BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perawat merupakan salah satu tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan langsung kepada pasien sehingga memiliki tuntutan kerja yang tinggi (Nursalam, 2019). Tingginya beban kerja, jam kerja yang panjang, serta tanggung jawab terhadap keselamatan pasien menjadikan perawat rentan mengalami kelelahan kerja. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kelelahan pada perawat sering menjadi masalah yang berdampak pada penurunan kinerja serta kualitas pelayanan kesehatan (Tonapa et al., 2022).

Dari penelitian-penelitian sebelumnya, dapat dirangkum bahwa beban kerja perawat merupakan suatu kondisi membebani, baik secara fisik maupun non fisik yang dialami oleh perawat selama bertugas baik secara langsung maupun tidak langsung dalam memberikan pelayanan kepada pasien (Cucu et al, 2018; Romadhoni & Pudjirahardjo, 2016). Adapun menurut Siregar & Ananda (2023), beban kerja perawat meliputi semua aktivitas yang dilakukan oleh perawat selama menjalankan tugas di unit pelayanan keperawatan. Kondisi ketika terjadi pergantian shift mendadak yang mengharuskan perawat bekerja tanpa istirahat serta menggambil shift ganda dalam satu hari akan menambah beban kerja fisik. Hal ini, dapat meningkatkan kelelahan karena kurang tidur dan gangguan pada ritme biologis tubuh.

Menurut Pasaribu & Maryati (2022) yang melakukan penelitian mengenai beban kerja pada perawat di Ruang Hemodialisa pada salah satu rumah sakit di Bandung, diketahui bahwa 8 dari 21 (38,1%) perawat memiliki beban kerja berat, 3 perawat (14,3%) memiliki beban kerja sedang. Sedangkan 10 lainnya (47,6%) memiliki beban kerja ringan.

Selain beban kerja, gangguan tidur merupakan salah satu efek kesehatan dan keselamatan yang dapat terjadi pada pekerja. Diperkirakan tiap tahun 20% - 40% orang dewasa mengalami kesukaran tidur dan 17%

diantaranya mengalami masalah serius. Prevalensi gangguan tidur setiap tahun cenderung meningkat, hal ini juga sesuai dengan peningkatan usia dan berbagai penyebabnya. Akibat dari gangguan tidur yang berkepanjangan akan dapat merubah siklus tidur biologiknya, daya tahan tubuh dan prestasi kerja akan menurun, mudah tersinggung, depresi, kurang konsentrasi, kelelahan, yang pada akhirnya dapat mempengaruhi keselamatan diri sendiri atau orang lain (Japardi dalam Wijanarti, 2022).

Menurut Peraturan Kemenkes (2013), ditetapkan pembagian kerja 3 shift dengan 40 jam kerja per minggu. Apabila melebihi ketentuan ini tentu dapat menyebabkan menurunnya produktivitas dan meningkatkan gangguan kesehatan. Shift kerja dapat mengganggu ritme sirkadian dan pola tidur, mengurangi 15-20% waktu tidur serta meningkatkan risiko kecelakaan dan kesalahan perawatan.

Gangguan tidur sendiri menjadi menjadi faktor penting. Perawat memerlukan 7-8 jam tidur berkualitas per hari untuk mendukung bekerja secara optimal. Kelelahan yang berlebihan dapat mengganggu tidur dan menurunkan kualitasnya, begitu pula kualitas tidur yang buruk dapat meningkatkan kelelahan kerja, menurunkan konsentrasi, daya tahan tubuh, produktivitas dan memicu kecelakaan (Pardayani & Susilowati, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Antaroza, et al (2024) yang bersubjek perawat salah satu rumah sakit di Depok, dapat diketahui bahwa 98 dari 174 perawat (56,3%) memiliki kualitas tidur yang buruk.

