

Stres Kerja Akibat Kelelahan Kerja Pada Petugas Rekam Medis di Rumah Sakit

¹Fani Aisyah Amini, ²Sri Darnoto, ³Dwi Astuti

^{1,2,3}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
Jalan Ahmad Yani Tromol Pos I Pabelan Kartasura Sukoharjo Jawa Tengah 57162
E-mail Korespondensi: da168@ums.ac.id

ABSTRAK

Kelelahan kerja merupakan bagian dari masalah umum yang dihadapi oleh pekerja. Istilah kelelahan mengacu pada keadaan dimana melemahnya tenaga untuk melakukan suatu aktivitas. Salah satu risiko dari kelelahan kerja adalah terjadinya stres akibat kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total population dengan jumlah sebesar 35 petugas rekam medis. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan instrumen kuesioner yaitu kuesioner Industrial Fatigue Research Committee (IFRC) dan kuesioner Survei Diagnosis Stres (SDS). Hasil analisis statistik uji spearman, didapatkan nilai p-value = 0,006 dan koefisien korelasi = 0,458. Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS dengan tingkat kekuatan hubungan moderat. Berdasarkan hasil penelitian ini, ada beberapa saran yang bisa dilakukan rumah sakit yaitu melakukan pengukuran kelelahan kerja dan stres kerja secara berkala, mengadakan kegiatan senam bersama atau gathering, mengadakan program sharing problem bersama kepala departemen, dan melakukan rolling pekerjaan antar petugas rekam medis.

Kata Kunci: *Kelelahan Kerja, Stres Kerja, Petugas Rekam Medis.*

ABSTRACT

Work fatigue is one of the common problems faced by workers. The term fatigue Work fatigue is part of the common problems workers face. Fatigue is when the energy is weakened to carry out an activity. One of the risks of burnout is the occurrence of work-related stress. This study aims to determine the relationship between work fatigue and strain on UNS Hospital medical record officers. This study uses quantitative research with an analytic observational method with a cross-sectional approach. The sampling technique in this study used a total population of 35 medical record officers. Data collection techniques were carried out using a questionnaire instrument, namely the Industrial Fatigue Research Committee (IFRC) questionnaire and the Stress Diagnosis Survey (SDS) questionnaire. The results of the statistical analysis of the Spearman test obtained a p-value = 0.006 and a correlation coefficient = 0.458. This means there is a relationship between work fatigue and work stress for medical record workers at UNS Hospital with a moderate relationship strength. Based on the results of this study, several suggestions can be made by the hospital, namely measuring work fatigue and work stress regularly, holding joint gymnastic activities or gatherings, holding problem-sharing programs with department heads, and rolling jobs between medical record officers.

Keywords: *Work Fatigue, Work Stress, Medical Record Officer.*

PENDAHULUAN

Kebijakan pembangunan kesehatan bertujuan untuk mencapai kesehatan yang optimal bagi seluruh masyarakat, termasuk tenaga kerja (Risksdas 2013). Tenaga kerja disini tidak hanya untuk pekerja di bidang industri, tetapi juga pekerja yang ada di pelayanan kesehatan, salah satunya adalah petugas rekam medis.

Dalam mencapai pelayanan rekam medis yang prima, maka perlu memperhatikan dan melindungi kesehatan fisik serta mental dari petugas rekam medis. Tingginya tuntutan pekerjaan dan meningkatnya beban kerja akibat semakin banyaknya pasien yang datang, memberikan dampak yang cukup besar terhadap kelelahan fisik dan mental petugas rekam medis (Zefan Adiputra Golo, Eliyah Eliyah 2021).

Kelelahan kerja merupakan bagian dari masalah umum yang dihadapi oleh pekerja. Risiko terjadinya kelelahan kerja diwujudkan dengan menurunnya motivasi kerja, kinerja buruk, kualitas kerja buruk, seringnya kesalahan, produktivitas rendah, kecelakaan kerja, sakit, cedera dan stres akibat pekerjaan (Tarwaka 2015). Internatonal Labour Organizaton (ILO) menyatakan bahwa setiap tahunnya terdapat 2 juta pekerja meninggal karena kecelakaan kerja akibat kelelahan bekerja (ILO 2021).

