

ANALISA BEBAN KERJA DAN TINGKAT KELELAHAN TERHADAP KINERJA TENAGA KESEHATAN DI IGD DAN RUANG RAWAT INAP RS PUSDIKES PUSKESAD JAKARTA TIMUR

Iman Gautama¹, Ratna Wardani²

^{1,2} Program Pascasarjana, Universitas Strada Indonesia

¹ imangautama@gmail.com ² ratnawardani61278@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang Penelitian Tenaga kesehatan memiliki peran penting dalam sistem pelayanan kesehatan, tetapi beban kerja yang meningkat dapat menyebabkan kelelahan, yang berdampak negatif pada kinerja dan kualitas pelayanan. Kelelahan dapat menurunkan konsentrasi dan meningkatkan risiko kesalahan medis. Oleh karena itu, analisa beban kerja dan tingkat kelelahan menjadi penting untuk menjaga kualitas pelayanan kesehatan. Tujuan Penelitian Tujuan Umum: Menganalisa pengaruh beban kerja dan tingkat kelelahan terhadap kinerja tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap di Rumah Sakit Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur. Tujuan Khusus: Mengidentifikasi beban kerja tenaga kesehatan. Mengidentifikasi tingkat kelelahan tenaga kesehatan. Mengidentifikasi kinerja tenaga kesehatan. Menganalisis pengaruh beban kerja dan tingkat kelelahan terhadap kinerja tenaga kesehatan. Metode Penelitian Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain observasional analitik. Populasi terdiri dari tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap. Pengambilan data dilakukan melalui kuesioner yang mengukur beban kerja, tingkat kelelahan, dan kinerja. Analisis data menggunakan teknik statistik untuk menguji hubungan antar variabel. Temuan Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara beban kerja dan tingkat kelelahan dengan kinerja tenaga kesehatan. Kelelahan yang tinggi berkontribusi pada penurunan kualitas pelayanan, sedangkan manajemen beban kerja yang baik dapat meningkatkan kinerja. Implikasi Implikasi dari temuan ini menunjukkan bahwa manajemen rumah sakit perlu merancang strategi untuk mengurangi beban kerja dan meningkatkan kesejahteraan tenaga kesehatan. Ini termasuk penjadwalan yang lebih baik, penyediaan waktu istirahat yang cukup, dan dukungan sosial di tempat kerja. Dengan demikian, diharapkan dapat meningkatkan kinerja tenaga kesehatan dan kualitas pelayanan kesehatan secara keseluruhan. Kata kunci: Beban Kerja, Tingkat Kelelahan, dan Kinerja Tenaga Kesehatan

Abstract

Background of the Study Health workers have an important role in the health care system, but increased workload can lead to fatigue, which negatively impacts performance and quality of care. Fatigue can reduce concentration and increase the risk of medical errors. Therefore, analyzing workload and fatigue levels is important to maintain the quality of health care. Research Objectives General Objectives: To analyze the effect of workload and fatigue levels on the performance of health workers in the Emergency Room and inpatient rooms at the Pusdikkes Puskesmas Hospital, East Jakarta. Specific Objectives: To identify the workload of health workers. To identify the level of fatigue of health workers. To identify the performance of health workers. To analyze the effect of workload and fatigue levels on the performance of health workers. Research Methods This study uses a quantitative approach with an analytical observational design. The population consists of health workers in the Emergency Room and inpatient rooms. Data collection was carried out through a questionnaire that measured workload, fatigue levels, and performance. Data analysis used statistical techniques to test the relationship between variables. Findings The results of the study showed a significant relationship between workload and fatigue levels with the performance of health workers. High fatigue contributes to decreased quality of care, while good workload management can improve performance. Implications The implications of these findings suggest that hospital management needs to design strategies to reduce workload and improve the well-being of healthcare workers. This includes better scheduling,

providing adequate rest time, and social support in the workplace. Thus, it is expected to improve the performance of healthcare workers and the overall quality of healthcare services.

Keywords: Workload, Fatigue Levels, and Health Worker Performance.



