



UWHS

SKRIPSI

**HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA
PERAWAT RAWAT INAP RSD K.R.M.T WONGSONEGORO
KOTA SEMARANG**

Untuk Memenuhi Persyaratan Gelar Sarjana

Reza Putri Azahra

2107069

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG

2025



UWHS

SKRIPSI

HALAMAN JUDUL

**HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA
PERAWAT RAWAT INAP RSD K.R.M.T WONGSONEGORO
KOTA SEMARANG**

Untuk Memenuhi Persyaratan Gelar Sarjana

Reza Putri Azahra

2107069

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG

2025

PESETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI

Judul Proposal : Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat
Rawat Inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang
Nama Mahasiswa : Reza Putri Azahra
NIM : 2107069

Siap dipertahankan didepan Tim Penguji

Pada tanggal, 14 Juli 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

Ns. Rahayu Winarti, S.Kep., M.Kep.

NUPTK : 3733755656230150

Ns. Menik Kustriyani, S.Kep., M.Kep

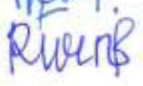
NUPTK : 1842765666231112

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul skripsi : Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada
Perawat RSD Wongsonegoro Kota Semarang.
Nama Mahasiswa : Reza Putri Azahra
NIM : 2107069

Siap pertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal, 22 Juli 2025

Menyetujui,

Ketua Penguji	: Ns. Mariyati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J	()
Anggota Penguji I	: Ns. Menik Kustriyani., S.Kep., M.Kep	()
Sekretaris	: Ns. Rahayu Winarti, S.Kep., M.Kep	()

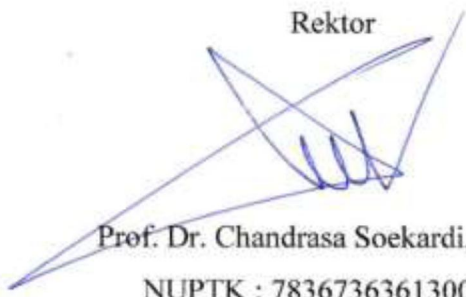
Mengetahui,

Universitas Widya Husada Semarang

Prodi Keperawatan Program Sarjana

Rektor

Ketua


Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA


Heny Prasetyorini, S.Kep., Ns., M.Kep

NUPTK : 783673636130062

NUPTK : 1359762663230203

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulisan Skripsi yang berjudul “Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang” dapat terselesaikan dengan sebaik-baiknya.

