

Analisis Hubungan Antara Faktor Internal Individu Dengan Kelelahan Kerja Pada Pegawai IGD Rumah Sakit Islam Al Muchtar Karawang

Shinta Gasenova¹, Aliefety Putu Garnida², Yaya Aria Santosa³

**1 Mahasiswa Program Studi Magister Administrasi Rumah Sakit Universitas Respati
Indonesia**

**2 Dosen Pembimbing Program Studi Magister Administrasi Rumah Sakit Universitas
Respati Indonesia**

**3 Dosen Pembimbing Program Studi Magister Administrasi Rumah Sakit Universitas
Respati Indonesia**

Korespondensi : shinta17g@gmail.com

ABSTRAK

Instalasi Gawat Darurat (IGD) beroperasi 24 jam terus menerus sepanjang tahun, membutuhkan performa pegawai yang prima. Performa kinerja pegawai di IGD Rumah Sakit dipengaruhi oleh ketahanan fisik dan mental yang dipengaruhi oleh faktor kelelahan kerja. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui analisis hubungan dari faktor internal individu yang meliputi usia, indeks masa tubuh, kebiasaan berolahraga dan masa kerja terhadap kelelahan kerja pada pegawai IGD Rumah Sakit Islam (RSI) Al Muchtar Karawang, sehingga dapat diberikan umpan balik untuk perbaikan kedepan. Penelitian ini dilakukan secara *mix methode* dengan design *cross dectional study*. Analisa data dilakukan dengan cara univariat, bivariat dan diperkuat dengan penelitian kualitatif. Sample diambil secara sampel jenuh dari populasi pegawai IGD di RSI Al Muchtar Karawang sebanyak 32 orang. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh usia ($p=0,002$), IMT ($p=0,010$), kebiasaan olahraga ($p=0,000$), dan masa kerja ($p=0,030$) terhadap kelelahan kerja. Didapatkan hubungan antara faktor internal individu berupa usia, IMT, kebiasaan olahraga dan masa kerja dengan kelelahan kerja pada pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang dengan saran dapat dilakukan perbaikan untuk individu dan rumah sakit dalam mendorong peningkatan kebugaran fisik dan manajemen stres untuk mengurangi kelelahan kerja.

Kata Kunci : Kelelahan kerja, Faktor internal, Pegawai IGD RS

ABSTRACT

Emergency Room (ER) operates 24 hours continuously throughout the year and requires excellent employee performance. The performance of employees in the hospital ER is influenced by a person's physical and mental resilience, which is influenced by work fatigue factors. It is hoped that this research will provide an analysis of the relationship between individual internal factors which include age, body mass index, exercise habits and years of work on work fatigue in ER employees at Al Muchtar Islamic Hospital Karawang. This research is a research with mixed methods research with a cross sectional study design. Data analysis was carried out using univariate, bivariate methods and was strengthened by qualitative research using interviews. The sample was taken as a saturation sampling or the total population of ER employees at Al Muchtar Islamic Hospital Karawang, which is 32 people. The research results showed that there was an influence of age ($p=0.002$), BMI ($p=0.010$), exercise habits ($p=0.000$), and length of service ($p=0.030$) on work fatigue. There is relationship between individual internal factors in the form of age, BMI, exercise habits and years of work with work fatigue in ER employees at Al Muchtar Islamic Hospital Karawan and improvements can be made for individuals and hospitals in encouraging increased physical fitness and stress management to reduce work fatigue.

Keywords : Work Fatigue, Internal Factor, ER Hospital Employee

PENDAHULUAN

Kelelahan merupakan kondisi yang berhubungan dengan pekerjaan yang bersifat akut hingga kronis dan dapat menghasilkan rasa lelah yang luar biasa, penurunan energi, sehingga kelelahan yang mengakibatkan gangguan fungsi fisik, fungsi kognitif, atau keduanya. Produktivitas karyawan dan kekuatan tenaga dapat menurun karena pengaruh dari kelelahan kerja, yang dapat menyebabkan resiko adanya kemungkinan kesalahan saat bekerja (Waruwu, et al., 2023). Pada layanan kesehatan seperti halnya di lingkungan

