

## HUBUNGAN UMUR DAN STATUS GIZI DENGAN KELELAHAN KERJA PADA BIDAN DI RSIA BUNDA ANISAH TAHUN 2019

Rizki Rahamwati Lestari<sup>1</sup>, Lira Mufti Azzahri Isnaeni<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau

Email : rizkirahmawati48@gmail.com

Email : liramuftiazzahri.isnaeni@gmail.com

### ABSTRAK

Kelelahan merupakan kondisi fisik dan psikis yang lelah atau pun capek salah satu akibat pekerjaan, ini bisa dirasakan langsung oleh tubuh dan bisa dilihat apa yang dialaminya. Kemudian setiap Bidan yang mengalami kelelahan kerja dapat dipastikan kinerjanya tidak akan maksimal terhadap kesembuhan pasien dan juga menurunkan produktivitas Bidan dalam memberikan pelayanan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja di RSIA Bunda Anisah Tahun 2019. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 17-24 Juni 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah Bidan di RSIA Bunda Anisah yang berjumlah 131, dengan jumlah sampel yaitu 95 orang diperoleh dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kusioner serta mengukur tinggi dan berat badan Bidan. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji *Chi Square*. Hasil penelitian didapatkan ada hubungan yang signifikan antara umur, dan status gizi dengan kelelahan kerja pada Bidan dimana nilai (P value=0,000) umur, POR=6,94, nilai (P value=0,001) status gizi, POR=5,37. Diharapkan kepada Bidan agar mengontrol status gizinya dengan cara meningkatkan asupan makanan untuk meminimalisir terjadinya kelelahan kerja.

**Kata Kunci** : Umur, Status Gizi, Kelelahan Kerja.

### ABSTRACT

*Fatigue is a physical and psychological condition that is tired or tired because of work, this can be felt directly by the body and can be seen what they are experiencing. And then every nurse who is experiencing work fatigue can be sure that the performance will not be maximal to the patient's recovery and also reduces the nurse's productivity in providing services. The purpose of this study was to determine the factors associated with work fatigue at the 2019 Bangkinang District Hospital. This type of research is quantitative analytic with cross sectional design. This research was conducted on 17-24 June 2019. The population in this study were nurses in Bangkinang District Hospital, which numbered 131, with a sample of 95 people obtained using simple random sampling technique. Data collection techniques using questionnaires as well as measuring the height and weight of nurses. Analysis of the data used is univariate and bivariate analysis with Chi Square test. The results showed there was a significant relationship between age and nutritional status with work fatigue in nurses where the value (P value = 0.000) age, POR = 6 , 94, value (P value = 0.001) nutritional status, POR = 5.37. It is expected that nurses will control their nutritional status by increasing food intake to minimize work fatigue.*

**Keywords:** Age, Nutrition Status, Work Fatigue.

## PENDAHULUAN

Data dari *International Labour Organization* (ILO) menyebutkan bahwa di dunia setiap tahun terdapat sebanyak 2 juta pekerja meninggal dunia akibat dari kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan, terlihat dari 58.155 sampel, 32,8% diantaranya sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan (ILO, 2013).

Di Indonesia, berdasarkan data kementerian tenaga kerja dan transmigrasi menyatakan bahwa setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Di Indonesia rata-rata pertahun terdapat 99.000 kasus kecelakaan kerja. Dari total tersebut, sekitar 70% berakibat fatal yaitu kematian dan cacat seumur hidup (Menteri Tenaga Kerja, 2013).

Berdasarkan angka kecelakaan kerja di Provinsi Riau dinyatakan tergolong tinggi. Pada tahun 2016 terdapat 6.768 kasus atau setara dengan 30,28% dan pada tahun 2017 terjadi kenaikan yaitu 9.628 kasus atau setara dengan 36,78% dan di tahun 2018 meningkat kembali menjadi 12.528 atau setara dengan 39,68% (BPJS Ketenagakerjaan RI, 2018).

Menurut Kemenkes (2016) total sumber daya manusia kesehatan dirumah sakit di Indonesia pada tahun 2017 sebanyak 493.856 orang yang terdiri dari 322.607 orang tenaga kesehatan (65,32%) dan 34,68% tenaga penunjang kesehatan. Sedangkan jumlah Bidan sebanyak 147.264 orang (45,65%).

