

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DAN BIDAN DI UPTD PUSKESMAS LONG IKIS KABUPATEN PASER KALIMANTAN TIMUR

Muhammad Aji Pratama, Rahma Sri Susanti, Nismawati

Faculty of Public Health, Universitas Indonesia Timur, Makassar, Indonesia

Email: majipratama915@gmail.com

ABSTRAK

Kondisi kelelahan saat bekerja termasuk salah satu isu kesehatan kerja paling banyak dialami oleh tenaga medis, khususnya perawat dan bidan yang memiliki beban fisik cukup berat. Dampak dari kelelahan ini tidak hanya merugikan individu sendiri, namun juga dapat memengaruhi pasien, menurunkan mutu pelayanan kesehatan, serta berdampak pada institusi tempat mereka bekerja. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk menganalisis faktor-faktor yang berkaitan terkait kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis, Kabupaten Paser, Kalimantan Timur. Dalam penelitian ini, digunakan desain observasional analitik dengan metode cross sectional, dilaksanakan pada bulan Maret hingga Mei 2025. Sampel diambil dengan teknik purposive sampling, melibatkan 45 perawat dan bidan. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik Chi-square. Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan antara usia dengan kelelahan kerja ($p\text{-value}=0.019 < 0.05$), tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja ($p\text{-value}=0.341 > 0.05$), terdapat hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja ($p\text{-value}=0.017 < 0.05$), serta ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja ($p\text{-value}=0.019 < 0.05$). Kesimpulannya, kelelahan kerja di UPTD Puskesmas Long Ikis masih sering ditemukan dan dipengaruhi oleh faktor usia, lama kerja, serta beban kerja. Disarankan agar fasilitas kesehatan lebih memperhatikan faktor usia, sistem shift, serta beban kerja perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Usia, Masa Kerja, Lama Kerja, Beban Kerja.

PENDAHULUAN

Kelelahan saat bekerja dapat menyebabkan terjadinya kecelakaan kerja yang merugikan pekerja, orang lain, bahkan perusahaan karena dapat menghambat atau menghentikan produktivitas sehingga menimbulkan kerugian (Rudyarti, 2021). Berdasarkan data World Health Organization (WHO), diperkirakan sampai tahun 2020, gangguan psikis yang meliputi kelelahan berat dan depresi menjadi salah satu penyebab kematian terbesar menduduki peringkat dua setelah penyakit jantung (Naimah et al., 2020). International Labour Organization (ILO) tahun 2019 melaporkan bahwa 32% karyawan di dunia mengalami kelelahan karena pekerjaannya. Sekitar 18,3 - 27% pekerja di seluruh dunia mengeluhkan kelelahan berat, dan prevalensi kelelahan di industri mencapai 45% (Boekoesoe et al., 2021).

Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi (Kemnakertrans) menyatakan bahwa rata-rata terjadi 414 insiden setiap hari, dengan 27.8% di antaranya diakibatkan oleh kelelahan yang tinggi. Sekitar 9.5% atau 39 orang mengalami disabilitas di Indonesia, rata-rata terdapat 99 ribu kasus kecelakaan kerja setiap tahunnya (Gabriella et al., 2024)

Kelelahan adalah kondisi yang dialami seseorang setelah bekerja, ditandai dengan rasa lelah, penat, bosan, kehilangan keseimbangan, dan haus. Kelelahan mengurangi rangsangan, aktivitas, dan respons fisik. Penurunan rangsangan ini terlihat dari kesulitan berkonsentrasi, berbicara, gagap, mudah lupa, gelisah, kurang percaya diri, sulit mengatur perilaku, dan menurunnya semangat kerja (Moh. Rivandi Dengo, 2023). Fatigue adalah proses menurunnya kapasitas tubuh dalam menghadapi beban fisik, yang faktor penyebabnya dipengaruhi oleh karakteristik pekerjaan misalnya akibat kurangnya waktu istirahat, keadaan fisik lemah, kegiatan yang terlalu intens, atau olahraga berlebihan. Kelelahan dibagi menjadi dua jenis, yaitu kelelahan fisik dan juga mental. Kelelahan fisik muncul karena aktivitas otot, sedangkan kelelahan mental berasal dari tekanan mental. Faktor pemicu kelelahan bisa berasal dari dalam maupun luar diri (Putra Baning Bagus R. P., 2023)

