



HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA TENAGA KESEHATAN DI PUSKESMAS MEUREUBO KABUPATEN ACEH BARAT

Dede Mahlian¹, Yarmaliza² dan M. Iqbal Fahlevi³

Fakultas Kesehatan Masyarakat UTU Kab. Aceh Barat^{1,2,3}
email: dedemahlian@gmail.com

ABSTRAK

Kelelahan kerja tenaga kesehatan dapat memberi dampak pada asuhan pelayanan yang diberikan tidak akan optimal. Beberapa orang dari tenaga kerja kesehatan di Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat mengeluh susah tidur, tidak bisa berkonsentrasi dan menyebabkan beban kerja dari dokter, bidan dan perawat semakin bertambah terlebih pada saat pagi dan siang hari karena lebih banyak pasien berdatangan pada saat itu sehingga dokter, bidan dan perawat mengeluhkan adanya kelelahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah tenaga kesehatan di Puskesmas Meureubo yang berjumlah 54 orang. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat yaitu nilai $P_{value} = 0,804$ ($P_{value} > 0,05$), terdapat hubungan antara umur responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan yaitu nilai $p-value = 0,000$ ($p < 0,05$), tidak terdapat hubungan antara pendidikan responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan yaitu nilai $p-value = 0,117$ ($p > 0,05$), terdapat hubungan antara masa kerja responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan yaitu nilai $p-value = 0,000$ ($p < 0,05$), dan terdapat hubungan antara tingkat beban kerja responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan yaitu nilai $p-value = 0,000$ ($p < 0,05$). Disarankan bagi Puskesmas, adanya peningkatan edukasi oleh dinas terkait agar dapat memberikan materi pelatihan dan penyuluhan tentang kelelahan kerja, dan dampak kelelahan kerja serta memperhatikan karakteristik tenaga kesehatan dan menempatkan tenaga kesehatan sesuai dengan tupoksinya.

Kata Kunci: Jenis Kelamin, Umur, Pendidikan, Masa Kerja, Beban Kerja, Kelelahan kerja.

PENDAHULUAN

Kelelahan kerja merupakan permasalahan yang umum di tempat kerja yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas kerja, di mana kelelahan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecelakaan kerja. Secara umum, faktor bahaya dilingkungan kerja dapat berasal atau bersumber dari faktor teknis, lingkungan, dan manusia (Tarwaka, 2010). Ada banyak faktor yang dapat menyebabkan kelelahan kerja, menurut Setyawati (Arlina, 2016), faktor penyebab kelelahan antara lain karakteristik pekerja (jenis kelamin, usia, masa kerja, status gizi, beban kerja, kondisi kesehatan, dan waktu kerja).

Salah satu penyebab kelelahan kerja adalah beban kerja fisik (Tarwaka, 2010). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa gangguan kelelahan kerja terkait dengan beban kerja. Hal ini didukung oleh penelitian lain, yang menyatakan hasil uji analisis hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada PT Timur

Laut Jaya Manado menunjukkan $p=0,026$ ($p<0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja (Sopiah., 2016).

World Health Organization (WHO) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kementrian Tenaga Kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 65% pekerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan (Permatasari, dkk., 2019).

Beban kerja yang terlalu tinggi akan menyebabkan komunikasi yang buruk antara perawat dan pasien, kegagalan komunikasi antara perawat dan dokter, tingginya *drop out/turnover* perawat, dan rasa ketidakpuasan kerja perawat. Kelelahan perawat dalam bekerja dapat menyebabkan terjadinya

penyimpangan kerja yang akan menyebabkan kemunduran penampilan kerja. Kelelahan kerja perawat juga dapat memberi dampak pada asuhan pelayanan yang diberikan tidak akan optimal (Tappen, 2012).