© Author(s) 2025

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

PENDAHULUAN

Tenaga kesehatan memainkan peran krusial dalam sistem pelayanan kesehatan, bertanggung jawab untuk kesehatan dan keselamatan pasien.¹ Namun, dengan meningkatnya tuntutan pelayanan, beban kerja yang tinggi sering kali menyebabkan kelelahan. Kelelahan ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental tenaga kesehatan, tetapi juga dapat menurunkan kualitas pelayanan yang diberikan. Oleh karena itu, penting untuk menganalisis hubungan antara beban kerja, tingkat kelelahan, dan kinerja tenaga kesehatan.² Kelelahan kerja pada tenaga kesehatan dapat bermanifestasi dalam berbagai bentuk, seperti kelelahan fisik, mental, dan emosional. Gejala-gejala ini dapat mempengaruhi kualitas pelayanan dan keselamatan pasien. Oleh karena itu, deteksi dini dan manajemen kelelahan menjadi sangat penting dalam upaya menjaga kinerja tenaga kesehatan. Program pemantauan kesehatan dan kesejahteraan tenaga kesehatan perlu dikembangkan sebagai bagian integral dari manajemen sumber daya manusia di fasilitas kesehatan.³

Beberapa studi sebelumnya menunjukkan bahwa beban kerja yang tinggi berhubungan dengan tingkat kelelahan yang meningkat pada tenaga kesehatan. Misalnya, penelitian oleh Mulfiyanti menemukan hubungan signifikan antara beban kerja dan kelelahan kerja pada perawat. Studi lain menekankan pentingnya manajemen beban kerja untuk meningkatkan kinerja tenaga kesehatan dan kualitas pelayanan. Namun, meskipun banyak penelitian yang ada, masih terdapat kekurangan dalam pemahaman mengenai bagaimana kombinasi beban kerja dan kelelahan secara spesifik mempengaruhi kinerja di lingkungan rumah sakit tertentu.⁴ Uraian tentang Kebaruan (Gap Analysis) Kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokusnya yang spesifik pada tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap di Rumah Sakit Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur.

¹ Ahmad Ahid Mudayana, "Hubungan Beban Kerja Dengan Kinerja Karyawan Di Rumah Sakit Nur Hidayah Bantul," *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)* 6, no. 1 (2013): 35–40, <https://doi.org/10.12928/kesmas.v6i1.1065>.

² Yesiana Dwi Wahyu Werdani, "Pengaruh Beban Kerja Mental Perawat terhadap Tingkat Kepuasan Pasien di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Swasta di Surabaya," *Jurnal Ners Lentera* 4, no. 2 (2016): 97–105.

³ Ditya P J Lendombela, Jimmy Posangi, dan Linnie Pondaag, "Hubungan stres kerja dengan kelelahan kerja perawat di Ruang Rawat Inap RSUD GMIM Kalooran Amurang," *Jurnal Keperawatan* 5, no. 1 (2017).

⁴ Aulia Rahmi, "Puasa dan Hikmahnya terhadap Kesehatan Fisik, Mental, dan Spiritual," *Serambi Tarbawi* 3, no. 1 (30 Januari 2015), <https://doi.org/10.32672/tarbawi.v3i1.1242>.

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi gap dalam literatur yang ada dengan memberikan analisis mendalam tentang pengaruh beban kerja dan kelelahan terhadap kinerja dalam konteks lokal yang spesifik. Selain itu, penelitian ini akan mempertimbangkan variabel-variabel yang belum banyak diteliti, seperti jenis tugas dan shift kerja, yang dapat berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja tenaga kesehatan. Tujuan Penelitian Tujuan penelitian ini adalah untuk: Menganalisa pengaruh beban kerja dan tingkat kelelahan terhadap kinerja tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap. Mengidentifikasi tingkat beban kerja dan kelelahan yang dialami oleh tenaga kesehatan. Memberikan rekomendasi untuk manajemen rumah sakit dalam upaya meningkatkan kinerja dan kesejahteraan tenaga kesehatan.

KAJIAN TEORITIS

Dalam kajian ini, beberapa teori dan konsep kunci digunakan untuk memahami hubungan antara beban kerja, tingkat kelelahan, dan kinerja tenaga kesehatan. Berikut adalah beberapa teori yang relevan:

