

HUBUNGAN KELELAHAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT (Literature Review)

Bilqis Inayatullah Kusuma¹, Arfian Hikmat Ramdan²

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Dharma Husada, Bandung, Indonesia

Email : arfian@stikesdhh.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang : Kondisi pasien yang selalu bervariasi dan jumlah pasien yang selalu berubah membuat perawat sangat mudah mengalami kelelahan. Kelelahan berkepanjangan akan menyebabkan stres. Stres kerja adalah stres yang timbul dari tuntutan kerja yang melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya, sehingga dapat menimbulkan berbagai macam reaksi, berupa reaksi fisiologis, psikologis dan perilaku. Tujuan: Penulisan ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelelahan kerja dengan stress kerja pada perawat di rumah sakit. Metode: Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah studi Literature Review menggunakan database Google Scholar dan PubMed dengan rentang waktu 2017-2022, dengan memasukkan kata kunci diantaranya, yaitu “Work Fatigue” and “Work Stress” and “Nurses”. Artikel yang didapatkan sebanyak 1.440 artikel dan di screening hingga menjadi 10 artikel. Diskusi: Hasil dari Literatur Review 10 artikel, menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja. Kelelahan berkepanjangan akan menyebabkan stres, stres kerja adalah stres yang timbul dari tuntutan kerja yang melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya, sehingga dapat menimbulkan berbagai macam reaksi, berupa reaksi fisiologis, psikologis dan kognitif. Kesimpulan: Hasil dari literatur review menyatakan bahwa ada hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit, hal ini disebabkan kelelahan secara berkepanjangan akan menyebabkan stres dimana stres merupakan reaksi fisik dan psikis terhadap suatu tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan gangguan stabilitas kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci : Kelelahan kerja, Stress kerja, Perawat

PENDAHULUAN

Rumah sakit adalah salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang memiliki fungsi yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna dengan menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan dan gawat darurat. Untuk dapat melaksanakan fungsi tersebut maka rumah sakit harus memiliki sumber daya manusia yang profesional. Sumber daya yang professional tersebut bisa dengan Tenaga perawat yang sudah ahli dalam bidangnya (Firdiasyah et al., 2017). Perawat merupakan salah satu tenaga kesehatan yang ada di rumah sakit terutama

pada unit rawat inap yang memiliki jam kerja 24 jam dengan kondisi harus siap siaga untuk melayani pasien secara terus menerus. Kondisi pasien yang selalu bervariasi dan jumlah pasien yang selalu berubah membuat perawat sangat mudah mengalami kelelahan. Kelelahan berkepanjangan akan menyebabkan stres dimana stress merupakan reaksi fisik dan psikis terhadap suatu tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan gangguan stabilitas kehidupan sehari-hari (Aprilia & Novitasari, 2021a). Hal ini akan memberikan beban kerja yang sangat berat apalagi jika mendapat shift malam yang bisa memicu dan berdampak pada stres kerja.

Stres kerja adalah stres yang timbul dari tuntutan kerja yang melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya sehingga dapat menimbulkan berbagai macam reaksi, berupa reaksi fisiologis, psikologis dan kognitif (Luthfi et al., 2020).

Data dari *Occupational Safety And Health Administration* (OSHA) pada tahun 2011, rumah sakit Amerika Serikat mencatat 58.860 kecelakaan kerja dan penyakit yang menyebabkan karyawan kehilangan pekerjaan (OSHA, 2011). The Joint Commission pada tahun 2008 juga melaporkan 300% lebih perawat membuat kesalahan karena kelelahan dan berujung kepada kematian pasien (Dewi Mulfiyanti, 2020; Suwandi et al., 2017). Data yang didapat dari “International Labour Organization (ILO)” mengatakan, “hampir 2 juta pekerja yang meninggal akibat mengalami kecelakaan kerja tiap tahun nya yang penyebabnya ialah kelelahan”. Departemen Tenaga Kerja Indonesia menyatakan bahwa kecelakaan kerja di Indonesia tiap hari nya rata-rata terdapat 414 kecelakaan kerja dan 27,8% diakibatkan oleh kelelahan kerja yang tinggi (Jannah & Abdul Rohim Tualeka, 2022).

