



Department of Digital Business

Journal of Artificial Intelligence and Digital Business (RIGGS)

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 5 No. 1 (2026) pp: 8732-8739

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

Pengaruh *Shift* Kerja dan Beban Kerja Terhadap *Work Fatigue* Pada Perawat Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Haji Medan

Zsevtta Samuel¹, Dina Sarah Syahreza²

^{1,2}Manajemen, Ekonomi, Universitas Negeri Medan

¹zsevttasamuel@gmail.com, ²dinasarahsyahreza@unimed.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh shift kerja dan beban kerja terhadap work fatigue pada perawat instalasi rawat inap RSUD Haji Medan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan asosiatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan serta pengaruh antar variabel yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat instalasi rawat inap RSUD Haji Medan yang berjumlah 283 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Hair sehingga diperoleh sebanyak 110 responden yang memenuhi kriteria penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner kepada responden yang kemudian diolah menggunakan bantuan program SPSS versi 26. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linear berganda untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap variabel dependen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara parsial shift kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap work fatigue dengan nilai t hitung sebesar 10,314 yang lebih besar dari t tabel 1,982 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Beban kerja juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap work fatigue dengan nilai t hitung sebesar 8,081 yang lebih besar dari t tabel 1,982 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Secara simultan shift kerja dan beban kerja berpengaruh signifikan terhadap work fatigue dengan nilai F hitung sebesar 120,971 yang lebih besar dari F tabel 2,08 dengan nilai signifikansi 0,000. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,688 menunjukkan bahwa 68,8% work fatigue dapat dijelaskan oleh variabel shift kerja dan beban kerja, sedangkan sisanya sebesar 31,2% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini.

Kata kunci: Shift Kerja, Beban Kerja, Work Fatigue

1. Latar Belakang

Sumber daya manusia merupakan faktor penting dalam keberhasilan suatu organisasi, termasuk pada sektor pelayanan kesehatan. Rumah sakit sebagai institusi pelayanan kesehatan membutuhkan tenaga kerja yang memiliki kinerja optimal agar dapat memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas kepada masyarakat. Rumah sakit merupakan suatu instansi yang bergerak dalam bidang pelayanan kesehatan. Pelayanan Kesehatan yang diberikan rumah sakit meliputi pelayanan promotif preventif, kuratif dan rehabilitatif, yang menyediakan pelayanan rawat inap, rawat jalan, dan gawat darurat [11].

Perawat adalah seseorang yang memiliki kemampuan, pengetahuan, dan keterampilan profesional dalam memberikan asuhan keperawatan kepada individu, keluarga, dan masyarakat, baik dalam keadaan sehat maupun sakit. Perawat berperan penting dalam memberikan pelayanan kesehatan yang holistik dengan memperhatikan aspek fisik, psikologis, sosial, dan spiritual pasien guna mencapai kesejahteraan yang optimal. Penting bagi rumah sakit sebagai pusat pelayanan kesehatan untuk memantau peran penting SDM dalam menyediakan pelayanan kesehatan untuk pasien. Upaya menjaga dan memelihara kesehatan para perawat juga menjadi perhatian utama rumah sakit, karena perawat merupakan aset berharga dalam kelancaran operasional rumah sakit. Peran perawat dalam pelayanan di rumah sakit memiliki peran krusial dan menjadi penentu utama kualitas pelayanan kesehatan.

