



FAKTOR PENYEBAB “MUDAH LELAH” WANITA PEKERJA DARI HASIL TES *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20 DI PUSKESMAS BETUNGAN KOTA BENGKULU

Weti¹, Febyona Jolest Putri²

Ilmu Keperawatan - Universitas Muhammadiyah Bengkulu¹

Kesehatan Masyarakat - Universitas Muhammadiyah Bengkulu²

*Email Korespondensi: weti@umb.ac.id

ABSTRAK

Menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Bengkulu (2023), jumlah pekerja wanita di Provinsi Bengkulu meningkat 2,02%, yaitu sebesar 53,33%. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor penyebab “mudah lelah” wanita pekerja dari hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20. Metode penelitian ini adalah *Mixed Methods* dengan strategi *embedded concurrent*. Penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif – kualitatif bertahap. Sampel pada penelitian ini sebanyak 15 orang wanita usia subur. Pada hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20 yang dilakukan pada sampel 15 orang pekerja wanita usia subur diperoleh hasil 7 orang responden yang merasakan “mudah lelah”. Hasil wawancara mendalam (*In-Depth Interview*) menunjukkan faktor “mudah lelah” adalah kurangnya jam tidur, bertemu banyak orang (pasien), dan banyaknya tuntutan pekerjaan. Lokasi penelitian di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu dan dilaksanakan selama 1 bulan (5 Mei 2023 – 11 Juni 2023). Disarankan kepada 7 orang responden untuk istirahat yang cukup, minum air putih, dan olahraga teratur minimal 15 menit/hari.

Kata Kunci : Lelah, Pekerja, Wanita

ABSTRACT

According to data from the Bengkulu Province Central Statistics Agency (2023), the number of female workers in Bengkulu Province increased by 2.02%, namely 53.33%. The aim of this research is to determine the factors that cause "easily tired" in working women from the results of the Self-Reporting Questionnaire (SRQ)-20 test. This research method is Mixed Methods with an embedded concurrent strategy. This research uses quantitative - qualitative data analysis in stages. The sample in this study was 15 women of childbearing age. In the results of the Self-Reporting Questionnaire (SRQ)-20 test carried out on a sample of 15 female workers of childbearing age, the results showed that 7 respondents felt "tired easily". The results of in-depth interviews (In-Depth Interviews) show that the factors of "getting tired easily" are lack of sleep, meeting a lot of people (patients), and lots of work demands. The research location was the Betungan Community Health Center, Bengkulu City and was carried out for 1 month (5 May 2023 – 11 June 2023). It was recommended to 7

respondents to get enough rest, drink water, and exercise regularly for at least 15 minutes/day.

Keywords: Tired, Women, Worker.

PENDAHULUAN

Pekerjaan adalah sesuatu yang dilakukan oleh manusia untuk tujuan tertentu yang dilakukan dengan cara yang baik dan benar bertujuan untuk memenuhi kebutuhan hidupnya (Winando, 2023) Lingkungan kerja yang tidak nyaman, beban kerja yang tidak sesuai dapat menimbulkan stres kerja dan kelelahan kerja pada wanita (Mulyani et al., 2021). (Helen Russell, 2018), menyatakan jenis kelamin juga dapat mempengaruhi terjadinya stres kerja. Stres kerja dan kondisi kerja pekerja laki-laki di Eropa lebih rendah dibandingkan pada perempuan. Hal ini disebabkan perempuan menghadapi seksisme di tempat kerja lebih banyak dibandingkan pria, di samping itu tanggung jawab terhadap keluarga dan tuntutan untuk membuktikan kemampuan kerjanya maka perempuan memiliki tingkat stres lebih tinggi.