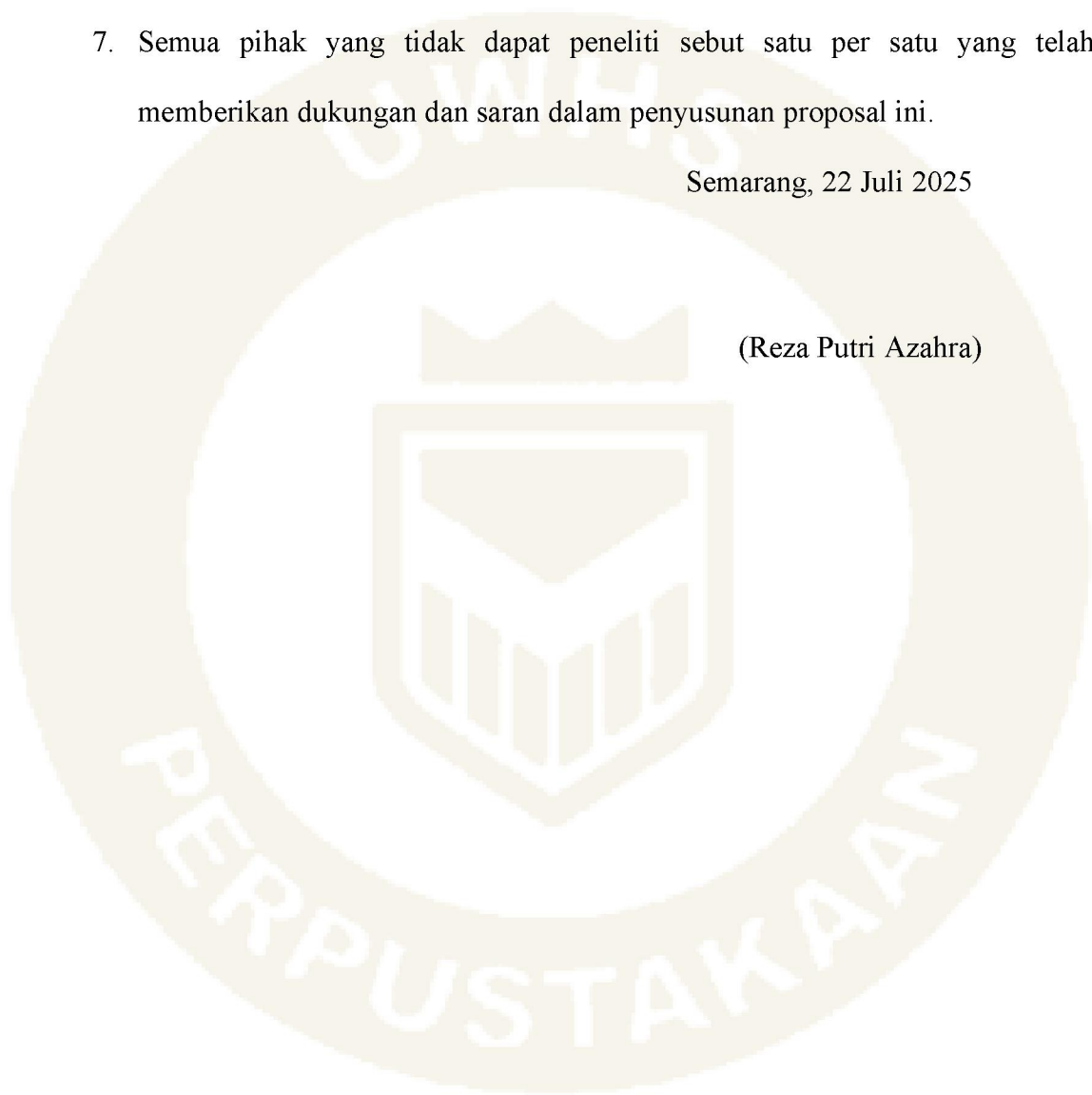
Saya menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan karena adanya bantuan dan dukungan dalam penyusunan, banyak sekali pihak yang membantu saya dalam memberi motivasi, bimbingan materi dan lain sebagainya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih serta penghargaan yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Prof Dr. Chandrasa Soekardi, DEA sebagai Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Dr. Eko Krisnarto, Sp.KK selaku direktur RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang
3. Ns. Heny Prasetyorini, S.Kep., M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang
4. Ns. Mariyati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J selaku ketua penguji yang mohon untuk bimbingan dalam penulisan skripsi ini.
5. Ns. Rahayu Winarti, S.Kep., M.Kep., selaku Pembimbing 1 yang telah memberikan motivasi dan bimbingan materi sehingga penyusunan Skripsi ini dapat selesai pada waktunya.

6. Ns. Menik Kustriyani, S.Kep., M.Kep, selaku Pembimbing 2 yang juga telah memberikan saran dan membimbing saya dalam Skripsi ini dapat selesai pada waktunya.
7. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebut satu per satu yang telah memberikan dukungan dan saran dalam penyusunan proposal ini.