Salah satu pekerjaan yang paling menimbulkan stres bagi para tenaga kesehatan di tempat kerja adalah administrator rumah sakit, termasuk mereka yang bertanggung

jawab atas rekam medis pasien (Moorhead G 2013) . Stres kerja merupakan akibat dari tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan seseorang dan dapat menimbulkan berbagai jenis reaksi baik berupa reaksi fisiologis, psikologis, maupun perilaku (Marchelia 2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Health and Safety Executive (HSE) pada tahun 2017/2018, terdapat 595.000 kasus stres dan depresi terkait pekerjaan, dengan tingkat prevalensi 1.800 per 100.000 pekerja (Executive and Safety 2022).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti didapatkan beberapa petugas yang mengalami kelelahan kerja berupa merasa mengantuk (75%), merasa lelah pada seluruh badan (41,7%) dan merasa berat di kepala (16,7%). Selain itu, beberapa petugas rekam medis juga merasakan adanya gejala timbulnya stres kerja berupa sulit berkonsentrasi pada suatu pekerjaan (16,7%), cenderung lupa terhadap hal-hal kecil saat adanya kegiatan (8,3%), merasa tidak tenang ketika pasien menumpuk meskipun sudah mengerjakan pekerjaan sesuai aturan dengan baik (8,3%), serta merasa tugas atau pekerjaan yang diberikan terlalu sulit dan lebih kompleks setiap harinya (8,3%). Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode

observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan total population yaitu teknik mengambil sampel semua anggota populasi. Pengambilan sampel jenis ini dilakukan sehubungan dengan jumlah populasi yang relatif kecil yaitu 35 petugas rekam medis. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel bebas berupa kelelahan kerja dan variabel terikat berupa stres kerja. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner Industrial Fatigue Research Committee (IFRC) dan kuesioner Survei Diagnosis Stres (SDS).

Adapun penelitian ini telah mendapatkan surat hasil kaji etik. Surat kelaikan etik tersebut dengan nomor: 1.071/VIII/HREC/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh data karakteristik responden sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Petugas Rekam Medis di Rumah Sakit UNS

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
<25 tahun	12	34
25-30 tahun	21	60
>30 tahun	2	6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	13	37
Perempuan	22	63
Pendidikan Terakhir		
SMA/SMK	3	8,6
D3/D4	30	85,7
S1	2	5,7
Masa Kerja		
<5 tahun	25	71
5-10 tahun	9	26
>10 tahun	1	3

Karakteristik responden berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa dari 35 responden, karakteristik umur sebagian besar

(60%) berumur 25-30 tahun, karakteristik jenis kelamin sebagian besar (63%) perempuan, karakteristik tingkat pendidikan sebagian besar (85,7%) lulusan D3/D4, dan karakteristik masa kerja sebagian besar (71%) masa kerja <5 tahun.

Adapun data yang diperoleh terkait kelelahan kerja adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja

Kelelahan Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	0	0
Sedang	31	88,6
Tinggi	4	11,4
Sangat Tinggi	0	0
Total	35	100

Kelelahan kerja berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 35 responden, sebagian besar (88,6%) mengalami kelelahan kerja sedang, sedangkan yang lain mengalami kelelahan kerja tinggi (11,4%). Dari 35 petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS didapatkan hasil 31 petugas rekam medis yang mengalami kelelahan sedang dan 4 petugas rekam medis yang mengalami kelelahan tinggi. Petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mengalami kelelahan kerja tinggi sebanyak 4 responden, sedangkan yang mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 31 responden dimana 23 diantaranya memiliki masa kerja kurang dari 5 tahun. Pekerja dengan masa kerja yang cukup lama, seringkali merasa nyaman dengan pola kerja yang ada ditempat kerja dan sudah memiliki pengalaman kerja, berbeda dengan pekerja dengan masa kerja baru yang harus beradaptasi dengan pola kerja yang baru dan kurangnya pengalaman dapat menyebabkan kelelahan

dalam bekerja (Lutfi, Puspanegara, and Mawaddah 2021).

Petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS yang mengalami kelelahan kerja sedang dan tinggi didominasi oleh perempuan yakni 19 dari 22 responden dan 3 dari 22 responden. Kelelahan di tempat kerja dapat ditentukan berdasarkan jenis kelamin (Suma'mur 2014). Hal ini dikarenakan kondisi fisik dan mental seorang wanita akan memburuk diakibatkan siklus haid setiap bulan yang dialami. Oleh karena itu, kelelahan perempuan dianggap lebih besar daripada pekerja laki-laki.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS dengan kelelahan kerja sedang justru lebih banyak ditemukan pada responden yang berusia muda <25 tahun dan 25-30 tahun yakni 10 dan 19 responden. Pekerja yang lebih muda lebih rentan terhadap kelelahan, karena sebagian besar penelitian mengenai hubungan antara usia dan kelelahan menunjukkan bahwa pekerja yang lebih tua cenderung tidak mengalami kelelahan kerja (Malik, Ikhrum Hardi S, and Hasriwiani Habo Abbas 2021). Usia berkaitan dengan pengalaman kerja, pekerja yang lebih muda mungkin memiliki pengalaman kerja yang lebih sedikit dan masih melalui proses adaptasi, sehingga merasakan kelelahan kerja yang lebih daripada pekerja yang lebih tua.

Berdasarkan tingkat pendidikan petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS banyak yang sudah mencapai D3/D4 yaitu 30 (85,7%) responden dan 26 diantaranya mengalami kelelahan kerja sedang. Status pernikahan,

tingkat pendidikan, jam kerja mingguan, dan shift malam berhubungan erat dengan kelelahan kronis (Huang et al. 2019).

Hasil dari kelelahan kerja yang dialami pekerja dapat menimbulkan masalah bagi perusahaan karena manifestasinya dalam bentuk motivasi yang rendah, frustrasi, semangat kerja yang rendah dan bahkan pemutusan hubungan kerja. Hal tersebut dapat menghambat kinerja karyawan yang dapat berujung pada merugikan perusahaan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Stres Kerja

Kelelahan Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	16	45,7
Rendah	15	42,9
Sedang	1	2,9
Tinggi	2	5,7
Sangat Tinggi	1	2,9
Total	35	100

Stres kerja berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 35 responden, sebagian besar mengalami stres kerja sangat rendah (45,7%) dan stres kerja rendah (42,9%). Berdasarkan hasil penelitian dari 35 petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS didapatkan hasil 1 orang yang lain mengalami stres kerja sangat tinggi.

Stres kerja dipandang sebagai respon fisiologis, psikologis, dan perilaku individu terhadap stresor internal dan eksternal yang berhubungan dengan pekerjaan, dimana tuntutan pekerjaan yang tidak dapat dipenuhi oleh keterampilan karyawan dapat menyebabkan stres kerja. Stres kerja sebagian besar berkaitan dengan kondisi kerja yang menekan diri individu dan merupakan bentuk perselisihan antara individu dengan

lingkungan kerja (Dewi, Surono, and Sutomo 2016).

Dari hasil penelitian pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS, diketahui petugas rekam medis berumur 25-30 tahun 11 dari 21 responden mengalami stres kerja sangat rendah dan 8 dari 21 petugas rekam medis mengalami stres kerja rendah. Umur menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat stres seseorang, meskipun penelitian tentang pengaruh umur terhadap tingkat stres kerja masih belum pasti dan hasilnya seringkali bervariasi. Stres dapat meningkat pada perawat yang lebih tua karena kelelahan, usia, dan berkurangnya aktivitas fisik (De La Cruz and Abellan 2015). Dari hasil wawancara dengan petugas rekam medis diketahui bahwa petugas dengan usia lebih muda merasa bahwa tuntutan mengenai mutu pekerjaan terlalu berlebihan, tugas-tugas yang diberikan terlalu sulit atau terlalu banyak dan merasa tidak memiliki waktu untuk istirahat.

Petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS dengan masa kerja <5 tahun yang mengalami stres kerja sangat rendah sebanyak 12 dari 25 responden, petugas rekam medis yang mengalami stres kerja rendah sebanyak 11 dari 25 responden, dan petugas rekam medis yang mengalami stres kerja tinggi sebanyak 2 dari 25 responden. Baik masa kerja lama ataupun baru sama-sama dapat menyebabkan stres kerja. Masa kerja yang baru dapat menimbulkan stres dalam bekerja akibat tekanan kerja yang tinggi karena karyawan masih harus beradaptasi dengan lingkungan kerja dan bahaya pekerjaan yang

mungkin terjadi, sedangkan waktu kerja yang lama juga dapat menimbulkan stres dalam bekerja karena beban kerja dan tanggung jawab yang lebih berat, serta rutinitas kerja yang lebih kompleks dan kemonotonan yang timbul dengan lingkungan kerja yang terbatas membuat karyawan bosan (Ibrahim, Hasbi, Munawir Amansyah 2016).

Petugas rekam medis dengan masa kerja <5 tahun merasa rumah sakit terlalu mengharapkan petugas rekam medis untuk bisa melebihi keterampilan dan kemampuan dengan memberikan pekerjaan yang semakin kompleks dan sulit setiap harinya, selain itu petugas rekam medis merasa kurang terlatih atau kurang pengalaman untuk melaksanakan tugas dengan baik.

Petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mayoritas berjenis kelamin perempuan yakni sebanyak 22 responden, dimana 9 responden diantaranya mengalami stres kerja sangat rendah, 9 responden lain mengalami stres kerja rendah dan 2 diantaranya mengalami stres kerja tinggi. Perempuan lebih rentan mengalami stres di tempat kerja karena lebih mudah lelah dan siklus menstruasi dapat memengaruhi keadaan emosinya (Ansori and Martiana 2017). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status pernikahan dan jenis kelamin serta stres kerja, dengan rata-rata skor stres kerja lebih tinggi pada perawat sudah menikah dibandingkan perawat belum menikah (Mirzaei, Mozaffari, and Habibi Soola 2022).

Berdasarkan tingkat pendidikan petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS

diketahui bahwa responden dengan tingkat pendidikan D3/D4 sebanyak 12 dari 30 responden mengalami stres kerja sangat rendah, 14 dari 30 reponden mengalami stres kerja rendah, dan 2 dari 30 responden mengalami stres kerja tinggi. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pencapaian pendidikan dengan stres kerja, dimana mereka yang memiliki gelar sarjana lebih banyak mengalami stres dibandingkan mereka yang tidak memiliki gelar sarjana. Orang dengan pendidikan lebih tinggi sering kali menghadapi situasi yang lebih sulit dan harus melakukan tugas yang lebih terspesialisasi, sehingga dapat meningkatkan stres kerja (Mirzaei, Mozaffari, and Habibi Soola 2022). Memiliki tingkat pendidikan yang baik memang sangat membantu pekerja dalam mengetahui hal-hal dasar dan keterampilan, namun tidak bisa dipungkiri bahwa pengalaman kerja yang dimiliki dapat membantu pekerja dalam mengurangi rasa stres di tempat kerja.

Tabel 4. Hubungan antara Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja

Stres Kerja	Kelelahan Kerja				Total	Sig.
	S		T			
	f	%	f	%		
Sangat Rendah	15	48,4	1	25	16	0,006
Rendah	13	41,9	2	50	15	
Sedang	0	0	1	25	1	
Tinggi	2	6,5	0	0	2	
Sangat Tinggi	1	3,2	0	0	1	

Keterangan: S= sedang; T= tinggi.