Menurut data Badan Pusat Statistik Provinsi Bengkulu (2023), jumlah pekerja wanita di Provinsi Bengkulu meningkat 2,02%, yaitu sebesar 53,33% pada tahun 2021-2022. Pekerja wanita memiliki fisik dan kerentanan yang berbeda jika dibandingkan dengan pekerja laki-laki. Pekerja wanita akan mengalami fase menstruasi, hamil, menopause yang akan membuat pekerja wanita akan menjadi lebih rentan jika terpapar berbagai faktor risiko di lingkungan kerja (Kominfo, 2023). Hasil penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini seperti penelitian yang dilakukan oleh (Ilham Safar, 2019) dengan judul Stres Kerja Buruh Perempuan di Kota Makassar di dapatkan hasil buruh bangunan perempuan di kota Makassar mengalami stres kerja dikarenakan kekhawatiran finansial dan lingkungan kerja (meliputi beban kerja, kebisingan, cuaca, dan tuntutan pekerjaan). Kemudian hasil penelitian oleh (Ilham Alhaq Hazani, 2019) dengan judul Peran Pekerja Perempuan dalam Meningkatkan Pendapatan Keluarga Migran di Kecamatan Ilir Barat I Kota Palembang bahwa pekerja perempuan berperan dalam meningkatkan pendapatan keluarga migran, seperti membantu memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari, menambah penghasilan, menambahkan modal usaha dan investasi, tabungan serta biaya kesehatan dan biaya pendidikan. Hasil penelitian (Muslimin, 2023) dengan judul Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Terjadinya Stres Kerja Pada Pekerja Wanita bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan kejadian stres kerja (p value 0,040), ada hubungan yang bermakna antara kejenuhan kerja dengan kejadian stres kerja (p value 0,035), ada hubungan yang bermakna antara lingkungan kerja dengan kejadian stres kerja (p value 0,046). Hasil penelitian (Suryawan, 2018), dengan judul Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja Pada Tenaga Kebersihan Kota Di Dinas Lingkungan Hidup Kabupaten Gianyar Tahun 2017 bahwa terdapat empat faktor yang mempengaruhi stres kerja pada tenaga kebersihan kota dan faktor yang paling dominan mempengaruhi stress kerja pada tenaga kebersihan kota adalah faktor tuntutan antar personal dengan nilai eigenvalue terbesar yaitu 6,492.

Self-Reporting Questionnaire (SRQ)-20 adalah kuesioner yang dikembangkan oleh World Health Organization (WHO) untuk skrining gangguan psikiatri untuk keperluan penelitian. Gejala terbanyak yang dialami masyarakat adalah mudah lelah, sulit tidur, rasa tidak enak di perut dan tidak nafsu makan. Kelompok yang cenderung lebih banyak mengalami gangguan mental emosional antara lain usia tua, perempuan, pendidikan rendah, tidak bekerja, tinggal di pedesaan, dan mempunyai tingkat pendapatan perkapita rumah tangga rendah (Idaiani, 2009).

Tujuan penelitian ini adalah untuk diketahuinya faktor penyebab “mudah lelah” wanita

pekerja dari hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20. Manfaat penelitian ini adalah mengembangkan dan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menerapkan ilmu kesehatan masyarakat terutama dalam menganalisis faktor penyebab “mudah lelah” wanita pekerja dari hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *mixed methods* dengan pendekatan strategi *embedded concurrent*. Penelitian dilakukan di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu dengan waktu penelitian selama 1 bulan (5 Mei 2023 – 11 Juni 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah wanita yang bekerja di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi dijadikan sampel yaitu wanita pekerja di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu sebanyak 15 orang. Dalam penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif–kualitatif bertahap. Analisis dilakukan pada data kuantitatif lalu diikuti analisis data kualitatif. Kelompok yang telah teridentifikasi kemudian dibandingkan dengan data yang dikumpulkan melalui analisis kualitatif. Analisis yang digunakan dalam data kuantitatif dilakukan dengan teknik statistik deskriptif dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul dalam bentuk tabel atau distribusi frekuensi. Pada penelitian kuantitatif dilakukan dengan mengisi kuesioner tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20, hasil dari tes tersebut akan dilakukan penelitian kualitatif dengan menggunakan wawancara mendalam (*In-Depth Interview*).

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan keabsahan data yaitu triangulasi. Triangulasi dengan sumber berarti membandingkan dan mengecek kembali suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian *mixed methods*. Hal itu dapat dicapai dengan cara membandingkan hasil wawancara dengan isi dokumen yang terkait. Setelah melakukan penelitian selama kurang lebih 1 bulan dari bulan Mei hingga bulan Juni di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu, maka telah diperoleh banyak data yang berkaitan dengan fokus penelitian ini. Data-data yang diperoleh berupa hasil dari wawancara terhadap beberapa orang subyek penelitian yaitu wanita pekerja kemudian dibandingkan dengan data lain yang diperoleh dari hasil pengamatan atau observasi di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu serta dibandingkan dengan dokumen-dokumen yang telah diperoleh dari Puskesmas Betungan yang relevan dengan penelitian ini, sehingga data yang diperoleh dari lapangan benar-benar obyektif karena telah dilakukan teknik triangulasi data.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20 pada 15 orang wanita pekerja menunjukkan hasil skor tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20 sebagai berikut.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20 pada 15 orang wanita pekerja di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu

Poin Pertanyaan	Frekuensi	Persentase (%)
1. Apakah anda sering menderita sakit kepala?	4	26,67%
2. Apakah anda tidak nafsu makan?	-	-
3. Apakah anda sulit tidur?	-	-
4. Apakah anda mudah takut?	2	13,3%
5. Apakah anda merasa tegang, cemas, dan khawatir?	2	13,3%
6. Apakah tangan anda gemetar?	-	-
7. Apakah pencernaan anda terganggu/buruk?	3	20%
8. Apakah anda sulit untuk berpikir jernih?	2	13,3%

9. Apakah anda merasa tidak bahagia?	-	-
10. Apakah anda menangis lebih sering?	1	6,67%
11. Apakah anda merasa sulit untuk menikmati kegiatan sehari-hari?	-	-
12. Apakah anda sulit untuk mengambil keputusan?	3	20%
13. Apakah pekerjaan anda sehari-hari terganggu?	1	6,67%
14. Apakah anda tidak mampu melakukan hal-hal yang bermanfaat dalam hidup?	-	-
15. Apakah anda kehilangan minat pada berbagai hal?	1	6,67%
16. Apakah anda merasa tidak berharga?	-	-
17. Apakah anda mempunyai pikiran untuk mengakhiri hidup?	1	6,67%
18. Apakah anda merasa lelah sepanjang waktu?	2	13,3%
19. Apakah anda mengalami rasa tidak enak di perut?	3	20%
20. Apakah anda mudah lelah?	7	46,67%

Berdasarkan hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20 pada 15 orang wanita yang bekerja di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu, terdapat 7 dari 15 orang (46,67% dari 100%) yang menjawab (YA) paling banyak pada poin 20 “Apakah anda mudah lelah?”. Hal tersebut menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian bertahap yaitu penelitian kualitatif setelah dilakukan penelitian kuantitatif. Pada penelitian kualitatif, penelitian melakukan pendekatan fenomenologi dengan wawancara mendalam (*In-Depth Interview*) pada 7 orang tersebut untuk melihat faktor penyebab responden sehingga menjadi jawaban terbanyak pada poin 20 yaitu, “Apakah anda mudah lelah?”

Hasil penelitian kualitatif dengan wawancara mendalam (*In-Depth Interview*) diketahui faktor penyebab responden merasa mudah lelah yaitu:

1. Banyaknya pasien saat jam kerja
2. Banyaknya tindakan yang dilakukan kepada pasien
3. Rekan kerja yang tidak bisa diajak kerja sama tim
4. Jika pekerjaan tidak sesuai dengan pendapatan
5. Tidak dilihat atasan bekerja padahal sudah bekerja
6. Masalah keluarga terbawa suasana ke pekerjaan
7. Kurang istirahat

Sesuai dengan pernyataan responden berikut ini.

“Litak nian kalu pasien haritu lagi banyak, cak hari senin. Mano hari kerjo abis libur kan langsung nengok pasien banyak tu, waii pening palak aku”

“Aku ni kan perawat disini, kadang kalu dokter sudim merikso tu misal cak jait luko pasien atau yang lainlah kan keperluan dokter taulah kan cakmano bae kalo jadi perawat. Nah itulah paling litaknyo”

“Kadang tu adolah litaknyo kalo misal kawan pai lagi kunjungan tu tapi cak idak pacak kerjosamo. Nak selesai dewek kendaknyo, mentang aku ni paling mudo kan tapi dakpapolah namonyo kerjo kan. Jadi ikuti bae alurnyo kan”

“Yo taulah kan kerjo di Puskesmas ni tiap hari selain hari minggu terus gajinyo dibawah umr kalo kito dak PNS. Lumayan lah teraso litaknyo disano heheh. Tapi besyukur tulah lagi daripada idak nian kito kerjo”

“Dak lemak be kalo pas nian lagi duduk, nahn pas nian kapus lewat hehehe”

“Adolah masalah dirumah kadang tu tebawa-bawa ke kerjoan karno banyak pikiran tadi”

“Kito ni kan tino, kadang kurang istirahat mano nak ngurus rumah, mano beanakan kecil, mano ngurus laki, banyak yang nak diurus”