Work Fatigue adalah suatu kondisi yang dapat dirasakan oleh seseorang yang ditandai dengan penurunan daya tahan tubuh, menurunnya tingkat konsentrasi, berkurangnya nafsu makan, dan dapat menyebabkan tubuh menjadi lemah. *Work Fatigue* merupakan perasaan subjektif yang disertai dengan menurunnya efisiensi dan kebutuhan akan istirahat dalam bekerja [5]. Secara keseluruhan, pra-survey ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami *Work Fatigue*. Indikator yang digunakan pada *work fatigue* dalam penelitian ini adalah kelelahan fisik, kelelahan mental, kelelahan emosional, dan kelelahan akibat beban kerja [15]

Pengaruh Shift Kerja dan Beban Kerja Terhadap Work Fatigue Pada Perawat Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Haji Medan

Salah satu yang mempengaruhi *Work Fatigue* ialah *shfit* kerja. *Shift* kerja adalah praktik pengaturan tenaga kerja organisasi untuk menyediakan layanan selama 24 jam penuh dalam seminggu [13]. Secara keseluruhan, pra-survey yang telah dilakukan menunjukkan bahwa pola waktu kerja, jenis shift, dan khususnya kurangnya waktu istirahat merupakan aspek penting yang berpotensi menimbulkan kelelahan pada pekerja yang bekerja dengan sistem *shift*. Indikator yang digunakan *shift* kerja pada penelitian ini adalah pola waktu kerja, jenis shift, ketidak teraturan jadwal, dan waktu istirahat [8].

Selain *shift* kerja, factor yang mempengaruhi *work fatigue* adalah beban kerja. Beban kerja merupakan tuntutan pekerjaan (*job demand*) yang muncul dari tanggung jawab dan kewajiban kerja yang harus diselesaikan dalam kerangka waktu serta sumber daya yang terbatas [7]. Dalam lingkungan rumah sakit, perawat sering menghadapi tuntutan pekerjaan yang cukup tinggi, seperti jumlah pasien yang banyak, tanggung jawab terhadap kondisi kesehatan pasien, serta jam kerja yang panjang. Apabila beban kerja yang diberikan terlalu tinggi dan tidak seimbang dengan kemampuan karyawan, maka kondisi tersebut dapat menyebabkan kelelahan fisik maupun mental yang pada akhirnya dapat memicu keinginan karyawan untuk meninggalkan pekerjaannya. perawat mengalami tingkat beban kerja yang tinggi karena jumlah mereka tidak sebanding dengan banyaknya pasien seperti 1 perawat menangani 7-10 pasien. Pada umumnya satu perawat sebaiknya merawat tidak lebih dari 4-6 pasien di ruang rawat inap agar kualitas layanan tetap optimal. Indikator yang digunakan beban kerja pada penelitian ini adalah kondisi pekerjaan, penggunaan waktu kerja, dan target yang harus dicapai [7].

Rumah Sakit Umum Haji Medan merupakan salah satu rumah sakit yang memiliki peran penting dalam memberikan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Dalam upaya meningkatkan kualitas pelayanan, rumah sakit memerlukan tenaga perawat yang profesional, kompeten, serta mampu bekerja secara optimal dalam memberikan pelayanan kepada pasien. Dalam pelaksanaan tugasnya perawat sering menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan, seperti sistem shift kerja dan beban kerja yang cukup tinggi. Sistem shift kerja yang mengharuskan perawat bekerja pada waktu yang berbeda, seperti shift pagi, sore, dan malam, dapat memengaruhi pola istirahat serta kondisi fisik perawat. Selain itu, beban kerja yang tinggi akibat jumlah pasien yang banyak serta tanggung jawab pekerjaan yang besar juga dapat menimbulkan kelelahan kerja atau *work fatigue* pada perawat.

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh shift kerja dan beban kerja terhadap *work fatigue* pada perawat instalasi rawat inap di Rumah Sakit Umum Haji Medan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi manajemen rumah sakit dalam memahami faktor-faktor yang memengaruhi tingkat kelelahan kerja perawat serta menjadi bahan pertimbangan dalam meningkatkan pengelolaan sumber daya manusia dan kualitas pelayanan kesehatan.