Kelelahan kerja berdampak pada penurunan efisiensi, keterampilan, peningkatan kecemasan dan risiko kecelakaan kerja. Kelelahan kerja dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, kinerja, pengembangan karir, hingga depresi (Lubis et al, 2024). Word Health Organization (2020) memperkirakan kelelahan berat berpotensi menjadi masalah kesehatan kedua setelah penyakit jantung (Alfikri et al, 2021). National Safety Council (NSC) (2020) melaporkan pekerja yang beroperasi 24 jam memicu kelelahan 13% dan cedera kerja terkait kelelahan (Rahmayani et al, 2022). Pada 2020

terdapat 177.000 kasus kecelakaa kerja di Indonesia akibat kelelahan (8). Sedangkan survey PPNI 2019 mencatat 50,9% perawat mengalami kelelahan (Aan & Dina, 2023).

Menurut Suliastiani, et al (2023) yang meneliti tentang faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di Rumah Sakit Ibnu Sina Kota Makassar, diketahui bahwa 55 dari 88 perawat (62,5%) mengalami kelelahan kerja.

Salah satu penyebab terjadinya kelelahan kerja adalah adanya ketidak seimbangan beban kerja yang dimiliki oleh perawat (Perwitasari & Tualeka, 2017). Beban kerja perawat yang berlebih dapat menyebabkan efek negative bagi pasien, perawat dan sistem perawatan kesehatan seperti penurunan kualitas pelayanan, peningkatan risiko terjadinya *nursing error,* penurunan kepuasan pasien, kecemasan perawat, stres kerja perawat, risiko infeksi, lama hari rawat yang lebih panjang dan risiko kematian (Azadi et al, 2020).

Fenomena beban kerja yang kompleks, kualitas tidur buruk akibat adanya sistem kerja shift dan kelelahan juga terlihat pada konteks lokal yaitu IHC Rumah Sakit Lavalette Malang terutama pada ruang Hemodialisis. Perawat di ruang hemodialisis dituntut memiliki tuntutan kerja yang tinggi dikarenakan banyaknya pasien yang ditangani dalam satu waktu. Alur kerja Ruang Hemodialisis diawali dengan penerimaan pasien diikuti dengan pemeriksaan fisik atau *vital sign* yang selanjutnya akan dilanjutkan dengan pemasangan akses *vascular* (jarum) untuk menghubungkan darah ke mesin dialisis. Darah yang telah masuk ke mesin dialisis akan dilakukan penyaringan oleh mesin hingga darah menjadi bersih. Darah yang telah bersih ini selanjutnya akan kembali ke tubuh pasien. Pelayanan cuci darah diakhiri dengan penimbangan berat badan pasca tindakan untuk evaluasi cairan pasien.

Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Ruang Hemodialisis, diketahui bahwa terdapat 71 mesin dengan jumlah total 36 perawat yang juga

dibagi menjadi 3 shift kerja. Adapun diperkirakan bahwa setiap perawat dapat menangani 5-6 pasien dalam sehari, dengan durasi satu pasien membutuhkan waktu 3-5 jam. Dengan jumlah rata-rata kunjungan pasien hemodialisa sebanyak 170 - 190 pasien dalam sehari dan tindakan yang harus dilakukan secara bersamaan dalam satu waktu membuat perawat ruang hemodialisis berkemungkinan memiliki beban kerja yang berat.

Selain itu, sistem shift kerja perawat hemodialisis yang terbagi menjadi 3 shift yang terdiri dari shift pagi (06.00 – 13.30), siang (13.30 – 20.30), dan malam (20.30 – 06.00). Adapun pembagian jumah perawat setiap shift terbagi menjadi shift pagi 17 orang, shift siang 17 orang, dan shift malam 2 orang, pada shift malam tersebut tugasnya tetap sama seperti shift pagi dan siang tetapi tugasnya tidak lebih intens seperti shift pagi dan siang, selain itu tugasnya juga untuk kesiapsiagaan darurat jika ada pasien sito. Dengan jam shift kerja yang bergantian tentunya dapat menyebabkan perawat sangat rentan mengalami gangguan tidur karena perubahan jam tidur akibat adanya shift kerja. Selain itu, adanya sistem shift kerja memungkinkan perawat bekerja dengan 2 shift berkelanjutan karena pertukaran jam shift dengan rekan, hal ini tentu akan berdampak pada menurunnya kualitas tidur perawat sehingga memicu munculnya kelelahan.