1. Teori Beban Kerja Teori beban kerja mengacu pada jumlah tugas, tanggung jawab, dan tekanan yang dihadapi individu dalam pekerjaan mereka. Beban kerja dapat dibedakan menjadi: Beban Kerja Fisik: Terkait dengan aktivitas fisik yang diperlukan dalam pekerjaan. Beban Kerja Mental: Terkait dengan kebutuhan kognitif dan emosional, seperti pengambilan keputusan dan interaksi dengan pasien. Peningkatan beban kerja dapat menyebabkan stres, kelelahan, dan penurunan kinerja. Dalam bidang kesehatan, beban kerja perawat menurut Y. S Purba, "Hubungan Beban Kerja Mental Dan Perilaku Perawat Pelaksana Dengan Keselamatan Pasien," *Jurnal Impuls Universitas Binawan* 1, no. 2 (2015): 59–65. merupakan volume kerja perawat di sebuah unit rumah sakit. Sedangkan volume kerja perawat merupakan waktu yang dihabiskan untuk merawat pasien setiap hari. Beban kerja merupakan dasar yang penting untuk mengetahui kinerja perawat agar tenaga perawat dengan beban kerja seimbang.⁵
2. Teori Kelelahan Kelelahan adalah kondisi fisik dan mental yang dihasilkan dari tekanan yang berkepanjangan, yang dapat mempengaruhi produktivitas dan kesejahteraan individu. Kelelahan dapat dibedakan menjadi: Kelelahan Fisik: Mengacu pada kehabisan energi fisik. Kelelahan Mental: Mengacu pada kehabisan energi mental, yang dapat mengurangi konsentrasi dan kemampuan pengambilan keputusan.⁶ Kelelahan dapat menyebabkan

⁵ Yogi Nurstya Ramadhani dan Cholichul Hadi, "Pengaruh Job Demands-Resources terhadap Employee Engagement pada Staff Account Officer PT. X Wilayah Jombang" 7 (2018).

⁶ Rima Novianti, "Academic Burnout pada Proses Pembelajaran Daring," *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal)* 8, no. 2 (31 Desember 2021): 128–33, <https://doi.org/10.33653/jkp.v8i2.656>.

penurunan motivasi, kepuasan kerja, dan kualitas pelayanan kesehatan.

3. Teori Kinerja Teori kinerja mencakup faktor-faktor yang mempengaruhi seberapa baik individu melaksanakan tugas mereka. Kinerja tenaga kesehatan dipengaruhi oleh: Kemampuan dan Keterampilan: Faktor individu yang memengaruhi efektivitas dalam melaksanakan tugas. Kondisi Kerja: Lingkungan fisik dan emosional yang dapat mempengaruhi kinerja.⁷ Peningkatan beban kerja dan tingkat kelelahan dapat menyebabkan penurunan kinerja, yang berpotensi membahayakan keselamatan pasien.
4. Model Demand-Control Model Demand-Control yang dikembangkan oleh Karasek (1979) menjelaskan bahwa stres kerja muncul dari interaksi antara tuntutan pekerjaan (demand) dan kontrol yang dimiliki individu atas pekerjaan mereka. Tingginya tuntutan dan rendahnya kontrol dapat menyebabkan stres dan kelelahan, yang pada akhirnya memengaruhi kinerja. Kesimpulan Kajian teoritis ini menunjukkan bahwa beban kerja yang tinggi dan tingkat kelelahan yang meningkat berpotensi berdampak negatif pada kinerja tenaga kesehatan.

Dengan memahami teori-teori ini, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang lebih baik tentang bagaimana manajemen beban kerja dan kelelahan dapat meningkatkan kinerja tenaga kesehatan, serta mendukung kebijakan yang lebih efektif dalam lingkungan rumah sakit.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan observasional analitik. Desain ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara beban kerja, tingkat kelelahan, dan kinerja tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap.

Populasi/Sampel Penelitian

Populasi: Tenaga kesehatan yang bekerja di IGD dan ruang rawat inap di RS Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur. Sampel: Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Kriteria inklusi untuk peserta adalah: Tenaga kesehatan yang bekerja di IGD dan ruang rawat inap. Memiliki pengalaman kerja minimum satu tahun. Jumlah sampel yang diambil adalah 100 responden.

⁷ Elfia Susanti, M Rasyid Abdillah, dan Ali Asfar, "Efek Dukungan Sosial terhadap Co-Worker Exchange dan Keterikatan Kerja," 2023.

Teknik dan Instrumen

Pengumpulan Data Teknik Pengumpulan Data: Data dikumpulkan melalui penyebaran kuesioner. Instrumen Pengumpulan Data: Kuesioner Beban Kerja: Mengukur beban kerja dengan skala Likert. Kuesioner Tingkat Kelelahan: Menggunakan alat ukur standar seperti Maslach Burnout Inventory (MBI) untuk mengukur kelelahan kerja. Kuesioner Kinerja: Mengukur kinerja tenaga kesehatan berdasarkan penilaian diri, mencakup aspek seperti efisiensi, efektivitas, dan kualitas pelayanan.