American National Institutes of Health (NIH) mengatakan bahwa di antara 130 jenis pekerjaan yang penuh dengan stres, perawat berada di peringkat ke-27. Stres adalah gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, yang dipengaruhi baik oleh lingkungan maupun penampilan individu di lingkungan tersebut. Hasil survei dari Persatuan

Perawat Nasional Indonesia (PPNI) pada tahun 2007 didapatkan sebanyak 50.9% perawat Indonesia yang bekerja mengalami stres kerja (Hadiansyah et al., 2019).

Kesehatan dan keselamatan kerja merupakan salah satu isu penting di dunia kerja saat ini. Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) dilaksanakan di dunia kerja dan di dunia usaha berlaku pada semua orang ditempat kerja termasuk di rumah sakit. Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) harus dilakukan oleh manajemen, penyedia, jajaran pelaksana, pemberi kerja, pekerja dan pekerja mandiri. Kesehatan kerja merupakan salah satu upaya yang dilakukan dalam melindungi tenaga kerja agar mereka selalu dalam keadaan sehat, selamat, aman, dan sejahtera sesuai dengan jenis pekerjaannya sehingga dapat mencapai tingkat produktivitas yang tinggi (Pasaribu, 2020). Tujuan utama kesehatan dan keselamatan kerja (K3) adalah agar karyawan atau pegawai di sebuah institusi mendapat kesehatan yang seoptimal mungkin sehingga mencapai Produktivitas Kerja yang setinggi-tingginya (Nazirah, 2017). Dilakukannya kajian *literatur review* tentang hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat sebagai bahan masukan bagi pemangku kebijakan pada bidang pengelolaan pegawai/karyawan terkait kelelahan kerja dan stres kerja yang terjadi pada perawat. Kajian *literatur review* ini mungkin bisa dijadikan bahan referensi untuk yang lain mengenai kelelahan kerja dan stres kerja yang khususnya terjadi pada perawat di rumah sakit. Berdasarkan latar belakang diatas Kajian ini

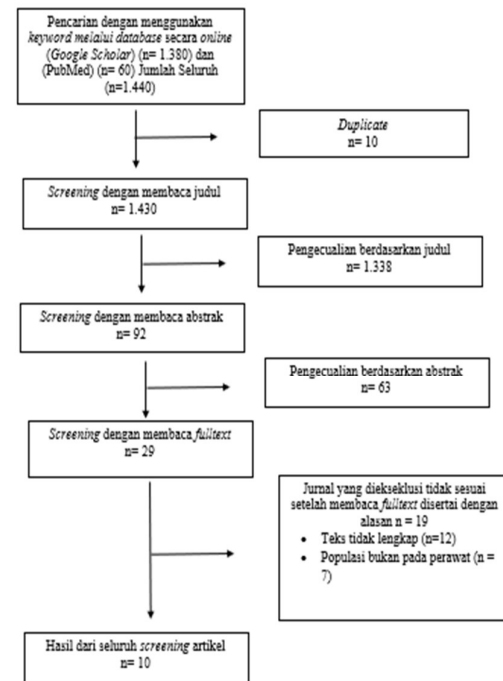
bertujuan untuk mengetahui “hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit”. *Literatur review* ini lebih berfokus pada kelelahan kerja dan stres kerja yang dialami perawat di rumah sakit.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Literature Review*. Pencarian artikel pada jurnal bersumber *database* berbasis online menggunakan *Google Scholar* dan *PubMed* dengan kata kunci “(‘kelelahan kerja’ ‘stres kerja’ ‘perawat’) dan “(‘*Work Fatigue*’ ‘*Work Stress*’ ‘*Nurses*’). Kriteria artikel yang digunakan (inklusi) yaitu artikel yang terbit pada tahun 2017-2022, artikel yang berasal dari jurnal terakreditasi, dan artikel yang isinya sesuai dengan topik. Kriteria artikel yang tidak digunakan (eksklusi) yaitu artikel yang populasinya bukan pada perawat, teks tidak bisa diakses serta artikel tidak sesuai dengan topik.

