

**“SHIFT KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA YANG  
BERDAMPAK KEPADA JOB PERFORMANCE DAN  
PERSONAL HEALTH PADA PERAWAT DI RSAU dr. EFRAM  
HARSANA LANUD ISWAHYUDI PADA TAHUN 2019”**

**TUGAS AKHIR**

**Untuk memperoleh sebutan Ahli Madya Kesehatan  
Program Studi D-III Kesehatan Lingkungan Kampus Magetan  
Jurusan Kesehatan Lingkungan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya**



**Oleh :  
NABILLA JIHAN FAIRUZI  
NIM. P27833216021**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES SURABAYA  
JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN  
PROGRAM STUDI D-III KAMPUS MAGETAN  
TAHUN 2019**

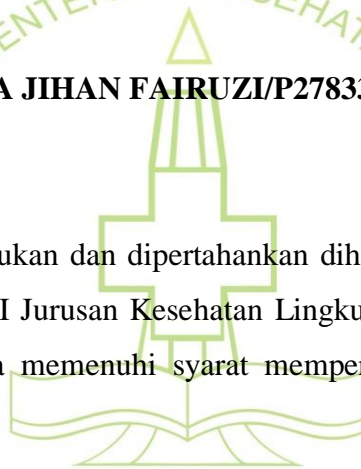
## LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir dengan judul :

**“SHIFT KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA YANG BERDAMPAK KEPADA JOB PERFORMANCE DAN PERSONAL HEALTH PADA PERAWAT DI RSAU dr. EFRAM HARSANA LANUD ISWAHYUDI PADA TAHUN 2019”**

**Disusun Oleh : NABILLA JIHAN FAIRUZI/P27833216021**

Telah disetujui untuk diajukan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Program Studi D-III Jurusan Kesehatan Lingkungan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya guna memenuhi syarat memperoleh sebutan Ahli Madya Kesehatan.



**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES  
SURABAYA**

Magetan, Juni 2019

**Dosen Pembimbing I**

**Dosen Pembimbing II**

**H. Trimawan HW, SKM,S.Ag,M.Kes**  
**NIP. 19550917 198503 1 002**

**H. Mujiyono, SKM.M.Kes**  
**NIP. 19670504 199203 1 005**

**Tugas Akhir dengan Judul :**

**SHIFT KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA YANG BERDAMPAK KEPADA *JOB PERFORMANCE* DAN *PERSONAL HEALTH* PADA PERAWAT DI RSAU dr. EFRAM HARSANA LANUD ISWAHYUDI PADA TAHUN 2019**

**Disusun Oleh : NABILLA JIHAN FAIRUZI/P27833216021**

Telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Tugas Akhir Program Studi D-III Jurusan Kesehatan Lingkungan Kampus Magetan Politeknik Kesehatan Kemenkes, Surabaya dan diterima untuk memenuhi syarat guna memperoleh sebutan Ahli Madya Kesehatan.

Pada tanggal, Juni 2019

Mengesahkan :  
Ketua Program D-III  
Kesehatan Lingkungan Kampus Magetan



**BENY SUYANTO, S.Pd, M.Si**  
**NIP. 19640120 198503 1 003**

**SURABAYA**

**Dewan penguji :**

1. **Karno, SKM, M.Si**

**Ketua**

2. **H. Trimawan HW, SKM, S.Ag, M.Kes**

**Anggota**

3. **H. Mujiyono, SKM, M.Kes**

**Anggota**

## BIODATA

**Nama** : Nabilla Jihan Fairuzi  
**NIM** : P27833216021  
**Tempat/tanggal lahir** : Ponorogo, 3 April 1998  
**Agama** : Islam  
**Jenis Kelamin** : Perempuan  
**Alamat** : Perumahan kertosari indah blok F nomer 8,  
Ponorogo.  
**Pendidikan** : 1. TK Aisyah Bangunsari 1 (2003)  
2. SD Muhammadiyah 1 Ponorogo (2010)  
3. SMPN 6 Ponorogo (2013)  
4. SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo (2016)  
**Email** : nabillajihanfa@gmail.com  
**No.Handphone** : 082143361003

## **SURAT PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Tugas Akhir ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar / sebutan akademik di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak ada karya / pendapat yang pernah ditulis oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar acuan.