Rumah Sakit kelelahan kerja menjadi salah satu hal yang patut diperhatikan. tenaga kesehatan beresiko tinggi terkena cedera terkait postur tubuh, yang dapat menyebabkan gangguan pada kerja otot atau tulang serta dapat menjadi faktor pada kelelahan fisik. Selain itu Kelelahan juga dapat menurunkan kehadiran kerja dan dapat melemahkan kemampuan pekerja untuk berperilaku baik di tempat kerja. Dari sudut pandang pengobatan pencegahan, tidak hanya perlu menyadari risiko kelelahan itu sendiri tetapi juga memeriksa seluruh faktor

yang mungkin berhubungan dengan tingkat kelelahan yang tinggi. (Tao & Ming, 2021)

Pelayanan di IGD dilakukan secara terus-menerus selama 24 jam mengharuskan pegawai di IGD memiliki performa yang baik. Performa kinerja sumber daya manusia di IGD Rumah Sakit dipengaruhi oleh ketahanan fisik dan mental seseorang, dimana hal ini dipengaruhi oleh faktor kelelahan kerja. Mengingat bahwa kelelahan kerja mempengaruhi ketahanan fisik pegawai sehingga dapat mempengaruhi kinerja pegawai di IGD Rumah Sakit Islam Karawang. Peneliti ingin mengetahui hubungan dari faktor internal individu yang meliputi usia, indeks masa tubuh, kebiasaan berolahraga dan masa kerja tersebut terhadap kelelahan kerja pada pegawai Rumah Sakit sehingga kedepannya kelelahan kerja pada pegawai dapat turunkan dan para pegawai IGD dapat memberikan kinerja yang lebih baik dan Rumah Sakit bisa memberikan pelayanan bermutu dan terdepan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik menggunakan desain *cross sectional* dengan cara *study mix method* yaitu campuran penelitian kuantitatif dan kualitatif yang dilakukan selama 4 bulan

yaitu bulan November 2024- Februari 2025 dengan tempat penelitian yaitu IGD Rumah Sakit RSI Al Muchtar Karawang. Sample diambil secara sampel jenuh atau total keseluruhan dari populasi pegawai IGD di RSI Al Muchtar Karawang yang memenuhi kriteria inklusi dan eklusi yang ditentukan sebanyak 32 orang.

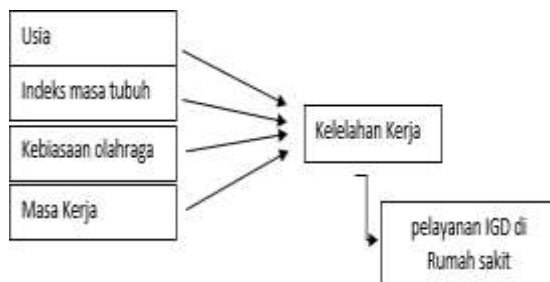
Penelitian kuantitatif dilakukan berguna untuk mengetahui hubungan dari variabel terikat dan tidak terikat sehingga dapat membuktikan hipotesa yang ada mengenai hubungan faktor internal individu yaitu usia, indeks masa tubuh, kebiasaan berolahraga dan masa kerja terhadap kelelahan kerja pada pegawai IGD Instrumen data berupa kuesioner berbentuk *Form* fisik di lokasi penelitian.

Pengukuran kelelahan kerja menggunakan kuesioner *Subjektif Self Rating Test* dari IFRC. Analisis data dilakukan melalui *SPSS* secara *univariat* dan *Bivariat*. Distribusi frekuensi akan didapatkan melalui analisis univariat. Dan hubungan antara variabel dependen dan independen akan terlihat melalui analisis *Bivariat*.

Penelitian kualitatif dilakukan dengan cara triangulasi dari data wawancara

sehingga dapat memperkuat analisis hubungan internal individu terhadap kelelahan kerja pada pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang dengan harapan dapat memberikan *feedback* pada kelelahan kerja pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang.