Menurut Setyawati yang dikutip dari Dian Kurniawati, et al (2012), kelelahan kerja atau burnout adalah gejala kompleks yang muncul karena faktor biologis yang terkait dengan proses saat sedang bekerja, dipengaruhi baik oleh faktor internal maupun faktor eksternal. Faktor eksternal dapat memicu kelelahan kerja ialah lingkungan kerja yang kurang memuaskan, sedangkan faktor internal berkaitan dengan gangguan psikososial. Kelelahan kerja menggambarkan kondisi yang berbeda-beda, namun semua faktor tersebut memiliki keterkaitan dengan penurunan kemampuan dan ketahanan kerja (Extiavisca & Hutomo, 2019), dan menurut Tarwaka (2014) menyatakan bahwa lelah (fatigue) kondisi berbeda pada mental dan fisik tubuh yang, namun berujung dengan menurunnya tenaga kerja serta melemahnya daya tahan tubuh (Tarwaka, 2014)

Usia berkaitan dengan kelelahan karena semakin bertambah usia, terjadi proses degenerasi organ tubuh sehingga kemampuan organ menurun dan pekerja lebih mudah lelah. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yustika Rusila et al, (2022) menyebutkan bahwa usia responden dihitung sejak lahir hingga penelitian dilakukan, dengan kategori usia muda ≤ 45 tahun dan tua >45 tahun. Data dari pabrik kerupuk Subur dan Sahara menunjukkan pekerja berusia tua lebih sering mengalami kelelahan, terutama di bagian penggorengan. Bangun dkk yang menunjukkan bahwa pekerja yang berusia di atas 45 tahun mudah mengalami kelelahan dikarenakan kapasitas kerja manusia kinerja optimal biasanya pada usia 25-30 tahun, dan cenderung menurun setelah memasuki usia di atas 30 tahun. (Rusila & Edward, 2022). Usia memengaruhi kondisi fisik, di mana pekerja muda lebih mampu melakukan pekerjaan berat, sedangkan pekerja lanjut usia lebih cepat lelah dan kurang gesit sehingga memengaruhi kinerja (Moh. Rivandi Dengo, 2023).

Variabel lain yang memengaruhi kelelahan kerja adalah masa kerja. Masa kerja sangat berpengaruh terhadap tingkat produktivitas yang sudah tercapai. Makin lama seseorang bekerja, maka keterampilan dan kecepatan dalam menghasilkan produk akan meningkat karena proses produksi membutuhkan keterampilan dan ketekunan. Seseorang dengan masa kerja sudah lama biasanya lebih mampu menemukan, mengerti, dan mengidentifikasi penyebab kesalahan kerja agar dapat diminimalkan. Akan tetapi, semakin lama masa kerja, risiko terpapar penyakit di tempat kerja juga meningkat (Nurdiawati & Safira, 2020). Menurut Rudiansyah dalam Yanti Pane (2021) menyatakan bahwa masa kerja adalah periode waktu seorang individu bekerja di suatu perusahaan atau institusi, yang dapat membentuk kompetensi kerja karena sering menghadapi berbagai masalah (Yanti Pane, 2021).

Lama kerja adalah durasi seseorang bekerja yang dihitung berdasarkan jam kerja per hari atau per minggu. Umumnya, waktu kerja efektif adalah 6-10 jam per hari, sisanya digunakan untuk kehidupan pribadi. Jika waktu kerja melebihi batas kemampuan, hal tersebut umumnya tidak sejalan dengan efisiensi maupun produktivitas yang optimal, bahkan berpotensi menurunkan kualitas serta hasil kerja, sekaligus meningkatkan risiko kelelahan, masalah kesehatan, penyakit, kecelakaan, dan rasa tidak puas (Suma'mur, 2014), sedangkan Menurut Handoko Pranowo dalam Husain et al., 2023 lama kerja merupakan rentang waktu yang dimiliki seseorang untuk bekerja di suatu tempat sejak mulai menjadi karyawan hingga waktu tertentu. Seiring berjalannya waktu selama bekerja, seseorang akan kian berpengalaman dan cakap dalam pekerjaannya (Husain et al., 2023).

