

# HUBUNGAN KAPASITAS INDIVIDU, BEBAN KERJA FISIK, KUALITAS TIDUR TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT RUMAH SAKIT NASIONAL DIPONEGORO

AZHARIA DIVA KHAIRUNNISA-25000122120024  
2026-SKRIPSI

Kelelahan kerja merupakan respons tubuh sebagai mekanisme perlindungan yang ditandai dengan penurunan efisiensi dan daya tahan akibat beban kerja berlebih. Kondisi ini dapat dialami oleh semua pekerja, termasuk perawat, karena tingginya tanggung jawab dalam memberikan pelayanan kesehatan. Studi pendahuluan di Rumah Sakit Nasional Diponegoro (RSND) menunjukkan adanya potensi kelelahan kerja pada perawat, yang ditandai dengan peningkatan beban kerja akibat perubahan manajemen serta adanya perawat yang mengajukan izin sakit. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di RSND. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi adalah seluruh perawat di RSND, dengan sampel sebanyak 81 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin. Teknik sampling menggunakan *proportionate stratified random sampling* yang dikombinasikan dengan *purposive sampling*. Variabel yang diteliti meliputi kapasitas individu, beban kerja fisik, kualitas tidur, dan kelelahan kerja. Data dikumpulkan melalui pengukuran dan kuesioner, kemudian dianalisis menggunakan uji Fisher. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara masa kerja ( $p=0,011$ ), status gizi ( $p=0,015$ ), beban kerja fisik ( $p=0,034$ ), dan kualitas tidur ( $p=0,006$ ) dengan kelelahan kerja. Sebaliknya, usia ( $p=0,423$ ), jenis kelamin ( $p=0,304$ ), dan shift kerja ( $p=0,217$ ) tidak berhubungan. Disimpulkan bahwa masa kerja, status gizi, beban kerja fisik, dan kualitas tidur berpengaruh terhadap kelelahan kerja pada perawat RSND.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Kapasitas Individu, Beban Kerja Fisik, Kualitas Tidur