Gambar Kerangka Konsep Penelitian



HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji Uivariat

Variabel		Jumlah	
Usia	Dewasa awal	20	62,5%
	Dewasa akhir	12	37,5%
IMT	Normal	18	56,3%
	Tidak Normal	14	43,8%
Kebiasaan Olahraga	Rutin	19	59,4%
	Tidak Rutin	13	40,6%
Masa Kerja	Baru	19	59,4%
	Lama	13	40,6%

<https://ejournal.urindo.ac.id/index.php/MARSI>

Sebaran responden pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang berdasarkan tabel diatas didapatkan usia dewasa awal yaitu 25-35 tahun sebanyak 20 orang (62,5%) dan usia 35-45 tahun atau dewasa akhir sebanyak 12 orang (37,5%). Sedangkan untuk IMT normal sebanyak 18 orang (56,3%) dan IMT tidak normal sebanyak 14 orang (43,8%). Pegawai yang rutin berolahraga sebanyak 19 orang (59,4%) dan tidak rutin berolahraga sebanyak 13 orang (40,6%). Pegawai masa kerja baru yaitu <5 tahun sebanyak 19 orang (59,4%) dan masa kerja lama yaitu 5 tahun atau lebih yaitu sebanyak 13 orang (40,6%).

Tabel Kelelahan Kerja Responden Pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang

Kelelahan kerja	Frekuensi	Persentase
Ringan	20	62,5%
Sedang	12	37,5%
Berat	0	0%
Sangat berat	0	0%
Total	32	100%

Sebaran kelelahan kerja responden pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang berdasarkan tabel diatas, didapatkan kelelahan kerja ringan sebanyak 20 orang (62,5%) dan kelelahan kerja sedang sebanyak 12 orang (37,5%).

Uji *Bivariat*

Usia	Kelelahan kerja				Jumlah		P (value)
	Ringan		Sedang		f	%	
	f	%	f	%			
Dewasa awal	17	85%	3	15%	20	100%	0,002
Dewasa akhir	3	25%	9	47%	12	100%	
Normal	15	83,3%	3	16,7%	18	100%	0,010
Tidak Normal	5	35,%	9	64,3%	14	100%	
Rutin	17	89,5%	2	10,5%	19	100%	0,000
Tidak rutin	3	23,1%	10	76,9%	13	100%	
Baru	15	78,9%	4	21,1%	19	100%	0,030
Lama	5	38,5%	8	61,5%	13	100%	

memberikan hasil semakin sering seseorang melakukan aktivitas fisik maka nilai kelelahan kerja yang didapatkan semakin kecil. Pegawai yang rutin berolahraga memiliki tingkat kelelahan kerja yang lebih rendah dibandingkan pegawai yang tidak pernah atau jarang berolahraga. Melalui kebiasaan olahraga yang rutin, pegawai merasakan tubuh menjadi lebih bugar. RSI Al muchtar Karawang sudah ada program olahraga rutin seperti klub futsal dan juga senam.

Berolahraga rutin dapat menjaga tubuh tetap prima dengan cara meningkatkan daya tahan jantung, kapasitas paru, sirkulasi darah dan kekuatan otot. Dengan adanya ketahanan dan kemampuan tubuh yang baik, seseorang dapat terjaga staminanya saat bekerja.

Pada faktor masa kerja dengan kelelahan kerja didapatkan hasil perhitungan dengan p value nya adalah 0,030 yang

berarti α dibawah 0,05 yang berarti ada hubungan. Pegawai IGD RSI Al Muchtar Karawang yang masa kerjanya lebih lama melaporkan kelelahan kerja yang lebih tinggi dibandingkan pegawai yang masa kerjanya lebih singkat. Adanya akumulasi tekanan yang berlangsung lama dan juga ada rasa kebosanan atau kejenuhan yang dapat menurunkan motivasi kerja, membuat pegawai yang masa kerjanya lebih lama lebih mudah kelelahan. Dengan tingkat kemampuan seseorang yang meningkat seiring dengan masa kerja, memunculkan persepsi pekerjaan yang monoton dan menimbulkan

KESIMPULAN

Penelitian analisis hubungan antara faktor internal individu dengan kelelahan kerja pada pegawai IGD Rumah Sakit Islam Al Muchtar Karawang memberikan hasil terdapat hubungan antara usia, IMT, kebiasaan olahraga, dan masa kerja terhadap kelelahan kerja pada pegawai IGD Rumah Sakit Islam Al Muchtar Karawang.

Diharapkan untuk individu pegawai IGD RS untuk memperhatikan dan mulai menjaga kesehatan dan kebugaran fisik dan mental guna mengurangi tingkat kelelahan kerja, seperti menjaga dan memantau kesehatan

diri dengan cara *Medical Check Up* (MCU), menjaga pola makan sehat dan seimbang, meningkatkan kebiasaan berolahraga, menerapkan teknik relaksasi dan mengelola stres.