Beban kerja menurut Hart dan Staveland (1988) yang dikutip Tarwaka (2004), adalah kondisi yang timbul akibat hubungan antara tuntutan tugas, lingkungan kerja, keterampilan, perilaku, serta persepsi individu. (David Yerli Irfandi et al., 2021). Beban kerja erat kaitannya dengan kelelahan karena beban fisik yang ditanggung saat bekerja. Aktivitas olahraga yang dilakukan secara teratur mampu meningkatkan

kekuatan serta daya tahan tubuh, sehingga kondisi fisik tetap terjaga. tidak mudah lelah. Lama kerja seseorang dipengaruhi oleh beban dan kemampuan kerjanya. Jika beban kerja melebihi kemampuan, kelelahan akan terjadi karena energi yang dibutuhkan lebih besar (Putri & Izzati, 2022). Beban kerja juga dirasakan melalui peningkatan jumlah pasien, tuntutan kerja cepat, dan volume pekerjaan. Jika beban kerja melebihi batas kemampuan, perawat dapat merasakan beban fisik, sosial, dan mental (Wahyuningsih et al., 2021).

Sehubungan dengan latar belakang diatas, peneliti bermaksud melakukan penelitian mengenai “Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Dan Bidan Di Uptd Puskesmas Long Ikis Kabupaten Paser Kalimantan Timur”.

METODE PENELITIAN

Tujuan khusus dari penelitian ini ialah untuk mengetahui hubungan usia, lama kerja, masa kerja, dan beban kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat dan bidan diUPTD Puskesmas Long Ikis. Hasil dari penelitian ini bisa dimanfaatkan untuk (1) memberikan informasi bagi UPTD Puskesmas Long Ikis tentang faktor apa saja yang berhubungan dengan kelelahan kerja agar durasi kerja tenaga kesehatan dapat dioptimalkan dan Instansi dapat mengevaluasi atau memperbaiki terhadap kelelahan kerja. (2) Menjadi suatu masukan dalam pembelajaran mengenai kelelahan kerja serta tercipta hubungan kerja sama yang saling menguntungkan bagi institusi lain. (3) Dapat mengaplikasikan ilmu dan pengetahuan tentang kelelahan kerja yang di dapat di perkuliahan pada tempet kerja serta menjadi patokan bagi peneliti yang lain.

Dalam penelitian yang dilakukan ini menggunakan dengan pendekatan Cross Sectional Study dengan metode kuantitatif observasional analitik, Populasi yang menjadi objek penelitian ini adalah seluruh perawat dan bidan di UPTD Puskesmas baik yang berstatus ASN maupun Non-ASN berjumlah 60 karyawan. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari semua perawat dan bidan baik ASN maupun Non ASN yang bekerja shift sebanyak 45 karyawan dengan menggunakan Penarikan sampel mengikuti metode purposive sampling, di mana responden dipilih menurut kriteria inklusi penelitian.

Data primer adalah data yang didapat langsung dari peneliti menggunakan pengamatan dengan memakai lembar kuesioner, sedangkan data sekunder didapatkan dari UPTD Puskesmas Long Ikis. Data yang sudah terkumpul kemudian dikelola dan dikaji menggunakan komputer dengan program SPSS melalui tahapan editing, coding, entry, dan cleaning. Untuk analisis data, dalam penelitian ini, digunakan analisis univariat yang menampilkan gambaran distribusi frekuensi Data ditampilkan melalui tabel dan penjelasan naratif. Sedangkan analisis bivariat

dilakukan dengan uji chi-square dalam rangka mengetahui pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

HASIL

Jumlah sampel yang didapat dalam penelitian ini berjumlah 45 orang, pada analisis univariat setiap karakteristik akan dijelaskan berdasarkan jenis kelamin, umur, dan jabatan.