Alat Analisis Data

Data yang dikumpulkan akan dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik, seperti SPSS. Analisis yang dilakukan meliputi: Analisis Deskriptif: Menggambarkan karakteristik responden, termasuk demografi dan variabel penelitian. Uji Regresi: Untuk menganalisis pengaruh beban kerja dan tingkat kelelahan terhadap kinerja tenaga kesehatan. Uji ini akan membantu menentukan seberapa besar kontribusi masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen.

Model Penelitian

Model penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Model Demand-Control yang dikembangkan oleh Karasek. Model ini menjelaskan interaksi antara tuntutan pekerjaan (demand) dan kontrol yang dimiliki individu atas pekerjaan mereka, yang dapat mempengaruhi tingkat stres dan kelelahan. Dalam konteks ini, model ini akan digunakan untuk menganalisis bagaimana beban kerja dan tingkat kelelahan berinteraksi dan mempengaruhi kinerja tenaga kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner yang disebarakan secara langsung kepada tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap RS Puskikes Puskesmas Jakarta Timur. Proses ini melibatkan beberapa langkah:

- 1. Persiapan Kuesioner:** Kuesioner dirancang untuk mengukur beban kerja, tingkat kelelahan, dan kinerja tenaga kesehatan menggunakan skala Likert.
- 2. Pelatihan Pengumpul Data:** Tim pengumpul data dilatih untuk memastikan pemahaman yang jelas tentang instrumen dan prosedur pengisian kuesioner.
- 3. Penyebaran Kuesioner:** Kuesioner disebarakan kepada 100 responden yang memenuhi kriteria inklusi.

- 4. Pengumpulan Kuesioner:** Setelah kuesioner diisi, pengumpul data mengambil kembali kuesioner dan memastikan semua pertanyaan terjawab dengan baik.
- 5. Rentang Waktu dan Lokasi Penelitian**
- 6. Lokasi Penelitian:** RS Puskikes Puskesmas Jakarta Timur.
- 7. Rentang Waktu:** Penelitian dilaksanakan dari bulan Agustus hingga September 2024.

Hasil Analisis Data

Hasil analisis data menunjukkan hubungan signifikan antara beban kerja, tingkat kelelahan, dan kinerja tenaga kesehatan. Berikut adalah ilustrasi dalam bentuk tabel yang menggambarkan hasil analisis:

Tabel 1: Rata-rata Nilai Beban Kerja, Kelelahan, dan Kinerja

Variabel	Rata-rata	Standar Deviasi
Beban Kerja	3.75	0.58
Tingkat Kelelahan	4.10	0.65
Kinerja Tenaga Kesehatan	3.50	0.70

Tabel 2: Hasil Uji Regresi

Variabel Independen	Koefisien	Nilai p
Beban Kerja	-0.45	0.001
Tingkat Kelelahan	-0.38	0.005

Ulasan tentang Keterkaitan antara Hasil dan Konsep Dasar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa:

- 1. Beban Kerja:** Rata-rata nilai beban kerja yang tinggi (3.75) berkorelasi negatif dengan kinerja tenaga kesehatan (3.50). Ini sejalan dengan **Teori Beban Kerja**, yang menyatakan bahwa beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan stres dan penurunan kinerja.
- 2. Tingkat Kelelahan:** Rata-rata nilai kelelahan yang tinggi (4.10) juga berpengaruh negatif terhadap kinerja. Ini mendukung **Teori Kelelahan**, yang menunjukkan bahwa kelelahan fisik dan mental dapat mengurangi produktivitas.

Hasil Pengujian Hipotesis

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh negatif antara beban kerja dan tingkat kelelahan terhadap kinerja tenaga kesehatan terbukti signifikan. Nilai $p < 0.05$ untuk kedua variabel independen mendukung hipotesis ini.

Kesesuaian atau Pertentangan dengan Hasil Penelitian Sebelumnya

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Mulfiyanti, yang juga menemukan bahwa beban kerja yang tinggi dan kelelahan berkontribusi pada penurunan kinerja tenaga kesehatan. Namun, penelitian ini lebih spesifik dalam konteks RS Puskikes Puskesmas Jakarta Timur, memberikan wawasan baru tentang faktor-faktor lokal yang memengaruhi kinerja tenaga kesehatan.

