

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini dijelaskan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian dan manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang

Kelelahan merupakan menurunnya kapasitas kerja atau penurunan kualitas dan kuantitas kerja fisik yang terjadi akibat berkurangnya kinerja otot, energi *adenosin trifosfat* (ATP) yang menurun, peningkatan asam laktat dan gangguan sistem saraf (Mirza, 2020). *The National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) (2021) menggambarkan kelelahan sebagai perasaan yang mudah letih, lelah atau merasa kurang energi. Kelelahan dapat terjadi karena berbagai faktor seperti usia, beban kerja, tuntutan tugas dan hubungan dengan pekerja lain. Kelelahan tingkat tinggi dapat berpengaruh pada setiap pekerjaan yang dilakukan seperti terjadi penurunan motivasi dan produktivitas kerja, serta dapat menurunkan konsentrasi atau perhatian sehingga dapat berakibat serius bagi keselamatan dan kesehatan pekerja (Dimkatni et al., 2020).

Menurut Wulanyani, et al (2016) terdapat dua macam kelelahan yaitu: kelelahan umum dan kelelahan otot. Kelelahan umum ditandai dengan minat kerja yang menurun, stres, dan mata terasa lelah, sedangkan kelelahan otot ditandai dengan gejala tremor dan rasa nyeri di otot (Wulanyani et al., 2016). Kelelahan yang dialami oleh perawat dapat meningkatkan risiko kesalahan dalam pemberian

pengobatan, masalah kesehatan pribadi, frekuensi permintaan keluar dari *shift* malam, ketidakpuasan dalam bekerja, penurunan performa bahkan dapat berpengaruh pada asuhan keperawatan yang diterima oleh pasien sehingga dapat memengaruhi tingkat kepuasan dan keselamatan pasien (Patriana, 2019). Kelelahan memiliki efek jangka pendek dan jangka panjang. Efek dari kelelahan jangka pendek adalah kurangnya kemampuan dalam hal mengontrol emosi, berpikir, berkonsentrasi dan berkomunikasi sedangkan efek dari kelelahan jangka panjang adalah depresi, kecemasan, gangguan pencernaan, tekanan darah tinggi dan dapat menimbulkan nyeri otot (Barus, 2017).

Nyeri otot atau *myalgia* adalah salah satu mekanisme pertahanan tubuh yang muncul ketika terjadi masalah dalam tubuh seseorang sehingga dapat menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan tidak menyenangkan bahkan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Mirza, 2020). Pekerja yang memiliki beban kerja dan melakukan pekerjaannya dengan postur tubuh kurang tepat dapat mengalami kelelahan kuat jika pekerjaan tersebut dilakukan dalam waktu yang lama karena energi dalam tubuh berkurang akibat mempertahankan posisi pekerja. Hal ini dapat menjadi salah satu faktor penyebab nyeri otot pada pekerja (Silalahi, 2020).

Menurut Santos, et al (2017) perawat memiliki risiko lebih tinggi mengalami nyeri otot karena perawat melakukan fungsi yang bervariasi dan bekerja selama berjam-jam. Nyeri otot pada perawat dapat disebabkan oleh posisi perawat saat membungkuk untuk reposisi, memindahkan pasien dan membantu mengangkat pasien dengan berat badan yang lebih besar dari perawat tanpa menggunakan alat bantu (Fajariani, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh da Silva, et al (2018)