Tabel 1. Analisis Karakteristik Sampel

Karakteristik	n	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	8	17.8
Perempuan	37	82.2
Umur		
22 - 27 Tahun	2	4.4
28 - 33 Tahun	3	6.7
34 - 39 Tahun	4	8.9
40 - 46 Tahun	15	33.3
47 - 52 Tahun	17	37.8
≥ 53 Tahun	4	8.9
Jabatan		
Perawat	25	55.6
Bidan	20	44.4

Berdasarkan tabel 1. menunjukkan bahwa dari 45 responden terdapat jenis kelamin laki-laki sebanyak 17.8% dan perempuan sebanyak 82.2%, terdapat usia tertinggi 47-52 tahun sebanyak 37.8%, terendah 22 - 27 Tahun sebanyak 4.4%, dan jabatan terdapat yang tertinggi perawat sebanyak 55.6%, dan terendah bidan sebanyak 44.4%.

Tabel 2. Hubungan Usia Dengan Kelelahan Kerja pada perawat dan bidan Di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Usia	<u>Kelelahan Kerja</u>				Jumlah	X ² (P)
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	n	%		
Tidak Produktif	22	68.8	10	31.3	32	0.019
Produktif	4	30.8	9	69.2	13	
Jumlah	26	57.8	19	42.2	45	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan analisis uji *chi-square* pada tabel 2. diperoleh nilai X² tabel atau nilai $p = 0.019 < \alpha 0.05$ ini berarti ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Tabel 3. Hubungan Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada perawat dan bidan Di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Masa Kerja	<u>Kelelahan Kerja</u>				Jumlah	X ² (P)
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	n	%		
Lama	20	62.5	12	37.5	32	0.341
Baru	6	46.2	7	53.8	13	
Jumlah	26	57.8	19	42.2	45	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan analisis uji *chi-square* pada tabel 3. diperoleh nilai X² tabel atau nilai $p = 0.341 > \alpha 0.05$ ini berarti tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Tabel 4. Hubungan Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada perawat dan bidan Di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Lama Kerja	<u>Kelelahan Kerja</u>				Jumlah	X ² (P)
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	n	%		
Tidak Sesuai	20	71.4	11	28.6	28	0.017
Sesuai	6	35.3	8	64.7	17	
Jumlah	26	57.8	19	42.2	45	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan analisis uji *chi-square* pada tabel 4. diperoleh nilai X² tabel atau nilai $p = 0.017 > \alpha 0.05$ ini berarti ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Tabel 5. Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada perawat dan bidan Di UPTD Puskesmas Long Ikis.

Beban Kerja	<u>Kelelahan Kerja</u>				Jumlah	X ² (P)
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	n	%		
Beban Kerja Berat	16	76.2	5	23.8	21	0.019
Beban Kerja Ringan	10	41.7	14	58.3	24	
Jumlah	26	57.8	19	42.2	45	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan analisis uji *chi-square* pada tabel 5. diperoleh nilai X² tabel atau nilai $p = 0.019 > \alpha 0.05$ ini berarti ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Usia Dengan Kelelahan Kerja

Mayoritas perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis masuk dalam kategori usia tidak produktif. Berdasarkan data yang didapat hal ini dikarenakan tenaga perawat dan bidan tersebut berstatus PNS dan belum ada penarikan tenaga kesehatan. Adanya hubungan usia dengan kelelahan kerja di UPTD Puskesmas Long Ikis sesuai dengan teori Tarwaka 2016 dalam Permatasari yang mengemukakan secara umum, keluhan kesehatan akan dirasakan saat usia kerja antara 25 tahun hingga 65 tahun. Keluhan pertama berpotensi muncul pada usia kerja 35 tahun dan terus meningkat seiring dengan menurunnya ketahanan otot sehingga risiko munculnya keluhan kesehatan serta rasa lelah juga meningkat. Proses penuaan ditandai dengan berkurangnya kemampuan bekerja akibat perubahan pada sistem kardiovaskular, organ tubuh, hormonal, dan lain sebagainya. (Permatasari et al., 2022). Dari hasil analisis uji statistik *Chi-square* terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis dengan diperoleh nilai $p(0.019) < \alpha(0.05)$.

