

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA
TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DEPOK II SLEMAN

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat



Oleh:

Kristiani Wahyuning Utami

KMP.23.00703

PEMINATAN KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA
PROGRAM STUDI PROGRAM SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA
YOGYAKARTA

2025



LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DEPOK II SLEMAN

Disusun Oleh:

Kristiani Wahyuning Utami

KMP2300703

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 19 Agustus 2025

Susunan Dewan Penguji

Ketua Dewan Penguji

Subagiyono, S.Sos., S.K.M., M.Si.

Pembimbing Utama/Penguji I

Dewi Ariyani Wulandari, S.K.M., M.P.H.

Pembimbing Pendamping/Penguji II

Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc.

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat

Yogyakarta, September 2025

Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana



Susi Damayanti, S.Si., M.Sc.





PERNYA TAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Kristiani Wahyuning Utami
NIM : KMP2300703
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Judul Penelitian : Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Kelelahan
Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya dalam bentuk skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di STIKES Wira Husada maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan Dosen Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh atas karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Yogyakarta, 19 September 2021

Yang membuat pernyataan,



KRISTIANI WAHYUNING UTAMI
NIM KMP 2300703



KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah menyelesaikan Skripsi. Selesainya Skripsi ini atas Rahmat dan petunjukNya.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat syarat pedoman untuk melaksanakan penelitian skripsi. Skripsi penelitian ini memiliki maksud untuk menggali lebih dalam tentang dua aspek penting dalam dunia kerja, yaitu beban kerja dan kelelahan kerja, serta tujuan untuk memberikan kontribusi nyata bagi peningkatan kinerja pegawai di Puskesmas Depok II Sleman.

Selesainya penulisan skripsi penelitian ini berkat bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah membantu antara lain:

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., sebagai Ketua Stikes Wira Husada Yogyakarta yang telah memberi ijin penelitian.
2. Susi Damayanti, S.Si., M.Sc., sebagai Ketua Program Studi Program Sarjana Kesehatan Masyarakat yang telah memberi ijin penelitian.
3. Dewi Ariyani Wulandari, S.K.M., M.P.H. sebagai Pembimbing Utama yang telah memberi masukan dan saran pada usulan penelitian ini.
4. Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc sebagai Pembimbing Pendamping yang telah memberi masukan dan saran pada usulan penelitian ini.

5. Kepala Puskesmas Depok II yang telah memberi ijin penelitian.

Penulis masih mengharapkan masukan dan saran dari pembaca guna sempurnanya Skripsi ini. Semoga Skripsi ini bermanfaat bagi para pembaca.

Yogyakarta, Agustus 2025

Penulis

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA TENAGA KESEHATAN PUSKESMAS DEPOK II SLEMAN

Kristiani Wahyuning Utami¹, Dewi Ariyani Wulandari², Ariana Sumekar³

INTISARI

Latar Belakang: Kelelahan kerja merupakan salah satu masalah penting dalam dunia kerja, terutama pada tenaga kesehatan yang memiliki tuntutan pekerjaan tinggi. Kelelahan dapat menyebabkan penurunan kinerja, meningkatnya risiko kecelakaan kerja, serta berpengaruh terhadap kualitas pelayanan kesehatan. Puskesmas sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama memiliki peran penting dalam memberikan pelayanan, namun beban kerja tenaga kesehatan seringkali tinggi sehingga berisiko menimbulkan kelelahan.

Tujuan penelitian : Mengetahui hubungan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan di Puskesmas Depok II Sleman.

Metode penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh tenaga kesehatan di Puskesmas Depok II Sleman berjumlah 37 orang, dengan teknik total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner beban kerja serta KAUPK2 untuk mengukur kelelahan kerja. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji Korelasi Spearman Rank yang dikoreksi menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,037$ ($p < 0,05$).

Hasil : Responden beban kerja tinggi sebanyak 20 orang (54,1%) sedangkan responden yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 21 orang (56,8%). Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan signifikan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja ($p = 0,037$).

