

HUBUNGAN STRATEGI REGULASI EMOSI DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP RSUD TARAKAN JAKARTA

Ita Juita

Abstrak

Strategi regulasi emosi perawat berkaitan dengan kemampuan mengelola dan mengendalikan respon emosional menghadapi tuntutan kerja di ruang rawat inap yang padat dan berisiko tinggi. Ketidakmampuan dalam mengatur emosi dapat memicu kelelahan kerja yang berdampak pada penurunan kualitas pelayanan keperawatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan strategi regulasi emosi dengan kelelahan kerja. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* dan *purposive sampling* dengan sampel 139 perawat di ruang rawat inap RSUD Tarakan Jakarta dari populasi 213. Instrumen penelitian ini berupa kuesioner. Hasil analisis chi-square didapatkan hasil tidak ada hubungan yang signifikan antara karakteristik perawat usia, jenis kelamin, status pernikahan, tingkat pendidikan, dan lama kerja dengan kelelahan kerja. Sedangkan antara strategi regulasi emosi dengan kelelahan kerja pada perawat terdapat hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja pada perawat dengan $p\text{-value} < 0.013$. Perawat dengan strategi regulasi emosi yang baik cenderung mengalami kelelahan kerja yang lebih rendah. Diharapkan pihak manajemen keperawatan dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi perawat untuk mengurangi kelelahan kerja.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Perawat, Strategi Regulasi Emosi

RELATIONSHIP BETWEEN EMOTIONAL REGULATION STRATEGIES AND WORK FATIGUE AMONG NURSES IN THE INPATIENT WARD OF THE TARAKAN REGIONAL GENERAL HOSPITAL IN JAKARTA

Ita Juita

Abstract

Nurses emotional regulation strategies are related to heris ability to manage and control emotional responses when facing work demand in busy and high risk inpatient wards. Inability to regulate emotions can trigger work fatigue, which affects the quality of nursing services. The purpose of this study was to determine the relationship between emotional regulation startegies and work fatigue. This study used a cross-sectional approach and purposive sampling with a sample of 139 nurses in the inpatient ward of Tarakan Regional General Hospital Jakarta from a population of 213. The research instrument was a questionnaire. The results of the chi-square analysis showed that there was no significant realtionship between the characteristict of nurses age, gender, maritas status, education level, and length of service with work fatigue. Meanwhile, there was a significant relationship between emotional regulation startegies and work fatigue among nurses with a value < 0.013. Nurses with good emotional regulation strategies tended to experince lower work fatigue. It is hoped that nursing management can improve nurses emotional regulation skills to reduce work fatigue.

Keywords : *Work Fatigue, Nurses, Emotion Regulation Strategies*