

HUBUNGAN SHIFT KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA OPERATOR STASIUN PENGISIAN BAHAN BAKAR UMUM (SPBU) YANG ADA DI KOTA TOMOHON DAN KOTA TONDANO

Marsela G. Solang*, Paul A. T. Kawatu*, Ardiansa A. T. Tucunan*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Kelelahan kerja merupakan masalah umum yang dialami para pekerja pada saat bekerja, salah satu faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja adalah shift kerja. Posisi kerja terus berdiri selama jam shift kerja operator SPBU tentunya sangat melelahkan dari survei awal operator SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano gejala kelelahan yang sering terjadi pada operator SPBU yaitu seperti lesu, sering menguap dan nyeri. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada operator SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano. Penelitian ini digolongkan sebagai penelitian survei analitik kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Populasi dan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling yang terdiri dari 56 responden, instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah reaction timer. Dengan menggunakan statistik uji statistik Mann-Whitney U Test. Hasil sekaligus kesimpulan dari penelitian ini adalah $p = 0,000$ yang menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada operator SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano, saran bagi operator SPBU dapat memanfaatkan waktu istirahat dengan baik, mengonsumsi makanan bergizi, dan melakukan peregangan saat merasakan penat.

Kata Kunci : Shift Kerja, Kelelahan Kerja, Operator SPBU, Reaction Timer

ABSTRACT

Work fatigue is a common problem experienced by workers at work, one of the factors that affect work fatigue is work shifts. The position of work continued to stand during shift hours of gas station operators is certainly very tiring from the initial survey of gas station operators in Tomohon City and Tondano City. The purpose of this study is to determine the relationship between work shifts with work fatigue in gas station operators in Tomohon City and Tondano City. This research is classified as quantitative analytic survey research with cross-sectional approach. The population and sample in this study using a purposive sampling consisting of 56 respondents. The instrument used in this study is reaction timer, by using The Mann-Whitney U Test. The conclusion and result of is study is $p = 0,000$, wich shows that there is a significant relationship between work fatigue of gas station oprators in Tomohon and Tondano Cities, suggestions for gas station operators can make good use of breaks, consume nutritious food, and stretching while feeling the penetrator.

Keywords : Work Shift, Work Fatigue, Gas Station Operator, Reaction Timer

PENDAHULUAN

Keselamatan dan Kesehatan kerja adalah upaya yang diterapkan agar pekerja melakukan pekerjaannya dengan aman tapi juga nyaman sehingga tidak mudah untuk terjadi kelelahan (Sucipto, 2014) Kelelahan kerja berakibat pada menurunnya daya untuk bekerja yang berdampak pada terjadinya kesalahan saat bekerja semakin besar (Nurmianto, 2003). Menurut Maurits (2012)

50% kasus kecelakaan kerja terjadi akibat kelelahan kerja.

Data dari Internasional Labour Organisation (ILO, 2013) setiap tahunnya 2 juta pekerja menjadi korban karena kecelakaan kerja akibat dari kelelahan. Data dari BPJS Ketenagakerjaan mencatat terdapat 147.000 kasus kecelakaan kerja pada tahun 2018 yang mengalami

peningkatan kasus disbanding tahun 2017 yang mencatat terdapat 80.392 kasus.

Faktor penyebab terjadinya kelelahan kerja yaitu, tidak tepatnya pengaturan jam shift kerja, lingkungan kerja, dan intensitas dan durasi pekerjaan yang tinggi. (Hidayat, 2008)

Dari penelitian yang dilakukan oleh Meireza, dkk (2019) tentang analisis system shift kerja terhadap tingkat kelelahan kerja pada operator SPBU menunjukkan yang mengalami kelelahan kerja berat lebih banyak yaitu 39.4%, hasil dari penelitian ini $p = 0,032$ dan menunjukkan ada hubungan antara shift

kerja dengan kelelahan kerja. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Aditama (2018) pada karyawan PT. Matahari, Manado selama shift kerja karyawan

matahari harus berdiri untuk melayani pelanggan, hasil dari penelitian ini $p = 0,001$ yang menunjukkan adanya hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum (SPBU) Merupakan salah satu usaha yang menerapkan system shift kerja, SPBU pada umumnya menyediakan berbagai jenis bahan bakar seperti bensin, solar, dan LPG (Liquified Petroleum Gas) tujuan dari SPBU menerapkan system shift kerja adalah untuk dapat memenuhi kebutuhan masyarakat umum yang menggunakan kendaraan bermotor. Dalam bekerja operator (SPBU) terus dalam posisi berdiri selama melakukan tugas mereka yang merupakan posisi kerja

yang melelahkan, Karena posisi kerja yang tidak baik akan mengakibatkan kelelahan yang berdampak pada Kesehatan. (Gempur, 2013).

