

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) merupakan tenaga kesehatan yang memiliki karakteristik kerja dengan tuntutan tinggi karena memberikan pelayanan yang cepat, tepat, dan terus-menerus selama 24 jam. Perawat IGD menghadapi kondisi pasien yang beragam, situasi kegawatdaruratan yang tidak dapat diprediksi, serta sistem kerja shift yang dapat mempengaruhi kondisi fisik maupun psikologis. Menurut *World Health Organization* (WHO), tenaga kesehatan merupakan kelompok pekerja yang rentan mengalami kelelahan akibat tingginya tuntutan pelayanan dan tekanan kerja (WHO, 2020). Dalam konteks kesehatan kerja, tenaga kesehatan termasuk kelompok pekerja yang menghadapi berbagai risiko akibat karakteristik pekerjaannya. WHO menyebutkan bahwa tekanan waktu, jam kerja panjang, dan sistem kerja shift merupakan beberapa risiko psikososial yang dapat berkontribusi terhadap fatigue pada tenaga kesehatan. Kondisi tersebut relevan dengan perawat Instalasi Gawat Darurat yang bekerja selama 24 jam dengan sistem shift dan menghadapi tuntutan pelayanan kegawatdaruratan. Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2025 juga menyebutkan bahwa Indonesia masih menghadapi keterbatasan tenaga kesehatan yang menyebabkan beban kerja perawat meningkat akibat perubahan struktur penduduk. Sistem kerja shift, terutama shift malam, berisiko mengganggu ritme sirkadian sehingga dapat menyebabkan gangguan kualitas tidur pada perawat. International Labour Organization menyatakan bahwa pekerja dengan sistem shift memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan tidur dan kelelahan akibat terganggunya pola biologis tubuh (International Labour Organization, 2022). Selain itu, Persatuan Perawat Nasional Indonesia juga menyebutkan bahwa beban kerja dan sistem shift menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kondisi fisik dan psikologis perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan (Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 2023).

Kualitas tidur merupakan kondisi yang menggambarkan kemampuan individu dalam mempertahankan tidur untuk memenuhi kebutuhan istirahat secara optimal (Potter et al., 2021). Dalam Hierarki Kebutuhan Maslow, tidur dan istirahat termasuk kebutuhan fisiologis dasar yang penting untuk menjaga fungsi tubuh secara optimal (Maslow, 1970). Kebutuhan tidur pada orang dewasa antara 7-9 jam per malam (Hirshkowitz et al., 2015). Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan proses pemulihan tubuh menjadi tidak optimal sehingga berdampak pada penurunan konsentrasi, daya tahan tubuh, kemampuan pengambilan keputusan, serta peningkatan risiko kesalahan dalam pelayanan keperawatan (Rogers et al., 2004; Olds & Clarke, 2010). Pada perawat IGD, gangguan tidur dapat dipengaruhi oleh aktivitas pelayanan yang tinggi pada malam hari, seperti alarm monitor pasien, tindakan kegawatdaruratan, kondisi lingkungan kerja yang tidak kondusif, serta tekanan kerja yang tinggi (Sari & Dirdjo, 2022). Kondisi tersebut menyebabkan waktu istirahat menjadi terganggu dan dapat memicu munculnya kelelahan kerja.

Kelelahan kerja merupakan kondisi menurunnya kemampuan fisik maupun mental akibat aktivitas kerja yang berlangsung secara terus-menerus. Kelelahan pada perawat dapat berdampak pada penurunan produktivitas kerja, penurunan kualitas pelayanan, hingga peningkatan risiko keselamatan pasien (Barker & Nussbaum, 2011). Hubungan antara kualitas tidur dan kelelahan bersifat timbal balik, dimana kualitas tidur yang buruk meningkatkan kelelahan, sedangkan kelelahan yang tinggi juga dapat memperburuk kualitas tidur (Buysse et al., 1988). Penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat dengan nilai $p < 0,05$ (Munawarah et al., 2024). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kualitas tidur yang buruk berdampak pada peningkatan kelelahan kerja pada perawat (Triyulita et al., 2025).

