

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini, penulis menguraikan kesimpulan untuk menjawab rumusan masalah penelitian ini. Serta, terdapat saran yang berguna bagi kegiatan penelitian selanjutnya.

#### **V.1 Kesimpulan**

Kesimpulan yang didapatkan setelah melakukan pengumpulan, pengolahan dan analisis terhadap beban kerja perawat rawat inap rumah sakit di Kota Bandung pada era adaptasi kebiasaan baru adalah sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil pengukuran beban kerja pada perawat rawat inap rumah sakit di Kota Bandung pada era adaptasi kebiasaan baru didapatkan bahwa secara rata-rata beban kerja perawat rawat inap berkategori tinggi-sangat tinggi dengan menggunakan metode NASA-TLX dengan rentang skor  $76,93 \pm 13,18 - 81,36 \pm 13,53$ .
2. Berdasarkan hasil pengukuran beban kerja pada perawat rawat inap rumah sakit di Kota Bandung pada era adaptasi kebiasaan baru didapatkan bahwa faktor demografi yaitu jenis rumah sakit tempat perawat bekerja, jenis kelamin, usia dan status pernikahan perawat mempengaruhi beban kerja yang dirasakan oleh perawat rawat inap. Sedangkan, perbedaan *shift* kerja dan tingkat kantuk pada perawat tidak memiliki pengaruh secara signifikan terhadap beban kerja yang dirasakan oleh perawat rawat inap di era adaptasi kebiasaan baru.
3. Berikut adalah rekomendasi usulan yang diberikan kepada manajemen rumah sakit di Kota Bandung sebagai bentuk promotif dan preventif terhadap kelelahan bekerja.

Rekomendasi usulan kepada manajemen rumah sakit:

- a. Melakukan perbaikan pada sistem penjadwalan sistem kerja.
- b. Menyediakan fasilitas medis yang sesuai kebutuhan COVID-19 pada rumah sakit non-rujukan COVID-19.
- c. Memberikan edukasi kepada masyarakat dengan memasang banner atau spanduk tentang pandemi COVID-19.

- d. Menyediakan fasilitas tempat beristirahat bagi perawat yang nyaman dan aman.
- e. Perekrutan perawat rawat inap dilakukan berdasarkan kriteria-kriteria seperti usia 21-30 tahun dan belum menikah.

Rekomendasi usulan kepada perawat rawat inap:

- a. Memanfaatkan waktu istirahat dengan baik saat berada di rumah.
- b. Tidak melakukan pekerjaan yang berat sebelum bekerja.
- c. Mengonsumsi makanan bergizi, bervitamin dan memiliki antioksidan tinggi.
- d. Meningkatkan sistem imun tubuh dengan berjemur dibawah sinar matahari sesuai anjuran dari *World Health Organization* (WHO) selama 5-15 menit.
- e. Berolahraga selama minimal 45 menit setiap hari untuk meningkatkan ketahanan dan kebugaran tubuh.

## **V.2 Saran**

Berikut adalah saran yang diberikan untuk pihak manajemen rumah sakit dan penelitian selanjutnya.

Saran bagi manajemen rumah sakit.

1. Mengukur tingkat kelelahan bekerja pada perawat rawat inap minimal 6 bulan sekali agar perbaikan sistem penjadwalan *shift* kerja menjadi lebih baik.
2. Penjadwalan *shift* kerja pada masa adaptasi kebiasaan baru dirancang berdasarkan parameter-parameter yang ada.
3. Menyediakan fasilitas yang belum tersedia pada rumah sakit sesegera mungkin untuk meminimalisir rasa tidak aman dan kewaspadaan pada perawat.

Saran bagi penelitian selanjutnya.