Apabila ditemukan suatu jiplakan (plagiat), maka saya bersedia menerima akibatnya berupa sanksi akademis dan sanksi lain yang diberikan oleh yang berwenang.

Magetan, Juni 2019  
Yang membuat pernyataan,

NABILLA JIHAN FAIRUZI  
NIM. P27833216021

## ABSTRAK

Kementerian Kesehatan RI  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya  
Program Studi D-III Jurusan Kesehatan Lingkungan  
Tugas Akhir, Mei 2019

Nabilla Jihan Fairuzi

### **SHIF KERJA DAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT di RSAU dr.EFRAM HARSANA LANUD ISWAHYUDI PADA TAHUN 2019**

vii + 66 halaman + 11 tabel + 5 gambar + 6 lampiran

Pergantian *shift* kerja pada perawat menyebabkan jam istirahat mereka tidak menentu dan mempengaruhi irama biologis tubuh yang dapat menyebabkan kelelahan. Tujuan dari penelitian ini yaitu ingin mengetahui apakah beban tambahan akibat kerja yaitu shift kerja berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja yang berpengaruh terhadap *job performance*/kinerja dan menurunnya kesehatan.

Jenis penelitian ini adalah analitik. Populasi pada penelitian ini perawat rawat inap sejumlah 117. dengan sampel 30 *shift* malam. 30 *shift* pagi. Variabel bebas pada penelitian ini adalah *shift* kerja, variabel terikat kelelahan kerja yang ditandai dengan menurunnya *job performance*, *personal health*.

Hasil uji *Chi-Square* diperoleh hasil *p value* = 0,000 dengan  $< \alpha$  0,05. maka  $H_1$  diterima, *shift* kerja berpengaruh terhadap kelelahan. Dengan odds ratio sebesar 0,086. Kelelahan kerja berpengaruh terhadap penurunan *job performance*/kinerja sebesar 63,3% dan menyebabkan penurunan kesehatan sebesar 40%.

Kesimpulan yang didapat yaitu *shift* kerja berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja dan berpengaruh terhadap penurunan kinerja dan memburuknya kesehatan.

Kata Kunci : Kelelahan kerja

Kepustakkaan : 35 bacaan ( 1997 – 2017)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir dengan judul “**SHIF KERJA DAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT di RSAU dr.EFRAM HARSANA LANUD ISWAHYUDI PADA TAHUN 2019**” dilaksanakan guna memenuhi syarat untuk Memperoleh Sebutan Ahli Madya Kesehatan Lingkungan Program D-III Jurusan Kesehatan Lingkungan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya. Penulisan Tugas Akhir ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Bapak drg. H. Bambang Hadi Sugito, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
2. Bapak Ferry Kriswandana SST, MT, selaku Ketua Jurusan Kesehatan Lingkungan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya.
3. Bapak Beny Suyanto, S.Pd, M.Si, selaku Ketua Program Studi D-III Kesehatan Lingkungan Kampus Magetan.
4. Bapak H. Trimawan Heru Wijono, SKM,S.Ag,M.Kes selaku Dosen Pembimbing I telah membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
5. Bapak Mujiyono, SKM.M.Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir ini
6. Bapak Karno, SKM,M.Si selaku Narasumber yang telah mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir.
7. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunnya masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan Tugas Akhir ini. Penulis berharap Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Magetan, Juni 2019

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	i
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	ii
<b>LEMBAR PERSYARATAN GELAR</b> .....	iii
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	iv
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	v
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN</b> .....	vi
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	ix
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL</b> .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah .....	5
D. Tujuan Penelitian .....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus .....	5
E. Manfaat Penelitian .....	5
1. Bagi instansi .....	5
2. Bagi Peneliti .....	5
3. Bagi pembaca .....	6
F. Hipotesis.....	6
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Hasil Penelitian Terdahulu .....	7
B. Telaah Pustaka Lain Yang Sesuai.....	8
1. Kelelahan Kerja .....	8
2. Beban Kerja .....	26