Adapun penyusunan *Literatur Review* dengan cara Pengumpulan data sesuai kriteria inklusi dan eksklusi didapatkan dari *Google*

scholar dan *PudMed* dengan hasil pencarian sebanyak 1.440 artikel. Langkah selanjutnya dilakukan *screening* berdasarkan judul, isi abstrak dan full text. Pengolahan dan analisis data dilakukan dengan cara membaca dan meringkas hasil dengan menggunakan tabel matriks ringkasan artikel.



Gambar 1. Prisma Flowchart

Tabel 1 Matrix Ringkasan Jurnal

No	Nama Artikel	Referensi (Penulis)	Tujuan Penelitian	Tahun, Desain Penelitian	Sampel Penelitian	Hasil
1	Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Pada Perawat Dengan Metode Pengukuran DASS 21 dan IFRC	Viska Devintha Candra Kirana, Endang Dwiyantri (Kirana & Dwiyantri, 2017)	Tujuan penelitian ini dilakukan untuk mengetahui dan mengidentifikasi distribusi frekuensi usia dan jenis kelamin, serta mengetahui hubungan stres kerja dan kelelahan	Tahun publikasi : 2017 Jenis Penelitian : Penelitian Analitik dengan pendekatan cross sectional	sampel yang menjadi responden adalah 26 orang perawat di ruang rawat inap <i>intermediate</i> rumah sakit jiwa menur provinsi Jawa Timur	Hasil analisa hubungan menggunakan software statistik yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dengan kelelahan diperoleh nilai (p= 0,000).

No	Nama Artikel	Referensi (Penulis)	Tujuan Penelitian	Tahun, Desain Penelitian	Sampel Penelitian	Hasil
						Dengan demikian, menunjukkan bahwa kelelahan kerja dan stres kerja memiliki hubungan
2	Hubungan Antara Stres kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam	Hengky Ardian (Ardian, 2019)	Penelitian ini bertujuan untuk menentukan hubungan antara stres kerja dengan kelelahan pada perawat Rumah Sakit Umum Daerah Deli Serdang Lubuk pakam	Tahun Publikasi : 2019 Jenis Penelitian : Analitik dengan pendekatan cross sectional	Responden sebanyak 155 orang perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Deli Serdang Lubuk Pakam, dimulai dari bulan September sampai Desember tahun 2016	Hasil uji Gamma antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat didapatkan nilai signifikan yang diperoleh adalah (0,016) yang berarti bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada perawat
3	Pengaruh Beban Kerja Dan Stres kerja Melalui Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Islam Faisal Makassar	Ratna Malawat, Rasyidin Abdullah, Andi Nurlinda(Rasyidin & Nurlinda, 2019)	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh beban kerja dan stress kerja melalui kelelahan kerja terhadap kinerja perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Islam Faisal Makassar	Tahun Publikasi : 2019 Jenis Penelitian : Penelitian Kuantitatif dengan metode analisis jalur (path analysis).	Responden sebanyak 76 perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Islam Faisal Makassar	Hasil penelitian menyimpulkan ada pengaruh stress kerja terhadap kelelahan kerja, dapat dilihat dengan nilai koefisien 0,770 dengan signifikansi 0,000. Artinya nilai koefisien bernilai positif dan mempunyai nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dengan demikian stress kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kelelahan kerja.
4	Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kelelahan Pada Perawat Di Rumah Sakit X	Edwina Rudyarti(Rudyarti, 2021)	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh stres kerja terhadap	Tahun Publikasi : 2021 Jenis Penelitian :	Responden sebanyak 55 orang perawat di rumah sakit X	Hasil menunjukkan bahwa stres kerja berperan sebagai determinan