1. Lakukan penelitian beban kerja berdasarkan beban kerja fisik dengan menggunakan protokol yang diatur oleh kemenkes.
2. Penelitian lebih baik difokuskan kepada satu rumah sakit satu unit departemen agar implementasi perbaikan dapat terlaksana optimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afriansyah, N. N. (2017). Beban Kerja Mental dan Keluhan Kelelahan Kerja pada Bidan di Puskesmas Jetis Yogyakarta. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 6 No.2, 166-176. Dipetik Juli 23, 2020
- Ákerstedt, T. (2012). Karolinska Sleepiness Scale (KSS). *STOP, THAT and One Hundred Other Sleep Scales*, 209-210.
- Alhasanah, N. H. (2016). *Gambaran Kinerja Perawat Berdasarkan Beban Kerja*. Universitas Islam Negeri Syarifhidayatullah, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Jakarta. Dipetik Juli 22, 2020, dari <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/34278/1/NURIL%20HIDAYAH%20ALHASANAH-FKIK.pdf>
- Amin, C. Z. (2017, September 16). *Definition, Classification, and Function of Hospital*. Diambil kembali dari SlideShare: <https://www.slideshare.net/zulfiquer732/definition-classification-and-function-of-hospital>
- Anjaryani, W. D. (2009). *Kepuasan Pasien Rawat Inap Terhadap Pelayanan Perawat di RSUD Tugurejo Semarang*. Semarang: UNDIP.
- Azwar, A. H. (1996). *Menjaga Mutu Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- Bougie, R., & Sekaran, U. (2010). *Research Method for Business: A Skill-Building Approach (5th ed.)*. Haddington: John Wiley & Sons.
- Brown, J. G., Wieroney, M., Blair, L., Zhu, S., Warren, J., Scharf, S. M., & Hinds, P. S. (2014). Measuring Subjective Sleepiness at Work in Hospital Nurses: Validation of a modified delivery format of the Karolinska Sleepiness Scale. *Sleep Breath*, 731-739. doi:10.1007/s11325-013-0935-z
- Byrne, A. (2011). Measurement of Mental Workload in Clinical Medicine: A Review Study. *Anesthesiology and Pain Medicine*, 90-94.
- Centre for Studies on Human Stress. (2019). *Stress Ingredients*. Maxime Cliche.
- Charles, R., & Nixon, J. (2019). Measuring mental workload using physiological measures: A systematic review. *Applied Ergonomics*, 221-232.

- Crisp, J., Douglas, C., Rebeiro, G., & Waters, D. (2017). *Potter & Perry's Fundamentals of Nursing*. Chatswood, NSW: Elsevier Australia (a division of Reed International Books Australia Pty Ltd.).
- Cucu, Nuraeni, H., & Muryani, A. (2019). Analisis Beban Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Gigi Mulut Universitas Padjajaran Tahun 2018. *Jurnal Sistem Kesehatan*, 4, 164-172. Dipetik Juli 22, 2020, dari [http://journal.unpad.ac.id/jsk\\_ikm/article/view/22983](http://journal.unpad.ac.id/jsk_ikm/article/view/22983)
- Datusanantyo, R. A. (2015, Juli 22). *Menyusun Indikator Mutu Rumah Sakit*. Diambil kembali dari Mutu Pelayanan Kesehatan: <https://www.mutupelayanankesehatan.net/index.php/19-headline/1986-menyusun-indikator-mutu-rumah-sakit>
- Davis, & Newstrom. (1985). *Human Behavior at Work: Organizational Behavior, International Edition*. Singapore: Mc Graw Hill Book Company.
- Dewi, A. C., Surono, A., & Sutomo, A. H. (2016). Stres Kerja, Usia, dan Lama Layanan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 32 No. 2, 53-58. Dipetik Juli 23, 2020
- Fahamsyah, D. (2017). Analisis Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 107-115.
- Fatona, L. (2015). Perbedaan Tingkat Kelelahan antara Shift Pagi, Sore dan Malam pada Perawat Rawat Inap di RS PKU Aisyiyah Boyolali. 1-12. Dipetik Juli 22, 2020, dari [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53186080/Naskah\\_Publikasi-2.pdf?1495149432=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DNaskah\\_20Publikasi.pdf&Expires=1595428255&Signature=FpQAExp3H7IDZiePkMdkubna2~xoXt3j4hQn24Hky5lm7BAqhK4LBixHHRZIschs0OE-rRJ](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/53186080/Naskah_Publikasi-2.pdf?1495149432=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DNaskah_20Publikasi.pdf&Expires=1595428255&Signature=FpQAExp3H7IDZiePkMdkubna2~xoXt3j4hQn24Hky5lm7BAqhK4LBixHHRZIschs0OE-rRJ)
- Foundation, T. N. (2020, July 28). *How Much Sleep Do We Really Need?* Diambil kembali dari [SleepFoundation.org](https://www.sleepfoundation.org/articles/how-much-sleep-do-we-really-need): <https://www.sleepfoundation.org/articles/how-much-sleep-do-we-really-need>
- Garcia, Karen Y. Ferreira; Rodriguez, Jorge de la Riva; Leal, Jaime Sanchez; Martinez, Rosa M. Reyes; Prieto, Arturo Woocay;. (2019). Determination of