Kesimpulan : Terdapat hubungan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan pada Puskesmas Depok II Sleman

Kata kunci : Beban kerja, Kelelahan kerja, Puskesmas

¹Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

²Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

³Dosen Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

***THE RELATIONSHIP BETWEEN SETTLEMENT DISTANCE AND
FLY DENSITY WITH DIARRHEAL DISEASE IN WONOCATUR
HAMLET, BANGUNTAPAN VILLAGE, BANGUNTAPAN
SUBDISTRICT, BANTUL REGENCY***

Kristiani Wahyuning Utami¹, Dewi Ariyani Wulandari², Ariana Sumekar³

ABSTRACT

Background: Work fatigue is one of the major problems in the workplace, particularly among health workers who face high job demands. Fatigue can lead to decreased performance, an increased risk of workplace accidents, and lower quality of health services. Public health centers (puskesmas) serve as the first-level health facilities, yet the high workload often imposed on health workers can contribute to work fatigue.

Objective: To determine the relationship between workload and work fatigue among health workers at Depok II Sleman Public Health Center.

Metode peneltian: This study employed a quantitative approach with a cross-sectional design. The population consisted of all 37 health workers at Depok II Sleman, selected using a total sampling technique. Data were collected using a workload questionnaire and the KAUPK2 instrument to measure work fatigue. Data were analyzed univariately and bivariately using the Spearman Rank Correlation test with correction, showing a significance value of $p = 0.037$ ($p < 0.05$).

Results : Respondents with a high workload were 20 people (54.1%), while those experiencing work fatigue were 21 people (56.8%). Bivariate analysis indicated a significant relationship between workload and work fatigue ($p = 0.037$).

Conclusion : There is a relationship between workload and work fatigue among health workers at Depok II Health Center, Sleman.

Keywords: Workload, Work fatigue, Health Center

¹*Student of Public Health Science Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta*

²*Lecturer of Public Health Science Study Program STIKES Wira Husada
Yogyakarta*

³*Lecturer of Public Health Science Study Program STIKES Wira Husada
Yogyakarta*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
INTISARI.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Ruang Lingkup Penelitian	9
F. Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Landasan Teori	12
B. Kerangka Teori	29
C. Kerangka Konsep.....	30
D. Hipotesis	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	31
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel.....	31

D. Variabel Penelitian.....	33
E. Definisi Operasional	34
F. Instrumen Penelitian	34
G. Pengolahan dan Analisis Data	35
J. Etika Penelitian	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	56
DAFTAR PUSTAKA	59

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 2. Definisi Operasional.....	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	29
Gambar 2. Kerangka Konsep	30

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner beban kerja	66
Lampiran 2. Kuisisioner Fas	66
Lampiran 3. Karakteristik Responden.....	67
Lampiran 4. Unvarian	67
Lampiran 5. Bivariat	67
Lampiran 6. Surat Ijinpenelitian.....	68

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kelelahan kerja merupakan masalah yang sering dialami tenaga kerja di berbagai lingkungan pekerjaan. Kondisi ini berdampak langsung pada kesehatan dan menurunkan tingkat produktivitas, sekaligus meningkatkan potensi terjadinya kecelakaan kerja. Secara garis besar, sumber bahaya di tempat kerja dapat berasal dari aspek teknis, kondisi lingkungan, maupun faktor manusia (Tarwaka, 2010). Beragam unsur dapat memicu kelelahan, dan menurut Setyawati dalam Arlina (2016), penyebabnya meliputi karakteristik individu—seperti jenis kelamin, usia, lama masa kerja, status gizi, beban dan durasi kerja, serta kondisi kesehatan (Mahlian et al., 2022).

