

**HUBUNGAN ANTARA PENJADWALAN SHIFT, BEBAN  
KERJA DAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN KELELAHAN  
KERJA DI RUANG RAWAT KHUSUS RSUD BANYUMAS**



**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Mencapai Derajat Sarjana

Oleh :

**DIAN NUR HASAN**

**0911020086**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2013**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN ANTARA PENJADWALAN SHIFT, BEBAN  
KERJA DAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN KELELAHAN  
KERJA DI RUANG RAWAT KHUSUS RSUD BANYUMAS**

**DIAN NUR HASAN**

**0911020086**

**Diperiksa dan disetujui :**

**Pembimbing I**

**Ns. Jebul Suroso, S.Kp., M.Kep.**  
**NIP. 197703052005011001**

**Pembimbing II**

**Suprivadi, S.KM., M.KM**  
**NIK. 2160134**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**HUBUNGAN ANTARA PENJADWALAN SHIFT, BEBAN  
KERJA DAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN KELELAHAN  
KERJA DI RUANG RAWAT KHUSUS RSUD BANYUMAS**

**DIAN NUR HASAN  
0911020086**

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sidang Skripsi

Pada hari Jum'at tanggal 16 Agustus 2013

**SUSUNAN PANITIA UJIAN:**

**Ketua**

**Sekretaris**

**Ns. Jebul Suroso, S.Kp., M.Kep.**  
**NIP. 197703052005011001**

**Supriyadi, S.KM., M.KM.**  
**NIK. 2160134**

**Penguji I**

**Penguji II**

**Kris Linggardini, S.Kp., M.Kep.**  
**NIK. 2160195**

**Yuliarti, S.KM., M.Kes.**  
**NIK. 2160080**

**Mengetahui,**

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto**

**Ns. Jebul Suroso, S.Kp., M.Kep.**  
**NIP. 197703052005011001**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Dian Nur Hasan

NIM : 0911020086

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Fakultas/Universitas : Ilmu Kesehatan/Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini, dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 16 Agustus 2013

Yang menyatakan,

Dian Nur Hasan  
NIM. 0911020086

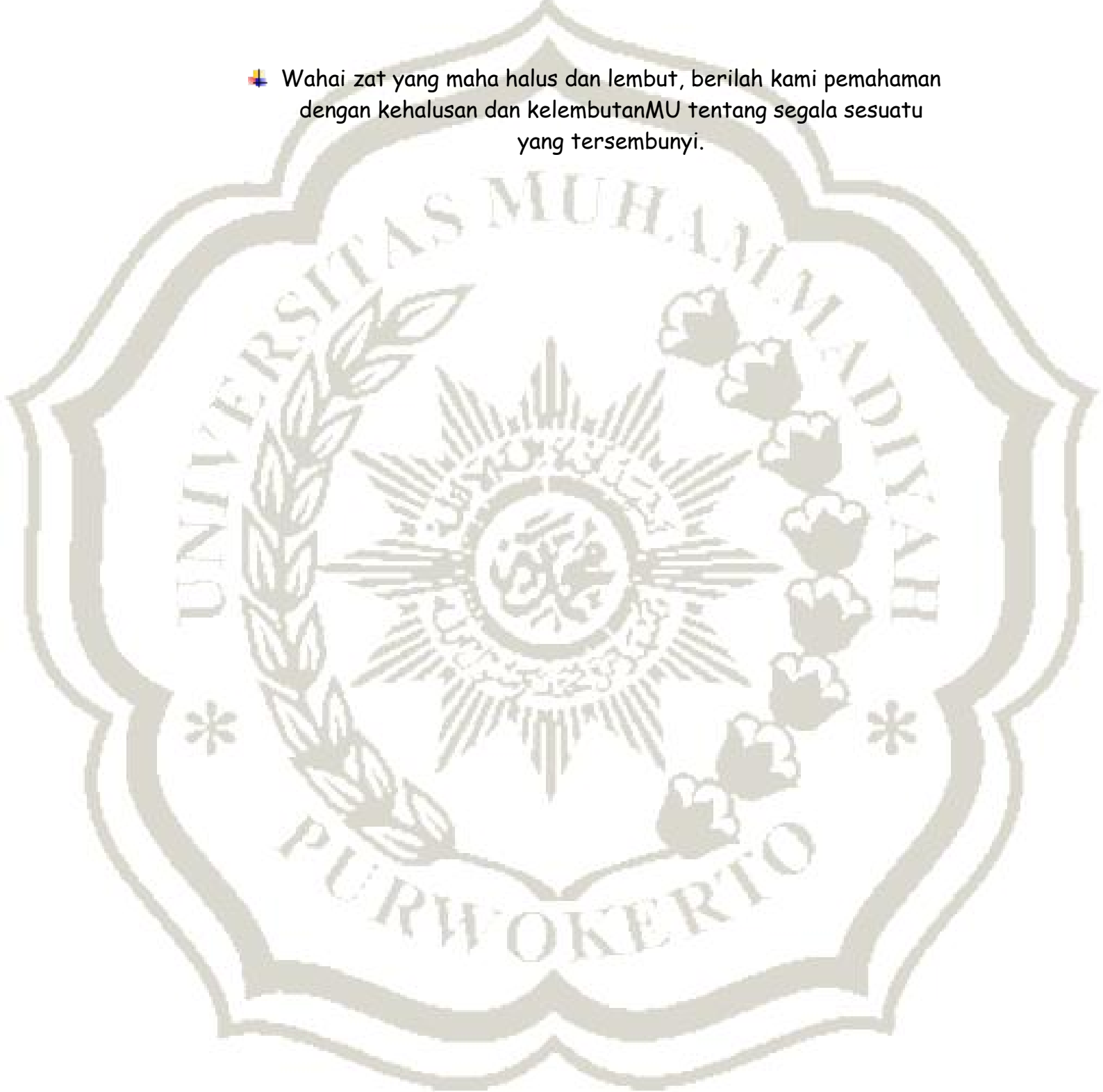
## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur yang tidak terhingga saya ucapkan Alhamdulillah robbill alamin kepada Allah SWT. Karena dengan ridhoNya akhirnya saya dapat menyelesaikan karya kecil ini yang saya persembahkan untuk orang-orang yang saya sayangi:

- Pak Jebul dan pak Supri yang selalu menanamkan ilmunya baik materi maupun moral dalam mempelajari sistem manajemen dimana berada.
- Abah dan umi tercinta yang selalu memberikan Do'a, materi dan pemahaman spiritual dan banyak memberi masukan-masukan untuk bisa menjadi seseorang yang bermanfaat untuk orang lain serta memotivasi untuk dapat menyelesaikan skripsi ini secara tepat waktu, semoga engkau selalu dalam kelembutanNYA dan diberi pemahaman dalam mencari keridhoanNYA....Amin.
- Kakak tercinta yang selalu memberikan dorongan untuk bisa menyelesaikan skripsi dan kuliah dengan baik dan tepat waktu.
- Teman-teman yang sepemikiran dan sehati di mana anda berada, terima kasih atas masukan-masukan dalam motivasi bersama, semoga kalian semua kelak menjadi orang yang mendapat ridhoNYA.. amin.

## MOTO

- ✚ Wahai zat yang maha halus dan lembut, berilah kami pemahaman dengan kehalusan dan kelembutanMU tentang segala sesuatu yang tersembunyi.



# HUBUNGAN ANTARA PENJADWALAN SHIFT, BEBAN KERJA DAN MANAJEMEN WAKTU DENGAN KELELAHAN KERJA DI RUANG RAWAT KHUSUS RSUD BANYUMAS

## ABSTRAK

Dian Nur Hasan<sup>1</sup> Jebul Suroso<sup>2</sup> Supriyadi<sup>3</sup>

**Latarbelakang:** Kelelahan kerja merupakan keadaan yang ditandai oleh adanya penurunan kesiagaan, penurunan kecepatan reaksi, disamping adanya perasaan lelah pada pekerjaan.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan antara penjadwalan shift, beban kerja dan manajemen waktu dengan kelelahan kerja perawat pada ruang khusus di RSUD Banyumas.

**Metode:** Desain penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Populasi penelitian ini adalah semua perawat yang berada di ruangan ICU (16 perawat), IGD (20 perawat), HCU (12 perawat) dan Perinatologi (16 perawat) di Rumah Sakit Umum Daerah Banyumas sebanyak 64 perawat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* sejumlah 64 responden.

**Hasil:** Terdapat hubungan yang signifikan antara penjadwalan shift kerja (*p value* 0,003), beban kerja (*p value* 0,000) dan manajemen waktu (*p value* 0,001) dengan kelelahan kerja perawat di ruang khusus di RSUD Banyumas dengan nilai.

**Kesimpulan:** ada hubungan yang signifikan antara penjadwalan shift kerja, beban kerja dan manajemen waktu dengan kelelahan kerja perawat di ruang khusus di RSUD Banyumas dengan nilai.

**Kata Kunci:** Penjadwalan Shift Kerja, Beban Kerja, Manajemen Waktu, Kelelahan Kerja

**RELATIONSHIP BETWEEN SHIFT SCHEDULING, COST OF  
WORK AND TIME MANAGEMENT WORKING WITH FATIGUE IN  
THE SPECIAL CARE HOSPITAL BANYUMAS**

**ABSTRACT**

Dian Nur Hasan<sup>1</sup> Jebul Suroso<sup>2</sup> Supriyadi<sup>3</sup>

**Background:** Fatigue is a condition that work is characterized by a decrease in alertness, decreased reaction speed, in addition to the feeling of fatigue on the job.

**Objective:** To determine the relationship between shift scheduling, workload and fatigue management time with nurses working in hospitals in the area Banyumas.

**Methods:** The study design was a descriptive correlation using cross sectional approach. The study population was all nurses who were in the ICU (16 nurses), ER (20 nurses), HCU (12 nurses) and Perinatology (16 nurses) in Banyumas District General Hospital by 64 nurses. Sampling technique in this study using the technique of sampling by 64 respondents in total.