No	Nama Artikel	Referensi (Penulis)	Tujuan Penelitian	Tahun, Desain Penelitian	Sampel Penelitian	Hasil
			kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit X.	Penelitian Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional		kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit dengan nilai R square 2= 0,275, (p = 0,000). Artinya kelelahan kerja dipengaruhi oleh stres kerja. Ada korelasi antara stres kerja dengan kelelahan yang dialami oleh perawat, sehingga stres kerja merupakan sebagai salah satu faktor penentu dari kelelahan kerja pada perawat
5	Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Pada Masa Pandemi Di Ruang Isolasi Covid-19	Mersi Ekaputri, Rohmi Fadhli, Meza Faslina(Ekaputri et al., 2022)	Tujuan penelitian untuk mengidentifikasi hubungan kelelahan kerja dengan tingkat stres perawat pada masa pandemi	Tahun Publikasi : 2022 Jenis Penelitian : Penelitian Deskripsi Korelasi dengan pendekatan cross sectional	Responden sebanyak 36 orang perawat di Ruang Isolasi Covid-19 RSUD Kota Dumai	Hasil uji statistik didapatkan terdapat hubungan kelelahan kerja dengan tingkat stres perawat pada masa pandemi di ruangan isolasi Covid-19 (p=0,009)
6	Apakah Beban Kerja, Stres Kerja dan Kualitas Tidur Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit ?	Ni Wayan Dimkatni, Oksfriani Jufri Sumampouw, Aaltje Ellen Manampiring (Dimkatni et al., 2020)	Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara bebankerja, stres kerja dan kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada perawat di RSUD Budi Mulia Bitung	Tahun Publikasi : 2020 Jenis Penelitian : Penelitian Korelasional dengan pendekatan cross sectional	Responden Sebanyak 175 orang Perawat di Instalasi Gawat Darurat IGD), Intensive Care Unit (ICU), dan Rawat Inap di RSUD Bitung dan Rumah Sakit Budi Mulia Bitung.	Hasilnya menunjukkan disana ada korelasi antara beban kerja (p = 0,000), stres kerja (p =0,000) dan kualitas tidur (p =0,002) dengan kelelahan
7	Hubungan Antara Beban Kerja	Rosava A.S. Saroinsong, Woodford B. S.	Penelitian ini bertujuan untuk Mengatahui	Tahun Publikasi : 2022	Responden sebanyak 43 orang	Hasil Pengolahan data yang didapatkan

No	Nama Artikel	Referensi (Penulis)	Tujuan Penelitian	Tahun, Desain Penelitian	Sampel Penelitian	Hasil
	dan Stres Kerja dengan Perasaan Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang UGD dan Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Amurang Kabupaten Minahasa Selatan	Joseph, Grace D. Kandou (Rosava A.S. Saroinsong, Woodford B.S. Joseph, 2022)	hubungan beban kerja dan stres kerja dengan	Jenis Penelitian : Penelitian Kuantitatif dengan pendekatan cross sectional	perawat di ruang UGD dan Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Amurang Minahasa Selatan.	hubungan beban kerja dan stres kerja dengan perasaan kelelahan kerja pada perawat didapatkan nilai p value sebesar 0.003 ($p < 0,05$) dan untuk stres kerja dengan perasaan kelelahan kerja didapatkan nilai p value sebesar 0.002 ($p < 0.05$)
8	Psychological Resilience and Secondary Traumatic Stress in Nurses Working With Terminally Ill Patients—The Mediating Role of Job Burnout	Nina Oginska Bulik dan Paulina Michalska(Ogi'nska-Bulik & Michalska, 2021)	penelitian ini menunjukkan bahwa perawat yang mengalami kelelahan kerja mungkin lebih rentan terhadap stres traumatis sekunder setelah paparan tidak langsung terhadap trauma	Tahun Publikasi : 2020 Jenis Penelitian : Penelitian bersifat cross sectional	Responden Sebanyak 75 perawat di rumah sakit dan Pusat Perawatan dan Perawatan Non-Publik untuk Orang Sakit Kronisidi Polandia	Hasil mengungkapkan hubungan negatif antara ketahanan, kelelahan kerja, dan stres traumatis sekunder, dan korelasi positif antara stres traumatis sekunder dan kelelahan kerja. Analisis mediasi menunjukkan bahwa kelelahan kerja memainkan peran mediasi dalam kegembiraan antara ketahanan psikologis dan stres traumatis sekunder.
9	A structural equation model analysis of the association between work-related stress, burnout and job-related affective well-being among nurses in Saudi Arabia during the COVID-19 Pandemic	Rawaih Falatah and Eman Alhalal(Falatah & Alhalal, 2022)	Tujuan untuk menguji model yang menguji pengaruh langsung dan tidak langsung terkait pekerjaan stres pada kesejahteraan afektif yang berhubungan dengan pekerjaan melalui kelelahan	Tahun Publikasi : 2022 Jenis Penelitian : Penelitian Eksplorasi cross sectional	Responden sebanyak 161 orang perawat dari rumah sakit pendidikan yang terletak di ibu kota Arab Saudi selama pandemi COVID-19	Stres terkait pekerjaan memiliki efek langsung negatif yang signifikan terhadap terkait pekerjaan kesejahteraan afektif dan efek positif pada kelelahan. Stres terkait pekerjaan memberikan efek tidak langsung negatif