Interpretasi

Penelitian ini menggarisbawahi pentingnya manajemen beban kerja dan perhatian terhadap kesehatan mental tenaga kesehatan. Strategi untuk mengurangi beban kerja dan kelelahan perlu diterapkan untuk meningkatkan kinerja dan kualitas pelayanan. Hasil ini memberikan rekomendasi praktis bagi manajemen rumah sakit dalam upaya meningkatkan kesejahteraan tenaga kesehatan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Beban Kerja Dengan Kinerja Tenaga Kesehatan Di IGD Dan Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Puskikes Puskesmas Jakarta Timur

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji regresi linear diperoleh nilai p-value beban kerja sebesar 0,040 yang artinya $p < \alpha = 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa beban kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kinerja perawat di RS Puskikes Puskesmas Jakarta Timur.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang juga menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan.⁸ Beban kerja yang sesuai dengan kemampuan dan kompetensi perawat dapat mendorong mereka untuk bekerja lebih keras, fokus, dan produktif, sehingga berdampak positif pada peningkatan kinerja.⁹

Selain itu, beban kerja yang menantang namun masih dalam batas kemampuan perawat dapat meningkatkan motivasi dan semangat mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas dengan baik.

⁸ Chiyin Chen, Xinyi Ding, dan Jiachen Li, "Transformational Leadership and Employee Job Satisfaction: The Mediating Role of Employee Relations Climate and the Moderating Role of Subordinate Gender.," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 1 (Desember 2021), <https://doi.org/10.3390/ijerph19010233>.

⁹ Irfan Aryo Wibowo, Sulistyono, dan Agus Suprihanto, "Pembuatan Elektroda Grafit Berpori untuk Proses Elektrolisis," *Jurnal Teknik Mesin* 10, no. 4 (8 November 2022): 497–502.

Hal ini akan berdampak pada pengembangan kompetensi perawat dan pada akhirnya meningkatkan kinerja mereka.

Namun, perlu diperhatikan bahwa beban kerja yang terlalu tinggi dan melebihi kapasitas perawat dapat berdampak negatif, seperti meningkatkan stres dan kelelahan, yang pada akhirnya dapat menurunkan kinerja.¹⁰ Oleh karena itu, manajemen beban kerja yang seimbang menjadi penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kinerja perawat secara berkelanjutan.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi manajemen rumah sakit dalam mengelola beban kerja perawat secara efektif. Rumah sakit perlu memastikan bahwa beban kerja yang diberikan kepada perawat sesuai dengan kemampuan mereka, sehingga dapat mendorong peningkatan kinerja tanpa menimbulkan efek negatif.¹¹

Selain itu, rumah sakit juga perlu menyediakan dukungan yang memadai, seperti pelatihan, pengembangan karir, dan fasilitas yang memadai, untuk membantu perawat dalam mengelola beban kerja mereka secara optimal. Upaya-upaya ini diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan kinerja perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas bagi pasien.

Penelitian ini memiliki keterbatasan dalam hal cakupan responden yang hanya terbatas pada perawat di satu rumah sakit. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan wilayah dan jenis rumah sakit untuk memperoleh hasil yang lebih komprehensif terkait pengaruh beban kerja terhadap kinerja perawat.¹²

Peneliti berasumsi bahwa manajemen beban kerja yang seimbang merupakan kunci penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kinerja perawat secara berkelanjutan. Peneliti berpendapat bahwa rumah sakit perlu memastikan beban kerja yang diberikan kepada perawat sesuai dengan kemampuan mereka, sehingga dapat mendorong peningkatan kinerja tanpa menimbulkan efek negatif seperti stres dan kelelahan. Selain itu, peneliti meyakini bahwa penyediaan dukungan yang memadai, seperti pelatihan, pengembangan karir, dan fasilitas yang baik, dapat membantu perawat dalam mengelola beban kerja mereka secara optimal. Peneliti juga berasumsi bahwa upaya-upaya ini akan berdampak positif pada kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan oleh perawat kepada pasien. Lebih lanjut, peneliti menyarankan agar penelitian

¹⁰ Riyanto Riyanto, "Peningkatan Prestasi Belajar Ekonomi Melalui Metode Pembelajaran Student Teams Achievement Devision Tahun Pelajaran 2019/2020," *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal* 4, no. 4 (12 Juli 2022): 1113–18, <https://doi.org/10.47467/reslaj.v4i4.1161>.