2. Kajian Teori

Work fatigue adalah perasaan lelah yang ditandai dengan berkurangnya energi dan kemampuan dalam bekerja karena jam kerja panjang, kurang istirahat, serta tekanan psikologis [1]. [5] Menyatakan *work fatigue* merupakan keadaan keletihan fisik dan mental yang menurunkan kemampuan seseorang dalam bekerja secara efisien dan aman. *Work fatigue* dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari kondisi individu maupun dari lingkungan kerja. Menurut [10], faktor-faktor yang mempengaruhi *work fatigue* antara lain kesegaran jasmani, masalah psikologis, status kesehatan, jenis kelamin, waktu kerja, beban kerja, usia, dan masalah lingkungan kerja.

Menurut [2], shift kerja mengacu pada jadwal kerja yang dilakukan di luar jam kerja normal siang hari, yakni antara pukul 07.00 hingga 18.00, termasuk kerja malam dan rotasi jam kerja. Dalam [3], menjelaskan bahwa shift kerja adalah jadwal kerja yang melibatkan waktu yang tidak teratur atau bergilir, mencakup shift sore, malam, maupun sistem rotasi. Menurut [10] sistem kerja bergilir (*shift work*) merupakan bentuk pengaturan waktu kerja yang memungkinkan suatu organisasi beroperasi lebih lama dari jam kerja individu, termasuk pada malam hari, akhir pekan, dan jam tidak konvensional.

Menurut [3] beban kerja didefinisikan sebagai bentuk tuntutan kerja kuantitatif (*quantitative job demands*) seperti tekanan waktu dan tingginya volume pekerjaan yang memerlukan penggunaan waktu, energi, serta sumber daya individu secara signifikan. Beban kerja dipandang sebagai faktor yang dapat memicu stres kerja dan konflik antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi apabila tidak dikelola dengan baik.

3. Metode Penelitian

Pendekatan yang dimanfaatkan pada penelitian ini ialah kuantitatif sebagai metodologi penelitiannya. Teknik pengumpulan data yaitu menggunakan kuesioner yang di sebar pada perawat instalasi rawat inap RSUD Haji Medan. Metode penelitian kuantitatif merupakan pendekatan yang memanfaatkan alat statistik untuk mengolah data, menghasilkan informasi dan temuan dalam bentuk angka [12].

Pada penelitian ini, populasi sebanyak 283 perawat dengan pengambilan sampel menggunakan rumus hers yang berjumlah 110 orang. Metode analisis data yang digunakan yaitu:

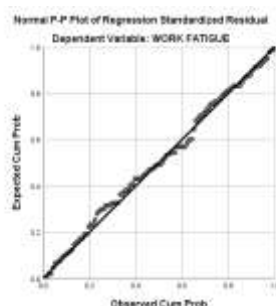
- Analisis regresi linier berganda dimaksudkan untuk menguji pengaruh dua atau lebih variabel independen (bebas) terhadap satu variabel dependen (terikat).
- Uji hipotesis t dan F. Uji statistik t pada dasarnya menunjukkan seberapa jauh pengaruh satu variabel penjelas atau independen secara individual dalam menerangkan variasi variabel dependen. Uji F pada dasarnya menunjukkan apakah semua variabel independen atau bebas yang dimasukkan dalam model mempunyai pengaruh secara bersama-sama terhadap variabel dependen atau terikat
- Analisis koefisien determinasi (R^2) pada intinya mengukur seberapa jauh kemampuan model dalam menerangkan variasi variabel dependen. Nilai R^2 yang kecil berarti kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen sangat terbatas.

4. Hasil dan Diskusi

4.1 Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah dalam model regresi variabel independen dan variabel dependen atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak [5].