Kelelahan kerja pada Bidan dapat mengakibatkan kecelakaan kerja atau turunnya produktifitas kerja, dalam melakukan pekerjaannya seperti: melayani pasien, menangani pasien dan mengganti infus, Bidan sering mengalami rasa lemas, keram, pusing, ngantuk, sakit kepala serta mual. Kondisi tersebut merupakan tanda-tanda kelelahan. Kelelahan akan berakibat menurunnya kemampuan kerja dan kemampuan tubuh para pekerja (Sucipto, 2014).

Kelelahan merupakan suatu masalah kesehatan kerja yang perlu mendapat perhatian khusus. Kelelahan bagi setiap orang, bersifat subyektif karena terkait dengan perasaan, karena selain dipengaruhi oleh faktor fisik dan biologis, kelelahan juga dipengaruhi oleh faktor psikis (Perwitasari, 2014).

Kelelahan kerja dapat disebabkan dari faktor *internal* maupun *eksternal*. Faktor *internal* seperti jenis kelamin, umur, status gizi, sikap kerja dan psikis sedangkan faktor *eksternal* terdiri dari masa kerja, *shift* kerja, penerangan dan lama kerja (Grandjean, 2000 dalam Tarwaka 2010).

Data dari Komite Keselamatan Kesehatan kerja (K3) RSIA Bunda Anisah menyatakan bahwa terjadinya kelelahan kerja pada Bidan tahun 2016 sebanyak 38%, meningkat di tahun 2017 sebanyak 42% dan tahun 2018 sebanyak 45%, dan sekarang total Bidan di tahun 2019 berjumlah 131 orang. Dari keterangan tersebut terjadinya peningkatan persentase terhadap kelelahan pada Bidan dibandingkan tahun sebelumnya di RSIA Bunda Anisah (Komite K3, 2019).

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *kuantitatif analitik* dengan rancangan *cross sectional* yaitu penelitian yang dilakukakan secara bersamaan dalam sekali waktu saja. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 17-24 juni 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah Bidan yang bekerja di RSIA Bunda Anisah juni 2019 yaitu 147 orang dengan sampel 95 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *simple random sampling*. Analisa data menggunakan analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-square*.

## HASIL PENELITIAN

Pada analisa univariat akan disimpulkan distribusi dari masing-masing variabel yang diteliti. Adapun distribusi yang ditampilkan meliputi variabel

independen dan variabel dependen, dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1**  
**Hasil Analisa Univariat**

Variabel Independen	Frekuensi	Persentase
<b>Umur</b>		
Berisiko	64	67,4
Tidak Berisiko	31	32,6
Jumlah	95	100
<b>Status Gizi</b>		
Tidak Normal	61	64,2
Normal	34	35,8
Jumlah	95	100

Variabel Dependen	Frekuensi	Persentase
<b>Kelelahan Kerja</b>		
Tidak Lelah	49	51,6
Lelah	46	48,4
Jumlah	95	100

Hasil uji univariat bahwa sebagian besar responden memiliki umur berisiko (67,4%), memiliki status gizi tidak normal (64,2%) dan sebagian besar responden tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 51,6%.

**Tabel 2. Hasil Analisa Bivariat**

Variabel	Kelelahan Kerja				Total		P value
	Lelah		Tidak Lelah		n	%	
	n	%	n	%			
<b>Umur</b>							(0,000)
Berisiko	40	62,5	24	37,5	64	100	
Tidak Berisiko	6	19,4	25	80,6	31	100	
Total	46	48,4	49	51,6	95	100	
<b>Status Gizi</b>							(0,001)
Tidak Normal	38	62,3	23	37,7	61	100	
Normal	8	23,5	26	76,5	34	100	
Total	46	48,4	49	51,6	95	100	

Berdasarkan uji statistik ada hubungan yang signifikan antara umur responden dengan kelelahan kerja, hal ini dibuktikan dengan *P value* (0,000)  $< \alpha$  (0,05). Besarnya estimasi risiko umur dengan kelelahan kerja dengan POR = 6,94 (95% CI : 2,49-19,34). Dengan ini dapat disimpulkan bahwa responden yang berumur  $\geq 35$  (berisiko) tahun mempunyai peluang 6,94 kali untuk mengalami kelelahan kerja dibandingkan responden yang berumur  $< 35$  tahun (tidak berisiko).