Semarang, 22 Juli 2025

(Reza Putri Azahra)



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Reza Putri Azahra

Tempat, Tanggal Lahir : Blora, 26 Juli 2003

NIM : 2107069

Program Studi : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan dengan sebesar-besarnya bahwa :

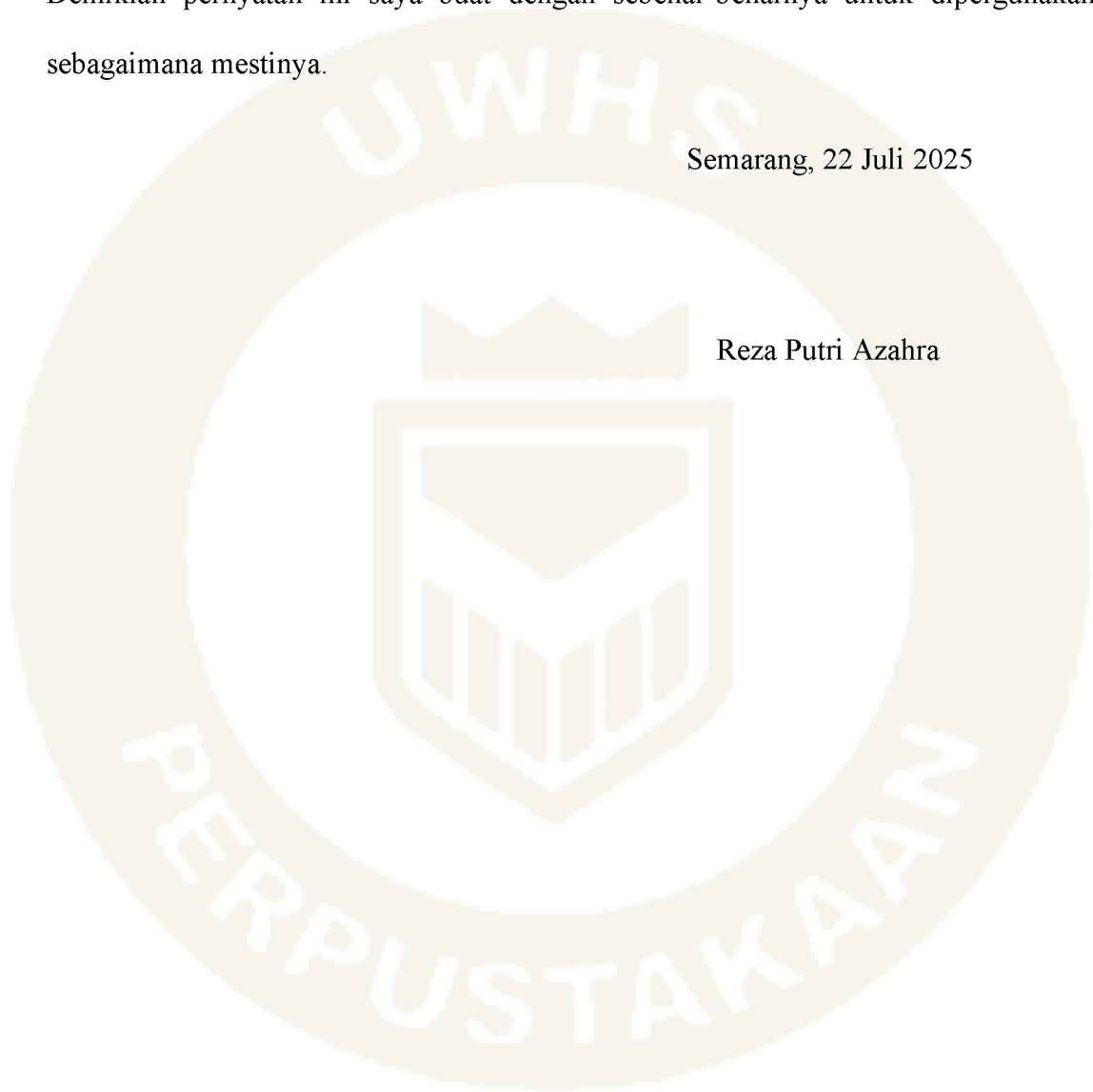
1. Laporan Skripsi dengan judul “Hubungan Strss Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rawat Inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang” adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah saya ajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis dan di terbitkan oleh orang lain baik sebagian atau keseluruhan, kecuali secara tertulis di kutip dalam naskah ini dan di terbitkan dalam sumber kutipan atau daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah laporan Skripsi ini dapat di buktikan terdapat unsur-unsur plagiat, saya bersedia laporan skripsi ini di gugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta di proses dengan ketentuan hukum yang berlaku.