Penelitian mengenai hubungan kualitas tidur dan tingkat kelelahan pada perawat sebelumnya telah dilakukan oleh Munawarah et al. (2024), Triyulita et al. (2025), dan Dewi (2025). Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya

hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat. Namun, penelitian tersebut dilakukan pada karakteristik lingkungan kerja dan unit pelayanan yang berbeda sehingga belum secara khusus menggambarkan kondisi perawat IGD di rumah sakit perkotaan. Rumah sakit yang berada di wilayah perkotaan memiliki karakteristik pelayanan dengan mobilitas pasien yang tinggi, aktivitas pelayanan yang lebih padat, serta tekanan kerja yang lebih kompleks (Mayangsari, 2025). Oleh karena itu, kondisi lingkungan kerja tersebut dapat memberikan pengaruh yang berbeda terhadap kualitas tidur dan tingkat kelelahan perawat. asis

Permasalahan kualitas tidur dan kelelahan pada perawat menjadi penting untuk diperhatikan karena dampaknya tidak hanya dirasakan oleh perawat secara individual, tetapi juga dapat berpengaruh terhadap pelayanan kepada pasien. Kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan proses pemulihan tubuh tidak optimal sehingga menurunkan konsentrasi, kemampuan pengambilan keputusan, dan kesiapan dalam menjalankan pekerjaan. Sementara itu, kelelahan dapat menurunkan produktivitas dan kualitas pelayanan serta meningkatkan risiko terjadinya kesalahan dalam pemberian pelayanan keperawatan. Dengan demikian, pasien menjadi pihak yang berpotensi paling terdampak apabila kondisi kualitas tidur buruk dan kelelahan pada perawat tidak diperhatikan, terutama dalam pelayanan Instalasi Gawat Darurat yang membutuhkan ketepatan, kecepatan, dan kewaspadaan tinggi.

Rumah Sakit Panti Rapih merupakan salah satu rumah sakit tipe B yang berada di wilayah perkotaan dengan aktivitas pelayanan yang tinggi, khususnya di Instalasi Gawat Darurat yang beroperasi selama 24 jam dengan sistem kerja shift. Perawat IGD dituntut untuk bekerja secara cepat dan tepat dalam menghadapi kondisi pasien yang beragam dan situasi kegawatdaruratan sehingga memiliki beban kerja fisik dan mental yang tinggi yang berpotensi menyebabkan gangguan kualitas tidur serta peningkatan kelelahan kerja. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, jumlah perawat IGD di Rumah Sakit Panti Rapih sebanyak 56 orang yang terdiri dari 15 laki-laki dan

41 perempuan, dengan rata-rata kunjungan pasien IGD sekitar 90–100 pasien per hari. Jumlah perawat per shiftnya berkisar 13 orang, dengan rata-rata setiap perawat menangani 2 hingga 3 pasien. Perawat IGD juga menjalani shift malam rata-rata dua kali dalam satu minggu serta dituntut memiliki sertifikasi dan keterampilan khusus seperti *Basic Trauma Cardiac Life Support* (BTCLS), triase, dan *code blue* dalam penanganan pasien kegawatdaruratan.. Meskipun dalam enam bulan terakhir tidak ditemukan kejadian kecelakaan kerja di lingkungan IGD, terdapat satu kasus kecelakaan lalu lintas yang dialami perawat setelah menjalani shift malam yang mengindikasikan adanya potensi kelelahan kerja terhadap keselamatan. Urgensi tersebut semakin relevan pada perawat Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih yang bekerja selama 24 jam dengan sistem shift. Berdasarkan studi pendahuluan, IGD memiliki 56 perawat dengan rata-rata kunjungan 90–100 pasien per hari. Setiap shift terdapat sekitar 13 perawat dengan rata-rata penanganan 2–3 pasien per perawat, sedangkan shift malam dijalani rata-rata dua kali dalam satu minggu. Kondisi tersebut menunjukkan adanya tuntutan pelayanan yang tinggi dan kebutuhan terhadap kesiapan fisik serta mental perawat dalam memberikan pelayanan kegawatdaruratan, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat IGD di Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta juga masih terbatas sehingga penelitian ini penting dilakukan sebagai dasar dalam upaya peningkatan kesehatan kerja perawat serta kualitas pelayanan keperawatan.

1.2 Rumusan masalah

Apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.3.2.1 Mengidentifikasi karakteristik jenis kelamin, pendidikan, usia pada perawat IGD.
- 1.3.2.2 Mengetahui gambaran kualitas tidur pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.
- 1.3.2.3 Mengetahui gambaran tingkat kelelahan pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.
- 1.3.2.4 Menganalisis hubungan antara kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Menambah wawasan dan pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang keperawatan kerja dan manajemen keperawatan terkait hubungan kualitas tidur dengan tingkat kelelahan pada perawat, serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat bagi Institusi Rumah Sakit

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi manajemen Rumah Sakit Panti Rapih Yogyakarta dalam merancang kebijakan terkait pengaturan jadwal kerja, manajemen shift, serta program peningkatan kualitas tidur dan pencegahan kelelahan pada perawat.

1.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi mahasiswa keperawatan dalam memahami hubungan antara kualitas tidur dan tingkat kelelahan, khususnya pada lingkungan kerja dengan tingkat stres tinggi seperti IGD.

1.4.4 Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja maupun kualitas tidur pada tenaga kesehatan.