Kelelahan kerja termasuk isu penting dalam kesehatan dan keselamatan kerja karena dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya kecelakaan selama aktivitas pekerjaan. Data dari *International Labour Organization* (ILO) melaporkan bahwa sekitar 32% pekerja di dunia mengalami kelelahan terkait pekerjaan, dengan tingkat keparahan antara 18,3% hingga 27% (ILO, 2016). *National Safety Council* (NSC) juga mencatat bahwa sekitar 13% insiden cedera di tempat kerja berkaitan dengan kondisi kelelahan. Dari lebih dari 2.000 pekerja dewasa yang pernah mengalami kecelakaan, 97% di antaranya memiliki minimal satu faktor risiko kelelahan, dan lebih dari 80% memiliki lebih dari satu faktor risiko. Risiko cedera meningkat ketika beberapa faktor tersebut muncul secara

bersamaan. Di Indonesia, angka kecelakaan kerja masih tinggi. Berdasarkan data BPJS Ketenagakerjaan, tercatat 114 ribu kasus kecelakaan kerja pada 2019, dan meningkat menjadi 177 ribu kasus pada periode Januari–Oktober 2020. Salah satu penyebab yang berkontribusi terhadap kejadian ini adalah kondisi kelelahan pada pekerja (Kementerian Ketenagakerjaan, 2021). Pemerintah sudah membuat peraturan tegas terkait perlindungan pekerja yang tertuang dalam Peraturan Pemerintah nomor 88 tahun 2019 tentang Kesehatan Kerja.

Kelelahan kerja merupakan kondisi yang kerap dialami individu di berbagai bidang pekerjaan, termasuk tenaga kesehatan di Puskesmas. Faktor pemicunya dapat dikelompokkan menjadi lima, yakni pekerjaan yang bersifat monoton, beban dan durasi kerja yang berat, kondisi lingkungan yang tidak mendukung, aspek psikologis, serta masalah kesehatan atau asupan gizi yang kurang memadai (Tumanggor, 2021). Selain itu, usia, lama masa kerja, status gizi, dan besarnya beban pekerjaan juga berperan dalam menimbulkan kelelahan. Kapasitas fisik seseorang umumnya meningkat seiring bertambahnya usia hingga titik tertentu, namun kemudian dapat memengaruhi kemampuan dalam menyelesaikan tugas. Masa kerja sangat berkaitan dengan pengalaman dimana pekerja yang sudah mempunyai pengalaman dianggap lebih mampu dalam memahami dan melaksanakan pekerjaannya (Suma'mur, 2019). Beban kerja juga berkaitan kuat dengan kelelahan kerja. Semakin besar beban

kerja, maka semakin besar pula tingkat kelelahan kerja yang akan dialami (Rechika Amelia Eka Putri¹, 2024).

Kelelahan kerja berpotensi menurunkan motivasi, menurunkan performa, serta memengaruhi kualitas hasil kerja (Tarwaka, 2014). Dampak tersebut dapat memicu kesalahan, penurunan produktivitas, stres kerja, gangguan kesehatan, hingga cedera dan kecelakaan kerja. Jika kondisi kelelahan berlangsung terus-menerus, kesehatan fisik dan mental pegawai akan terganggu sehingga produktivitas pun terpengaruh. Berbagai faktor dapat memengaruhi tingkat produktivitas, terutama beban kerja, motivasi, dan lingkungan kerja. Untuk mengurangi dampak negatif terhadap karyawan, diperlukan manajemen sumber daya manusia yang efektif dan terstruktur, yang pada akhirnya mendukung pencapaian tujuan organisasi (Nugroho, 2021). Menurut teori produktivitas Kopelman, karakteristik individu dipengaruhi oleh kondisi organisasi dan jenis pekerjaan, termasuk pengaturan jadwal atau jam kerja. Ketika karyawan bekerja melebihi jam kerja yang ditetapkan, risiko kelelahan meningkat dan dapat menimbulkan ketegangan atau stres tubuh, yang pada gilirannya menurunkan produktivitas.