Selain beban kerja yang berat dan potensi kualitas tidur yang buruk, indikasi kelelahan juga dirasakan oleh perawat ruang hemodialisis di IHC Rumah Sakit Lavalette Malang. Indikasi kelelahan yang dirasakan oleh perawat berupa badan pegal pegal dan nyeri di bagian kaki. Hal ini disebabkan oleh mobilitas perawat yang tinggi terutama ketika memulai tindakan cuci darah pada pasien. Selain itu rasa pegal dan nyeri juga dirasakan di bagian pinggang, hal ini disebabkan karena perawat harus sedikit membungkuk ketika melakukan tindakan.

Perawat dengan kelelahan kerja dapat menimbulkan berbagai dampak negatif baik fisik maupun mental seperti penurunan kewaspadaan, konsentrasi dan kemampuan mengambil keputusan, yang akhirnya

berdampak negatif terhadap kualitas pelayanan keperawatan. Kelelahan kerja berkepanjangan juga berkontribusi terhadap meningkatkan absensi atau ketidakhadiran bekerja (Cho & Steege, 2021).

Upaya mengatasi kelelahan kerja pada perawat memerlukan pendekatan menyeluruh yang melibatkan pengelolaan beban kerja, pengaturan waktu kerja, dukungan psikologis, serta peningkatan kesejahteraan perawat. Peran manajemen rumah sakit sangat penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan produktif (Nursalam, 2019; Maslach & Leiter, 2016; Caruso et al., 2015).

Berdasarkan latar belakang yang ada, pentingnya penelitian ini dilakukan adalah untuk menganalisis gambaran beban kerja, kualitas tidur dan kelelahan pada perawat di IHC Rumah Sakit Lavalette Malang. Untuk itu, penelitian dengan judul "Hubungan Beban Kerja dan Kualitas Tidur dengan Kelelahan pada Perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang" perlu untuk dilakukan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka dapat diambil rumusan masalah yaitu "Apakah terdapat hubungan beban kerja dan kualitas tidur dengan kelelahan pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan beban kerja dan kualitas tidur dengan kelelahan pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang?

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi beban kerja pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang.

b. Mengidentifikasi kualitas tidur pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang.

c. Mengidentifikasi kelelahan pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang.
d. Menganalisis hubungan beban kerja dengan kelelahan pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang.
e. Menganalisis hubungan kualitas tidur dengan kelelahan pada perawat di Ruang Hemodialisis IHC Rumah Sakit Lavalette Malang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Rumah Sakit

Dapat memberikan masukan kepada bagian sumber daya manusia IHC Rumah Sakit Lavalette Malang sehingga dapat melakukan upaya pengendalian beban kerja, kualitas tidur dan kelelahan terhadap para perawat agar kondisi menjadi lebih aman dan nyaman sehingga dapat meningkatkan produktivitas perusahaan.

2. Bagi Responden

Dapat mengetahui bagaimana beban kerja, kualitas tidur dan kelelahan kerja yang dialami saat ini. Sehingga dapat lebih memahami terkait efek dari beban kerja dan kualitas tidur terhadap kesehatan khususnya mengenai masalah kelelahan, sehingga perawat dapat melakukan self management terkait kelelahan baik fisik maupun mental.

3. Bagi Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi di Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja di penelitian berikutnya dan **s**ebagai sarana penerapan dan pengaplikasian keilmuan keselamatan dan kesehatan kerja (K3) yang didapatkan selama di perkuliahan khususnya mengenai beban kerja, kualitas tidur dan kelelahan.