3. Laporan skripsi ini dapat di jadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas royalti non eksklusif.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 22 Juli 2025

Reza Putri Azahra



RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

Nama : Reza Putri Azahra
Tempat, Tanggal Lahir : Blora, 26 Juli 2003
Alamat : Desa bajo 07/01, Kedungtuban, Blora
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
No. Telepon : 082348891827
E-mail : raraazahra902@gmail.com

B. Pendidikan:

TK : TK ABA Bajo tamat tahun 2009
SD : MI Assalam 4 Bajo tamat tahun 2015
SMP : SMP Negeri 1 Kedungtuban tamat tahun 2018
SMA : SMA Negeri 2 Cepu tamat tahun 2021

HALAMAN PERSEMBAHAN

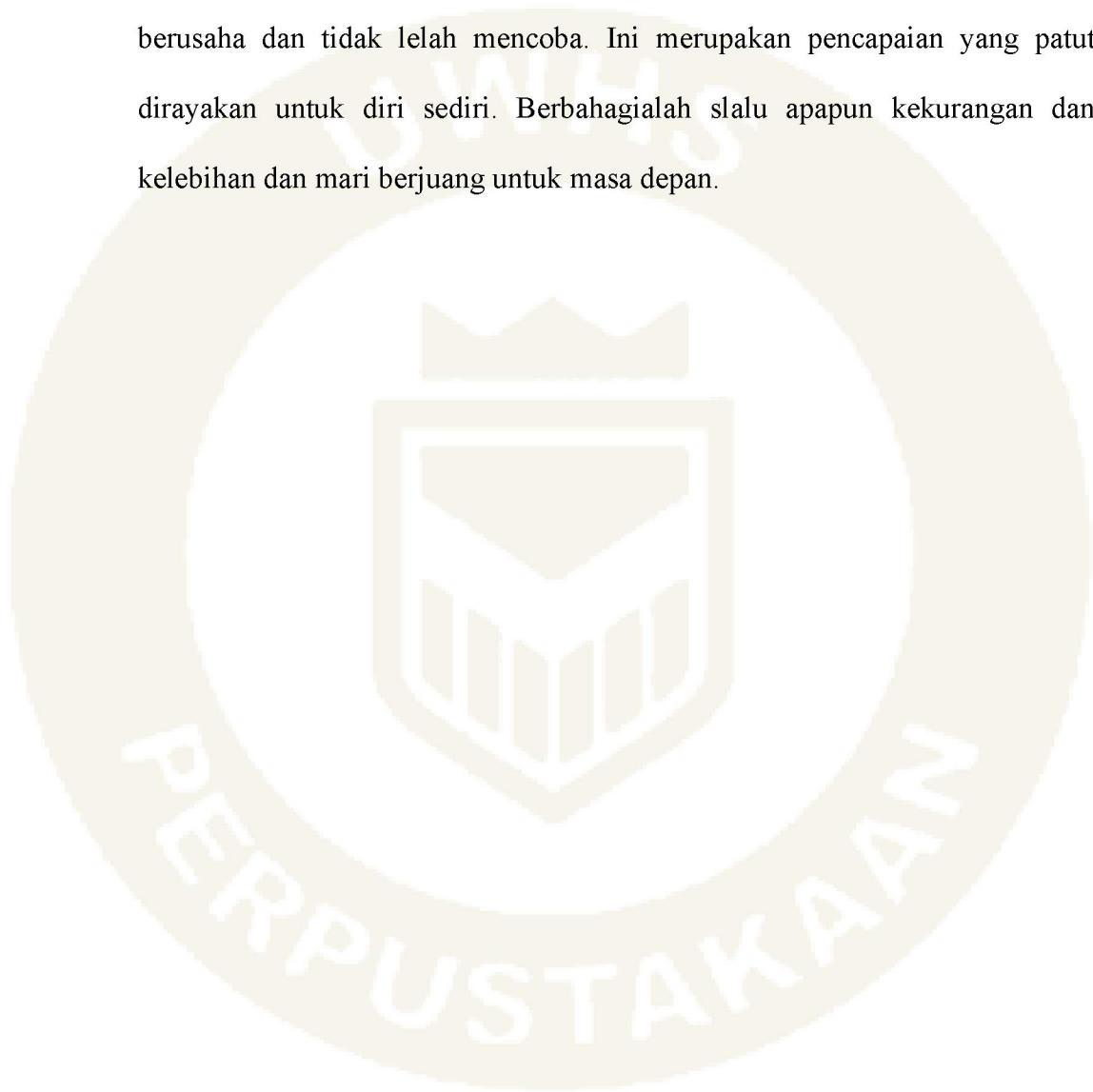
Bismillahirrahmanirrahim....