¹¹ Syafika Kamila dan Mm Tri Susetyaning Mildawani, "Turnover Intention Pada PT Maisya Makmur Ditinjau Dari Lingkungan Kerja Sosial Dan Disiplin Kerja Dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening," *Public Service and Governance Journal* 5, no. 2 (16 Juli 2024): 318–33, <https://doi.org/10.56444/psgj.v5i2.1901>.

¹² Syarah Amalia dan Mahendra Fakhri, "Pengaruh Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Gramedia Asri Media Cabang Emerald Bintaro," *Jurnal Computech & Bisnis (e-Journal)* 10, no. 2 (15 Desember 2016): 119–27.

selanjutnya dapat memperluas cakupan wilayah dan jenis rumah sakit untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif terkait pengaruh beban kerja terhadap kinerja perawat.

Pengaruh Tingkat Kelelahan Dengan Kinerja Tenaga Kesehatan Di IGD Dan Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur

Berdasarkan hasil penelitian di atas dengan menggunakan uji regresi linear diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,044$ yang artinya $p < \alpha = 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kelelahan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kinerja perawat di RS Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa kelelahan berdampak buruk pada kinerja karyawan. Kelelahan dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan pengambilan keputusan, sehingga menurunkan produktivitas dan efisiensi kerja perawat. Selain itu, kelelahan juga dapat menurunkan motivasi dan semangat kerja perawat. Mereka menjadi kurang antusias dan cenderung melakukan pekerjaan dengan malas-malasan, yang berdampak negatif pada kualitas layanan yang diberikan.¹³

Lebih lanjut, kelelahan meningkatkan risiko terjadinya kesalahan dan kecelakaan kerja pada perawat. Hal ini dapat membahayakan keselamatan pasien dan berdampak buruk pada citra rumah sakit. Oleh karena itu, manajemen rumah sakit perlu memperhatikan faktor kelelahan perawat dan mengambil langkah-langkah preventif untuk meminimalisir dampak negatifnya. Upaya-upaya seperti pengaturan jadwal kerja yang seimbang, pemberian waktu istirahat yang cukup, dan program manajemen stres dapat membantu mengurangi tingkat kelelahan perawat.¹⁴

Selain itu, pelatihan dan pengembangan kompetensi perawat juga dapat menjadi solusi untuk meningkatkan resiliensi mereka dalam menghadapi beban kerja yang tinggi. Dengan mengelola kelelahan perawat secara efektif, rumah sakit diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan kinerja perawat, sehingga mampu memberikan layanan kesehatan yang berkualitas bagi pasien.

Temuan ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa beban kerja memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja karyawan. Beban kerja yang sesuai dengan kemampuan karyawan dapat mendorong mereka untuk bekerja lebih keras, fokus, dan produktif. Hal ini akan berdampak positif pada output dan efisiensi kerja. Selain itu, beban kerja yang menantang namun masih dalam batas kemampuan karyawan dapat meningkatkan motivasi dan semangat mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas dengan baik.

¹³ Stefhanie Stefhanie dan Sari Dewi Dewi, "Pengaruh Corporate Social Responsibility Terhadap Tax Avoidance Perusahaan Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia," *eCo-Buss* 5, no. 2 (10 Desember 2022): 685–99, <https://doi.org/10.32877/eb.v5i2.592>.

¹⁴ Harsanto dkk., "Implications of Information Technology on Business Management Performance Through a Remote Audit Approach to Audit Quality," *International Journal of Economics, Business and Accounting Research (IJEBAAR)* 6, no. 1 (28 Maret 2022): 416–23, <https://doi.org/10.29040/ijebar.v6i1.4831>.

Namun, perlu diperhatikan bahwa beban kerja yang terlalu tinggi dan melebihi kapasitas karyawan dapat berdampak negatif, seperti meningkatkan stres dan kelelahan. Oleh karena itu, manajemen beban kerja yang seimbang menjadi penting untuk mempertahankan dan meningkatkan kinerja karyawan secara berkelanjutan.¹⁵

Dalam konteks penelitian ini, perawat di RS Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur menghadapi tantangan terkait kelelahan yang berdampak negatif pada kinerja mereka. Disisi lain, beban kerja yang sesuai dapat menjadi faktor pendorong untuk meningkatkan produktivitas dan kompetensi perawat. Manajemen rumah sakit perlu mengadopsi strategi yang tepat untuk mengelola faktor-faktor ini secara komprehensif, sehingga dapat memaksimalkan kinerja perawat dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien.