PEMBAHASAN

Hubungan Antara “Mudah Lelah” Dengan Faktor Lingkungan Pekerjaan

Berdasarkan hasil wawancara mendalam (*In-Depth Interview*) pada 7 orang sampel yang merasakan “mudah lelah” setelah tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20, diketahui bahwa faktor penyebab “mudah lelah” terbanyak adalah dari faktor lingkungan pekerjaan seperti banyaknya pasien saat jam kerja, banyaknya tindakan yang dilakukan kepada pasien, rekan kerja yang tidak bisa diajak kerja sama tim, jika pekerjaan tidak sesuai dengan pendapatan, dan tidak dilihat atasan bekerja padahal sudah bekerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Muslimin, 2023) yang berjudul Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Terjadinya Stres Kerja Pada Pekerja Wanita bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan kejadian stres kerja (p value 0,040), ada hubungan yang bermakna antara kejenuhan kerja dengan kejadian stres kerja (p value 0,035), ada hubungan yang bermakna antara lingkungan kerja dengan kejadian stres kerja (p value 0,046).

Menurut asumsi peneliti, hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan pada wanita pekerja bahwa adanya hubungan antara “mudah lelah” dengan faktor lingkungan di tempat kerja.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah adanya hubungan antara “mudah lelah” dengan faktor lingkungan pekerjaan pada wanita pekerja Puskesmas Betungan Kota Bengkulu. Berdasarkan hasil penelitian diketahui 7 dari 15 orang wanita pekerja mengalami mudah lelah, terlihat dari hasil tes *Self-Reporting Questionnaire* (SRQ)-20. Faktor penyebab mudah lelah pada wanita pekerja di Puskesmas Betungan Kota Bengkulu seperti banyaknya pasien saat jam kerja, banyaknya tindakan yang dilakukan kepada pasien, rekan kerja yang tidak bisa diajak kerja sama tim, jika pekerjaan tidak sesuai dengan pendapatan, dan tidak dilihat atasan bekerja padahal sudah bekerja. Saran kepada seluruh wanita pekerja untuk memperbanyak minum air mineral, istirahat yang cukup, dan berusaha berpikir positif untuk mencegah kejadian depresi/cemas berlebih.

DAFTAR PUSTAKA

- Bengkulu, B. P. (2023, Januari 26). *Perempuan Sebagai Tenaga Profesional, (Persen)*. Diambil kembali dari Badan Pusat Statistik Provinsi Bengkulu: <https://bengkulu.bps.go.id/indicator/40/414/1/perempuan-sebagai-tenaga-profesional.html>
- Idaiani, S. (2009). Analisis 20 Butir Pertanyaan Self Reporting Questionnaire pada Masyarakat Indonesia. *Pusat Penelitian dan Pengembangan Bio Medis dan Farmasi*. Diambil kembali dari Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Ilham Alhaq Hazani, R. T. (2019). Peran Pekerja Perempuan dalam Meningkatkan Pendapatan Keluarga Migran di Kecamatan Ilir Barat I Kota Palembang. *Populasi*, 13-29.
- Ilham Safar, N. (2019). STRES KERJA BURUH PEREMPUAN DI KOTA MAKASSAR. *Sinar Manajemen*, Vol 6 No 1.
- Kominfo, D. (2023, Januari 4). *Dinas Komunikasi dan Informatika Provinsi Jawa Timur*. Diambil kembali dari Jatim Newsroom: <https://kominfo.jatimprov.go.id/berita/jumlah-perempuan-usia-kerja-di-jatim-meningkat-0-74>

- Muslimin, I. G. (2023, Agustus 23). Manajemen stres. *Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Terjadinya Stres Kerja Pada Pekerja Wanita*, hal. 1327.
- Russell, H. M. (2018). Job stress and working conditions: Ireland in comparative perspective. *An analysis of the European Working Conditions Survey* , Vol. 84, Issue 11.
- Suryawan, K. D. (2018). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI STRESS KERJA PADA TENAGA KEBERSIHAN KOTA DI DINAS LINGKUNGAN HIDUP KABUPATEN GIANYAR TAHUN 2017. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Undiksha*, Volume 10 No. 1 Tahun 2018.
- Umi Mulyani, D. S. (2021). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Infertilitas Primer Pada Pasangan Usia Subur Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Lembak Kab. Muara Enim Tahun 2021. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, Vol 8 No 8.
- Winando, Y. (t.thn.). Customer Service - Pengertian, Tugas, Syarat, Ciri, Dasar, Prinsip, Makna, Para Ahli.