No	Nama Artikel	Referensi (Penulis)	Tujuan Penelitian	Tahun, Desain Penelitian	Sampel Penelitian	Hasil
						pada kesejahteraan afektif terkait pekerjaan melalui kelelahan, yang Sebagian memediasi hubungan.
10	Effects of Job conditions, Occupational stress, and emotional intelligence on chronic fatigue among Chinese nurses: a cross-sectional study	Hao Huang, Li Liu, Shihan Yang, Xiaoxing Cui, Junfeng Zhang, Hui Wu(Huang et al., 2019)	Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi tingkat kelelahan kronis dan mengeksplorasi faktor-faktor terkait di antara perawat Cina dengan harapan memberikan bukti scientific untuk strategi pengurangan kelelahan.	Tahun Publikasi : 2019 Jenis Penelitian : Penelitian cross sectional	Responden sebanyak 566 orang perawat di Provinsi Liaoning, China pada tahun 2018.	Skor rata-rata kelelahan kronis di antara perawat Cina adalah $17,14 \pm 6,16$. Menikah, Memiliki waktu kerja mingguan yang panjang, bekerja shift malam, dan ketidak puasan dengan hubungan perawat-pasien secara positif dikaitkan dengan kelelahan

PEMBAHASAN

Tingkat Kelelahan

Kelelahan kerja perawat dalam kajian literatur review ini dikriteriakan menjadi 4 yaitu tidak lelah, kurang lelah, lelah dan sangat lelah (Aprilia & Novitasari, 2021b). Sebagian besar responden diperoleh data hasil rata-rata kelelahan kerja responden mendapatkan skor 0-21 yaitu 39 responden (58,2%). Mayoritas kelelahan dialami pada perempuan yaitu sebanyak 55 orang (82,1%), sedangkan untuk umur mayoritas pada rentang 26-30 tahun, dan masa kerja 6-10 tahun sebanyak 52 (77,6%) (Kirana & Dwiyaniti, 2017).

Instrument Alat Ukur Kelelahan Kerja

Teknik pengumpulan data yang digunakan dari jurnal literatur review ini adalah menggunakan metode keusioner pengukur kelelahan kerja dan kuesioner pengukuran stres kerja. Adapun 8 artikel menggunakan kuesioner pengukuran kelelahan kerja adalah kuesioner IFRC (*Industrial Fatigue Research Committe*) mengandung tiga puluh macam perasaan kelelahan yang dirasakan, merupakan alat ukur tingkat kelelahan subjektif. IFRC menggunakan 4 skala likert yang terbagi menjadi sangat sering, sering, kadang – kadang, dan tidak pernah. Dari total skor yang didapatkan akan diklasifikasikan dalam empat kategori, yakni kelelahan rendah, sedang, tinggi, dan sangat

tinggi (Dimkatni et al., 2020). Selain menggunakan kuesioner IFRC, 2 artikel lainnya menggunakan kuesioner KAUPK2 (Kuesioner Alat Pengukur Perasaan Kelelahan Kerja (Ekaputri et al., 2022).