- Allowance Time by Work Sampling and Heart Rate in Manufacturing Plant in Juarez Mexico. *Hindawi, Journal of Engineering*, 1-6.
- Ghozali, I. (2012). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 20*. Semarang: UNDIP.
- Gibson, J., Ivancevich, J., & Donnelly, Jr., J. (1994). *Organisasi dan Manajemen Perilaku, Struktur, Proses*. Jakarta: Erlangga.
- Haliman, & Wulandari. (2012). *Cerdas Memilih Rumah Sakit*. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Handarizki, H. W., & Krisnugraha, R. F. (2019). Analisis Beban Kerja Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Sidoarjo. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh (MaKMA)*, 39-47. Dipetik Juli 22, 2020, dari [https://www.researchgate.net/publication/337825703\\_ANALISIS\\_BEBAN\\_KERJA\\_PERAWAT\\_DI\\_INSTALASI\\_RAWAT\\_INAP\\_RSUD\\_SIDOARJO](https://www.researchgate.net/publication/337825703_ANALISIS_BEBAN_KERJA_PERAWAT_DI_INSTALASI_RAWAT_INAP_RSUD_SIDOARJO)
- Hart, S. G., & Staveland, L. E. (1988). Development of NASA-TLX (Task Load Index): Results of Empirical and Theoretical Research. Dalam P. A. Hancock, & N. Meshkati, *Human Mental Workload* (hal. 139-183). Amsterdam: Elsevier Science Publisher B.V.
- Hendrawan, L. S. (2020, Mei 14). *Arti Promotif, Preventif, Kuratif, dan Rehabilitatif dalam Dunia Kesehatan*. Diambil kembali dari Times Indonesia: <https://www.timesindonesia.co.id/read/news/271500/arti-promotif-preventif-kuratif-dan-rehabilitatif-dalam-dunia-kesehatan>
- Hidayat, T., Pujangkoro, S., & Anizar. (2013). Pengukuran Beban Kerja Perawat Menggunakan Metode NASA-TLX di Rumah Sakit XYZ. *e-Journal Teknik Industri FT USU*, 2, 42-47. Dipetik Juni 20, 2020, dari <https://media.neliti.com/media/publications/219310-pengukuran-beban-kerja-perawat-menggunakan.pdf>
- Indonesia, K. K. (2018). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2018 tentang Kewajiban Rumah Sakit dan Kewajiban Pasien*. Jakarta: Kemkes RI.
- Iridiastadi, H., & Yassierli. (2016). *Ergonomi Suatu Pengantar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Jex, H. R. (1991). Measuring Mental Workload: Problems, Progress, and Promises. Dalam P. Hancock, N. Meshkati, & Editors, *Human Mental Workload* (hal. 5-36). Amsterdam: Elsevier Science Publisher B.V.

- Jogloabang, R. (2019, July 25). *UU 36 tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan*. Diambil kembali dari JOGLOABANG: <https://www.jogloabang.com/pustaka/uu-36-2014-tenaga-kesehatan>
- Johns, M. (2009). *What is Excecssive Daytime Sleepiness?* Melbourne: Swinburne University of Technology.
- Kasmarani, M. K. (2012). Pengaruh Beban Kerja Fisik dan Mental Terhadap Stres Kerja pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Cianjur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume 1, Nomor 2, 767-776*.
- Kemenkes. (2017). *Situasi Tenaga Keperawatan Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI.
- Kroemer, K. H., Kroemer, H. B., & Kroemer-Elbert, K. E. (2001). *Ergonomics: How to Design for Ease & Efficiency*. New Jersey: Prentice-Hall Inc.
- Kusumawardani, L. (2012). *Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Perawat Wanita Bagian Rawat Inap Di Rumah Sakit Dr. Oen Surakarta*. Surakarta: UNS.
- Levey, S., & Loomba, N. (1973). *Health Care Administration: A Managerial Perspective*. Philadelphia: J.B. Lippincott Company.
- Little, D., & Carnevalli, D. (1969). *Nursing Care Planning*. Lippincott.
- Lumintang, P. (2015). Perbedaan Tingkat Stres Kerja Perawat Instalasi Gawat Darurat dan Unit Rawat Inap di Rumah Sakit Pancaran Kasih GMIM Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kep) Volume 3. Nomor 1, 1-6*.
- Mangkunegara, A. P. (2011). *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Matthews, G. (2015). Driving in States of Fatigue or Stress. *Handbook of Driving Simulation for Engineering, Medicine and Psychology*, 389 - 398.
- Maxwell, S. E., & Delaney, H. D. (2004). *Designing Experiments and Analyzing Data (2nd Edition)*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Pheasant, S. (1991). *Ergonomics, Work and Health*. London: The Macmillan Press LTD.
- Prabaswara, S. (2013). *Studi Kelelahan Dalam Aktivitas Mengemudi Berdurasi Panjang*. Bandung: Institut Teknologi Bandung.
- Pratama, E. R., Rahayu, M., & Sjafrizal, T. (2015). Identifikasi Tingkat Kelelahan untuk Mengurangi Risiko Kecelakaan Kerja di Divisi Warehouse PT.