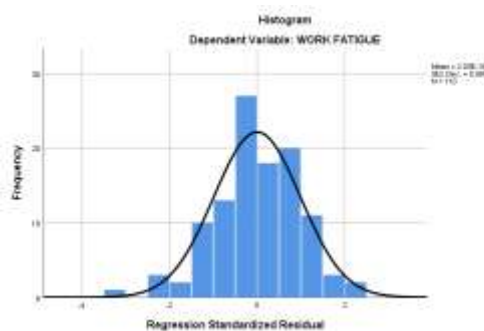
4.1.1 Grafik Normal P-Plot



Gambar 3.1 Grafik Normal P-Plot

Melihat, tampilan gambar Probability Plot di atas, dapat disimpulkan bahwa grafik data memberikan pola distribusi yang memenuhi asumsi normalitas, dimana sebaran data berada di sekitar dan mengikuti garis diagonal. Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

4.1.2 Grafik Histogram



Gambar 3. 2 Grafik Histogram

Berdasarkan hasil uji normalitas histogram di atas dapat dilihat bahwa sebaran data diketahui bahwa variabel berdistribusi normal, hal ini ditunjukkan oleh distribusi data berupa kurva yang berbentuk lonceng dan tidak melenceng ke kanan atau ke kiri. Hal ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal.

4.1.3 Uji Kolmogorov-Smirnov

Tabel 3.1 Hasil Uji Kolmogorov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		110
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.15916366
Most Extreme Differences	Absolute	.052
	Positive	.049
	Negative	-.052
Test Statistic		.052
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil bahwa uji normalitas Kolmogorov-Smirnov apabila tingkat signifikan 5%, nilai Asymp. Sig (2-tailed) > 0,05 berarti bahwa variabel residual berdistribusi normal. Berdasarkan dari tabel di atas diperoleh nilai Asymp.Sig (2-tailed) yang bernilai 0,200 yaitu lebih besar dari 0,05 (0,200>0,05), sehingga data dalam penelitian dapat dikatakan berdistribusi normal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa seluruh variabel nilai residual berdistribusi normal.

4.2 Analisis Regresi Linier Berganda

Regresi linear berganda adalah metode analisis statistik yang digunakan untuk melihat pengaruh lebih dari satu variabel independen terhadap satu variabel dependen.

Tabel 3.1 Hasil Uji Regresi Linier Berganda
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardize d Coefficients	t	Sig .	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Toleranc e	VIF
1 (Constant)	3,584	1,621		2,211	,029		
Shift Kerja	,537	,052	,578	10,314	,000	,913	1,095
Beban Kerja	,465	,058	,453	8,081	,000	,913	1,095

a. Dependent Variable: WORK FATIGUE

Sumber: Hasil Pengolahan Data SPSS 26 (2026)

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh persamaan regresi linear berganda sebagai berikut:

$$Y=3,584+0,537 X_1+0,465 X_2$$

Berdasarkan persamaan tersebut dapat diinterpretasi sebagai berikut:

1. Nilai konstanta positif sebesar 3,584, ini menunjukkan tingkat konstan dimana jika variabel *Shift Kerja* (X1), *Beban Kerja* (X2) adalah nol (0), maka *Work Fatigue* (Y) akan tetap 3,584 dengan asumsi variabel lain tetap.
2. Nilai koefisien *Shift Kerja* (X1) sebesar 0,537 terhadap *Work Fatigue* (Y) dengan koefisien regresi sebesar 0,537. Ini mempunyai arti bahwa setiap terjadi peningkatan variabel *Shift Kerja* (X1) satu satuan, maka *Work Fatigue* (Y) meningkat 0,537 atau 53,7% dengan asumsi variabel lain tetap.
3. Nilai koefisien *Beban Kerja* (X2) sebesar 0,465 terhadap *Work Fatigue* (Y) dengan koefisien regresi sebesar 0,465. Ini mempunyai arti bahwa setiap terjadi peningkatan variabel *Shift Kerja* (X2) satu satuan, maka *Work Fatigue* (Y) meningkat 0,465 atau 46,5% dengan asumsi variabel lain tetap.