menunjukkan adanya bagian tubuh perawat yang paling banyak mengalami nyeri otot adalah tulang belakang leher, dada dan lumbar. Nyeri otot dapat menyebabkan perawat mengalami penurunan kualitas hidup, kurang produktif, memiliki keterbatasan dalam bekerja sehingga akan memengaruhi pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien (Adhikari & Dhakal, 2014).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan da Silva, et al (2018) pada perawat *In Patient Department (IPD)*, *Intensive Care Unit (ICU)*, *Operating Theatre (OT)*, dan Instalasi Gawat Darurat (IGD), dengan jumlah 110 responden di Brazil didapatkan hasil 95 perawat (86,24%) mengalami nyeri otot dan 48 perawat (43%) mengalami kelelahan. Berbeda dengan hasil penelitian yang didapatkan oleh Kurniawidjaja, et al (2014) pada penelitian terhadap 22 perawat IPD dan 36 perawat IGD di Jakarta didapatkan hasil sebanyak tujuh (31,8%) perawat IPD dan 22 (61,1%) perawat IGD mengalami nyeri otot. Penelitian lain yang dilakukan oleh Siregar & Wenehenubun (2019) pada 30 perawat IGD dan IPD di Jakarta didapatkan hasil sebanyak 15 (50%) perawat mengalami kelelahan. Dari beberapa penelitian tersebut terdapat perbedaan antara kelelahan dan nyeri otot yang dialami oleh perawat yaitu, perawat IGD mengalami kelelahan dan nyeri otot yang lebih tinggi dibandingkan perawat IPD sedangkan menurut Maharja (2015) perawat yang bertugas di IPD berisiko tinggi mengalami kelelahan dan nyeri otot dibandingkan instalasi lainnya karena perawat IPD memberikan asuhan keperawatan selama 24 jam penuh kepada pasien serta keluarga pasien.

Hasil studi awal yang telah dilakukan untuk meneliti kelelahan pada 15 responden di ruang IPD, ICU, OT, dan IGD pada satu rumah sakit swasta Indonesia

bagian barat menggunakan kuesioner *Swedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI) didapatkan hasil sebanyak dua perawat (13,3%) mengalami kelelahan ringan, 11 perawat (73,3%) mengalami kelelahan sedang dan dua perawat (13,3%) mengalami kelelahan berat. Hasil studi awal yang meneliti nyeri otot pada 15 responden dari ruang IPD, ICU, OT, dan IGD menggunakan *Nordic Body Map* (NBM) didapatkan hasil bagian tubuh yang paling banyak mengalami nyeri otot adalah bagian pinggang, punggung dan betis. Berdasarkan data awal yang diperoleh dari perawat IPD, ICU, OT, dan IGD setidaknya perawat mengalami kelelahan dengan intensitas ringan dan mengalami nyeri otot pada beberapa bagian tubuh. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melihat gambaran kelelahan dan nyeri otot pada perawat di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat.

1.2 Rumusan Masalah

Perawat adalah profesi yang memiliki tingkat kelelahan kerja yang tinggi, banyak dari perawat yang mengalami kelelahan akibat beban kerja yang dijalani setiap hari sehingga kapasitas dan ketahanan kerja akan menurun yang ditandai dengan perasaan lelah, menurunnya aktivitas serta motivasi kerja (Putro & Hariyono, 2017). Aktivitas kerja perawat di rumah sakit memiliki potensi yang menimbulkan nyeri otot akibat kerja, salah satunya adalah faktor yang berhubungan dengan ergonomis seperti mengangkat, menarik, dan mendorong. Perawat yang mengalami nyeri otot akan mengalami penurunan produktivitas kerja sehingga berdampak terhadap kualitas pelayanan kepada pasien (Sandri, 2020). Oleh karena

itu, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran kelelahan dan nyeri otot pada perawat di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat melalui penelitian ini.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini terbagi menjadi dua yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kelelahan dan karakteristik nyeri otot pada perawat di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk melihat gambaran tingkat kelelahan pada perawat IPD, ICU, OT, dan IGD di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat.
- 2) Untuk melihat dan mengidentifikasi gambaran bagian tubuh serta karakteristik nyeri otot pada perawat IPD, ICU, OT, dan IGD di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana gambaran kelelahan dan nyeri otot pada perawat di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat?

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Memberikan data mengenai gambaran nyeri otot dan kelelahan yang meliputi kekurangan energi, mengerahkan tenaga fisik, ketidaknyamanan fisik, kekurangan motivasi dan kantuk pada perawat di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat.

1.5.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi sebagai bahan edukasi kepada dosen dan mahasiswa mengenai gambaran kelelahan dan nyeri otot pada perawat di satu rumah sakit swasta Indonesia bagian barat.

2) Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan panduan untuk mengatur sumber daya manusia atau ketenagaan dan pengaturan rasio perawat dan pasien di rumah sakit.

3) Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai dasar penelitian lanjutan dan bahan referensi serta informasi pendukung yang berhubungan dengan gambaran kelelahan dan nyeri otot pada penelitian selanjutnya.