Berdasarkan Tabel 4, hasil analisis uji statistik dengan korelasi spearman didapatkan nilai

signifikansi atau sig. (2- tailed) sebesar 0,006 yang berarti lebih kecil dari derajat kesalahan 0,05 sehingga H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS. Tingkat kekuatan hubungan pada penelitian ini dapat dilihat pada nilai korelasi koefisien yaitu sebesar 0,458. Dengan demikian dapat diketahui bahwa tingkat kekuatan hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS adalah hubungan moderat.

Penelitian ini sejalan dengan sebuah penelitian dengan judul Hubungan Kelelahan Kerja dengan Stress Kerja pada Karyawan di SPBU Kabupaten Minahasa yang juga menunjukkan hasil signifikan dengan nilai $p = 0,003$, sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja (Dajoh et al. 2021). Penelitian ini sejalan dengan penelitian lain yang juga menunjukkan bahwa kelelahan kerja memiliki korelasi positif dengan stres kerja ($r=0,491$, $p=0,01$) (Wu et al. 2020). Dari penelitian tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa semakin berat kelelahan kerja yang dialami di tempat kerja maka semakin tinggi pula tingkat stres kerja, begitu pula sebaliknya semakin rendah tingkat kelelahan kerja maka akan semakin rendah pula stres kerja yang dialami di tempat kerja.

Kelelahan merupakan respon fisik tubuh akibat keadaan kompleks yang disebabkan oleh faktor biologis selama persalinan maupun karena pengaruh faktor

internal dan eksternal, sedangkan stres kerja merupakan bentuk respon psikologis tubuh terhadap tekanan dan tuntutan kerja di luar kemampuannya, baik tuntutan fisik maupun keadaan sosial menghambat kinerja pekerja, yang pada akhirnya dapat menyebabkan stres kerja (Vanchapo 2020).

Kelelahan kerja yang tidak dikendalikan akan menyebabkan stres kerja yang dampaknya tidak hanya pada petugas rekam medis itu sendiri tapi juga kerugian bagi rumah sakit maupun pasien. Stres dapat terjadi pada setiap pekerja di tempat kerja, namun tingkat keparahan stres akan bergantung pada bagaimana pekerja menghadapi masalah yang ada dan kemampuan pekerja untuk menyelesaikannya. Jika dapat menghadapi dan menyelesaikannya dengan baik maka akan terhindar dari perasaan stres, tetapi jika tidak mampu menghadapi dan menyelesaikannya dengan baik maka dampaknya bisa sampai menyebabkan kemarahan, frustrasi, dan depresi. Sedangkan kerugian untuk rumah sakit akibat dari stres kerja yang dirasakan oleh petugas rekam medis yaitu kepuasan kerja menurun, kurangnya komitmen terhadap rumah sakit, menurunnya kemampuan dalam mengambil keputusan, bahkan sampai kepada hasil kinerja yang tidak baik. Jika hal tersebut tidak dilakukan pencegahan maupun pengendalian, maka dampaknya juga akan dirasakan pasien, baik berupa penumpukan pasien di bagian administrasi pendaftaran sampai dengan ketidaksesuaian laporan rekam medis pasien. Tentu hal tersebut sebaiknya dihindari, maka yang perlu dilakukan adalah

melakukan pencegahan dan penanggulangan terkait kelelahan dan stres akibat kerja.