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kerendahan hati dan kesabaran yang luar biasa. Keberhasilan dalam penulisan Skripsi ini tentunya tidak terlepas dari berbagai bantuan pihak. Oleh karena itu penulis menyampaikan terimakasih kepada :

1. Cinta Pertamaku, Ayahanda Suhadak. Beliau memang tidak sempat menyelesaikan pendidikannya karena sesuatu halangan, namun beliau mampu mendidik penulis, slalu memberikan dukungan moril atau pun materil, serta motivasi dan semangat tiada henti hingga penulis mampu menyelesaikan studi sarjana. Semoga rahmat Allah SWT slalu mengiringi kedupan dan semoga diberikan kesehatan serta panjang umur.
2. Pintu Surgaku, Ibunda Runtiningsih. Terimakasih sebesar-besarnya penulis kepada ibunda yang telah senantiasa memberikan segala bentuk bantuan, semangat, doa yang diberikan kepada penulis selama ini. Terimakasih atas nasihat yang slalu diberikan walaupun terkadang pemikiran kita tidak sejalan, terimakasih atas kesabaran dan kebesaran hati menghadapi penulis yang keras kepala ini. Terimakasih ibu, sudah menjadi tempatku pulang, bu.

3. Ibu Ns. Rahayu Winarti, S.kep., M.Kep selaku dosen Pembimbing 1, terimakasih tlah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing serta mengarahkan penulis dalam penyusunan skripsi ini. Terimakasih atas ilmu dan pengetahuan yang tlah diberikan.
4. Ibu Ns. Menik Kustriyani, S.Kep.,M.Kep selaku dosen Pembimbing 2, terimakasih atas waktu yang diluangkan untuk membimbing penulis dan sabar mengarahkan penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan baik.
5. Ibu Ns. Mariyati, S.Kep., M.Kep., Sp.Kep.J selaku dosen penguji, terimakasih telah memberikan evaluasi serta ilmu kepada penulis.
6. Kepada saudara saya Dessi Yanti Harsuci. Terimakasih telah bersedia menjadi tempat keluh kesah penulis selama proses penulisan skripsi ini. Terimakasih tlah memberikan semangat serta dukungan untuk penulis.
7. Kepada teman saya Riska Wahyu Utami. Terimakasih sudah menemani penulis dari Pengajuan Judul, Penyusunan Skripsi, Penelitian hingga Penyusunan Hasil dengan baik. Terimakasih sudah memberikan dukungan dan semangat yang luar biasa selama penyusunan Skripsi ini. Tetaplah jadi teman baik saya.
8. Kepada diri saya sendiri, yang tlah bertahan hingga saat ini disaat penulis tidak percaya terhadap dirinya sendiri. Namun penulis tetap mengingat bahwa setiap langkah kecil yang tlah diambil adalah perjalanan, meskipun sulit dan lambat. Perjalanan ini bukan lah perlombaan, tetapi lebih karena membutuhkan ketekunan, kesabaran dan tekad yang kuat. Tidak hanya itu disaat ada kendala

" *people come and go* " slalu menghantui dan menghambat penulis selama proses penyelesaian skripsi ini. Terimakasih tlah mampu bertahan dan mampu menyelesaikan studi ini dengan baik. Tetaplah jadi manusia yang slalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Ini merupakan pencapaian yang patut dirayakan untuk diri sendiri. Berbahagialah slalu apapun kekurangan dan kelebihan dan mari berjuang untuk masa depan.



