimbangan Ergonomi	19
2.4 Kelelahan Kerja	21
2.4.1 Pengertian Kelelahan	21
2.4.2 Jenis Kelelahan	22
2.4.3 Faktor Penyebab Terjadinya Kelelahan Akibat Kerja	24
2.4.4 Gejala Kelelahan	26
2.4.5 Dampak Terjadinya Kelelahan	27
2.4.6 Cara Pengukuran Tingkat Kelelahan	28
2.5 Karakteristik Individu	29
2.5.1 Usia	30
2.5.2 Masa Kerja	31

2.5.3 Status Gizi	32
2.6 <i>Shift</i> Kerja.....	33
2.6.1 Pengertian <i>Shift</i> Kerja.....	33
2.6.2 Pembagian Karakteristik <i>Shift</i> Kerja.....	34
2.6.3 Efek <i>Shift</i> Kerja.....	36
2.6.4 Irama Sirkadian	38
2.7 Kualitas Tidur.....	40
2.7.1 Definisi Kualitas Tidur.....	40
2.7.2 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Tidur	41
2.7.3 Cara Pengukuran Kualitas Tidur	44
 BAB III KERANGKA KONSEP	 46
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	46
 BAB IV METODE PENELITIAN	 48
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian.....	48
4.2 Populasi Penelitian	48
4.3 Sampel dan Besar Sampel	48
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	49
4.5 Variabel, Cara Pengukuran dan Definisi Operasional.....	49
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	52
4.6.1 Data Primer	52
4.6.2 Data Sekunder	53
4.7 Pengolahan dan Analisis Data.....	54
4.7.1 Pengolahan Data.....	54
4.7.2 Analisis Data	57
 BAB V HASIL PENELITIAN	 58
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	58
5.1.1 Falsafah, Visi, Misi dan Tujuan RSUI Yakssi Gemolong,Sragen	59
5.1.2 Fasilitas atau Pelayanan Kesehatan.....	59
5.2 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit (K3RS).....	60
5.3 Identifikasi Karakteristik Individu pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen.....	61
5.4 Identifikasi <i>Shift</i> Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen.....	62
5.5 Identifikasi Kualitas Tidur pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen.....	63

5.6 Identifikasi Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	63
5.7 Analisis Hubungan Karakteristik Individu dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	64
5.8 Analisis Hubungan Shift Kerja dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	67
5.9 Analisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	68
 BAB VI PEMBAHASAN	 70
6.1 Analisis Hubungan Karakteristik Individu dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	70
6.1.1 Usia.....	70
6.1.2 Masa Kerja	73
6.1.3 Status Gizi	76
6.2 Analisis Hubungan <i>Shift</i> Kerja dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	79
6.3 Analisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen	82
 BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	 85
7.1 Kesimpulan.....	85
7.2 Saran.....	86
 DAFTAR PUSTAKA	 87
LAMPIRAN	94

DAFTAR TABEL

No	Judul Tabel	Halaman
2.1	Indeks Masa Tubuh	32
4.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran dan Skala Data	49
4.2	Kategori Kualitas Tidur.....	55
4.3	Kategori Keluhan Kelelahan Kerja	56
4.4	Nilai Koefisien dan Tingkat Hubungan	57
5.1	Karakteristik Individu pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	61
5.2	<i>Shift</i> Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	62
5.3	Kualitas Tidur pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022.....	63
5.4	Keluhan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	63
5.5	Analisis Hubungan Usia dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	64
5.6	Analisis Hubungan Masa Kerja dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	65
5.7	Analisis Hubungan Status Gizi dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	66
5.8	Analisis Hubungan <i>Shift</i> Kerja dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022	67
5.9	Analisis Hubungan Kualitas Tidur dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen 2022.....	69

DAFTAR GAMBAR

No	Judul Gambar	Halaman
2.1	Konsep Keseimbangan Ergonomi.....	20
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian	46

DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Lampiran	Halaman
1	Surat Ijin Penelitian.....	94
2	Sertifikat Etik Penelitian	95
3	Informed Consent.....	96
4	Instrumen Penelitian.....	98
5	Hasil Penelitian	103

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

&	= Dan
<	= Kurang dari
>	= Lebih dari
$\leq$	= Kurang dari sama dengan
$\geq$	= Lebih dari sama dengan
=	= Sama dengan
+	= Tambah
X	= Kali

Daftar Singkatan

Depkes	= Departemen Kesehatan
Dsb	= dan sebagainya
IFRC	= Industrial Fatigue Research Committee
IMT	= Indeks Masa Tubuh
PSQI	= <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
RSUD	= Rumah Sakit Umum Daerah
RSUI	= Rumah Sakit Umum Islam
THT	=Telinga, Hidung, Tenggorokan