Dalam pelaksanaan penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan diantaranya, pada saat proses pengambilan data tidak semua responden diwawancarai secara langsung, selain itu menggunakan kuesioner untuk pengukuran kelelahan kerja sendiri sudah termasuk keterbatasan karena kelelahan kerja bisa diukur menggunakan alat ukur reaction timer sehingga data yang didapatkan tidak terjadi bias dan lebih konsisten. Pada penelitian ini juga tidak melakukan pengukuran terhadap faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi stres kerja seperti status pernikahan, shift kerja dan faktor-faktor lingkungan kerja seperti pencahayaan dan suhu. Faktor-faktor tersebut tidak diperhitungkan pada saat penelitian dilakukan karena adanya keterbatasan dalam pengetahuan yang dimiliki peneliti

KESIMPULAN

Ada hubungan kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS dengan nilai p -value = 0,006 dan nilai $r = 0,458$ atau tingkat kekuatan hubungan adalah moderat. Sebanyak 88,6% petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mengalami kelelahan kerja tingkat sedang dan 11,4% lainnya mengalami kelelahan kerja tingkat tinggi. Sebanyak 45,7% petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mengalami stres kerja sangat rendah, 42,9% petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mengalami stres kerja rendah, 2,9% petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mengalami stres kerja

sedang, 5,7% petugas rekam medis di Rumah Sakit UNS mengalami stres kerja tinggi dan 2,9% lainnya mengalami stres kerja sangat tinggi.

SARAN

Rumah sakit sebaiknya melakukan pengukuran kelelahan kerja dan stres kerja di unit lain sehingga dapat mendeteksi gejala kelelahan dan dapat mencegah terjadinya stres kerja akibat kelelahan kerja. Setelah itu, rumah sakit bisa mengagendakan pelatihan mengenai kelelahan kerja dan stres kerja seperti manajemen stres dengan topik yang disesuaikan dengan hasil dari pengukuran yang telah dilakukan. Untuk mengurangi stres kerja dan menjaga performa petugas rekam medis maupun tenaga kerja yang lain, rumah sakit bisa mengadakan kegiatan outdoor secara rutin seperti senam bersama atau melakukan suatu kegiatan pemulihan berupa gathering atau rekreasi. Selain itu, rumah sakit juga bisa mengadakan agenda atau program seperti Group Leader Time atau waktu khusus bersama kepala departemen secara periodik untuk sharing problem yang dirasakan oleh tenaga kerja sehingga dapat meminimalisir stres kerja dan sebagai bentuk perhatian dari pihak manajemen akan kesehatan mental tenaga kerja. Selain itu, rumah sakit bisa melakukan rolling pekerjaan secara berkala antara petugas rekam medis di unit pengelolaan berkas dengan petugas rekam medis yang ada di bagian pendaftaran untuk menghindari adanya kelelahan dan monoton

dalam pekerjaan yang sama dalam jangka waktu yang lama.

Ketika petugas rekam medis merasakan kelelahan, dianjurkan untuk melakukan peregangan otot untuk menghindari kelelahan yang berkepanjangan dan meredakan ketegangan di otot, terutama saat bekerja dalam posisi duduk dalam waktu yang lama. Selain itu, petugas rekam medis sebaiknya mencukupi asupan nutrisi dan air mineral sehingga dapat menjaga ketahanan tubuh dan mencegah terjadinya kelelahan.

Bagi peneliti selanjutnya, bisa lebih mempertimbangkan untuk menggunakan alat penelitian lain dengan jumlah pertanyaan yang tidak terlalu banyak atau jika ingin mengukur kelelahan kerja bisa menggunakan reaction timer sehingga dapat menghindari bias pada data dan mengurangi kemungkinan responden menjawab dengan tidak sungguh-sungguh. Selain itu, peneliti selanjutnya bisa menambahkan atau meneliti faktor lain guna mengetahui faktor yang mempengaruhi stres kerja, seperti faktor status pernikahan, shift kerja dan faktor-faktor lingkungan kerja seperti pencahayaan dan suhu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Batasi ucapan terimakasih pada para professional yang membantu penyusunan naskah, termasuk pemberi dukungan teknis, dan ada dukungan umum dari suatu institusi.