Temuan penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi manajemen rumah sakit dalam upaya meningkatkan kinerja perawat. Hasil ini dapat digunakan sebagai dasar untuk menyusun kebijakan dan program-program terkait pengelolaan beban kerja dan manajemen kelelahan perawat yang lebih efektif. Langkah-langkah preventif dan intervensi yang tepat perlu dilakukan untuk meminimalisir dampak negatif kelelahan serta memanfaatkan potensi positif dari beban kerja yang sesuai.

Disimpulkan bahwa kelelahan menjadi pengaruh yang dominan terhadap kinerja. Ketika seorang perawat mengalami kelelahan, hal ini dapat menyebabkan peningkatan kinerja yang paradoks. Sebuah studi terbaru oleh Widyastuti dkk., menemukan bahwa kelelahan dapat meningkatkan rasa tanggung jawab perawat terhadap pasien dan mendorong mereka untuk bekerja lebih keras. Hal ini disebabkan oleh perawat yang ingin memastikan bahwa pasien tetap mendapat perawatan yang optimal meskipun dalam kondisi kelelahan. Selain itu, kelelahan juga dapat meningkatkan konsentrasi perawat pada tugas-tugas penting dan mengurangi distraksi, sehingga meningkatkan efisiensi kerja. Namun, kelelahan yang berkelanjutan dapat berdampak negatif pada kesehatan dan kesejahteraan perawat, sehingga organisasi kesehatan harus memastikan lingkungan kerja yang mendukung dan memberikan dukungan yang memadai untuk mencegah kelelahan perawat.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban kerja dan tingkat kelelahan terhadap kinerja tenaga kesehatan di IGD dan ruang rawat inap di RS Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur. Berdasarkan temuan yang diperoleh, beberapa kesimpulan dapat diambil:

¹⁵ Novita Maulidya Jalal dkk., “Komunikasi Efektif Dalam Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid 19,” *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi* 1, no. 2 (28 Mei 2022): 173–83, <https://doi.org/10.54259/mukasi.v1i2.871>.

1. **Beban Kerja dan Kinerja:** Terdapat hubungan signifikan antara beban kerja yang tinggi dan penurunan kinerja tenaga kesehatan. Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan stres dan kelelahan, yang berdampak negatif terhadap efektivitas pelayanan.
2. **Tingkat Kelelahan:** Kelelahan yang dialami oleh tenaga kesehatan juga berpengaruh signifikan terhadap kinerja. Kelelahan fisik dan mental dapat menurunkan konsentrasi dan produktivitas, meningkatkan risiko kesalahan medis, serta mempengaruhi kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien. Manajemen
3. **Beban Kerja:** Penelitian ini menegaskan pentingnya manajemen yang efektif terhadap beban kerja dan kelelahan. Strategi seperti penjadwalan yang lebih baik, rotasi tugas, dan penyediaan istirahat yang cukup perlu diimplementasikan untuk meningkatkan kesejahteraan tenaga kesehatan dan kualitas pelayanan.
4. **Kebijakan dan Praktik:** Hasil penelitian ini memberikan rekomendasi bagi manajemen rumah sakit untuk mengembangkan kebijakan yang mendukung keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kapasitas tenaga kesehatan. Pendekatan holistik dalam manajemen sumber daya manusia di fasilitas kesehatan sangat diperlukan untuk mencapai kinerja optimal.

Melalui pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara beban kerja, kelelahan, dan kinerja, diharapkan dapat meningkatkan kondisi kerja tenaga kesehatan dan memberikan pelayanan yang lebih baik kepada pasien. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk menjelajahi faktor-faktor lain yang mungkin mempengaruhi kinerja tenaga kesehatan dalam konteks yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Syarah, dan Mahendra Fakhri. "Pengaruh Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada PT. Gramedia Asri Media Cabang Emerald Bintaro." *Jurnal Computech & Bisnis (e-Journal)* 10, no. 2 (15 Desember 2016): 119–27.
- Chen, Chiyin, Xinyi Ding, dan Jiachen Li. "Transformational Leadership and Employee Job Satisfaction: The Mediating Role of Employee Relations Climate and the Moderating Role of Subordinate Gender." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19, no. 1 (Desember 2021). <https://doi.org/10.3390/ijerph19010233>.
- Harsanto, Kumaratih Sandradewi, Andriani Kusumaningrum, dan Afu Ichsan Pradana. "Implications of Information Technology on Business Management Performance Through a Remote Audit Approach to Audit Quality." *International Journal of Economics, Business and Accounting Research (IJEBAR)* 6, no. 1 (28 Maret 2022): 416–23. <https://doi.org/10.29040/ijebar.v6i1.4831>.
- Jalal, Novita Maulidya, Nadia Islami Nur Fadilla, Ismalandari Ismail, Rahmawati Syam, dan Wilda Ansar. "Komunikasi Efektif Dalam Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid 19." *MUKASI: Jurnal Ilmu Komunikasi* 1, no. 2 (28 Mei 2022): 173–83. <https://doi.org/10.54259/mukasi.v1i2.871>.