Hal ini sejalan dengan penelitiannya Nurdiawati dan Safira (2020) Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa responden berusia tua lebih dominan memiliki produktivitas kerja yang sedang sebanyak 82.3%, selain itu responden dengan usia sedang lebih banyak yang memiliki produktivitas kerja yang sedang sebanyak 53.8%. Dari hasil analisis memperlihatkan adanya hubungan antara usia dengan produktivitas kerja pada pekerja di PT. KHI Pipe Industries tahun 2019 (Nurdiawati & Safira, 2020).

2. Hubungan Masa kerja Dengan Kelelahan Kerja

Masa kerja dapat berdampak positif bagi pekerja, yaitu semakin panjang masa kerja pekerja, maka semakin banyak pula pengalaman yang diperolehnya saat melaksanakan tugasnya sehingga dapat menghasilkan Produktivitas kerja yang tinggi ditunjang dengan kemampuan dalam mengatur penggunaan tenaga setiap harinya. Peneliti menduga bahwa bertambahnya masa kerja perawat dan bidan, seiring waktu, kemampuan mereka untuk menyesuaikan diri dan terbiasa dengan pekerjaan meningkat Syah et al., 2024). Dimana berdasarkan pengamatan peneliti perawat dan bidan yang memiliki masa kerja lama lebih nyaman bekerja karena adanya pola komunikasi yang baik sesama karyawan layaknya keluarga. Perawat dan bidan yang sudah bekerja lama juga lebih terampil dalam bidangnya sehingga dapat mengetahui bagaimana bekerja dengan baik dan meminimalisir risiko kerja seperti kelelahan kerja. Hasil analisis uji statistik *chi-square* menunjukkan tidak ada hubungan antara masa kerja

dengan kelelahan kerja di UPTD Puskesmas Long Ikis dengan nilai diperoleh p (0.341) $> \alpha$ (0.05).

Hasil penelitian ini mendapatkan hasil sejalan dengan penelitian Roberto, dkk (2024) yang menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh nilai p lebih besar dari 0.05 (0.400) menunjukkan tidak ada pengaruh masa kerja terhadap kelelahan kerja pada operator alat berat di Departemen Tambang PT. X (Sitanggang et al., 2024). Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Seruni dkk (2024) yang menunjukkan nilai $p > 0,05$ (0,080) pada uji chi-square, yang menyatakan bahwa tidak terdapat korelasi signifikan antara masa kerja dan kelelahan kerja di PT. Prima Cahaya Utama. (Syah et al., 2024)

3. Hubungan Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja

Mayoritas perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis masuk dalam kategori lama kerja tidak sesuai. Berdasarkan data yang didapat saat melakukan penelitian hal ini disebabkan karena perawat dan bidan yang bekerja di shift malam bisa sampai 11 hingga 12 jam dan beberapa dari tenaga perawat dan bidan mempunyai bayi yang tidak bisa ditinggal pada malam hari. Adanya hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja menurut teori Suma'mur dalam Serli Leonita (2023) dijelaskan bahwa lama kerja adalah durasi kerja seseorang yang dihitung berdasarkan jam kerja dalam seseorang satu hari atau satu minggu. Secara umum, seseorang mampu melakukan pekerjaan dengan baik selama 6 hingga 10 jam per hari. Sisa waktunya digunakan untuk berkumpul bersama keluarga dan masyarakat. Menambah jam kerja melebihi Kemampuan untuk bekerja dalam jangka waktu lama umumnya tidak diikuti dengan efektivitas, efisiensi, dan produktivitas kerja yang optimal, apalagi sering terjadi degradasi kinerja dan hasil yang dihasilkan selama menjalani jam kerja yang berkepanjangan menimbulkan terjadinya gangguan kesehatan, kelelahan, gangguan kesehatan, insiden kecelakaan, dan rasa tidak puas (Leonita et al., 2024). Berdasarkan Dari hasil analisis uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja di UPTD Puskesmas Long Ikis dengan nilai diperoleh p (0.017) $< \alpha$ (0.05).