DAFTAR PUSTAKA

Ansori, Rian Rosihan, and Tri Martiana. 2017. "Hubungan Faktor Karakteristik Individu

- Dan Kondisi Pekerjaan Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Gigi.” *The Indonesian Journal of Public Health* 12(1): 75.
- Dajoh, Venansya et al. 2021. “Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Stress Kerja Pada.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA* 02(01): 21–26.
- Dewi, Angelina Candra, Agus Surono, and Adi Heru Sutomo. 2016. “Stres Kerja, Usia, Dan Lama Layanan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Grhasia Yogyakarta.” *BKM Journal of Community Medicine and Public Health*: 53–58.
- Executive, Health and, and Safety. 2022. “Work-Related Stress, Anxiety or Depression Statistics in Great Britain.”
- Huang, Hao et al. 2019. “Effects of Job Conditions, Occupational Stress, and Emotional Intelligence on Chronic Fatigue among Chinese Nurses: A Cross-Sectional Study.” *Psychology Research and Behavior Management* 12: 351–60.
- Ibrahim, Hasbi, Munawir Amansyah, and Githa Nurfaridha Yahya. 2016. “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Factory 2 Pt. Maruki Internasional Indonesia Makassar Tahun 2016.” *The Public Health Science Journal*.
- ILO. 2021. “Almost 2 Million People Die from Work-Related Causes Each Year.” https://www.ilo.org/global/about-the-ilo/newsroom/news/WCMS_819705/lang--en/index.htm. (July 3, 2022).
- De La Cruz, Silvia Portero, and Manuel Vaquero Abellan. 2015. “Professional Burnout, Stress and Job Satisfaction of Nursing Staff at a University Hospital.” *Revista Latino-Americana de Enfermagem* 23(3): 543–52.
- Lutfi, Muhammad, Aditiya Puspanegara, and Anggi Ulfah Mawaddah. 2021. “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja (Burnout) Perawat Di Rsud 45 Kuningan Jawa Barat.” *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal* 12(2): 173–91.
- Malik, Iriyani, Ikham Hardi S, and Hasriwiani Habo Abbas. 2021. “Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Di PT. Industri Kapal Indonesia (Persero) Makassar.” *Window of Public Health Journal* (February): 580–89.
- Marchelia, Venny. 2014. “STRES KERJA DITINJAU DARI SHIFT KERJA PADA KARYAWAN.” 02(01): 130–43.
- Mirzaei, Alireza, Naser Mozaffari, and Aghil Habibi Soola. 2022. “Corrigendum to ‘Occupational Stress and Its Relationship with Spiritual Coping among Emergency Department Nurses and Emergency Medical Services Staff’ [Int. Emergency Nurs. 62 (2022) 101170] (International Emergency Nursing (2022) 62, (S1755599X22000271), (10.1016/j.ienj.2022.101170)).” *International Emergency Nursing* 64(May): 101187. <https://doi.org/10.1016/j.ienj.2022.101187>.

- Moorhead G, Griffin RW. 2013. *Perilaku Organisasi : Manajemen Sumber Daya Manusia Dan Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Riskesdas. 2013. "Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013." *Laporan Nasional 2013*: 1. http://www.dof.gov.my/en/c/document_library/get_file?uuid=e25ccea1e-4767-4acd-afdf-67cb926cf3c5&groupId=558715.
- Suma'mur. 2014. *Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Tarwaka. 2015. *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi Dan Aplikasi Di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Vanchapo, Antonius Rino. 2020. *Beban Kerja Dan Stres Kerja*. Penerbit Qiara Media.
- Wu, Chao et al. 2020. "A Correlation Study of Emergency Department Nurses' Fatigue, Perceived Stress, Social Support and Self-Efficacy in Grade III A Hospitals of Xi'an." *Medicine (United States)* 99(32): E21052.
- Zefan Adiputra Golo, Eliyah Eliyah, Eiska Rohmania Zein. 2021. "FAKTOR RISIKO BURNOUT PADA PETUGAS DI INSTALASI REKAM MEDIS DAN INFORMASI KESEHATAN RSUD K.R.M.T WONGSONEGORO." *Jurnal Rekam Medis dan Informasi Kesehatan* 4. <https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/RMIK/article/view/7858>.