4.3 Hasil Uji Hipotesis

4.3.1 Pengujian Hipotesis Secara Parsial (Uji t)

$$T_{\text{tabel}} = t(a/2 : n-k-1)$$

$$a = 5\% = t(0,05/2 : 110-2-1)$$

$$= 0,025 : 107 = 1,982$$

Tabel 3.2 Hasil Uji Parsial (Uji t)

Model	Coefficients ^a						Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Tolerance	VIF	
	B	Std. Error	Beta					
1 (Constant)	3,584	1,621		2,211	,029			
Shift Kerja	,537	,052	,578	10,314	,000	,913	1,095	
Beban Kerja	,465	,058	,453	8,081	,000	,913	1,095	

a. Dependent Variable: WORK FATIGUE

Sumber: Hasil Pengolahan Data SPSS 26 (2026)

Berdasarkan hasil uji t pada tabel di atas diperoleh bahwa:

1. Hasil T hitung untuk variabel *Shift Kerja* (X1) sebesar 10,314 yang bermakna nilai mutlak dan nilai label 1,982 maka dapat disimpulkan bahwa $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ ($10,314 > 1,982$) dengan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa variabel *Shift Kerja* (X1) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *Work Fatigue* (Y) dan diperoleh bahwa H1 diterima serta Ho ditolak.
2. Hasil thitung untuk variabel *Beban Kerja* (X2) sebesar 8,081 yang bermakna nilai mutlak dan nilai tabel 1,982 maka dapat disimpulkan bahwa $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$ ($8,081 > 1,98$) dengan nilai signifikan sebesar $0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa variabel *Beban Kerja* (X2) memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *Work Fatigue* (Y) dan diperoleh bahwa H₂ diterima serta Ho ditolak.

4.3.2 Pengujian Hipotesis Secara Silmultan (Uji F)

Nilai F_{tabel} 5% adalah sebesar 2,08. Sedangkan nilai F_{hitung} akan diperoleh dengan menggunakan bantuan SPSS yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.4 Hasil Uji Simultan (Uji F)

ANOVA ^a					
Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	1149.016	2	574,508	120,971	,000 ^b
Residual	508.157	107	4,749		
Total	1657.173	109			

a. Dependent Variable: WORK FATIGUE

b. Predictors: (Constant), BEBAN KERJA, SHIFT KERJA

Sumber: Hasil Pengolahan DataSPSS 26 (2026)

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai F_{hitung} 120,971 dan nilai sig. adalah 0,000. Diketahui nilai F_{hitung} $120,971 > F_{\text{tabel}}$ 2,08 dan nilai sig. $0,000 < 0,05$ maka *Shift Kerja* (X1) dan *Beban Kerja* (X2) secara bersama-sama atau simultan berpengaruh signifikan terhadap *Work Fatigue* (Y) serta diperoleh kesimpulan H3 diterima.

4.3.3 Uji Koefisien Determinasi (R²)Tabel 3.5 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R²)

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,833 ^a	,693	,688	2.17925

a. Predictors: (Constant), Persepsi_Harga, Physical_Evidence

b. Dependent Variable: Kepuasan_Konsumen

Sumber: Hasil Pengolahan Data SPSS 26 (2026)

Berdasarkan hasil olah data ditampilkan pada tabel diatas diketahui bahwa diperoleh nilai koefisien korelasi (R2) sebesar 0,688, dimana model. Regresi yang terbentuk dapat meramalkan variabel *Work Fatigue* (Y) dengan baik. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,688 x 100% yaitu 68,8% dimana hal ini berarti terdapat hubungan antar variabel *Shift Kerja* (X1), dan *Beban Kerja* (X2) terhadap *Work Fatigue* (Y) sebesar 68.8%. Sehingga hubungan antar variabel tersebut dapat dikategorikan erat.

