



Hubungan *Shift* Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat UGD Dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Barat

Ira Sandi Tunny

STIKes Maluku Husada

Email : irasandi.99@gmail.com

Abstract *The Relationship between Work Shift and Work Fatigue in the Emergency Room Nurses and the Ward Room of RSUD Piru, West Seram Regency in 2020. Therefore, shift work every day, namely the morning shift starting at 08.00-17.00 WIT while the night shift starts at 17.00-08.00 WIT. The health of nurses is very important so that health services in the community can be optimal, considering that nurses are human resources who play an important role in the hospital for 24 hours. And one of the efforts to improve the quality of service with work shift regulations. Work shifts need to be considered the time or biological clock that corresponds to our body for work accidents. Work fatigue contributes to the occurrence of work accidents caused by fatigue factors. This type of research uses quantitative research with a cross-sectional study design (cross-sectional) where measurement of the variables can be done at the same time so that it is quite effective and efficient. Research subjects were taken 30 nurses from the ER and Ward at PIRU Hospital. The measurement results show the relationship between work shifts and work fatigue of nurses in the ER and Ward there are 8 respondents (26.7%) who have a morning shift schedule and experience fatigue and 7 respondents (23.3%) respondents who have a night shift schedule and do not experience fatigue. The statistical test results show a significant value $\alpha < 0.003$, which means that H_a is accepted by H_o is rejected.*

Keywords: *Work Shift, Work Fatigue*

Abstrak Hubungan *Shift* Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat UGD dan Ruang Bangsal Rsud Piru Kabupaten Seram Bagian Barat Tahun 2020. Oleh karena itu kerja *shift* sitema harinya yaitu *shift* pagi mulai dari jam 08.00-17.00 WIT sedangkan *shift* malam mulai dari jam 17.00-08.00 WIT. Kesehatan dari perawat sangat penting agar berlangsungnya pelayanan kesehatan pada masyarakat menjadi optimal, mengingat perawat merupakan sumber daya manusia yang berperan penting di rumah sakit selama 24 jam. Dan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pelayanan dengan peraturan *shift* kerja. *Shift* kerja perlu diperhatikan waktu atau jam jam biologis yang sesuai dengan tubuh kita terhadap kecelakaan kerja. kelelahan kerja memberikan kontribusi terhadap terjadinya kecelakaan kerja yang disebabkan oleh factor kelelahan. jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional* (potong lintang) yang dimana pengukuran terhadap variable dapat dilakukan dalam waktu bersamaan sehingga cukup efektif dan efisien. subjek penelitian diambil 30 orang perawat bagian UGD dan Bangsal di RSUD PIRU. Hasil pengukuran menunjukkan Hubungan *Shift* kerja dengan kelelahan kerja perawat di UGD dan Bangsal terdapat 8 responden (26,7%) yang memiliki jadwal *shift* pagi dan mengalami kelelahan serta 7 responden (23,3%) responden yang memiliki jadwal *shift* malam dan tidak mengalami kelelahan. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikan $\alpha < 0,003$ yang berarti H_a diterima H_o ditolak.

Kata Kunci : *Shift* Kerja, Kelelahan Kerja

PENDAHULUAN

Rumah sakit merupakan institusi pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna yang menyediakan pelayanan rawat jalan, rawat inap, dan gawat darurat. Pelayanan paripurna merupakan pelayanan kesehatan yang meliputi kuratif, preventif, promotif, dan rehabilitatif, (Depkes RI, 2009). Pengaturan shift kerja diharuskan bagi rumah sakit yang memberikan pelayanan kesehatan rawat inap, agar pelayanan kesehatan dapat diberikan kepada seluruh pasiennya. Undang-Undang No. 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan pasal 86 dikatakan

Received April 27, 2021; Revised Juni 30, 2021; Accepted Juli 30, 2021

*Ira Sandi Tunny, irasandi.99@gmail.com

bahwa tenaga kerja berhak mendapat perlindungan atas keselamatan dan kesehatan kerja, moral dan kesusilaan serta perlakuan yang sesuai dengan harkat dan martabat manusia serta nilai-nilai agama (Hussin, dkk 2018).

Perawat merupakan sumber daya yang berperan penting dalam berlangsungnya pelayanan di rumah sakit. Tanggung jawab sebagai seorang perawat bukan hanya kepada seorang saja atau individu tetapi juga pengasuh dari pihak keluarga pasien, dan komunitas, (Maharja, 2018).

Kesehatan dari perawat sangat penting agar berlangsungnya pelayanan kesehatan kepada masyarakat menjadi optimal, mengingat perawat merupakan sumberdaya manusia yang berperan penting di rumah sakit selama 24 jam, dan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas pelayanan dengan pengaturan shift kerja (Kalangit, 2015).

Menurut *Occupational Health Clinic for Ontario Workers Inc* dalam tulisan yang bertema *Shift work health effects & solution*, kerja *shift* merupakan suatu pekerjaan yang telah dijadwalkan diluar jam normal yaitu pukul 09.00–17.00 dimana kerja *shift* dilakukan dengan memberikan pelayanan secara terus-menerus atau melakukan produksi selama 24 jam dalam sehari untuk memaksimalkan efisiensi dan produktivitas (Sugiono dkk 2018).