Tingkat Stres

Stres pada tingkat yang normal biasanya hanya terjadi dalam waktu beberapa menit. Stres pada tingkat ringan biasanya terjadi beberapa jam, situasi ini tidak akan menimbulkan penyakit kecuali jika dihadapi secara terus menerus (Mirani & Sumardi, 2020). Stres pada tingkat sedang dan stres pada tingkat berat dapat memicu terjadinya penyakit, hal tersebut dapat terjadi karena stres telah dihadapi lebih dari beberapa jam hingga hari, sedangkan stres pada tingkat parah dan sangat parah merupakan stres kronis yang terjadi lebih dari beberapa minggu hingga beberapa tahun. Sebagian besar responden diperoleh data hasil rata-rata stres kerja responden mendapatkan skor 30-57 yaitu 33 responden (49,3%). Mayoritas kelelahan dialami pada perempuan yaitu sebanyak 55 orang (82,1%), sedangkan untuk umur mayoritas pada rentang 26-30 tahun, dan masa kerja 6-10 tahun sebanyak 52 (77,6%).(Aprilia & Novitasari, 2021a)

Instrument Alat Ukur Stres Kerja

Alat pengukur stres kerja yaitu menggunakan metode kuesioner, Adapun 8 artikel menggunakan metode kuesioner DASS 21 (*Depression Anxiety Stress Scale 21*) merupakan metode yang digunakan untuk pengukuran stres kerja yang dialami dalam

melakukan aktivitas pekerjaannya. DASS 21 (*Depression Anxiety Stress Scale 21*) merupakan alat ukur subjektif yang dibentuk untuk mengukur status emosional negatif dari depresi, kecemasan, dan stres. Hasil dari pengukuran akan diklasifikasikan pada lima kategori, yakni normal, ringan, sedang, parah, dan sangat parah (Kirana & Dwiyantri, 2017). Selain menggunakan kuesioner stres kerja DASS 21, 2 artikel lainnya menggunakan pengukuran dengan metode *Work Related Stress Questionnaire* (Ekaputri et al., 2022).

Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja

Hasil dari 10 artikel kajian literatur review ini seluruhnya menunjukkan adanya hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit. Kondisi pasien yang selalu bervariasi dan jumlah pasien yang selalu berubah membuat perawat sangat mudah mengalami kelelahan.(Aprilia & Novitasari, 2021a) Semakin berat kelelahan kerja yang dialami perawat di tempat kerja semakin tinggi pula tingkat stress kerja pada perawat. Kelelahan kerja dapat menimbulkan beberapa keadaan yaitu prestasi kerja yang menurun. Kelelahan kerja terbukti memberikan kontribusi lebih dari 60% dalam kejadian kecelakaan di tempat kerja.(Oksandi & Karbita, 2020) Kelelahan menunjukkan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara pada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh. Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja. Meningkatnya kesalahan akan memberikan

peluang terjadinya kecelakaan kerja dalam industri. Salah satu resiko kelelahan kerja adalah timbulnya stres akibat kerja. Kelelahan berkepanjangan akan menyebabkan stres, stres kerja adalah stres yang timbul dari tuntutan kerja yang melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya, sehingga dapat menimbulkan berbagai macam reaksi, berupa reaksi fisiologis, psikologis dan kognitif.(Luthfi et al., 2020) Reaksi dari indikator fisiologis stres kerja pada perawat mayoritas merasa jantung berdebar saat menghadapi pasien yang sangat parah, sedangkan untuk indikator psikologis stres kerja perawat mayoritas mengalami telapak tangan berkeringat saat menghadapi pasien, dan untuk indikator kognitif stres kerja perawat mayoritas selalu menyalahkan diri sendiri bila tidak dapat merawat pasien.(Aprilia & Novitasari, 2021a)

