

## HUBUNGAN ANTARA SHIFT KERJA DAN BEBAN KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP YEHESKIEL DAN HANA DI RUMAH SAKIT UMUM GMIM PANCARAN KASIH MANADO

JuandyWiyarso\*

\*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

### ABSTRAK

Kelelahan kerja ialah aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja, beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja, bermacam-macam, faktor lingkungan kerja yang tidak memadai, beban kerja, shift kerja sampai kepada masalah psikososial dapat berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan kerja. Pekerjaan seorang perawat tidak terlepas dari sistem shift kerja. Hal ini memberikan konsekuensi terhadap perpanjangan jam kerja pekerja dan salah satunya yaitu dengan mempekerjakan pekerja melampaui waktu yang telah ditetapkan dan atau memberlakukan shift kerja. Data dari ILO yang menunjukkan bahwa hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Penelitian ini menggunakan metode *observational analitik*. Dengan jumlah populasi sebanyak 34 responden. Analisis ini dilakukan dengan uji statistik *chi-square* yang dimana jika nilai  $sig. < 0.05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi/hubungan antara *variable independent* dan *variable dependent*. Berdasarkan hasil analisis statistik didapat hasil  $sig. = 0,043$  ( $sig. < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan antara shift kerja dan kelelahan kerja. Berdasarkan hasil analisis statistik didapat hasil  $sig. = 0,008$  ( $sig. < 0,05$ ), yang berarti terdapat hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja.

**Kata Kunci :** Shift Kerja, Beban Kerja, Kelelahan Kerja .

### ABSTRACT

Fatigue is a variety of conditions accompanied by a decrease in efficiency and resilience in work, factors that can affect work fatigue, various, ranging from inadequate work environment factors, workloads, work shifts to psychosocial problems can affect the occurrence of fatigue work. The work of a nurse is inseparable from the work shift system. This provides consequences for the extension of working hours of workers and one of them is by hiring workers beyond the specified time and / or imposing work shifts. Data from the ILO shows that almost every year two million workers die from workplace accidents caused by fatigue. This study uses *analytic observational methods*. With a population of 34 respondents. This analysis is carried out by *chi-square statistical test*, where if the value of  $sig. < 0.05$ , it can be concluded that there is a correlation / relationship between independent variables and dependent variables. Based on the results of statistical analysis, the results of  $sig. = 0.043$  ( $sig. < 0.05$ ) are obtained, which means there is a relationship between work shifts and work fatigue. Based on the results of statistical analysis, the results of  $sig. = 0.008$  ( $sig. < 0.05$ ), which means that there is a relationship between workload and work fatigue.

**Keywords:** Work Shift, Workload, Work Fatigue

### PENDAHULUAN

Indonesia merupakan Negara berkembang sampai saat ini yang memiliki permasalahan besar dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. bisa dilihat dari pelayanan kesehatan kepada rakyat yang masih

belum bisa memberikan pelayanan yang memuaskan, baik dalam bentuk kecukupan rumah sakitnya, tenaga medisnya seperti dokter dan perawat, tenaga medis yang ada di RS dan ketersediaan obat-obatan, maupun alat-alat kesehatan yang memadai. Akan

tetapi peningkatan pelayanan kesehatan di Indonesia terus dilakukan mulai dari tingkat kota sampai ke desa-desa (Rachmandhany,2015)

Keselamatan dan kesehatan kerja merupakan suatu pemikiran dan usaha untuk menjamin keutuhan dan kesempurnaan baik jasmani maupun rohani. Dengan keselamatan dan kesehatan kerja maka para pihak tenaga kesehatan diharapkan dapat melakukan pekerjaan dengan aman dan nyaman. Pekerjaan dikatakan aman jika apapun tindakan yang dilakukan pekerja tersebut, resiko yang mungkin muncul dapat dihindari. Pekerjaan dikatakan nyaman jika para pekerja yang bekerja dapat melakukan tugasnya dengan merasa nyaman dan betah sehingga tidak mudah kelelahan (Sucipto, 2014). Kelelahan merupakan suatu keluhan umum yang mempengaruhi kinerja perawat. Sekitar 20% pekerja memiliki gejala kelelahan kerja. Faktor yang fisik dan psikologi yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja yaitu *shift* kerja dan beban kerja.

Tarwaka (2013) menyatakan bahwa 63% pekerja menderita kelelahan kerja akibat pengaruh *shift* kerja yang dapat menyebabkan terjadinya kecelakaan kerja. Dampak kelelahan akan berdampak pada *shift* yang kerja berupa tidak dapat tidur siang, selera makan menurun, gangguan pencernaan

serta nyeri lambung. Menurut Kodrat, pekerja *shift* malam memiliki tingkat kelelahan yang tinggi sehingga akan mempengaruhi kinerja seseorang.

Data dari *International Labour Organisation* yang menunjukkan bahwa setiap tahun ada sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang diakibatkan oleh faktor kelelahan. Peneliti tersebut menyatakan dari 58.155 sampel, sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan yaitu sekitar 32,8% dari keseluruhan sampel peneliti (Baiduri,2008).

Seorang perawat tidak terlepas dari sistem *shift* kerja. Hal ini dapat memberikan konsekuensi terhadap perpanjangan jam kerja pekerja dan salah satunya yaitu dengan mempekerjakan perawat melebihi waktu yang telah ditetapkan dan atau memberlakukan *shift* kerja. Pekerja dengan *shift* kerja adalah seseorang bekerja di luar jam kerja normal selama kurun waktu tertentu (Setyawati, 2012).