Puskesmas merupakan fasilitas kesehatan yang berfungsi memberikan pelayanan medis primer bagi masyarakat. Hal ini menandakan bahwa kinerja pegawai sangat menentukan kualitas pelayanan yang diberikan. Produktivitas kerja yang tinggi sangat dibutuhkan guna memastikan pelayanan yang diberikan dapat efisien dan efektif. Pegawai

Puskesmas khususnya tenaga kesehatan mempunyai beban kerja yang berat dan tuntutan pelayanan yang cepat dan akurat. Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan April 2025 dilakukan pengamatan pada Lokasi Puskesmas Depok II Sleman. Dari hasil wawancara terhadap sepuluh tenaga kesehatan didapatkan data bahwa 90% responden yaitu 9 dari 10 orang merasakan kelelahan setelah memberikan pelayanan bagi warga. Keluhan terbanyak adalah pada tenaga perawat. Keluhan yang disebutkan pekerja seperti pegal, kram hingga sakit kepala. Hal ini dapat dialami para tenaga Kesehatan akibat aktivitas dari beban kerja yang berlebih. Berdasarkan hasil pengamatan singkat masih banyak ditemukan tenaga kesehatan yang melakukan pekerjaan lebih dari kapasitas kerja atau jobdesk hariannya.

Tenaga kesehatan merupakan tenaga yang sangat diperlukan dalam menghadapi masalah kesehatan pasien secara terus menerus. Berdasarkan penelitian sebelumnya dapat dirangkum bahwa beban kerja tenaga Kesehatan merupakan suatu kondisi membebani, baik secara fisik sampai maupun non-fisik yang dialami tenaga Kesehatan dari seluruh aktivitas yang dilakukan tenaga kesehatan selama bertugas, baik langsung maupun tidak langsung dalam memberikan pelayanan kepada Masyarakat (Cucu, Nuraeni H, Muryani A & U, 2019). Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana beban kerja mempengaruhi tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan yang ada di puskesmas. Banyak pegawai puskesmas yang mengeluhkan mengalami kelelahan kerja. Pada penelitian yang dilakukan Dian & Kurniawidjaja, (2023) menemukan bahwa terdapat 68,8% pegawai

puskesmas yang mengalami kelelahan akibat stress. Beban kerja tenaga kesehatan, khususnya pegawai Puskesmas, dapat dievaluasi melalui berbagai aspek tugas yang sesuai dengan fungsi utama mereka. Faktor yang memengaruhi beban tersebut antara lain jumlah pasien yang ditangani, kesesuaian kapasitas kerja dengan latar belakang pendidikan, jadwal atau sistem shift harian, serta ketersediaan fasilitas penunjang yang mendukung pelaksanaan tugas. Penelitian yang dilakukan Sitepu (2023) menemukan adanya hubungan signifikan jam kerja dengan terjadinya kelelahan pada perawat dan pada penelitian Krisdiana et al., (2022) juga terdapat hubungan signifikan antara beban kerja yang diterima tenaga kesehatan dengan kelelahan kerja. Penelitian lain dilakukan oleh Nurohma & Agustina, (2023) bahwa setiap beban kerja harus sesuai dengan kemampuannya, baik kemampuan fisik, kognitif, maupun keterbatasan manusia menerima beban kerja tersebut. Beban kerja yang lebih dari kemampuannya juga dirasakan pada beberapa Puskesmas, contohnya pada Puskesmas Banua Padang pada penelitian Andini, N. Anam, (2021) mendapati bahwa pegawai di Puskesmas tersebut pernah merasakan pekerjaan yang dibebankan melebihi kemampuan, dan tidak sesuai dengan tanggungjawab kerja yang harus diselesaikan. Pada saat jam istirahat atau saat waktunya pulang masih melakukan pekerjaan tetapi tidak dihitung sebagai kelebihan waktu atau lembur. Tugas yang diberikan tidak sesuai dengan tugas utama sehingga pekerjaan sering menumpuk. Akibat dari permasalahan tersebut memungkinkan timbul emosi pegawai yang diluar kontrol dan kesehatan

pegawai terganggu hingga merasa kurang bersemangat dalam bekerja. Kelelahan kerja yang sangat berlebihan ini sangat berpengaruh terhadap produktifitas puskesmas itu sendiri. Penelitian yang dilakukan oleh (Gustara et al., 2023) mengungkapkan bahwa produktivitas pekerja dalam bekerja juga dipengaruhi oleh kelelahan kerja, maka dari itu kelelahan pekerja merupakan salah satu faktor rendahnya produktivitas tenaga kerja.