Kelelahan terjadi terutama pada mereka yang mengalami konflik mental atau kesulitan-kesulitan psikologis. Sikap negatif terhadap kerja, perasaan terhadap atasan atau lingkungan kerja memungkinkan faktor penting dalam sebab ataupun akibat. Jadi ada saling keterkaitan antara kelelahan kerja dengan munculnya stres akibat kerja. Dimana stres kerja sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor penyebab yaitu faktor fisik meliputi jumlah pasien, jenis penyakit, dan untuk faktor mental meliputi tanggung jawab terhadap pimpinan, keluarga pasien, masalah pribadi. Dapat diartikan bahwa kelelahan kerja dapat menyebabkan stres kerja pada seorang perawat, ini dikarenakan kelelahan merupakan mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut pada diri

seseorang. Jika kelelahan berkepanjangan akan menyebabkan stres dimana stres merupakan reaksi fisik dan psikis terhadap suatu tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan gangguan stabilitas kehidupan sehari-hari.(Aprilia & Novitasari, 2021a)

Kajian naratif ini memiliki keterbatasan dan kelebihan. Keterbatasan yang pertama, jurnal diluar portal *Google Scholar* dan *PubMed* mungkin saja ada yang terlewatkan dalam ulasan ini, serta keterbatasan lainnya adalah tidak terdapat cara manajemen stres yang terjadi pada perawat. Adapun kelebihan dari kajian ini adalah kajian ini telah membuktikan antara artikel yang di kajian dengan permasalahan yang dihadapi di lapangan menunjukkan hasil yang sama bahwa adanya hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di rumah sakit, hal ini disebabkan kelelahan secara berkepanjangan akan menyebabkan stres dimana stres merupakan reaksi fisik dan psikis terhadap suatu tuntutan yang menyebabkan ketegangan dan gangguan stabilitas kehidupan sehari-hari. Kelelahan kerja terbukti memberikan kontribusi lebih dari 60% dalam kejadian kecelakaan di tempat kerja. Kelelahan menunjukkan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara pada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh. Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja. Salah satu resiko

kelelahan kerja adalah timbulnya stres akibat kerja. Disarankan agar instansi membuat kebijakan kesehatan dan keselamatan kerja terkait manajemen pengelolaan sumber daya sebagai upaya untuk mengantisipasi timbulnya kelelahan kerja secara berkepanjangan yang menyebabkan stres kerja. Sebaiknya juga perawat memanfaatkan waktu istirahat sebaik mungkin, dan bisa mengatur sendiri waktu istirahat dan waktu tidur untuk meminimalisir terjadinya kelelahan kerja dan menyediakan waktu luang untuk istirahat yang cukup untuk persiapan sebelum bekerja.

REFERENSI

- Aprilia, Z., & Novitasari, R. (2021a). Hubungan Tingkat Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Stres Kerja Perawat Di Rsud Panembahan Senopati Bantul. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 124–133. <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.151>
- Aprilia, Z., & Novitasari, R. (2021b). HUBUNGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA DENGAN TINGKAT STRES KERJA PERAWAT DI RSUD PANEMBAHAN SENOPATI BANTUL. *JURNAL KESEHATAN SAMODRA ILMU*, 12(2), 124–133. <https://doi.org/10.55426/jksi.v12i2.151>
- Ardian, H. (2019). Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah (Rsud) Deli Serdang Lubuk Pakam. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik*, 1(2), 16–21. <https://doi.org/10.36656/jpkm.v1i2.95>
- Dewi Mulfiyanti. (2020). Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rsud Tenriawaru Kelas B Kabupaten Bone Tahun 2018. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 6(2), 205–210. <https://doi.org/10.33023/jikep.v6i2.472>
- Dimkatni, N. W., Sumampouw, O. J., & Manampiring, A. E. (2020). Apakah Beban Kerja, Stres Kerja dan Kualitas Tidur Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit? *Sam Ratulangi Journal of Public Health*, 1(1), 009. <https://doi.org/10.35801/srjoph.v1i1.27273>
- Ekaputri, M., Fadhli, R., & Faslina, M. (2022). Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Pada Masa Pandemi Di Ruangan Isolasi Covid-19. *Malahayati Nursing Journal*, 4(6), 1589–1599. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i6.6458>
- Falatah, R., & Alhalal, E. (2022). A structural equation model analysis of the association between work-related stress, burnout and job-related affective well-being among nurses in Saudi Arabia during the COVID-19 pandemic. *Journal of Nursing Management*, 30(4), 892–900. <https://doi.org/10.1111/jonm.13587>
- Firdiasyah, Barsasella, D., & Vestabiliv, E. (2017). Hubungan Beban Kerja dengan Stress Kerja Perawat di Unit Rawat Inap RSUD Budi Asih Jakarta Timur. *Jurnal Pesada Husada Indonesia*, 4(14), 34–52. <https://doi.org/https://doi.org/10.56014/jp hi.v4i14.119>
- Hadiansyah, T., Praghlapati, A., & Aprianto, D. P. (2019). Gambaran stres kerja perawat yang bekerja di Unit Gawat Darurat. *Jurnal Keperawatan BSI*. Vol. 7 No. 2 September 2019. ISSN: 2338-7246, e-ISSN: 2528-2239. *Jurnal Keperawatan ...*, 7(2), 50–58.
- Huang, H., Liu, L., Yang, S., Cui, X., Zhang, J., & Wu, H. (2019). Effects of job conditions, occupational stress, and emotional intelligence on chronic fatigue among chinese nurses: A cross-sectional study. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 351–360. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S207283>

