

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN KELELAHAN KERJA PADA TENAGA KEPERAWATAN DAN TENAGA KEBIDANAN DI PUSKESMAS MLATI II SLEMAN YOGYAKARTA

NOFIA ARDIYANTI – 25010115183019

(2017 - Skripsi)

Kelelahan kerja merupakan pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh karena faktor perseorangan atau fisiologis yang dapat mengakibatkan penurunan kewaspadaan, konsentrasi dan ketelitian sehingga menyebabkan terjadinya kecelakaan. Setiap pekerjaan merupakan beban kerja bagi pekerja baik fisik maupun mental yang tergantung dari tingkat ketrampilan, kesegaran jasmani, keadaan gizi, jenis kelamin, usia dan ukuran tubuh dari pekerja tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja mental, riwayat penyakit, status gizi, masa kerja, umur dan jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada tenaga keperawatan dan tenaga kebidanan di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta. Jenis penelitian ini menggunakan *mix methods* (gabungan penelitian kuantitatif dan kualitatif). Populasi penelitian ini adalah semua tenaga keperawatan dan tenaga kebidanan yang berjumlah 21 orang dengan sampel adalah total populasi. *In-depth interview* dilakukan pada 3 responden dengan tingkat kelelahan sangat lelah dan 3 responden dengan beban kerja mental sangat tinggi. Tingkat kelelahan kerja diukur menggunakan alat *reaction timer* dan *in – depth interview*, beban kerja mental menggunakan angket NASA TLX dan *in – depth interview* serta status gizi dengan pengukuran IMT (Indeks Massa Tubuh). Analisis statistik menggunakan uji Rank Spearman dengan hasil penelitian terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja mental dengan kelelahan kerja ($p=0.013$), status gizi ($p=0.022$) dan umur ($p=0.034$). Selain itu terdapat hasil penelitian yang menunjukkan tidak ada hubungan antara riwayat penyakit dengan kelelahan kerja ($p=0.172$), masa kerja ($p=0.236$) dan jenis kelamin ($p=0.095$). Penelitian ini menyarankan agar responden dapat memanfaatkan waktu istirahat dengan mendengarkan musik yang ringan agak dapat mengurangi ketegangan pikiran

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Beban Kerja Mental, Perawat, Bidan