MOTTO

“ Allah tidak mengatakan hidup itu mudah. Tapi Allah berjanji bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”

(QS Al-Insyirah:5-6)

“ Hidup bukan untuk saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri ”

(Baskara Putra)

“ Orang lain tidak akan paham *struggle* dan masa sulit kita, yang mereka ingin tahu bagian *success stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun tidak ada tepuk tangan. Kelak diri kita dimasa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan pada hari ini. Semangat yaaa ”

DAFTAR ISI

PESETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	vii
RIWAYAT HIDUP	ix
HALAMAN PERSEMBAHAN	x
MOTTO	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
ABSTRAK	20
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan Umum.....	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Khusus.....	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN TEORI.....	Error! Bookmark not defined.
A. Perawat.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Perawat	Error! Bookmark not defined.
2. Peran Perawat	Error! Bookmark not defined.
3. Fungsi Perawat	Error! Bookmark not defined.
B. Stres Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.
2. Penyebab Stres Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
3. Jenis-jenis Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.
4. Tingkatan Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.
5. Indikator Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.
6. Strategi Mengatasi Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.

7. Faktor-Faktor Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.
8. Dampak Stres Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
9. Alat Ukur Stress	Error! Bookmark not defined.
C. Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
1. Definisi Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
2. Jenis-jenis Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
3. Indikator Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
4. Faktor-faktor Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
5. Akibat Kelelahan kerja	Error! Bookmark not defined.
6. Gejala Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
7. Dampak Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
8. Cara Mengatasi Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
9. Alat Ukur Kelelahan	Error! Bookmark not defined.
D. Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
E. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN **Error! Bookmark not defined.**

A. Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
B. Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Jenis dan Rancangan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Populasi dan Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Populasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Sampel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3. Teknik Sampling	Error! Bookmark not defined.
F. Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
G. Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
1. Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Cara Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
H. Uji Validitas dan Uji Reabilitas	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Validitas	Error! Bookmark not defined.

2. Uji Reliabilitas.....	Error! Bookmark not defined.
I. Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
J. Analisa Data	Error! Bookmark not defined.
1. Analisa Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
2. Analisa Bivariat	Error! Bookmark not defined.
K. Jadwal Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
L. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Rumah Sakit.....	Error! Bookmark not defined.
B. Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Hasil Analisa Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
1. Variabel Stress Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
2. Variabel Kelelahan Kerja	Error! Bookmark not defined.
D. Hasil Analisa Bivariat	Error! Bookmark not defined.
BAB V PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Analisis Univariat.....	Error! Bookmark not defined.
1. Karakteristik Responden	Error! Bookmark not defined.
2. Stres Kerja Pada Perawat Rawat Inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang	Error! Bookmark not defined.
3. Kelelahan Kerja Pada Perawat Rawat Inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Analisa Bivariat.....	Error! Bookmark not defined.
C. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Jumlah Responden	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.2 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.3 Interpretasi <i>Rank Spearman's</i>	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Perawat Rawat Inap Sadewa RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Stress Kerja Perawat Rawat Inap Sadewa RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja Perawat Rawat Inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang.....	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4.4 Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang.....	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 POA (<i>Plan Of Action</i>).....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Pesetujuan Judul	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Surat Sudi Pendahuluan.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Surat Jawaban Studi Pendahuluan Rumah Sakit	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Surat Pengantar Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Surat Jawaban Penelitian Rumah Sakit ...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Surat <i>Etical Clearence</i>	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Permohonan Menjadi Responden	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 <i>Inform Consent</i>	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Kuesioner.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Data Tabulasi Karakteristik	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Data Tabulasi Stres Kerja	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Data Tabulasi Kelelahan Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 14 Data Hasil SPSS	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 15 Dokumentasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 16 Daftar Oponen	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 17 Catatan Hasil Konsultasi	Error! Bookmark not defined.