Awal tahun 2020 ini dunia dikejutkan dengan wabah virus corona (Covid-19) yang menginfeksi hampir seluruh negara di dunia. Terhitung mulai tanggal 19 Maret 2020 sebanyak 214.894 orang terinfeksi virus corona, 8.732 orang meninggal dunia dan pasien yang telah sembuh sebanyak 83.313 orang. Mereka yang positif Covid-19 dari berbagai latar belakang, termasuk pada tenaga dokter dan pekerja medis lainnya. Petugas kesehatan, selain mengobati, tenaga kesehatan juga harus melakukan pencegahan dengan melakukan penyuluhan ke masyarakat, hal tersebut semakin bertambahnya beban kerja dan meningkatkan kelelahan kerja bagi petugas kesehatan (Buana, 2020).

Puskesmas Meureubo merupakan sarana pelayanan kesehatan milik Pemerintah Daerah Kabupaten Aceh Barat yang terletak di

Kecamatan Meureubo. Puskesmas yang menaungi 28 gampong. Secara keseluruhan jumlah tenaga dokter, bidan, dan perawat yang memberikan pelayanan kesehatan di Puskesmas Meureubo sejumlah 102 orang terdiri dari dokter umum, dokter gigi, bidan, dan perawat, tenaga farmasi, ahli gizi, kesling, Sarjana Kesehatan Masyarakat dan petugas laboratorium. Jumlah tenaga tersebut seharusnya sudah sesuai apabila dibandingkan dengan standar minimal ketenagaan Puskesmas di perkotaan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 75 Tahun 2014 tentang Pusat Kesehatan Masyarakat, bahkan untuk kategori dokter umum sudah melebihi standar yang minimalnya berjumlah 1 orang.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain potong lintang (*cross sectional*).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 50 responden, dengan kriteria bersedia menjadi responden dan merupakan tenaga kesehatan (Dokter, bidan, perawat, petugas administrasi, ahli gizi, petugas laboratorium, kesling, SKM) Puskesmas Meureubo yang masih

bertugas aktif di masa pandemi covid-19

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan 2 cara, yaitu univariat dan analisis bivariat melalui uji statistik Chi square dengan taraf signifikan $\alpha=0,05$.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Jumlah Responden	
	f	%
Laki-laki	3	6,0
Perempuan	47	94,0
Total	52	100
Umur Responden		
< 35 tahun	25	50,0
> 35 tahun	25	50,0
Total	50	100
Pendidikan Akhir		
Rendah	8	16,0
Tinggi	42	84,0
Total	50	100
Masa Kerja		
< 5 Tahun	10	20,0
5 - 20 Tahun	33	66,0
> 20 Tahun	7	14,0
Total	50	100

Sumber: Data primer 2021

B. Analisis Univariat

Tabel 2. Hasil Analisis Univariat

Variabel	Jumlah Resonden	
	N	%
Beban Kerja		
Ringan	13	26,0
Sedang	30	60,0

Berat	7	14,0
Total	50	100
Kelelahan		
Rendah	15	30,0
Sedang	29	58,0
Tinggi	6	12,0
Total	50	100

C. Analisis Bivariat

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Nilai P	Keterangan
Jenis Kelamin	0,804	Tidak ada Hubungan
Umur	0,000	Ada Hubungan
Pendidikan	0,117	Tidak ada Hubungan
Masa Kerja	0,000	Ada Hubungan
Beban Kerja	0,000	Ada Hubungan

Sumber: Data primer 2021

Pembahasan

A. Hubungan Jenis Kelamin dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden yang kelelahan kerjanya kategori rendah pada perempuan ada 29,8% (14 responden) dan pada laki-laki ada 33,3% (1 orang). Dari 29 responden yang kelelahan kerjanya dalam kategori sedang pada perempuan ada

57,4% (27 responden) dan pada laki-laki ada 66,7% (2 responden). Dari 6 responden yang kelelahan kerjanya dalam kategori tinggi pada perempuan ada 12,0% (6 responden) dan pada laki-laki tidak ada.