- Jannah, H. F., & Abdul Rohim Tualeka. (2022). Hubungan Status Gizi dan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di RSUI Yakssi Gemolong, Sragen. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(7), 823–828.
<https://doi.org/10.56338/mppki.v5i7.2400>
- Kirana, V. D. C., & Dwiyantri, E. (2017). Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Pada Perawat Dengan Metode Pengukuran DASS 21 Dan IFRC. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 6(1), 133–140.
<https://doi.org/10.33475/jikmh.v6i1.69>
- Luthfi, F., Pratama, M. Y., & Gurning, F. P. (2020). Determinan Kelelahan Kerja Pada Perawat Pelaksana Di Rumah Sakit Teuku Umar Aceh Jaya. *Indonesian Trust Health Journal*, 3(1), 295–298.
<https://doi.org/10.37104/ithj.v3i1.51>
- Mirani, N., & Sumardi. (2020). Hubungan Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Instalasi Bedah Sentral Rumah Sakit Umum Daerah Kota Langsa Tahun 2019. *Jurnal EDUKES (Jurnal Penelitian Edukasi Kesehatan)*, 2(1), 30–39.
<https://doi.org/10.52136/edukes.v3i1.24>
- Nazirah, R. (2017). Perilaku Perawat Dalam Penerapan Manajemen Kesehatan Dan Keselamatan Kerja (K3) DI ACEH Nurses Behavior in The Implementation of The Occupational Health and Safety in Aceh. *Idea Nursing Journal*, VIII(3), 1–6.
- Ogińska-Bulik, N., & Michalska, P. (2021). Psychological Resilience and Secondary Traumatic Stress in Nurses Working With Terminally Ill Patients—The Mediating Role of Job Burnout. *Psychological Services*, 18(3), 398–405.
<https://doi.org/10.1037/ser0000421>
- Oksandi, H. R., & Karbita, A. (2020). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di RSUD dr. H. Bob Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 1(1), 1–7.
- Pasaribu, T. A. A. (2020). *Pentingnya Kebijakan K3 Dalam Keperawatan*.
- Rasyidin, R. M., & Nurlinda, A. A. (2019). Rumah Sakit Islam Faisal Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 14, 306–312.
- Rosava A.S. Saroinsong, Woodford B.S. Joseph, G. D. K. (2022). *Perasaan kelelahan merupakan suatu keadaan atau kondisi yang muncul karena individu menurunnya kinerja saat berkerja disertai dengan munculnya perasaan letih dan lemah . dapat mengakibatkan menurunnya kinerja serta dapat menambah tingkat kes. 11(4), 52–58.*
- Rudyarti, E. (2021). Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 5(2), 13.
<https://doi.org/10.21111/jihoh.v5i2.4654>
- Suwandi, A. W. ., Kawatu, P. A. ., & Rahayu H. (2017). *Hubungan Antara Beban Kerja dan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Rumah Sakit Bhayangkara Tk. III Manado*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. <http://journal-old.unhas.ac.id/index.php/jkmmunhas/article/download/9420/4811>