4.4 Pembahasan

4.4.1 Pengaruh Shift Kerja Terhadap Work Fatigue Pada Perawat Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Medan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diketahui bahwa variabel shift kerja memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap work fatigue pada perawat instalasi rawat inap RSUD Haji Medan. Hal tersebut dibuktikan melalui nilai thitung yang lebih besar dibandingkan ttabel, yaitu $10,314 > 1,982$, serta nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik shift kerja berpengaruh signifikan terhadap work fatigue. Nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,537 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada variabel shift kerja akan meningkatkan work fatigue sebesar 0,537 satuan dengan asumsi variabel lain dianggap konstan. Nilai koefisien yang positif menunjukkan adanya hubungan searah antara shift kerja dan work fatigue. Artinya, semakin tinggi intensitas atau ketidakteraturan sistem shift kerja yang dijalani oleh perawat, maka tingkat work fatigue yang dialami juga akan semakin meningkat. Secara teoritis, sistem kerja shift, terutama rotasi yang tidak teratur, dapat mengganggu ritme sirkadian tubuh serta pola istirahat individu (Siddiq, 2021). Hal ini memperkuat temuan penelitian bahwa shift kerja menjadi salah satu faktor penting yang memicu terjadinya work fatigue. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel shift kerja (X1), item dengan persentase jawaban Setuju (S) tertinggi terdapat pada item X1.3 dengan indikator jenis shift, yaitu sebesar 57% responden. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat menyadari bahwa dalam pelayanan kesehatan, perawat yang bekerja dengan sistem shift dituntut untuk tetap fokus dan siap siaga selama 24 jam. Dengan demikian, pengelolaan jadwal kerja yang baik menjadi salah satu faktor penting dalam upaya mengurangi tingkat work fatigue pada tenaga kesehatan, khususnya perawat instalasi rawat inap.

4.4.2 Pengaruh Beban Kerja Terhadap Work Fatigue Pada Perawat Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Medan

Berdasarkan hasil uji parsial (uji t), diketahui bahwa variabel beban kerja juga memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap work fatigue. Hal ini dibuktikan melalui nilai thitung yang lebih besar dari ttabel, yaitu $8,081 > 1,982$, dengan tingkat signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa secara statistik beban kerja berpengaruh terhadap work fatigue. Koefisien regresi (B) sebesar 0,465 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada variabel beban kerja akan meningkatkan work fatigue sebesar 0,465 satuan dengan asumsi variabel lain tetap konstan. Hubungan positif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi jumlah tugas, tanggung jawab, serta tekanan pekerjaan yang diterima oleh perawat, maka tingkat work fatigue yang dirasakan juga akan semakin meningkat. Secara teoritis, beban kerja yang terlalu tinggi dapat menimbulkan ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dengan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan (Efendi, 2025). Hal ini memperkuat hasil penelitian bahwa beban kerja merupakan salah satu faktor penting yang dapat meningkatkan work fatigue. Berdasarkan hasil kuesioner pada variabel beban kerja (X2), item dengan persentase jawaban Setuju (S) tertinggi terdapat pada item X2.5 dengan indikator target pekerjaan yang harus dicapai, yaitu sebesar 43,6% responden. Dalam instalasi rawat inap, perawat memiliki berbagai tanggung jawab seperti memantau kondisi pasien, memberikan tindakan medis, melakukan pencatatan administrasi, serta menangani kondisi darurat. Apabila tuntutan tersebut berlangsung secara terus-menerus tanpa disertai waktu istirahat yang cukup, maka kelelahan fisik maupun mental akan sulit dihindari. Oleh karena itu, pembagian beban kerja yang proporsional menjadi salah satu faktor penting dalam menciptakan kondisi kerja yang sehat bagi perawat.