Dari survei awal di SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano menerapkan 2 shift kerja per hari yaitu shift pagi dari pukul 06:00 – 14:00 WITA dan shift sore dari pukul 14:00 – 22:00 WITA, dalam 1 minggu operator SPBU memiliki 1 hari libur dan 6 hari kerja. Pada jam padat kendaraan operator SPBU biasanya harus menunda bahkan tak jarang melewatkan jam istirahat makan terutama pada operator SPBU yang bertugas di bagian pengisian bahan bakar premium. Gejala kelelahan yang dialami yang dialami operator SPBU yaitu lesu, sering menguap dan nyeri.

Tujuan dari penelitian ini untuk menganalisis apakah adanya hubungan antara shift kerja pada operator SPBU yang ada di Kota Tomoho dan di Kota Tondano.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di SPBU Walian dan SPBU Kakaskasen yang ada di Kota Tomohon dan di SPBU Roong, SPBU Ranowanko, dan SPBU Kiniar yang ada di Kota Tondano. Populasi dan sampel penelitian ini berjumlah 56 orang Operator SPBU yang bekerja di Kota Tomohon dan Kota Tondano, menggunakan Teknik pengambilan sampel

purposive sampling. Variabel bebas dalam penelitian ini shift kerja dan variabel terikat dalam penelitian ini kelelahan kerja, Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *reaction timer* untuk mengukur kelelahan kerja. Uji statistic yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Mann-Whitney U Test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari hasil penelitian ini diperoleh hasil :

Karakteristik Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Penelitian

No.	Karakteristik	Responden	n	%
1	Lokasi Kerja	Walian	16	29,0
		Kakaskasen	16	29,0
		Roong	8	14,0
		Ranowangko	10	18,0
		Kiniar	6	10,0
2	Jenis Kelamin	Laki-Laki	53	95,0
		Perempuan	3	5,0
3	Umur	20-29 th	20	36,0
		30-39 th	15	27,0
		40-49 th	12	21,0
		50-59 th	9	16,0
4	Masa Kerja	<1 th	2	4,0
		2-5 th	23	41,0
		6-10 th	16	29,0
		11-5 th	5	9,0
		16-20 th	6	10,0
		21-25 th	3	5,0
	>25 th	1	2,0	

Dari hasil penelitian pada 56 orang operator SPBU menunjukkan bahwa operator SPBU yang bertugas di SPBU Walian Sebanyak 16 responden (29.0%), SPBU Kakaskasen

sebanyak 16 responden (29.0%), SPBU Roong sebanyak 8 responden (14.0%), SPBU Ranowangko sebanyak 10 responden (18.0%) dan SPBU Kiniar sebanyak 6 responden (10.0%). Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 53 responden (95.0%) sedangkan responde yang berjenis kelamin perempuan hanya berjumlah 3 responden (5.0%). Umur operataor SPBU paling banyak berumur 20-29 tahun sebanyak 20 tahun (36.0%). Masa kerja operator SPBU paling banyak adalah 2-5 tahun sebanyak (41.0%).

Shift Kerja

Tabel 2. Distribusi Operator SPBU Berdasarkan Shift Kerja

Shift Kerja	n	%
Shift Pagi	28	50,0
Shift Sore	28	50,0
Jumlah	56	100,0

Berdasarkan tabel 2. Menunjukkan bahwa shift kerja pada Operator SPBU memiliki jumlah responden yang sama yaitu sebanyak 28 responden (50.0%) pada shift pagi dan shift sore.

Jam kerja untuk shift pagi dimulai dari jam 06:00 WITA sampai jam 14:00 WITA dan dilanjutkan dengan shift sore dimulai dari jam 14:00 WITA sampai jam 22:00 WITA, pengambilan dilakukan pada saat akhir shift pagi dan sore.

Kelelahan Kerja

Tabel 3. Distribusi Operator SPBU Berdasarkan Kelelahan Kerja.

Shift Kerja				Kategori	Waktu Reaksi (Milidetik)
Shift Pagi		Shift Sore			
Jumlah	%	Jumlah	%		
10	18,0%	3	5,0%	Ringan	240-409
15	17,0%	8	14,0%	Sedang	410-579
3	5,0%	17	31,0%	Berat	>580
28	50,0%	28	50,0%		

Berdasarkan tabel 3. Menunjukkan Bahwa Operator SPBU yang bertugas pada shift pagi mengalami kelelahan kerja ringan sebanyak 10 responden (18.0%), mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 15 responden (17.0%), dan yang mengalami kelelahan kerja berat sebanyak 3 responden (5.0%) dan untuk operator SPBU yang bertugas pada shift sore mengalami kelelahan kerja ringan sebanyak 3 responden

(5.0%), mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 8 responden (14.0%) dan yang mengalami kelelahan kerja berat sebanyak 17 responden (31.0%).

Untuk kelelahan kerja ringan waktu reaksi 240-409 milidetik, kelelahan kerja sedang waktu reaksi 410-579 milidetik dan kelelahan kerja berat waktu reaksi >580 milidetik.

