

**DAMPAK *FATIGUE* TERHADAP MYALGIA PADA DOSEN KEPERAWATAN SAAT  
*WORK FROM HOME* MASA PANDEMI COVID-19**

***Nur Intan Hayati Husnul Khotimah*<sup>1</sup>, *Syahril Mirza*<sup>2</sup>, *Agus Mi'raj Darajat*<sup>3</sup>, *R. Nety Rustikayanti*<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> *Fakultas Keperawatan, Universitas Bhakti Kencana*  
*Email: nur.intan@bku.ac.id*

**ABSTRAK**

*Work from home (WFH)* merupakan salah satu bentuk pembatasan sosial yang dilakukan dalam upaya mencegah penularan Covid-19, akan tetapi kondisi bekerja di rumah menyebabkan batas waktu bekerja menjadi tidak jelas, stressor meningkat, munculnya keluhan nyeri pada mata, punggung, pinggang. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan nyeri adalah kelelahan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui dampak *fatigue* terhadap myalgia pada dosen fakultas keperawatan Universitas Bhakti Kencana saat WFH masa pandemi Covid-19. Design penelitian menggunakan corelasi dengan pendekatan *cross sectional* pada 32 responden dari 35 populasi yang diperoleh dengan teknik *purposive sampling*. Pengukuran tingkat kelelahan menggunakan *Instrument Fatigue Assessment Scale (FAS)*, sedangkan pengukuran nyeri menggunakan *instrument Numeric Rating Scale (NRS)*. Hasil penelitian didapatkan bahwa lebih dari setengah responden mengalami *fatigue* (56,3%) dan mengalami myalgia ringan (50%), dengan skala nyeri terendah adalah 2 dan skala nyeri tertinggi adalah 7, uji normalitas menggunakan uji Shapiro Wilk dengan hasil sign 0,000, maka data berdistribusi tidak normal maka analisis data menggunakan uji *Spearman Rank* untuk mengetahui kekuatan koefisien korelasi pada analisis *bivariate* di dapatkan p-value  $0,0001 < \alpha 0,05$ , dan r; 0,959 hal ini menunjukkan bahwa *fatigue* berdampak pada terjadinya myalgia dengan keeratan positif kuat. *Fatigue* terjadi akibat aktivitas yang berlebihan dengan jam kerja yang tinggi dan stressor yang tinggi sehingga meningkatkan kebutuhan ATP. Peningkatan metabolisme tubuh mengakibatkan terjadinya peningkatan kebutuhan oksigen dan produksi asam laktat yang dapat menyebabkan myalgia. Oleh karena itu perlu dilakukan pengelolaan waktu jam kerja, posisi ergonomi dan juga pengelolaan stressor guna mengatasi *fatigue* yang dapat mengurangi kejadian keluhan myalgia

**Kata kunci:** Dosen, *fatigue*, myalgia, Covid-19, *Work from Home (WFH)*