Program Studi Keperawatan
Universitas Widya Husada Semarang
Semarang, Juni 2025

Reza Putri Azahra

**HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PERAWAT RAWAT
INAP RSD K.R.M.T WONGSONEGORO KOTA SEMARANG**

xxi + 108 Halaman + 7 Tabel + 2 Gambar

Abstrak

Latar Belakang: Stres merupakan pikiran individu dimana secara fisiologis dan psikologis terhadap menghadapi perubahan yang menuntut untuk melakukan adaptasi diri yang membuat munculnya gangguan fisik dan jiwa. Perubahan fisiologis yang muncul ketika tubuh mengalami stres diperantarai oleh hormon kortisol. Kortisol merupakan hormon stres yang mana kehadirannya dapat meningkatkan kerja otot, kardiovaskular, respirasi, endokrin dan nervus. Peningkatan kerja otot akan menyebabkan penimbunan asam laktat lebih banyak sehingga dapat menyebabkan terjadinya kelelahan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan stres kerja dengan kelelahan kerja perawat rawat inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif dengan pendekatan *Cross-sectional*. Sampel pada penelitian diambil dari ruang Sadewa dengan jumlah 48 responden dengan teknik Total sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner, yaitu kuesioner PSS-10 (*Perceived Stress Scale*) untuk mengukur stres kerja dan SSRT (*Subjective Self Rating Test*) untuk mengukur kelelahan kerja. Uji etik dilakukan di RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang dengan No. 035/Kom.EtikRSWN/II/2025

Hasil: Penelitian ini menggunakan uji statistik *Spearman's rho* menunjukkan nilai koefisien sebesar 0,627 dengan nilai $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0,05$), yang berarti ada hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja perawat rawat inap RSD K.R.M.T Wongsonegoro Kota Semarang

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan kelelahan kerja. Semakin tinggi tingkat stres kerja, maka semakin tinggi pula tingkat kelelahan kerja yang dialami perawat. Diperlukan strategi manajemen stres yang efektif untuk meminimalkan kelelahan kerja demi menjaga kualitas pelayanan keperawatan.

Kata Kunci: Perawat, Stres Kerja, Kelelahan Kerja
Daftar Pustaka: 54 (2013-2024)

Reza Putri Azahra

RELATIONSHIP BETWEEN WORK STRESS AND WORK FATIGUE OF INPATIENT NURSES AT RSD K.R.M.T WONGSONEGORO, SEMARANG CITY

xxi + 108 Pages + 7 Tables + 2 Figures

Abstrak

Background: Stress is an individual's physiological and psychological response to changes that require adaptation, leading to physical and mental disorders. The physiological changes that occur when the body experiences stress are mediated by the hormone cortisol. Cortisol is a stress hormone whose presence can increase muscle, cardiovascular, respiratory, endocrine, and nervous system activity. Increased muscle activity leads to increased lactic acid buildup, which can lead to fatigue.

Objective: This study aims to determine the relationship between work stress and work fatigue inpatient nurses at RSD K.R.M.T Wongsonegoro, Semarang City.

Method: This study uses a Quantitative method with a Cross-sectional approach. The sample in the study was taken from the Sadewa room with a total of 48 respondents with Total sampling techniques. Instrument this study used a questionnaire measuring instrument, namely the PSS-10 (Perceived Stress Scale) questionnaire to measure work stress and SSRT (Subjective Self Rating Test) to measure work fatigue. Ethical testing was conducted at RSD K.R.M.T Wongsonegoro, Semarang City with No. 035/Kom.EtikRSWN/II/2025.

Result: This study used the Spearman's rho statistical test showing a coefficient value of 0.627 with a $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$), which means there is a relationship between work stress and work fatigue of inpatient nurses at RSD K.R.M.T Wongsonegoro, Semarang City

Conclusion: There is a significant relationship between work stress and work fatigue. The higher the level of work stress, the higher the level of work fatigue experienced by nurses. An effective stress management strategy is needed to minimize work fatigue in order to maintain the quality of nursing services.

Keywords: Nurses, Work Stress, Work Fatigue

Bibliography: 54 (2013-2024)