Tabel 4. Hubungan antara Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja pada Operator SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano

Shift Kerja	N	Mean Rank	Sum of Ranks	P Value
Shift Pagi	28	20.43	527.00	0,000
Shift Sore	28	36.57	1024.00	

Berdasarkan tabel diatas setelah melakukan uji *Mann-Whitney Test* mendapatkan *mean rank* /rata-rata kelelahan kerja operator SPBU yang bekerja pada shift pagi yaitu 20.43 dengan *sum of ranks*/jumlah 527.00 dan shift pagi *mean rank*/rata-ratanya 36.57 dengan *sum of ranks*/jumlah 1024.00 hasil analisis dengan menggunakan uji *Mann-Whitney U Test* mendapatkan nilai *P Value* = 0,000 yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan rata-rata kelelahan kerja antara shift pagi dan shift sore. Dengan

adanya perbedaan signifikan antara kelelahan kerja pada shift pagi dan shift sore dapat membuktikan adanya hubungan shift kerja dan kelelahan kerja pada operator SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano.

Menurut Gempur (2013) Bekerja dalam posisi berdiri statis dalam waktu yang lama seperti pekerjaan yang dilakukan operator SPBU yang bekerja terus menerus berdiri selama 8 jam shift mereka memang

mengakibatkan kelelahan terutama bagi otot tulang belakang.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arnani (2019) menggunakan analisis uji *Independent T Test* menunjukkan hasil yang signifikan dan berdasarkan hasil yang didapatkan diketahui bahwa pekerja yang bekerja pada shift malam lebih lelah dari pada pekerja yang bekerja pada shift pagi. Penelitian yang dilakukan oleh Pamungkas (2015) pada pekerja bagian produksi pengolahan beton di PT Wijaya Karya Beton Tbk Kabupaten Boyolali, uji yang digunakan dalam penelitian yang dilakukan Pamungkas adalah uji *Mann-Whitney U Test* dengan hasil yang diperoleh nilai *p value 0,000* menunjukkan adanya perbedaan signifikan tingkat kelelahan subyektif antara shift pagi dan shift malam.

KESIMPULAN

1. Shift kerja yang diterapkan SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano dua shift yaitu shift pagi jam 06.00-14.00 WITA dilanjutkan dengan shift sore jam 14.00-22.00 WITA.
2. Jumlah operator SPBU secara keseluruhan yang mengalami kelelahan kerja ringan 23%, kelelahan kerja sedang 41%, dan yang mengalami kelelahan kerja berta 36%.
3. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat

hubungan antara Shift Kerja dengan Kelelahan pada Operator SPBU yang ada di Kota Tomohon dan Kota Tondano.

SARAN

1. Bagi operator SPBU harus memanfaatkan waktu istirahat dengan baik seperti istirahat yang cukup, perlu mengonsumsi makanan yang bergizi dan Ketika mulai merasakan penat sebaiknya melakukan peregangan pada tubuh agar efek dari kelelahan tidak berlanjut supaya tubuh tetap sehat saat melaksanakan pekerjaan yang bertujuan untuk untuk mengurangi kelelahan dan meningkatkan motifasi kerja.
2. Bagi pihak yang mengelola SPBU sebaiknya menyediakan kursi yang diletakan pada sisi samping pompa bensin untuk rileksasi ketika memerlukan duduk agar operator SPBU tidak harus berdiri secara terus-menerus saat melaksanakan tugas shift mereka
3. Bagi peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian mengenai shift kerja dengan kelelahan kerja khususnya pada operator SPBU yang bertugas di SPBU yang berada di perkotaan atau tempat padat kendaraan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, P. 2018. *Hubungan Antara Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan PT. Matahari Departement Store Tbk Manado Town Square Kota Manado*. e-Journal KESMAS Vol 7 No.3.
- Arnani. 2019. *Perbedaan Kelelahan Kerja Pada Shift Pagi dan Shift Malam Karyawan bagian produksi di Pabrik The PTPN IV Bah Butong*. FKM Universita Negeri Sumatera Utara Medan.
- Gempur, S. 2013. *Ergonomi Terapan*. Jakarta: Prestasi Pustaka Publisher.
- Hidayt, T. 2008. *Bahaya Laten Kelelahan Kerja*. Jakarta: Harian Pikiran Rakyat Publisher.
- ILO. 2013. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Indonesia*. Jakarta: International Labour Organization.
- Maurits, L. 2012 *Salintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books.
- Meireza, D. 2019. *Analisis Sistem Kerja Shift Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Operator Spbu Menggunakan Metode Bourdon Wiersma*. Volume 7, Nomor 4, ISSN: 1356-3346.
- Pamungkas, U. 2003. *Perbedaan Tingkat Kelelahan Subyektif Antara Shift Pagi Dan Malam Pada Pekerja Bagian Produksi Pengolahan Beton Di PT. Wijaya Karya Beton Tbk Kabupaten Boyolali*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sucipto, C. 2014. *Keselamatan Dan Kesehatan Kerja*. Tangerang: Gosyen Publishing.