Latar belakang dari penelitian ini adalah dengan ditemukannya masalah pada Puskesmas Depok II yang berkaitan dengan Keselamatan dan Kesehatan Kerja. Salah satu kecamatan di Kabupaten Sleman yang memiliki jumlah penduduk paling banyak adalah Kecamatan Depok yaitu sebanyak 123.736 jiwa atau 11,36% dari jumlah penduduk di Kabupaten Sleman dengan luas wilayah terbesar ke tiga yaitu 35,6km² (Data Profil Kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2023). Pelayanan kesehatan tingkat pertama atau puskesmas di Kecamatan Depok terbagi menjadi 3 bagian, yaitu Puskesmas Depok I, Depok II, dan Depok II.. Berdasarkan studi pendahuluan pada bulan April 2025 dilakukan pengamatan pada Lokasi Puskesmas Depok II Sleman. Hasil studi pendahuluan dari hasil wawancara memperlihatkan bahwa responden melaporkan berbagai keluhan kesehatan terkait beban kerja. Keluhan yang paling banyak diidentifikasi adalah nyeri otot serta rasa pegal pada bahu, punggung, dan pinggang yang dialami oleh. Selanjutnya, kram otot pada ekstremitas bawah akibat durasi berdiri yang berkepanjangan. Responden mengungkapkan mengalami sakit kepala disertai sensasi berat di kepala setelah menyelesaikan jam kerja. Sementara

itu, penurunan konsentrasi dalam pelaksanaan tugas administratif, dan kelelahan emosional akibat tingginya frekuensi interaksi dengan pasien dalam jumlah besar. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat beban kerja yang melampaui kapasitas individu berperan penting dalam memunculkan kelelahan kerja, baik secara fisiologis maupun psikologis. Apabila fenomena ini tidak mendapat perhatian dan penanganan yang memadai, maka implikasinya berpotensi serius, antara lain berupa penurunan mutu pelayanan kesehatan, peningkatan probabilitas terjadinya kesalahan kerja (human error), serta meningkatnya risiko terhadap aspek keselamatan dan kesehatan kerja (K3) tenaga medis.

Berdasarkan hasil pengamatan singkat masih banyak ditemukan tenaga kesehatan yang melakukan pekerjaan lebih dari kapasitas kerja atau jobdesk hariannya. Berdasarkan latar belakang tersebut maka diperlukan kajian mendalam melalui penelitian guna meneliti hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja tenaga kesehatan di Puskesmas Depok II Sleman.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan Puskesmas Depok II Sleman?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan di Puskesmas Depok II Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Beban Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman.
- b. Mengetahui Tingkat Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman
- c. Menganalisa Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan di Puskesmas.

1. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian mengenai hubungan beban kerja tenaga kesehatan dapat menjadi dasar bagi pihak puskesmas dalam memahami distribusi beban kerja yang dihadapi tenaga kesehatan. Informasi mengenai tingkat kelelahan kerja tenaga kesehatan dapat digunakan sebagai acuan dalam merumuskan strategi pengelolaan sumber daya manusia guna mengurangi risiko kelelahan. Temuan mengenai hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja dapat dijadikan bahan evaluasi dalam meningkatkan efektivitas manajemen kerja serta mutu pelayanan kesehatan.

2. Bagi Stikes Wira Husada

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi akademik berupa bukti empiris mengenai keterkaitan antara beban kerja dan kelelahan

kerja, sehingga memperkaya kajian di bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).

Hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai referensi ilmiah dalam proses pengembangan kurikulum, penelitian akademik, maupun diskusi ilmiah yang relevan dengan topik kesehatan kerja.

3. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat dijadikan rujukan awal untuk studi lebih lanjut mengenai Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat kelelahan kerja pada tenaga kesehatan. Selain itu, hasil penelitian ini dapat berfungsi sebagai pembandingan untuk penelitian sejenis di institusi kesehatan lain dengan karakteristik wilayah, jumlah pasien, maupun beban kerja yang berbeda.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas pengelolaan sumber daya manusia dalam kesehatan dan keselamatan kerja di Puskesmas Depok II Sleman. Subjeknya adalah seluruh tenaga kesehatan, dengan pelaksanaan pada April–Agustus 2025. Kajian ini relevan dalam mata kuliah Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3).

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai hubungan antara Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman. Berikut penelitian yang serupa dan terkait dengan penelitian penulis.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penelitian	Judul	Hasil	Perbedaan dan Persamaan
1	Khairunnisa dkk (2022)	Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai di Puskesmas Cempaka Kota Banjarmasin Tahun 2022	Pegawai yang mengalami kelelahan tingkat sedang dan tinggi tetap memiliki kinerja yang baik dan faktor kelelahan bukan merupakan faktor yang berhubungan secara langsung terhadap kinerja pegawai.	a. Perbedaan: penelitian ini memiliki objek penelitian adalah seluruh pegawai Puskesmas b. Persamaan: sama-sama meneliti pada objek Puskesmas dan hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja
2	Herma Krisdiana dkk (2022)	Hubungan Beban Kerja Tenaga Kesehatan dengan Kelelahan Kerja di Puskesmas Kecamatan Sukamajaya Kota Depok Selama Pandemi.	Terdapat hubungan signifikan antara beban kerja yang diterima tenaga kesehatan dengan kelelahan kerja.	a. Perbedaan: lokasi penelitian berbeda yaitu di Puskesmas Sukmajaya Kota Depok b. Persamaan: meneliti variabel yang sama yaitu beban kerja dan kelelahan kerja.
3	Mahlian dkk (2022)	Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan di Puskesmas Meureubo Kabupaten Aceh Barat	Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat beban kerja responden dengan kelelahan tenaga kesehatan	a. Perbedaan: lokasi penelitian berada di Puskesmas Meureubo b. Persamaan: sama-sama menggunakan kuisioner FAS dan mengukur kelelahan kerja
4	Ardiyanti dkk (2017)	Hubungan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan	Terdapat hubungan bermakna antara beban kerja mental, status	a. Perbedaan: penelitian ini melakukan penelitian dengan objek

No	Penelitian	Judul	Hasil	Perbedaan dan Persamaan
5	Dian & Kurniawidjaja (2023)	Kerja pada Tenaga Kesehatan Keperawatan dan Tenaga Kesehatan Kebidanan di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta	gizi dan umur dengan kelelahan tenaga kebidanan.	khusus pada tenaga keperawatan dan tenaga kebidanan b. Persamaan: sama-sama meneliti hubungan kelelahan kerja dengan produktivitas
		Hubungan Faktor Pekerjaan dengan Kelelahan Kerja Puskesmas di Kabupaten Sambas Tahun 2023 pada Perawat	Faktor pekerjaan yang berpengaruh terhadap kelelahan kerja pada perawat di Puskesmas Kabupaten Sambas adalah stress kerja.	a. Perbedaan: penelitian ini memiliki variabel bebas faktor pekerjaan. b. Persamaan: menggunakan variabel terikat yang sama, yaitu kelelahan kerja.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Beban Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman
Hasil penelitian menunjukkan bahwa tenaga kesehatan berada pada kategori beban kerja tinggi (54,1%), sedangkan 45,9% lainnya berada pada kategori beban kerja rendah.
2. Tingkat Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan Puskesmas Depok II Sleman. Tenaga kesehatan mengalami kelelahan kerja (56,8%), sementara 43,2% lainnya tidak mengalami kelelahan.
3. Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja Tenaga Kesehatan. Hasil analisis bivariat memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja nilai signifikansi $p = 0,037$ ($p < 0,05$)

