

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR, BEBAN KERJA, DAN *SHIFT* KERJA TERHADAP
KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT PUSAT
PERTAMINA**

**ZAHRA ALIMA HAFSYAH-25000121140326
2025-SKRIPSI**

Kelelahan kerja merupakan suatu kondisi yang dialami oleh pekerja yang timbul karena aktivitas individu dan dapat mengakibatkan penurunan vitalitas dan produktivitas kerja. Perawat merupakan tenaga kerja terbesar dengan jumlah 50-60% di rumah sakit yang memiliki jam kerja selama 24 jam dan diharuskan untuk memberikan pelayanan terbaik terhadap pasiennya. Tuntutan kerja berlebih baik secara fisik maupun mental dapat berakibat terhadap kelelahan kerja baik secara fisik dan emosional yang dapat mengakibatkan *burnout* pada perawat. Penerapan *shift* kerja yang ada pada suatu rumah sakit juga dapat meningkatkan risiko kualitas tidur seorang perawat. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara kualitas tidur, beban kerja fisik, dan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada perawat rawat inap di Rumah Sakit Pusat Pertamina. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 36 orang yang diperoleh dari teknik *total sampling*. Proses pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner PSQI untuk mengukur kualitas tidur, *pulse oxymeter* untuk mengukur beban kerja fisik, kuesioner NASA-TLX untuk mengukur beban kerja mental, lembar kuesioner untuk mengukur *shift* kerja, dan kuesioner IFRC untuk mengukur kelelahan kerja. Analisis statistik yang digunakan meliputi analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur (*p-value* 0,027) dengan kelelahan kerja, beban kerja fisik (*p-value* 0,022) dengan kelelahan kerja, beban kerja mental (*p-value* 0,011) dengan kelelahan, dan *shift* kerja (*p-value* 0.002) dengan kelelahan kerja.

Kata Kunci : Kualitas Tidur, Beban Kerja, *Shift* Kerja, Kelelahan Kerja