Beban kerja merupakan kemampuan seseorang tenaga kerja berbeda dari satu kepada yang lainnya dan sangat tergantung dari tingkat penguasaan kerja, kesegaran jasmani, keadaan gizi, jenis kelamin, usia, dan ukuran tubuh dari pekerja yang bersangkutan (suma'mur, 2014).

Penelitian sebelumnya mengenai beban kerja yang dilakukan oleh

Nugroho(2013) di desa curut kecamatan penawangan kabupaten grobogan diketahui bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja pada petani.

Rumah sakit umum Gmim Pancaran Kasih Manado khususnya ruang rawat inap Yeheskiel dan Hana memiliki jumlah kunjungan pada tahun 2016 sampai 2017 yang cukup besar yaitu berjumlah 1782 kunjungan pada tahun 2016 dan 1924 kunjungan pada tahun 2017 Sehingga perawat yang bekerja bisa mengalami gejala-gejala kelelahan kerja.

#### METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini menggunakan metode penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*

(studi potong lintang) dengan tujuan untuk menganalisis ada tidaknya hubungan antara *shift* kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap Yeheskiel dan Hana Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado.

Penelitian ini dilakukandi ruang rawat inap Yeheskiel dan Hana Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado.Penelitian ini dilakukan pada bulan September sampaiNovember 2018.

Populasi adalah seluruh perawat yang berada diruang rawat yeheskiel dan hana di Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado yang berjumlah 34 perawat yang terdiri dari 17 perawat di ruang rawat inap yeheskiel dan 17 perawat di ruang rawat inap hana.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Hubungan Antara Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja

Shift Kerja	Kelelahan Kerja				Total		ρ*
	Lelah		Kurang Lelah		n	%	
	n	%	n	%			
Malam	15	83,3	3	16,7	18	100	0,038
Pagi	8	50	8	50	16	100	
Total	23	67,4	11	32,4	34	100	

Berdasarkan hasil uji *Chi Square* terlihat nilai  $p$  sebesar 0,038 ( $< 0,05$ ). Hal ini berarti bahwa Terdapat Hubungan Antara *Shift* Kerja dengan

Kelelahan Kerja Pada pada perawat di ruang rawat inap Yeheskiel dan Hana Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado.

Hubungan Antara Beban Kerja dan Kelelahan Kerja

Beban Kerja	Kelelahan Kerja				Total		p*
	Lelah		Kurang Lelah		n	%	
	n	%	N	%			
Berat	22	78,6	6	21,4	28	100	0,008
Ringan	1	16,7	5	83,3	6	100	
Total	11	32,4	23	67,6	34	100	

Berdasarkan hasil uji Fisher exact terlihat nilai p sebesar 0,008 (< 0,05). Hal ini berarti bahwa Terdapat Hubungan Antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada perawat di ruang rawat inap Yeheskiel dan Hana Rumah Sakit Umum Gmim Pancaran Kasih Manado.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapatkan, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat 16 Perawat yang melaksanakan Shift Kerja Pagi dan 18 Perawat yang melaksanakan Shift kerja Malam di Ruangan Rawat Inap Yeheskiel dan Hana Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Kota Manado
2. Terdapat 28 Perawat yang memiliki beban kerja berat dan beban kerja ringan sebesar 6 perawat di Ruangan Rawat Inap Yeheskiel dan Hana Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Kota Manado.
3. Perawat dengan status kelelahan kerja (Lelah) sebanyak 11 perawat dan perawat dengan status

kelelahan kerja (Kurang Lelah) sebanyak 23 perawat.

4. Terdapat hubungan antara shift kerja dan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap yeheskiel dan hana rumah sakit umum gmim pancaran kasih manado.
5. Terdapat hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap yeheskiel dan hana rumah sakit umum gmim pancaran kasih manado.

**SARAN**

1. Sebaiknya perawat harus terus memperhatikan kondisi tubuh agar tetap sehat, perlu mengonsumsi makanan yang bergizi dan beragam, istirahat yang cukup sebelum melakukan pekerjaan di ruang rawat inap rumah sakit umum gmim pancaran kasih manado.
2. Perlu adanya sosialisasi mengenai dampak dari beban kerja dan kelelahan kerja dari rumah sakit kepada perawat, agar kedepannya para perawat di ruang rawat inap

yeheskiel dan hana rumah sakit umum gmim pancaran kasih manado dapat terhindar dari beban kerja berlebih dan kelelahan kerja.

3. Perlu untuk dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai shift kerja dan beban kerja sehingga dapat diketahui faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Baiduri, W. 2008. *Fatigue Assesment Pt. Pama Persada Nusantara*. Jakarta.
- Maurits, LientjeSetyawati K. 2012. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Amara Books. Yogyakarta.
- Pondaag, HerryKurnia, 2016. *Hubungan Shift KerjadanStresKerjadenganKelelahanKerjaTerhadapKaryawan di PT. PembangkitListrik Tenaga PanasBumiLahendong*. Tomohon
- Sucipto, Cecep Dani. 2014. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja*, Gosyen Publishing, Yogyakarta.
- Sumamur, P. K. 2014. *Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja. (HIPERKES)* Edisi 2 Jakarta : CV. Sagung Seto.
- Tarwaka. S.S. 2013. *Ergonomi Industri*. Surakarta: Harapan Press.