Hal ini sejalan dengan penelitian Andi Dewi Lestari S (2021) Penelitian menunjukkan bahwa lama kerja diklasifikasikan menjadi dua bagian, yakni karyawan yang bekerja dengan syarat yang terpenuhi terdiri dari 63 responden dan karyawan yang bekerja tetapi dengan syarat tidak terpenuhi terdiri dari 22 responden. Berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square, didapat nilai $p=0.011$ yang menunjukkan adanya hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan. (Lestari S et al., 2021)

4. Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja

Mayoritas tenaga perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis masuk dalam kategori beban kerja ringan tetapi terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Berdasarkan data yang diperoleh hal ini karena banyaknya pasien pada pagi hari ada juga pasien rujukan dari poli yang dikirim ke UGD sehingga banyak pekerjaan yang terhambat serta kurangnya tenaga perawat dan bidan. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja di UPTD Puskesmas Long Ikis sejalan dengan teori Krisdianto dalam Beatrix (2025) yang mengemukakan bahwa Beban kerja merupakan beberapa tugas atau aktivitas yang perlu dituntaskan oleh pekerja pada periode waktu yang ditentukan. Beban kerja terdiri dari fisik maupun psikologis. Beban kerja fisik mencakup aktivitas yang berat, misalnya mendorong dan mengangkat, Sementara itu, beban kerja psikologis berkaitan dengan sampai mana tingkat pengetahuan dan keahlian yang dimiliki karyawan/pekerja dengan yang lain. Beban kerja yang dinilai dapat membebani karyawan dan menyebabkan kelelahan yang berkepanjangan akan meningkatkan kemungkinan karyawan menggudurkan diri dari perusahaan (Beatrix & Anggraini, 2025). Berdasarkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini dari hasil analisis uji statistik *Chi-square* menunjukan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja di UPTD Puskesmas Long Ikis dengan nilai diperoleh $p(0.019) < \alpha(0.05)$.

Hal ini sejalan dengan penelitian Putri Handayani (2021) yang menunjukkan bahwa berdasarkan uji statistik Chi-Square yang dilakukan untuk menguji hubungan antara dua variabel, diperoleh hasil P-Value = 0.034 (< 0.05), yang menandakan adanya hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. (Putri Handayani, 2021)

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian dan pembahasan peneliti yang berjudul Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Dan Bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis Kabupaten Paser Kalimantan Timur dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.
2. Tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.
3. Ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis.

4. Ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat dan bidan di UPTD Puskesmas Long Ikis

SARAN

1. Kepada Fasilitas Kesehatan untuk lebih memperhatikan usia, lama kerja, dan beban kerja tenaga kesehatan
2. Kepada peneliti berikutnya yang meneliti topik serupa, disarankan untuk bisa menambahkan variable-variabel yang lain.
3. Kepada peneliti selanjutnya agar bisa memperdalam kajian penelitian.
4. Kepada peneliti yang mengambil tema yang sama agar bisa memperluas sampel selain Perawat dan Bidan seperti Dokter atau Analis Laboratorium Medis.