B. Saran

1. Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh Puskesmas Depok II Sleman untuk melakukan kajian ulang terhadap distribusi beban kerja tenaga kesehatan guna mencapai proporsionalitas antara aspek fisik, psikologis, dan waktu. Selain itu, diperlukan penegasan kebijakan agar jam istirahat digunakan secara optimal oleh pegawai sebagai upaya preventif terhadap kelelahan kerja. Lebih lanjut, hasil penelitian ini menekankan pentingnya penyelesaian tugas secara tepat waktu tanpa

penundaan, sehingga dapat mencegah akumulasi pekerjaan, meningkatkan efektivitas manajemen sumber daya manusia, serta mempertahankan mutu pelayanan kesehatan di tingkat puskesmas.

2. Bagi Stikes Wira Husada

Hasil Penelitian ini memberikan kontribusi ilmiah dengan menghadirkan bukti empiris tentang keterkaitan antara beban kerja dan kelelahan kerja pada tenaga kesehatan, sehingga memperkaya literatur di bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). Hasil Penelitian yang dihasilkan berpotensi dijadikan acuan dalam pengembangan kurikulum, penyusunan bahan ajar, maupun sebagai dasar bagi penelitian lanjutan di bidang kesehatan kerja. Selain itu, hasil penelitian ini relevan untuk didiskusikan dalam forum akademik guna memperluas perspektif mahasiswa dan dosen terkait determinan kesejahteraan kerja tenaga kesehatan.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil Penelitian ini dapat menjadi rujukan awal bagi studi lanjutan yang menelaah hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja tenaga kesehatan di berbagai jenis fasilitas pelayanan. Hasilnya juga dapat dimanfaatkan sebagai pembandingan bagi penelitian serupa di institusi kesehatan lain dengan perbedaan wilayah, jumlah pasien, maupun distribusi beban kerja. Ke depan, penelitian berikutnya diharapkan dapat menelusuri faktor tambahan yang berpotensi memengaruhi kelelahan kerja, misalnya gaya kepemimpinan dan

dukungan organisasi, sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai dinamika kelelahan kerja pada tenaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, N., Anam, K., & Cahyati, C. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja karyawan di Puskesmas Benua Padang Kabupaten Tapin. Universitas Islam Kalimantan. <https://doi.org/10.31219/osf.io/jv2qb>
- Siregar, A. (2016). Pengaruh Beban Kerja terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Tentara Tk.IV 010702 Binjai Kesdam I BB. Tesis, Universitas <https://doi.org/10.30596/jam.v14i2.1077>
- Bintoro, & Daryanto. (2017). Manajemen penilaian kinerja. Gava Media.
- Bobihu, F. (2012). Studi sanitasi dan pemeriksaan angka kuman pada usapan peralatan makan di rumah makan Kompleks Pasar Sentral Kota Gorontalo tahun 2012. *Public Health Journal*, 1(1). <https://doi.org/10.37887/pubhealth.v1i1.5428>
- Burhanuddin, Y. (2015). Manajemen sumber daya manusia lembaga keuangan syariah. PT Rajagrafindo Persada.
- Busro, M. (2018). Teori-teori manajemen sumber daya manusia. Prenandamedia Grup.
- Cucu, Nuraeni, H., Muryani, A. (2019). Analisis beban kerja perawat di ruang rawat inap rumah sakit gigi mulut universitas padjajaran tahun 2018. *JSK*, 4(4), 164-172.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman. (2023). Data profil kesehatan Kabupaten Sleman tahun 2023. <https://dinkes.slemankab.go.id/profil-kesehatan-kabupaten-sleman-tahun-2023>
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2025). Proyeksi penduduk Kota Yogyakarta menurut kecamatan dan jenis kelamin 2015-2025. Retrieved from <https://jogjakota.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTE1IzI=/proyeksi-penduduk-kota-yogyakarta-menurut-kecamatan-dan-jenis-kelamin-2015-2025.html>
- Dian, D., & Kurniawidjaja, M. (2023). Hubungan faktor pekerjaan dengan kelelahan kerja pada perawat Puskesmas di Kabupaten Sambas tahun 2023. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 2253–2259. <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.16086>
- Elbandiansyah. (2019). Manajemen sumber daya manusia (Edisi kesatu). IRDH.