Setiap orang memiliki waktu pengaturan tubuh yang berbeda-beda yang dikenal dengan *circadian rhythm*, dalam penyusunan atau pengaturan *shift* kerja perlu diperhatikan waktu atau jam biologis yang sesuai dengan tubuh kita. Pada umumnya jam biologis tubuh kurang bekerja secara optimal pada malam hari. (Sugiono dkk2018).

Investigasi di beberapa negara menunjukkan bahwa kelelahan (*fatigue*) memberi kontribusi yang signifikan terhadap kecelakaan kerja. Kelelahan kerja memberi kontribusi 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja. Data dari *International Labour Organization (ILO)* (2014) menunjukkan bahwa hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Penelitian tersebut menyatakan dari 58.155 sampel, sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan yaitu sekitar 32,8% dari keseluruhan sampel (Baiduri, 2015). Menurut Kementrian Tenaga Kerja dan Transmigrasi RI, berdasarkan data mengenai kecelakaan kerja yang tercatat, di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 22,7% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi, lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat.

Sudah banyak dilakukan penelitian tentang kelelahan, menurut laporan penelitian *Canadian Nurse Association* (2012) bahwa hampir 80% perawat di Kanada mengalami kelelahan. Kelelahan kerja adalah aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan

ketahanan dalam bekerja, yang dapat disebabkan oleh: kelelahan yang sumber utamanya adalah mata (kelelahan visual), kelelahan fisik umum, kelelahan syaraf, kelelahan oleh lingkungan yang monoton dan kelelahan oleh lingkungan kronis terus-menerus sebagai faktor secara menetap (Widyasari, 2014).

Rumah Sakit Umum Daerah Piru Kabupaten Seram Bagian Barat sebagai tempat yang bergerak di bidang pelayanan kesehatan beroperasi 24 jam setiap harinya. Oleh karena itu shift kerja setiap harinya yaitu, shift pagi dari jam 08.00-17.00 WIT, shift malam 17.00-08.00 WIT, sedangkan jumlah perawat yang bekerja di ruangan UGD berjumlah 30 Orang.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2020 di Rumah Sakit Umum Daerah Piru Kabupaten Seram Bagian Barat mengenai Hubungan *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada perawat UGD dan Ruang BANGSAL dapat diketahui bahwa perawat *shift* malam lebih banyak mengalami kelelahan daripada perawat yang bekerja pada *shift* pagi.

METDOE

Desain penelitian merupakan strategi pembuktian atau pengujian atas variabel dilingkup penelitian. Jenis penelitian yang digunakan untuk penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi cross-sectional (potong lintang), dimana pengukuran terhadap variabel dapat dilakukan dalam waktu bersamaan sehingga cukup efektif dan efisien.

HASIL

Tabel 1.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Perawat Di UGD Dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Barat

Umur	(n)	(%)
21-25 thn	7	23.3
26-30 thn	13	43.3
31-35 thn	6	20.0
41-45 thn	4	13.3
Total	30	100.0
JK	(n)	(%)
Laki-Laki	12	40.0
Perempuan	18	60.0
Total	30	100.0
Pendidikan	(n)	(%)
D3	13	43.3
S1	15	50.0

S2	2	6.7
Total	30	100.0
Masa Kerja	(n)	(%)
≥5 Tahun	8	26.7
<5 Tahun	22	73.3
Total	30	100.0

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 1.1 menunjukkan bahwa 30 responden yang paling banyak memiliki umur 26-30 tahun sebanyak 13 orang (43,3%), sedangkan yang paling sedikit memiliki umur 41-45 tahun sebanyak 4 orang (13,3%).

Tabel 1.2 Distribusi Responden Berdasarkan Shift Kerja Perawat di UGD Dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Timur

<i>Shift Kerja</i>	(n)	(%)
Pagi	15	50.0
Malam	15	50.0
Total	30	100.0

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 1.2 menunjukkan dari 30 responden yang *shift* pagi 15 orang (50,0%) begitupun sebaliknya dengan *shift* malam.

Tabel 1.3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja Perawat di UGD Dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Barat

Kelelahan Kerja	(n)	(%)
Lelah >50%	23	76.7
Tidak Lelah <50%	7	23.3
Total	30	100.0

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 1.3 menunjukkan dari 30 responden yang mengalami kelelahan berjumlah 23 orang (76,7%) dan yang tidak mengalami kelelahan 7 orang (23,3%).