4.4.3 Pengaruh Shift Kerja dan Beban Kerja Terhadap Work Fatigue Pada Perawat Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Medan

Berdasarkan hasil uji simultan (uji F), diperoleh nilai Fhitung yang lebih besar dibandingkan Ftabel, yaitu $120,971 > 2,08$, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa secara bersama-sama variabel shift kerja dan beban kerja berpengaruh signifikan terhadap work fatigue pada perawat instalasi rawat inap RSUD Haji Medan. Secara konseptual, sistem kerja shift, khususnya yang menggunakan pola rotasi tidak teratur, dapat mengganggu ritme sirkadian tubuh serta pola istirahat individu (Siddiq, 2021). Selain itu, beban kerja yang

berlebihan juga dapat menimbulkan ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan individu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan (Efendi, 2025). Hal tersebut sejalan dengan hasil analisis data yang menunjukkan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,688. Nilai ini menunjukkan bahwa 68,8% variasi work fatigue dapat dijelaskan oleh variabel shift kerja dan beban kerja secara simultan. Sementara itu, sisanya sebesar 31,2% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti stres kerja, lingkungan kerja, kondisi kesehatan individu, motivasi kerja, serta faktor psikologis lainnya. Nilai R^2 yang tergolong tinggi menunjukkan bahwa kedua variabel independen tersebut memiliki kontribusi yang cukup kuat dalam menjelaskan terjadinya work fatigue. Jika dilihat dari nilai koefisien regresi, shift kerja (0,537) memiliki pengaruh yang lebih besar dibandingkan beban kerja (0,465). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa sistem pengaturan waktu kerja menjadi faktor yang lebih dominan dalam memicu terjadinya kelelahan kerja pada perawat.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa shift kerja memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap work fatigue pada perawat instalasi rawat inap di Rumah Sakit Umum Haji Medan. Hal ini menunjukkan bahwa sistem pembagian waktu kerja yang diterapkan kepada perawat, seperti shift pagi, siang, maupun malam, dapat memengaruhi tingkat kelelahan kerja yang mereka rasakan selama menjalankan tugasnya. Perubahan pola waktu kerja tersebut dapat berdampak pada kondisi fisik maupun psikologis perawat, sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan apabila tidak diimbangi dengan pengaturan waktu istirahat yang memadai serta manajemen kerja yang baik. Selain itu, beban kerja juga terbukti memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap work fatigue pada perawat instalasi rawat inap. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan oleh perawat, baik dari segi jumlah tugas, tanggung jawab terhadap pasien, maupun tekanan pekerjaan yang dihadapi, maka tingkat kelelahan kerja yang dialami oleh perawat juga cenderung meningkat. Beban kerja yang tinggi dapat menguras energi fisik dan mental perawat, sehingga apabila berlangsung secara terus-menerus tanpa pengelolaan yang baik dapat menimbulkan kelelahan kerja yang lebih besar. Secara bersama-sama, shift kerja dan beban kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap work fatigue pada perawat instalasi rawat inap di Rumah Sakit Umum Haji Medan. Temuan ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut saling berkaitan dalam memengaruhi tingkat kelelahan kerja perawat. Dengan demikian, pengelolaan sistem shift kerja yang tepat serta pembagian beban kerja yang seimbang menjadi hal yang sangat penting untuk diperhatikan oleh pihak manajemen rumah sakit agar kondisi kerja perawat tetap optimal dan tidak menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Oleh karena itu, pihak manajemen rumah sakit diharapkan dapat melakukan berbagai upaya untuk meminimalkan tingkat work fatigue pada perawat, seperti melakukan penataan jadwal kerja yang lebih terstruktur, menyesuaikan jumlah tenaga perawat dengan beban pelayanan pasien, serta menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kenyamanan dan kesehatan kerja perawat. Langkah-langkah tersebut diharapkan dapat membantu menjaga kondisi fisik dan mental perawat sehingga mereka dapat menjalankan tugas pelayanan kesehatan secara maksimal. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa work fatigue tidak hanya dipengaruhi oleh shift kerja dan beban kerja, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Beberapa faktor tersebut antara lain stres kerja, kondisi lingkungan kerja, kondisi kesehatan individu, motivasi kerja, serta faktor psikologis lainnya yang dapat memengaruhi tingkat kelelahan kerja seseorang. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji lebih lanjut berbagai faktor lain yang berpotensi memengaruhi work fatigue sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai penyebab kelelahan kerja pada perawat.