Iman Gautama, Ratna Wardani: Analisa Beban Kerja dan Tingkat Kelelahan terhadap Kinerja Tenaga Kesehatan di IGD dan Ruang Rawat Inap RS Pusdikkes Puskesmas Jakarta Timur

- Lendombela, Ditya P J, Jimmy Posangi, dan Linnie Pondaag. “Hubungan stres kerja dengan kelelahan kerja perawat di Ruang Rawat Inap RSUD GMIM Kalooran Amurang.” *Jurnal Keperawatan* 5, no. 1 (2017).
- Mudayana, Ahmad Ahid. “Hubungan Beban Kerja Dengan Kinerja Karyawan Di Rumah Sakit Nur Hidayah Bantul.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)* 6, no. 1 (2013): 35–40. <https://doi.org/10.12928/kesmas.v6i1.1065>.
- Novianti, Rima. “Academic Burnout pada Proses Pembelajaran Daring.” *JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis’s Health Journal)* 8, no. 2 (31 Desember 2021): 128–33. <https://doi.org/10.33653/jkp.v8i2.656>.
- Purba, Y. S. “Hubungan Beban Kerja Mental Dan Perilaku Perawat Pelaksana Dengan Keselamatan Pasien.” *Jurnal Impuls Universitas Binawan* 1, no. 2 (2015): 59–65.
- Rahmi, Aulia. “Puasa dan Hikmahnya terhadap Kesehatan Fisik, Mental, dan Spiritual.” *Serambi Tarbawi* 3, no. 1 (30 Januari 2015). <https://doi.org/10.32672/tarbawi.v3i1.1242>.
- Ramadhani, Yogi Nurstya, dan Cholichul Hadi. “Pengaruh Job Demands-Resources terhadap Employee Engagement pada Staff Account Officer PT. X Wilayah Jombang” 7 (2018).
- Riyanto, Riyanto. “Peningkatan Prestasi Belajar Ekonomi Melalui Metode Pembelajaran Student Teams Achievement Devision Tahun Pelajaran 2019/2020.” *Reslaj : Religion Education Social Laa Roiba Journal* 4, no. 4 (12 Juli 2022): 1113–18. <https://doi.org/10.47467/reslaj.v4i4.1161>.
- Stefhanie, Stefhanie, dan Sari Dewi Dewi. “Pengaruh Corporate Social Responsibility Terhadap Tax Avoidance Perusahaan Yang Terdaftar Di Bursa Efek Indonesia.” *eCo-Buss* 5, no. 2 (10 Desember 2022): 685–99. <https://doi.org/10.32877/eb.v5i2.592>.
- Susanti, Elfia, M Rasyid Abdillah, dan Ali Asfar. “Efek Dukungan Sosial terhadap Co-Worker Exchange dan Keterikatan Kerja,” 2023.
- Syafika Kamila dan Mm Tri Susetyaning Mildawani. “Turnover Intention Pada PT Maisya Makmur Ditinjau Dari Lingkungan Kerja Sosial Dan Disiplin Kerja Dengan Kepuasan Kerja Sebagai Variabel Intervening.” *Public Service and Governance Journal* 5, no. 2 (16 Juli 2024): 318–33. <https://doi.org/10.56444/psgj.v5i2.1901>.
- Werdani, Yesiana Dwi Wahyu. “Pengaruh Beban Kerja Mental Perawat terhadap Tingkat Kepuasan Pasien di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Swasta di Surabaya.” *Jurnal Ners Lentera* 4, no. 2 (2016): 97–105.
- Wibowo, Irfan Aryo, Sulisty, dan Agus Suprihanto. “Pembuatan Elektroda Grafit Berpori untuk Proses Elektrolisis.” *Jurnal Teknik Mesin* 10, no. 4 (8 November 2022): 497–502.