Tabel 1.4 Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di UGD Dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Barat

Shift Kerja	Kelelahan Kerja				Total		P-value
	Lelah		Tidak Lelah		N	%	
	n	%	n	%			
<hr/>							

Pagi	8	26,7	7	23,3	15	50,0	0,003
Malam	15	50,0	0	0	15	50,0	
Total	23	76,7	7	23,3	30	100	

Sumber: data primer 2020

Berdasarkan tabel 1.4 didapatkan bahwa hasil menunjukkan Hubungan *Shift* Kerja Dengan Kelelahan Kerja Perawat Di UGD Dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Barat, terdapat 8 responden (26,7%) yang memiliki jadwal *shift* pagi dan mengalami kelelahan serta 7 responden (23,3%) responden yang memiliki jadwal *shift* Malam dan tidak mengalami kelelahan.

Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikan $\alpha < 0,003$ yang berarti H_0 diterima H_a ditolak. Nilai yang diperoleh yaitu $p=0,001$ hal ini menandakan ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja perawat di UGD dan Ruang Bangsal RSUD Piru Kabupaten Seram Bagian Barat.

PEMBAHASAN

Shift kerja merupakan pola waktu kerja yang diberikan pada tenaga kerja untuk mengerjakan sesuatu dan biasanya dibagi atas kerja pagi, sore dan malam. Shift kerja dapat berbeda antar instansi, walaupun biasanya menggunakan tiga shift setiap hari dengan delapan jam kerja setiap shift.

Penyebab lain yang dapat menyebabkan tidak adanya hubungan shift kerja dengan mutu pendokumentasian asuhan keperawatan pada penelitian ini yaitu para pekerja non shift yang hanya bekerja pada shift pagi hal ini bisa terjadi karena pekerja non shift adalah kepala ruang, ketua tim, supervisor dan perawat yang sudah senior, sehingga kualitas mutu asuhan keperawatan pada shift pagi lebih dapat terawasi dan terkontrol dari pada shift sore dan malam. Pekerjaan seorang perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan tidak terlepas dari pengaturan jam kerja di suatu rumah sakit yang lebih dikenal dengan istilah shift kerja.

Menurut Setyawati (2011), bahwa kelelahan kerja terjadi akibat penumpukan asam laktat. Pada saat bekerja tubuh membutuhkan energi. Energi tersebut diperoleh dari hasil pemecahan glikogen. Selain energi, asam laktat merupakan salah satu hasil dari pemecahan glikogen. Saat otot berkontraksi, maka akan terjadi penumpukan asam laktat. Asam laktat ini menghambat kerja otot dan menyebabkan rasa lelah. Kelelahan kerja adalah suatu kondisi melemahnya kegiatan, motivasi, dan kelelahan fisik untuk melakukan kerja.

Menurut Cameron (1973) dalam Setyawati (2011), bahwa kelelahan kerja menyangkut penurunan kinerja fisik, adanya perasaan lelah, penurunan motivasi, dan penurunan

produktivitas kerja. Menurut Suma'mur (2009), bahwa kelelahan merupakan penurunan ketahanan dan daya tubuh untuk melakukan pekerjaan.

Menurut Setyawati (2011), bahwa kelelahan kerja tidak dapat didefinisikan tetapi dapat dirasakan sehingga penentuan kelelahan kerja dapat diketahui secara subjektif berdasarkan perasaan yang dialami tenaga kerja.

Kerja bergilir dikatakan continue apabila dikerjakan selama 24 jam setiap hari termasuk hari minggu dan hari libur. Berdasarkan NOHSC mendefinisikan bahwa *shift* kerja merupakan jadwal kerja normal yang dimulai dari sekitar pukul 07-00 sampai pukul 18-00 dengan lamanya jam kerja untuk seorang pekerja untuk seorang pekerja 7-8 jam dalam setiap *shift*nya.

KESIMPULAN

Jumlah perawat yang bekerja pada shift pagi dan shift malam

Jumlah perawat yang mengalami kelelahan kategori lelah dan kategori tidak lelah Hasil uji statistik menggunakan chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dan kelelahan kerja pada perawat UGD dan Ruang Bangsal di RSUD Piru dengan nilai p-value.

DAFTAR PUSTAKA

- Baiduri, 2015, *Peran Perawat dalam Pembangunan Kesehatan Bangsa*, <http://www.Kompasiana.com> , diakses tanggal 12 Juli 2020.
- Hussin Umar (2018) *Metode Penelitian Bisnis (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- ILO. (2014). Encyclopedia of occupational health and safety. *International New York Labour Office*.Geneva.Vol.II
- Kalangit, F , Karwatu ,P . D Malonda, N. (2015).*Perbedaan Kelelahan Kerja pada Karyawan Shift Pagi dan Shift Malam*.
- Maharja, R. (2018). Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. *The Indonesian Journal Of Occupational Sofety and Health*. 4 (1).
- Setyawati, L. (2011). *Buku Pedoman Pengukuran Waktu Reaksi dengan Alat Pemeriksaan Waktu (Reaction Timer) L77..* Yogyakarta: Lakasi Daya. Yogyakarta Amira Book
- Sugiono, P. (2014) *Hygine Perusahaan dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*, Jakarta CV Sagung Seto
- Widyasari, J. K. (2014). *Hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta*. Doctoral dissertation: Universitas Sebelas Maret