- Papandayan Cocoa Industries dengan Pendekatan Metode Beban Kerja Mental. *e-Proceeding of Engineering: Vol.2, No.3, 7524-7539*.
- Putri, U. L., & Handayani, N. U. (t.thn.). Analisis Beban Kerja Mental dengan Metode NASA TLX pada Departemen Logistik PT ABC.
- Razali, N. M., & Yap, B. W. (2011). Power Comparisons of Shapiro-Wilk, Kolmogorov-Smirnov, Lilliefors, and Anderson-Darling Tests. *Journal of Statistical Modeling and Analytics Vol.2 No.1, 21-33*.
- Redaksi. (2018, January 26). *Beban Kerja*. Diambil kembali dari Pelajaran: <https://www.pelajaran.co.id/2018/26/pengertian-beban-kerja-aspek-dimensi-faktor-dan-pengukuran-beban-kerja.html#aspek-dan-dimensi-beban-kerja>
- Redaksi. (2020, Januari 11). *Teori dan Aspek-aspek Beban Kerja Menurut Para Ahli*. Diambil kembali dari Universitas Psikologi: <https://www.universitaspsikologi.com/2020/01/teori-dan-aspek-aspek-beban-kerja.html>
- Retnaningsih, D., & Fatmawati, D. (2016). Beban Kerja Perawat terhadap Implementasi Patient Safety di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Soedirman* , 44-52.
- Riadi, M. (2018, Januari 10). *Pengertian, Dimensi dan Pengukuran Beban Kerja*. Diambil kembali dari Kajian Pustaka: <https://www.kajianpustaka.com/2018/01/pengertian-dimensi-dan-pengukuran-beban-kerja.html>
- Rizqiansyah, M. Z. (2017). Hubungan antara Beban Kerja Fisik dan Beban Kerja Mental berbasis Ergonomi terhadap Tingkat Kejenuhan Kerja pada Karyawan PT Jasa Marga (Persero) Tbk Cabang Surabaya Gempol. *Jurnal Sains Psikologi, Jilid 6, Nomor 1, 37-42*.
- Rosadi, G. A. (2014). *Hubungan Beban Kerja dan Kepuasan Kerja Dengan Intensi Berhenti Bekerja Karyawan Contact Center Garuda Indonesia*. Bandung: Perpustakaan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2010). *Research Methods for Business: A Skill Building Approach*. Chichester: A John Wiley and Sons, Ltd, Publication.
- Simanjuntak, R. A. (2010). Analisis Beban Kerja Mental dengan Metoda NASA-TASK LOAD INDEX. *Jurnal Teknologi Technoscientia, 78-86*. Dipetik Juni 9, 2020, dari

<https://ejournal.akprind.ac.id/index.php/technoscientia/article/view/447/32>

9

- Siswanto, D., & Tesavrita, C. (2015). *Evaluasi Kelelahan dan Tingkat Stres Pengemudi Travel dan Masinis Kereta Api Berdasarkan Pengukuran Tingkat Kantuk dan Denyut Jantung*. Bandung: Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Katolik Parahyangan.
- Sulistiyawati, N. N., Purnawati, S., & Muliarta, I. (2019). Gambaran Tingkat Stres Kerja Perawat dengan Kerja Shift di Instalasi Gawat Darurat RSUD Karangasem. *E-Journal Medika*, Vol. 8 No.1, 1-6.
- Suma'mur. (2009). *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Suryanti, N. (2002). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Lamanya Waktu Proses Pendaftaran Pasien Rawat Inap di Rumah Sakit Pondok Indah*. Jakarta: FKM-UI.
- WHO Timeline - COVID-19. (2020, April 27). Diambil kembali dari World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/detail/27-04-2020-who-timeline---covid-19>
- Widiastuti, R., Purnomo, D. E., & Nur, A. (Agustus 2017). Penentuan Beban Kerja Mental Perawat Berdasarkan Shift Kerja dan Jenis Kelamin Menggunakan Metode National. *Jurnal Science Tech Vol.3*, 113-120.
- Zulmiasari, & Muin, M. (2017). Gambaran Tingkat Stress Kerja pada Perawat di Pusat Kesehatan Masyarakat (PUSKESMAS) Kota Semarang. *Jurnal Jurusan Keperawatan*, 1-8.