Referensi

1. Alameri, R. A., Almulla, H. A., Al Swyan, A. H., & Hammad, S. S. (2024). Sleep Quality And Fatigue Among Nurses Working In High-Acuity Clinical Settings In Saudi Arabia: A Cross-Sectional Study. *BMC Nursing*, 23(1), 51.
2. Blytt, K. M., Bjorvatn, B., Moen, B. E., Pallesen, S., Harris, A., & Waage, S. (2022). *The Association Between Shift Work Disorder And Turnover Intention Among Nurses*. *BMC Nursing*, 21, Article 143.
3. Buruck, G., Pfarr, A. L., Penz, M., Wekenborg, M., Rothe, N., & Walther, A. (2020). The Influence Of Workload And Work Flexibility On Work-Life Conflict And The Role Of Emotional Exhaustion. *Behavioral Sciences*, 10(11), 174.
4. Chang, W. P., & Peng, Y. X. (2021). Differences Between Fixed Day Shift Workers And Rotating Shift Workers In Gastrointestinal Problems: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Industrial Health*, 59(2), 66-77.
5. Dai, C., Hu, P., Yan, F., He, X., Cheng, W., Yu, L., Fang, A., Meng, X., Lou, M., Chen, Y., Chi, D., Zhou, H., Chen, Q., Fang, Z., Ni, S., & Huang, Q. (2023). *The Mediating Role Of Sleep Quality In The Relationship Between*

6. Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
7. Hafit, N. I. A., Zaghlol, A. K., Mingdi, J., Omar, F., & Ahmad, N. N. (2025). *Balancing Demands And Resources: Exploring The Impact Of Workload, Work-Life Balance And Technological Adaptation On Job Satisfaction Among Malaysian Academics*. *Information Management And Business Review*, 17(3-1), 628-641.
8. Koesomowidjojo, S. R. M. (2017). *Panduan praktis menyusun analisis beban kerja*. Jakarta: Raih Asa Sukses.
9. Lestari, I. B., Jingga, N. A., & Wahyudiono, Y. D. A. (2023). The Relationship Between Physical And Mental Workload With Fatigue On Nurses. *Indonesian Journal Of Occupational Safety And Health*, 12(1), 10-18.
10. Pereira, H., Fehér, G., Tibold, A., Monteiro, S., Costa, V., & Esgalhado, G. (2021). The Impact Of Shift Work On Occupational Health Indicators Among Professionally Active Adults: A Comparative Study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(21), 11290.
11. Puspanegara, A., Maudina, D. L., & Rusmianingsih, N. (2023). Hubungan Beban Kerja Dengan Kepuasan Kerja Perawat Pelaksana Di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Juanda Kuningan Tahun 2023. *Journal Of Public Health Innovation*, 4(01), 217-226.
12. Sahir. (2021). *Metodologi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Jakarta: Mitra Wacana Media.
13. Siddiq, M., Prima, A., Silalahi, N., Siregar, R., & Ginting, S. B. (2021). Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Perawat Di Unit Rawat Covid-19 Rsud Dr. Djasamen Saragih. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 6(2), 114-119.
14. Widajati, N. (2024). Correlations Of Shift Work 2-2-2 (2) Rotation On Sleep Quality And Fatigue Of Nurses Ibnu Sina Gresik General Hospital. *Journal Of Vocational Health Studies*, 8(1), 15-21.
15. Wu, T., Tan, X., Li, Y., Liang, Y., & Fan, J. (2024). The Relationship Between Occupational Fatigue And Well-Being: The Moderating Effect Of Unhealthy Eating Behaviour. *Behavioral Sciences*, 14(1), 32.