Hasil uji statistik dengan menggunakan analisis *Chi-square* diketahui bahwa nilai *P-value* = 0,804 dan ini lebih besar dari $\alpha = 0,05$ (*P-value* = 0,804 > $\alpha = 0,05$), hal ini mempunyai arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin responden dengan kelelahan

kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

Hasil penelitian yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian pada perawat di RSUD dr. Mohamad Soewandhie yang dilihat dari hasil uji statistik dengan nilai $p = 0,572$ maka tidak ada hubungan antara jenis kelamin responden dengan kelelahan. Tidak adanya hubungan ini memiliki arti bahwa banyak faktor yang mempengaruhi kelelahan dan faktor jenis kelamin bukan merupakan faktor yang berhubungan secara langsung dengan terjadinya kelelahan (Lubis, 2017).

Jenis kelamin dapat menentukan tingkat kelelahan kerja. Biasanya wanita lebih mudah lelah dibanding pria. Hal tersebut dikarenakan ukuran tubuh dan kekuatan otot tenaga kerja wanita relatif kurang dibanding. Namun tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat ini tenaga kesehatan perempuan jumlahnya lebih banyak dibanding tenaga kesehatan laki-laki, faktor jumlah ketimpangan jumlah perawat di Puskesmas tersebut yang menjadi sebab akan tidak ada hubungan antara

jenis kelamin dengan tingkat kelelahan kerja perawat.

Tenaga kesehatan perempuan akan lebih mudah merasakan lelah karena keterbatasan tenaga yang dimiliki dan pada penelitian ini menunjukkan bahwa kelelahan sedang paling banyak dialami oleh tenaga kesehatan perempuan, yaitu 68,1% sementara kelelahan tinggi justru dialami oleh tenaga kesehatan laki-laki, yaitu sebesar 28,6%.

Kelelahan berat memang paling banyak justru dialami oleh laki-laki. Hal tersebut bisa saja terjadi karena didukung oleh faktor-faktor lain seperti kebiasaan laki-laki yang suka begadang sehingga kurang waktu istirahat padahal waktu istirahat merupakan suatu faktor penting untuk mencegah kelelahan. Karena istirahat diperlukan untuk memulihkan tenaga yang terpakai selama bekerja. Namun kelelahan kerja pada tenaga kesehatan perempuan cenderung mengalami tingkat kelelahan lebih sering dibanding laki-laki karena tenaga kesehatan perempuan mempunyai kinerja lebih baik dibanding tenaga kesehatan laki-laki tetapi lebih cepat menderita kelelahan. Tuntutan

pekerjaan, rumah tangga dan ekonomi juga berpotensi menjadikan wanita karir rentan mengalami kelelahan dan stres yang meningkat. Hal ini dikarenakan *prolaktin* perempuan lebih tinggi sehingga dapat meningkatkan trauma emosional dan kelelahan fisik sehingga potensi untuk mengalami kelelahan dalam bekerja lebih sering terjadi pada tenaga kesehatan yang berjenis kelamin laki-laki.

B. Hubungan Umur dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden yang kelelahan kerjanya kategori rendah pada umur < 35 tahun ada 56,0% (14 responden) dan pada umur > 35 tahun ada 4,0% (1 orang). Dari 29 responden yang kelelahan kerjanya dalam kategori sedang pada umur < 35 tahun ada 40,0% (10 responden) dan pada umur > 35 tahun ada 76,0% (19 orang). Dari 6 responden yang kelelahan kerjanya dalam kategori tinggi pada umur < 35 tahun ada 4,0% (1 orang) dan pada umur > 35 tahun ada 20,0% (5 orang).

Hasil uji statistik dengan menggunakan analisis *Chi-square* diketahui bahwa nilai *P-value* = 0,000 dan ini lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ (*P-value* = 0,000 < $\alpha = 0,05$), hal ini mempunyai arti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara umur responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irwandy. (2017) pada perawat tenaga keperawatan dan tenaga kebidanan di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta yang mendapatkan hasil uji statistik *Pvalue* = 0.034 yang berarti ada hubungan antara umur dengan kelelahan kerja. Hal tersebut dipengaruhi oleh penurunan fungsi tubuh seseorang yang akan terjadi seiring dengan bertambahnya usia sehingga seseorang yang berusia lebih tua akan lebih mudah mengalami.

Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur antara > 42 tahun yaitu berjumlah 23 responden (42,6%). Umur seseorang berbanding langsung dengan kapasitas fisik sampai batas tertentu dan mencapai puncaknya

sampai pada umur 25 tahun, semakin bertambah umur kekuatan otot semakin menurun sehingga mempengaruhi pada kelelahan kerja tenaga kesehatan. Bertambahnya umur akan diikuti penurunan tajam penglihatan, pendengaran, kecepatan membedakan sesuatu, membuat keputusan dan kemampuan mengingat jangka pendek. Dengan demikian pengaruh umur harus selalu dijadikan pertimbangan dalam memberikan pekerjaan pada seseorang.

Pada umumnya keluhan otot pertama terjadi pada usia kerja di atas 35 tahun. Kekuatan otot maksimal terjadi pada saat umur antara 20 - 29 tahun, selanjutnya terus terjadi penurunan sejalan dengan bertambahnya umur. Usia Berkaitan dengan kinerja karena pada usia yang meningkat akan diikuti dengan proses degenerasi dari organ sehingga dalam hal ini kemampuan organ akan menurun. Dengan adanya penurunan kemampuan organ, maka hal ini akan menyebabkan tenaga kerja akan semakin mudah mengalami kelelahan.

C. Hubungan Pendidikan dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden yang kelelahan kerjanya kategori rendah pada pendidikan rendah tidak ada, sedangkan pada pendidikan ada 35,7% (15 orang). Dari 29 responden yang kelelahan kerjanya kategori sedang pada pendidikan rendah ada 87,5% (7 responden) dan pada pendidikan tinggi ada 52,4% (22 orang). Dari 6 responden yang kelelahan kerjanya kategori tinggi pada tingkat pendidikan rendah ada 12,5% (1 responden), dan pada tingkat pendidikan tinggi ada 11,9% (5 orang).

Hasil uji statistik dengan menggunakan analisis *Chi-square* diketahui bahwa nilai *P-value* = 0,117 dan ini lebih besar dari $\alpha = 0,05$ (*P-value* = 0,117 > $\alpha = 0,05$), hal ini mempunyai arti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Setyawati (2017) yang berjudul tingkat kelelahan kerja perawat di ruang Psikiatri Intensif Rumah Sakit dr. H Marzoeki Mahdi Bogor, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan terhadap kelelahan kerja perawat, dengan nilai $p = 0,382$ ($p_{value} > 0,05$)

Pendidikan perawat sangat penting dalam pelaksanaan tugas keperawatan, dalam kaitannya tingkat pendidikan mempengaruhi kelelahan kerja, hal ini dikarenakan tenaga kesehatan di Puskesmas Meureubo yang memiliki tingkat pendidikan yang lebih tinggi lebih dapat mengatasi kelelahan kerja lebih bijak dibanding pendidikan diploma. Jadi, dengan memiliki tingkat pendidikan yang tinggi perawat dapat memberikan solusi yang tepat bagi permasalahannya dan keberagaman masalah yang dihadapi dapat menjadi tolak ukur dalam menyelesaikan semua masalah yang dihadapi yang dapat berpotensi mengalami kelelahan kerja.

Pendidikan seseorang akan membuat seseorang secara sadar akan

peran dan fungsinya. Mereka dapat mengenali dan mengukur kemampuan mereka. Perawat yang memiliki pendidikan yang lebih tinggi biasanya akan dapat mengatasi kelelahan kerja perawat dengan lebih baik.

D. Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden yang kelelahan kerjanya kategori rendah pada masa kerja < 5 tahun ada 60,0% (6 responden), pada masa kerja 5 - 20 tahun ada 27,3% (9 orang) dan pada masa kerja > 20 tidak ada. Dari 29 responden yang kelelahan kerjanya kategori sedang pada masa kerja < 5 tahun ada 40,0% (4 responden), pada masa kerja 5 - 20 tahun ada 66,7% (22 orang) dan pada masa kerja > 20 tahun ada 42,9% (3 orang). Dari 7 responden yang kelelahan kerjanya kategori tinggi pada masa kerja < 5 tahun tidak ada, pada masa kerja 5 - 20 tahun ada 6,1% (2 orang) dan pada masa kerja > 20 tahun ada 57,1% (4 orang).

