

PENGARUH LINGKUNGAN FISIK DAN BEBAN KERJA MENTAL TERHADAP KELELAHAN PERAWAT

(Studi pada Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Tingkat III Brawijaya Surabaya Tahun 2022)

Asyisyifaul Aulia¹, Rusmiati², Ernita Sari³

Kementerian Kesehatan RI
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya
Prodi Sanitasi Lingkungan Program Sarjana Terapan Jurusan Kesehatan
Lingkungan
Email: assyisyifaulaulia@gmail.com

ABSTRAK

Padatnya kegiatan, lingkungan kerja yang kurang nyaman, serta banyaknya pasien, dirasakan perawat sebagai peningkatan beban kerja dan kelelahan. Kelelahan pekerja mengakibatkan dampak langsung contohnya kecelakaan kerja dan dampak tidak langsung yakni penurunan performa kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh lingkungan fisik dan beban kerja mental terhadap kelelahan perawat di Instalasi Rawat Inap RS Tingkat III Brawijaya Surabaya tahun 2022.

Jenis penelitian ini adalah observasional analitik pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel terdiri dari 54 perawat. Pengukuran beban kerja mental menggunakan Metode NASA-TLX. Data dianalisis dengan analisis univariat serta regresi linier berganda.

Hasil dari penelitian memaparkan jika perawat perempuan, perawat berusia dewasa dini, perawat dalam masa kerja ≥ 5 tahun jumlahnya dominan. Pengukuran lingkungan fisik di Ruang Bougenville, Nusa Indah, serta Anggrek tidak memenuhi syarat. Perawat di Instalasi Rawat Inap RS Brawijaya Surabaya paling banyak dengan kategori beban kerja mental tinggi dan kelelahan sedang.

Kesimpulan penelitian ini adalah tidak terdapat pengaruh jenis kelamin ($\rho_{value}=0.355$), umur ($\rho_{value}=0.464$), maupun masa kerja ($\rho_{value}=0.349$) terhadap kelelahan perawat. Lingkungan fisik ($\rho_{value}=0.003$) dan beban kerja mental ($\rho_{value}=0.001$) memiliki pengaruh terhadap kelelahan. Lingkungan fisik serta beban kerja mental berpengaruh pada kelelahan perawat sebesar 28.9%. Disarankan kepada pihak rumah sakit menjaga kualitas lingkungan fisik seperti pembersihan AC, mengganti lampu, serta pemantauan lingkungan fisik di rumah sakit. Saran untuk perawat yaitu mengonsumsi air mineral minimal 2L serta memanfaatkan waktu istirahat.

Kata Kunci : *Lingkungan fisik, beban kerja mental, kelelahan*

Daftar Bacaan : 20 Jurnal (2017-2022) dan 5 Buku (2013-2021)