DAFTAR PUSTAKA

- Beatrix, M. V., & Anggraini, N. (2025). *ANALISIS BEBAN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN GEREJA KRISTEN INDONESIA (GKI) MALEO RAYA*. 3(1), 1407-1414.
- Boekoesoe, L. ... Muhammadiyah Gorontalo, U. (2021). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Dengan Metode Fatigue Assessment Scale (Fas) Pada Pekerja Konstruksi Risk Factors Associated With Work Fatigue Using the Fatigue Assessment Scale (Fas) Method in Construction Workers. *Jambura Journal of Epidemiology*, 3(1), 18-26.
- David Yerli Irfandi et al. (2021). Analisis Beban Kerja Dan Kelelahan Kerja (Fatigue) Dengan Alat L77 Lakassidaya Pada Operator Dump Truck Di Pt. Semen Indonesia (Persero) Tbk Kabupaten Tuban, Jawa Timur. *Prosiding Perhapi*, 5-6. https://www.google.co.id/books/edition/Analisis_Beban_Kerja_dan_Produktivitas_K/a-0UEAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&kptab=overview
- Extiavisca, L., & Hutomo, M. (2019). Analisis Beban Kerja dan Burnout Karyawan Bagian Ekspedisi PT. Nirwana Alabare Garment. *Prosiding FRIMA (Festival Riset Ilmiah Manajemen Dan Akuntansi)*, 6681(2), 1081-1098. <https://doi.org/10.55916/frima.v0i2.147>
- Gabriella, J. ... Kedokteran, F. (2024). *Faktor-Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja PT X*. 2(4).
- Husain, N. ... Canon, S. (2023). Pengaruh Lama Kerja, Gender, dan Kompensasi Terhadap Motivasi Kerja Karyawan PT.PG Gorontalo Desa Gandaria Kecamatan Tolangohula Kabupaten Gorontalo. *Journal of Economic and Business Education*, 1(3), 123-133. <https://doi.org/10.37479/jebe.v1i3.20001>
- Leonita, S. ... Desiana, N. (2024). *HUBUNGAN ANTARA LAMA KERJA DENGAN KELELAHAN SUBYEKTIF PADA KARYAWAN DI PT SINAR HARAPAN TEKNIK II KOTA BENGKULU*. 1.
- Lestari S, A. D. ... Mutthalib, N. U. (2021). Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Psikososial Karyawan bagian Rotary 9 Feet di PT Sumber Graha Sejahtera Luwu Tahun 2021. *An Idea Health Journal*, 1(02), 155-158.

<https://doi.org/10.53690/ihj.v1i02.44>

- Moh. Rivandi Dengo. (2023). *Kelelahan Kerja Dari Teori Hingga Empirik* (Ahmad Ruhardi (ed.); Pertama). Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia ANGGOTA IKAPI JAWA BARAT.
- Naimah ... Ariyanto, E. (2020). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020*.
- Nurdiawati, E., & Safira, R. A. D. (2020). Hubungan antara Keluhan Kelelahan Subjektif, Umur dan Masa Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada Pekerja. *Faletehan Health Journal*, 7(02), 113-118. <https://doi.org/10.33746/fhj.v7i02.106>
- Permatasari et al. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Pemasangan Besi Di Pt . X Tahun 2021. *Prosiding Seminar Nasional Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Pontianak*, 1(1), 144-160.
- Putra Baning Bagas R. P., & H. P. (2023). Analisis Tingkat Kelelahan Serta Keluhan Anggota Tubuh Menggunakan Metode Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) Dan Nordic Body Map (NBM) (Studi Kasus Pekerja Divisi Produksi Pt XYZ). *Industrial Engineering Online Journal*, 12(4), 1-9.
- Putri, B. D. G. S., & Izzati, U. A. (2022). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Mixing. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 130-141.
- Putri Handayani, N. H. (2021). Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat. *Indonesian Journal of Nursing Health Science ISSN* https://Digilib.Esaunggul.Ac.Id/Public/UEU-Journal-20303-11_1438.Pdf, 6(1), 1-5.
- 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>
- Suma'mur. (2014). *HIGIENE PERUSAHAAN DAN KESEHATAN KERJA (HIPERKES)* / Suma'mur.

- Syah, S. A. ... Is, J. M. (2024). *Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pt . Prima Cahaya Utama Tahun 2024*. 5(September), 8508-8516.
- Tarwaka. (2014). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Manajemen Implementasi K3 Di Tempat Kerja*. Surakarta : Harapan Press.
- Wahyuningsih, S. ... Kedokteran, F. (2021). Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Beban Kerja Perawat Dalam Memberikan Asuhan Keperawatan Di Ruang Rawat Inap: Literature Review. *Jurnal UNTAN*, 1(1), 23-35.
- Yanti Pane, A. N. (2021). *Pengaruh Disiplin Kerja Dan Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Pegawai Dinas Perpustakaan*. 1(1), 1-85.