Hasil uji statistik dengan menggunakan analisis *Chi-square* diketahui bahwa nilai *P-value* = 0,000 dan ini lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ (*P-value* = 0,000 < $\alpha = 0,05$), hal ini mempunyai arti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Syaifudin (2016), yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor masa kerja dengan terjadinya kelelahan kerja pada perawat di RSUD Haji Makassar, dengan nilai *p value* sebesar 0,000 (*P_{value}* < 0,05).

Masa kerja dapat mempengaruhi baik kinerja positif maupun negatif, akan memberi pengaruh positif pada kinerja personal karena dengan bertambahnya masa kerja maka pengalaman dalam melaksanakan tugasnya semakin bertambah. Sebaliknya akan memberi pengaruh negatif apabila semakin bertambahnya masa kerja maka akan muncul kebiasaan pada tenaga kerja.

Hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja karena pekerjaan fisik yang dilakukan pada pekerja pengisian tabung secara kontinyu dalam jangka waktu yang lama akan berpengaruh terhadap mekanisme dalam tubuh (sistem peredaran darah, pencernaan, otot, syaraf dan pernafasan) hal inilah yang menyebabkan pekerja pada pengisian tabung mudah untuk mengalami kelelahan.

Dari penelitian ini dapat diketahui bahwa semakin lama masa kerja seseorang maka semakin tinggi tingkat kelelahan. Hal ini menunjukkan tingkat kelelahan lebih tinggi dialami dengan masa kerja yang lebih lama oleh karena semakin lama ia bekerja maka perasaan jenuh akibat pekerjaan yang monoton tersebut akan berpengaruh terhadap tingkat kelelahan yang dialaminya.

Pada penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa pekerja yang sudah lama bekerja selama waktu yang ditentukan seperti dalam penelitian ini pekerja biasanya bekerja selama 8 jam dalam sehari yakni 7 jam bekerja dan 1 jam beristirahat, hal ini apabila diulangi secara rutin akan kan hasil

menjadi suatu kebiasaan yang terarah, dan tidak menjadi alasan masalah kelelahan dapat terjadi dalam pekerjaan.

E. Hubungan Tingkat Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden yang kelelahan kerjanya kategori rendah pada tingkat beban kerja ringan ada 61,5 (8 responden), pada tingkat beban kerja sedang ada 20,0% (6 orang) dan pada tingkat beban kerja berat ada 14,3% (1 orang). Dari 29 responden yang kelelahan kerjanya kategori sedang pada tingkat beban kerja ringan ada 23,1 (3 responden), pada tingkat beban kerja sedang ada 80,0% (24 orang) dan pada tingkat beban kerja berat ada 28,6% (2 orang). Dari 7 responden yang kelelahan kerjanya kategori tinggi pada tingkat beban kerja ringan ada 14,3 (1 responden), pada tingkat beban kerja sedang tidak ada dan pada tingkat beban kerja berat ada 57,1% (4 orang).

Hasil uji statistik dengan menggunakan analisis *Chi-square* diketahui bahwa nilai *P-value* = 0,000 dan ini lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ (*P-value* = 0,000 < $\alpha = 0,05$), hal ini mempunyai arti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat beban kerja responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat

Hasil penelitian ini didukung dengan hasil penelitian dari Arlina (2016), penelitian tentang kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap rumah sakit Tentara Tk. IV 010702 Binjai Kesda I BB, yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja perawat dengan tingkat kelelahan pada perawat dengan *Pvalue* nya adalah 0,003 (*P_{value}* < 0,05). Hal tersebut disebabkan karena semakin berat beban kerja perawat yang diberikan, maka semakin tinggi kelelahan yang dialami perawat. Penelitian ini sesuai dengan yang dilakukan oleh Nawawi (2020) menunjukkan bahwa adanya hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja perawat di gedung instalasi rawat inap terpadu rumah sakit umum pusat H. Adam Malik

Medan, dengan hasil uji *chi square* diperoleh nilai Pvalue 0,001 ($P_{value} < 0,05$).