Pihak RS diharapkan terus melaksanakan program yang sudah dimiliki dan berjalan dengan baik, serta membuat rencana pengembangan dan peningkatan program lain dalam hal mendorong peningkatan kebugaran fisik dan manajemen stress. Seperti program *medical chek up*, program edukasi berat badan ideal, penyediaan fasilitas dan program olahraga, program *refreshment* tahunan. Diharapkan untuk peneliti lain, penelitian ini bisa menjadi tambahan referensi pada penelitian lanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

Aprianti, A., & Nur, D. (2019). Indeks masa tubuh, Kebiasaan Olahraga dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja: (Studi di Instalasi Gizi RSUD Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin). *Jurnal Riset Pangan Dan Gizi*, 1(2), 39–51

<https://doi.org/10.31964/jr-panzi.v1i2.49>

- Efendy, I.R & Bharuddin, A. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Ruang Isolasi Covid-19. Pusat Kajian dan pengelolaan Jurnal FKM UMI.
- Firdho, M. (2023). Analisis Tingkat Kelelahan Perawat IGD di RS Fathma Medika Gresik. Universitas Internasional Semen Indonesia. Jawa Timur
- Gumayesty, Y., Priwahyuni, Y., Aryantiningsih, D., S., Amalia, R. (2023). Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Teknisi Gigi Di Komunitas OP PTGI. *Ensiklopedia of Journal*. Vo. 5. No.2.
- Halajur, U. (2019). Promosi Kesehatan di tempat kerja. Wineka Media. Jakarta.
- Isnaini, D. (2023). Analisis Faktor yang mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat IGD di RSUD Panembahan Senopati Bantul. Universitas Aisyiyah. Yogyakarta.
<https://digilib.unisayogya.ac.id>
- Kemendes RI, (2023). Buku Panduan Hari Obesitas sedunia [online]. Dir. P2PTM
<https://ayosehat.kemkes.go.id/pub/files/0b43c48e8765bf62a02f42a1359349d5.pdf>

df

- Komalig, M., & Mamusung, N. (2020). Hubungan Antara Umur Dan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Petugas Karcis Parkir Kawasan Megamas Kota Manado. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. Vol. 3. No. 1
- Muzakir, H, Vidyarini A . (2023). *Factors Associated with Work Fatigue among Nurses in South Tangerang City Public Hospital*. *Jurnal Cakrawala Promkes* Vol 5 No 2. Yogyakarta.
- Purnomo, M. N O., Rihtianti, L. (2024). Gambaran Faktor Internal dan Eksternal terhadap kelelahan kerja pada Perawat di Rumah Sakit Umum Dr Soeroto Ngawi. *Media Gizi Kesmas* 13(1). Surabaya
- Rante, A., (2023). Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja Perawat IGD di RSU Bahteramas Sulawesi Tenggara. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo* Volume 4 No 4. Kendari.
- Renaldi, H, Karbito A. (2020). Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat RSUD

- dr. Bob Bazar Kalianda Lampung Selatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JKSI) Vol 1 No 1.* Lampung Republik Indonesia. (2023) .Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan. Jakarta. 08 Agustus 2023.
- Schnitzer, M., Schöttl, S.E., Kopp, M., Barth, M., (2020). COVID-19 stay-at-home order in Tyrol, Austria: sports and exercise behaviour in change. *Public Health* 185, 218–220.
- Setyawan F.E.B, Supriyanto S. (2019). *Manajemen Rumah Sakit.* Sidoarjo: Zifatama Jawara
- Tarwaka. (2014). *Ergonomi Industri Dasar Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja Edisi II.* Surakarta: Harapan Press.
- Tenri Diah T.A, & Adhinda Putri Pratiwi. (2022). Hubungan beban kerja dan Manajemen Waktu terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat IGD Rumah Sakit Hermina Makassar. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(3), 59–66.
<https://doi.org/10.56127/jukeke.v1i3.305>
- Tao H,T & Ming, C.H. (2021). *Work Fatigue in a Hospital Setting: The Experience at Cheng Hsin General Hospital.* National Center for Biotechnology Information. MDPI Healthcare.
- Waruwu, P., V., Siahaan, C., B., P., Hartono. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Penjahit Ramin Taylor di Jalan Bengkel, Medan. *Journal of Healthcare Technology and Medicine* Vol. 8 No. 2.kebosanan.