- Gustara, R. A., Amini, A., Octavia, M. D., Astuti, Y. A., & Utami, T. N. (2023). Analisis tingkat kelelahan kerja terhadap produktivitas karyawan. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 7(2), 21–30. <http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/JKPI/article/view/3901>
- Handayani, F. (2021). Gambaran beban kerja perawat di masa pandemi COVID-19 di Puskesmas Karawang Kabupaten Sukabumi. *Ilmu Kebidanan, Keperawatan, dan Kesehatan Lingkungan (JIK 3)*, 19(1), 30–43.
- Khairunnisa, F., Febriza Aquarista, M., & Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin. (2022). Hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja terhadap kinerja pegawai di Puskesmas Cempaka Kota Banjarmasin tahun 2022. *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*.
- Krisdiana, H., Ayuningtyas, D., Iljas, J., & Juliati, E. (2022). Hubungan beban kerja tenaga kesehatan dengan kelelahan kerja di Puskesmas Kecamatan Sukmajaya Kota Depok selama pandemi. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, dan Informatika Kesehatan*, 2(3), 136. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v2i3.6248>
- Lestari, I. D., Chirzun, A., & Nurhasanah, N. (2023). Analisis kelelahan kerja menggunakan Fatigue Assessment Scale pada PT. Indonesia Power Priok POMU. *Metris: Jurnal Sains dan Teknologi*, 23(2), 100–107. <https://doi.org/10.25170/metris.v23i02.3897>
- Nugroho, K. J. (2021). Analisis beban kerja, motivasi kerja dan lingkungan kerja terhadap produktivitas kerja pegawai pada Badan Pusat Statistik Kabupaten Blitar. *Otonomi*, 21(1), 156. <https://doi.org/10.32503/otonomi.v21i1.1650>
- Nurohma, S., & Agustina, A. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan di Puskesmas Jatiluhur Bekasi. *Jurnal Persada Husada Indonesia*, 10(37), 1–10. <https://doi.org/10.56014/jphi.v10i37.365>
- Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 19 Tahun 2024. Retrieved from <https://peraturan.bpk.go.id/Details/312837/permenkes-no-19-tahun-2024>
- PMK No. 275 Tahun 2014. Retrieved from <https://peraturan.bpk.go.id/Details/122281/pmk-no-275pmk052014>
- Putri, R. A. E., & Eka, D. R. (2024). *Medic Nutricia* 2024, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.5455/mnj.v1i2.644xa>

- Siagian, S. (2016). Manajemen sumber daya manusia. PT. Bumi Aksara.
- Sitepu, R. (2023). Hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan perawat di Rumah Sakit Umum Mitra Sejati di Medan. *Best Journal*, 6(1), 448–454.
- Sugiyono. (2015). Metode penelitian.
- Sutrisno, E. (2017). Manajemen sumber daya manusia. Kencana.
- Tarwaka. (2010). Ergonomi industri. Harapan Press.
- Tarwaka. (2014). Keselamatan dan kesehatan kerja: Manajemen dan implementasi K3 di tempat kerja. Harapan Press.
- Tumanggor, A. H. (2021). Analisis perencanaan kerja. CV Pena Persada.
- Undang-Undang No. 17 Tahun 2023.
- Yanti, I., dkk. (2024). Kelelahan kerja di sektor informal. *Uwais Inspirasi Indonesia*.