Hasil penelitian lain menunjukkan hasil analisis menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Menurut peneliti, hal tersebut dipengaruhi dari kondisi lingkungan kerja fisik dengan intensitas penerangan yang kurang sehingga keluhan lelah pada mata akan menambah beban kerja yang dirasakan pekerja, sehingga semakin mempengaruhi keadaan kelelahan pekerja. Selain itu faktor sikap kerja yang kurang baik akan menambah beban kerja pada otot. Kondisi beban kerja yang berat dapat mempengaruhi kelelahan kerja.

Apabila beban kerja tenaga kesehatan di Puskesmas semakin berat, maka dapat mengakibatkan pembebanan otot secara statis (*static muscular loading*) jika dipertahankan dalam waktu yang cukup lama akan mengakibatkan RSI (*Repetition Strain Injuries*) yaitu nyeri otot, tulang, tendon dan lain-lain yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat

berulang. Apabila rasa nyeri otot itu berlanjut tanpa disadari akan mempengaruhi tingkat kelelahan yang ada pada tubuh responden karena kondisi tubuh tidak memungkinkan untuk melakukan aktivitas yang berlebih.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis kelamin responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat, dengan nilai $P_{value} = 0,804$ ($P_{value} > 0,05$).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara umur responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat, dengan nilai $P_{value} = 0,000$ ($P_{value} < 0,05$).
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat, dengan nilai $P_{value} = 0,117$ ($P_{value} > 0,05$).

4. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat, dengan nilai $P_{value} = 0,000$ ($P_{value} < 0,05$)
- Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat beban kerja responden dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat, dengan nilai $P_{value} = 0,000$ ($P_{value} < 0,05$)

Saran

1. Bagi Puskesmas Meureubo
Perlunya adanya peningkatan edukasi oleh dinas terkait agar dapat memberikan materi pelatihan dan penyuluhan tentang kelelahan kerja, dan dampak kelelahan kerja serta memperhatikan karakteristik tenaga kesehatan dan menempatkan tenaga kesehatan sesuai dengan tupoksinya.
2. Bagi tenaga kesehatan
Sebaiknya menjaga waktu istirahat yang cukup agar dapat melanjutkan pekerjaannya dengan

baik dan dapat meningkatkan produktifitas kerja.

3. Bagi Peneliti selanjutnya
Diharapkan agar dapat mengikutsertakan variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan kelelahan kerja yang tidak diteliti pada penelitian ini, misalnya beban kerja dan risiko ergonomi kerja.

Daftar Pustaka

- Arlina. 2016. *Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Tentara TK.IV 010702 Binjai Kesdam I BB Tahun 2016*. Tesis. Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Medan: Universitas Sumatera Utara
- Buana, R.D. 2020. Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. *Jurnal Sosial dan Budaya Syar i* · March 2020: Universitas Mercu Buana
- Irwandy. 2017. Hubungan antara Beban Kerja dengan Stress Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Islam Surakarta." Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Permatasari, dkk. 2019. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Matahari Department Store Cabang Lippo Plaza Kendari*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat. VOL. 2/NO.5. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo.

Setyawati. 2017. *Kelelahan Kerja dan Stress Kerja*. Jurnal Proceeding Seminar Ergonomi, Aplikasi Ergonomi dalam Industri. Yogyakarta: Forum Komunikasi Teknik Industri Yogyakarta dan Perhimpunan Ergonomi Indonesia.

Sopiah, H. 2016. *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Karyawan Laundry di Kelurahan Warungboto Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta*.<http://download.portalgaruda.org>.

Syaifudin. 2016. *Analisis Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja di Instalasi Rawat Inap di IRNA RSUD Kabupaten Sidoarjo*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2, 105-115.

Tappen, R.M. 2012. *Essential of nursing leadership*. Philadelphia: E.A. Davis Company.

Tarwaka. 2010. *Keselamatan Kesehatan Kerja dan Ergonomi (K3E) dalam Perspektif Bisnis*, Surakarta: Harapan Press.