

## ABSTRAK

Bekerja pada malam hari dapat menimbulkan suatu permasalahan yang berkaitan dengan kesehatan badan dan daya kerja, apabila kondisi ini berlangsung terus menerus maka dapat berakibat antara lain kelelahan fisik, peningkatan denyut jantung, menurunnya kemampuan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah *night and shift works* (NSWs) berpengaruh terhadap kondisi fisik, psikologis dan beban kerja perawat, selain itu bagaimana penerapan rotasi kerja yang digunakan.

Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit RK Charitas Palembang. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah 60 orang perawat yang bekerja dengan sistem kerja bergilir pada Paviliun Lukas dan Yoseph Rumah Sakit RK Charitas Palembang. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran kuesioner untuk mengetahui kondisi fisik dan psikologis yang dikeluhkan oleh perawat. Pengukuran denyut jantung dilakukan untuk mengetahui beban kerja yang dirasakan oleh perawat. Pengukuran denyut jantung dilakukan sebelum dan sesudah bekerja pada setiap shift kerja.

Data pengukuran denyut jantung kemudian dianalisis dengan *t-paired test* ( $\alpha = 0.05$ ). Hasil analisis data berdasarkan pengujian hipotesis diketahui bahwa  $t$  hitung  $>$   $t$  tabel sehingga  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh *night and shift works* terhadap beban kerja perawat. Data keluhan fisik dan psikologis diolah dengan menggunakan *analysis of variance* (anova). Data pengukuran kondisi fisik menunjukkan  $F$  hitung  $>$   $F$  tabel ( $32.77 > 3.00$ ) sehingga  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh *night and shift works* terhadap gangguan fisik perawat. Data pengukuran kondisi psikologis menunjukkan  $F$  hitung  $>$   $F$  tabel ( $16.87 > 3.00$ ) sehingga  $H_0$  ditolak, artinya ada pengaruh *night and shift works* terhadap gangguan psikologis perawat.

Rotasi kerja yang digunakan di Rumah Sakit RK Charitas saat ini yaitu continental rota (2 kali pagi, 2 kali siang, 3 kali malam). Rotasi kerja yang sebaiknya digunakan untuk mengurangi kondisi fisik, psikologis dan beban kerja perawat adalah metropolitan rota (2 kali pagi, 2 kali siang, 2 kali malam).

Kata kunci: *night and shift works*, kondisi fisik dan psikologis, beban kerja, rotasi kerja