3. <i>Shift</i> Kerja .....	30
4. Pengaruh <i>shift</i> kerja terhadap <i>circadian rytme</i> .....	35
5. Perawat .....	36
C. Kerangka Teori.....	40
D. Kerangka Konsep.....	41

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	42
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	42
1. Lokasi Penelitian .....	42
2. Waktu Penelitian.....	42
C. Populasi dan Sampel Penelitian .....	42
1. Populasi Penelitian .....	42
2. Sampel Penelitian .....	42
D. Variabel dan Definisi Operasional .....	42
1. Variabel Penelitian.....	42
2. Definisi Operasional .....	43
E. Sumber Data .....	44
1. Sumber Data .....	44
2. Jenis Data.....	44
F. Teknik Pengumpulan Data .....	44
1. Observasi .....	44
2. Wawancara.....	
3. Dokumentasi.....	44
G. Metode Pengolahan Data dan Analisis Data .....	45
1. Pengolahan Data.....	45
2. Analisis Data.....	48

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Gambaran Umum Lokasi RSAU dr.Efram Harsana .....	50
B. Hasil Penelitian .....	51
1. Gambaran Umum Responden.....	51

2.Hasil Penelitian.....	53
-------------------------	----

## **BAB V PEMBAHASAN**

A. Pengaruh <i>shift</i> kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	60
B. Pengaruh kelelahan kerja terhadap <i>job performance</i> /kinerja pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi .....	62
C. Pengaruh kelelahan kerja terhadap <i>personal health</i> /kesehatan pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi .....	63

## **DAFTAR PUSTAKA**

## **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

Tabel III.1	Definisi Operasional .....	43
Tabel IV.1	Distribusi frekuensi responden <i>shift</i> kerja dan kelelahan kerja pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi .....	52
Tabel IV. 2	Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	52
Tabel IV. 3	Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	53
Tabel IV.4	Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	54
Tabel IV.5	Distribusi frekuensi kelelahan kerja dalam bentuk pelemahan motivasi, Pelemahan Kegiatan, Pelemahan Fisik Berdasarkan <i>Shift</i> kerja pada perawat di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	55
Tabel IV.6	Distribusi Frekuensi Kelelahan <i>Job Performance</i> /Kinerja Berdasarkan <i>Shift</i> Kerja yang berpengaruh terhadap Kerja pada perawat yang mengalami kelelahan di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	56
Tabel IV.7	Distribusi Frekuensi indikator penurunan kinerja pada Perawat yang Mengalami Kelelahan di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi.....	57

Tabel IV.8	Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja yang Berpengaruh terhadap <i>Personal Health</i> /Kesehatan Berdasarkan <i>Shift</i> Kerja pada Perawat yang Mengalami Kelelahan di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi .....	58
Tabel IV.9	Distribusi Frekuensi <i>Personal Health</i> /Kesehatan dengan Indikator Suhu Badan, Tekanan Darah, Denyut Nadi Berdasarkan <i>Shift</i> Kerja pada perawat yang mengalami kelelahan di RSAU dr.Efram Harsana Lanud Iswahyudi .....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar2.1 Kerangka Teori.....	40
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	41

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 :Jadwal *Shift* Perawat di Ruang Rawat Inap RSAU dr.Efram Harsana pada Bulan Februari
- Lampiran 2 : Kuisisioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja (KAUPK) pada perawat di RSAU dr.Efram Harsan
- Lampiran 3 :Tabel Rekap Hasil Kelelahan Kerja Pada Perawat RSAU dr. Efram Harsana
- Lampiran 4 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 : Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 6 : Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 7 : Hasil Analisis SPSS

## DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

### SINGKATAN

RI	: Republik Indonesia
ILO	: International Labour Organization
WHO	: World Health Organization
UU	: Undang-Undang
DIPO	: Depot Lokomotif
KAUPKK	: Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja
KKR	: Kelelahan Kerja Ringan
KKS	: Kelelahan Kerja Sedang
KKB	: Kelelahan Kerja Berat
Ha	: Hipotesis Alternatif
H1	: Hipotesis Kerja
EEG	: <i>Electroencephalography</i>

### SIMBOL

%	: Persen
/	: Atau
<	: Kurang dari
$\alpha$	: Alfa
>	: Lebih dari