**Results:** There were significant associations between shift work scheduling (p value 0.003), workload (p value 0.000) and time management (p value 0.001) and fatigue in nurses working in hospitals Banyumas space with value.

**Conclusion:** No significant association between shift work scheduling, workload management and time to fatigue in nurses working in hospitals Banyumas space with value.

**Keywords:** Job Sift, Workload, Scheduling Time Management, Fatigue Work

## KATA PENGANTAR

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas berkat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Hubungan antara penjadwalan shift, beban kerja dan manajemen waktu dengan kelelahan kerja perawat di ruang rawat khusus RSUD Banyumas” ini dengan baik.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana, Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, skripsi penelitian ini tidak mungkin dapat terselesaikan. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Dr. H. Syamsuhadi Irsyad, S. H., M. Hum., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membuat keputusan dalam penulisan skripsi ini.
2. Ns. Jebul Suroso, S.Kp., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan Pembimbing I yang telah membimbing dalam penyusunan skripsi serta telah menyetujui penulisan skripsi ini.

4. Kris Linggardini, S.Kp., M.Kep selaku Kepala Program Studi Ilmu Keperawatan S1 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan selaku penguji I.
5. Supriyadi, S.KM., M.KM., selaku Pembimbing II, terima kasih atas bimbingannya selama ini sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Yuliarti, S.KM, M.Kes selaku penguji II.
7. Seluruh Dosen dan staf Akademik Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, terima kasih atas ilmu pengetahuan yang telah disalurkan selama ini.
8. Para responden yang telah bersedia berpartisipasi selama proses penelitian berlangsung serta ikut mendukung penelitian ini.
9. Kedua orangtuaku ayah dan ibu tercinta terima kasih atas do'a, semangat dan dukungan yang sudah diberikan.
10. Semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan yang turut membantu terselesainya skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberikan limpahan rahmat-Nya kepada mereka, dan kelak mendapatkan balasan yang lebih baik dan lebih banyak dariNya.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna karena faktor keterbatasan yang ada dalam diri penulis. Maka dengan kerendahan hati, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini.

Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada umumnya dan khususnya yang tertarik dengan bidang tema skripsi ini.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Purwokerto, 16 Agustus 2013

Penulis

Dian Nur Hasan



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>v</b>
<b>MOTO.....</b>	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vx</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian .....	10
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Penjadwalan .....	12
1. Pengertian penjadwalan.....	12

2. Permasalahan penjadwalan.....	13
3. Dampak dari penjadwalan sift kerja.....	14
4. Karakteristik Penjadwalan perawat .....	15
5. Model Sederhana Penjadwalan Perawat di Ruang Khusus .....	16
B. Beban Kerja.....	18
1. Pengertian beban kerja.....	18
2. Kelebihan Beban Kerja.....	19
3. Fakor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	20
4. Dampak beban kerja .....	22
C. Manajemen Waktu .....	26
1. Pengertian manajemen waktu.....	22
2. Aspek-aspek manajemen waktu .....	23
3. Tujuan manajemen waktu dalam pelayanan keperawatan .....	25
D. Kelelahan Kerja	
1. Pengertian kelelahan kerja.....	26
2. Tanda tanda kelelahan .....	27
3. Jenis kelelahan.....	28
4. Sebab sebab kelelahan.....	29
5. Akibat kelelahan.....	31
6. Pengukuran kelelahan.....	32
7. Pengendalian kelelahan .....	35
E. Kerangka Teori Penelitian.....	36
F. Kerangka Konsep Penelitian .....	37

G. Hipotesis Penelitian.....	37
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian.....	39
B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	39
C. Waktu dan tempat penelitian.....	40
D. Variabel dan Definisi Operasional .....	40
E. Metode Pengumpulan Data .....	42
F. Validitas dan Reabilitas.....	43
G. Etika Penelitian .....	45
H. Pengolahan Data dan Analisis Data .....	45
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian .....	48
B. Pembahasan .....	52
<b>BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	41
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden .....	49
Tabel 4.2 Distribusi Penjadwalan Sift Kerja, Beban Kerja, Manajemen Waktu, Kelelahan Kerja .....	50
Tabel 4.3 Distribusi Hubungan Antara Penjadwalan Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang Khusus Di RSUD Banyumas .....	51
Tabel 4.4 Distribusi Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di ruang Khusus Di RSUD Banyumas .....	51
Tabel 4.5 Distribusi Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di Ruang Khusus Di RSUD Banyumas .....	52

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Gambar Kerangka Teori.....	36
Gambar 2.2 Gambar Kerangka Konsep .....	37



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden.
- Lampiran 2 Informed Consent (Surat Persetujuan Menjadi responden).
- Lampiran 3 Lembar Kuesioner Penelitian.
- Lampiran 4 Surat Izin Pengambilan Data Awal Penelitian dari Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Lampiran 5 Hasil Penelitian.