Berdasarkan uji statistik ada hubungan yang signifikan antara status gizi responden dengan kelelahan kerja, hal ini dibuktikan dengan *P value* (0,001)  $< \alpha$  (0,05). Besarnya estimasi risiko status gizi dengan kelelahan kerja dengan POR = 5,37 (95% CI : 2,08-13,83). Dengan ini dapat disimpulkan bahwa responden yang

memiliki status gizi tidak normal mempunyai peluang 5,37 kali untuk mengalami kelelahan kerja dibandingkan responden yang memiliki status gizi normal.

## PEMBAHASAN

### Umur

Dari hasil uji bivariat bahwa responden yang berumur  $\geq 35$  (berisiko) tahun lebih cenderung mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 40 orang (62,4%). Berdasarkan Uji *chi-square* diperoleh bahwa *p value* (0,000)  $< \alpha$  (0,05), ini berarti ada hubungan yang signifikan antara umur dengan kelelahan kerja.

Dari hasil penelitian diatas, dapat kita ambil kesimpulan bahwa faktor umur berhubungan dengan kelelahan kerja, semakin tua umur seseorang maka akan

menurun pulak kekuatan fisik yang mereka miliki.

Seseorang yang berumur muda sanggup melakukan pekerjaan berat, dan sebaiknya jika seseorang sudah berumur lanjut maka kemampuannya untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun. Pekerja yang berumur lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak dapat bergerak dengan leluasa ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya (Suma'mur 2009).

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Nurul Hijriahni (2017) dengan judul Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kelelahan Kerja BIDAN di Ruang UGD RSP UNHAS dan RSUP Dr. Wahidin Sudirohusodo Makassar. didapatkan nilai umur  $P(0,018) < \alpha(0,05)$ .

### Status Gizi

Berdasarkan hasil penelitian bahwa responden yang memiliki status gizi tidak normal cenderung lebih mengalami kelelahan yaitu sebanyak 38 orang (62,3%). Berdasarkan Uji *chi-square* diperoleh bahwa  $p\text{ value}(0,001) < \alpha(0,05)$ , ini berarti ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja.

Dari hasil diatas diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi tidak normal, belum dapat dipastikan responden tersebut mengalami kelelahan meskipun memiliki status gizi tidak normal, akan tetapi memiliki tingkat risiko lebih tinggi dibandingkan responden yang memiliki status gizi normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Septian Adi, dkk (2013), terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan tingkat kelelahan pada pekerja, ditandai dengan nilai  $p\text{ value}(0,004) < \alpha(0,05)$ .

Suma'mur (2013) bahwa status gizi bila dikaitkan dengan kelelahan, status gizi kurang cenderung lebih mudah untuk mengalami suatu kelelahan karena keterbatasan atau ketidak seimbangan cadangan gizi yang akan dirubah menjadi

energi saat beraktivitas. Artinya apabila asupan gizi tidak sesuai dengan kebutuhannya maka tenaga kerja tersebut akan merasa lelah dibandingkan dengan BIDAN yang asupan gizinya memadai.

### KESIMPULAN

Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja yaitu 48,4%. Ada 2 variabel independen yang berhubungan dengan kelelahan kerja yaitu umur dan status gizi. Dari dua variabel tersebut semuanya memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih ditujukan kepada Dewi Anggriani Harahap, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai Riau. Apriza M.Kep selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat UP. Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktu sehingga peneliti dapat melaksanakan penelitian ini sampai selesai.

### DAFTAR PUSTAKA

- BPJS Ketenagaan Kerjaan RI. (2018). *Data Kecelakaan provinsi riau tahun 2018*.
- ILO. 20013. *Encyclopedia of Occupational Health and Safety*. Geneva.
- Kemendes. (2016). *Data tentang jumlah tenaga kerja rumah sakit dan penunjang kesehatan*.
- Komite Keselamatan Kesehatan Kerja (K3) Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Bangkinang. (2019). *Data Kelelahan Kerja BIDAN Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Bangkinang*. Kampar: K3
- Mentri Tenaga Kerja. (2013) *Data Tenaga Kerja dan Transmigrasi tentang kecelakaan kerja*

- Tahun 2013. Kementraian Tenaga Kerja
- Perwitasari, D. dan A.R. Tualeka. (2014). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Subjektif Pada BIDAN di RSUD DR. Mohommad Soewandhi Surabaya. *The Indonesian Journal of Safety, Health And Environment*, 1 (1): 15–23.
- Sucipto. (2014). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja*. Yogyakarta : Gosyen Publising.
- Suma'mur, PK. (2009). *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta: Sagung Seto.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Tarwaka. (2010). *Ergonomi Industri: Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.