

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam era persaingan bebas ini dituntut suatu pelayanan maksimal kepada *customer*. Hal ini menyebabkan penyedia jasa harus melaksanakan kerja bergilir untuk memenuhi tuntutan tugas tersebut. *Night and Shift Works* (NSWs) muncul karena kerja bergilir selama 24 jam tersebut. Tentu saja hal ini tidak mudah untuk dilakukan, karena memerlukan manajemen ekstra dan pendekatan ergonomi agar berjalan sesuai dengan yang diinginkan (Kurniawan, 2004).

Apabila ditinjau secara fisiologis maka *night and shift works* (NSWs) ini akan mempengaruhi *circadian rhythm* atau irama tubuh. Dimana manusia memiliki fungsi-fungsi faal tubuh yang sudah diatur sesuai dengan bioritme tersebut, misalnya kita bangun tidur pagi jam 06.00, maka dapat dipastikan hampir setiap pagi kita akan bangun jam 06.00 pagi. Begitu juga dengan mekanisme lapar, haus, panas, dingin, dan lain-lain. Ada kurang lebih 100 irama tubuh kita yang berfungsi untuk menjaga *homeostasis* dalam tubuh kita dalam mempertahankan hidup. Apabila bioritme tubuh ini terganggu atau dirubah sedemikian rupa karena kondisi lingkungan yang berbeda maka akan dapat menimbulkan gangguan-gangguan pada fungsi faal tubuh yang bersangkutan, misalnya biasanya kita lapar jam 13.00 untuk segera makan siang tetapi kita berada pada tempat dan waktu yang berbeda, kadangkala kita harus makan siang jam 15.00, tentu saja hal ini akan membawa perasaan tidak enak dan bisa menimbulkan sakit maag. Contoh lain misalnya pada suhu yang ekstrim, melakukan pekerjaan bergilir (NSWs), akan dapat mengganggu fungsi faal tubuh sehingga bisa menimbulkan kecelakaan kerja, cedera dan sakit (Kurniawan, 2004).

Night and Shift Works (NSWs) membawa dampak pada terganggunya irama tubuh manusia, menimbulkan efek fisiologis, menghambat hubungan sosial dari pekerja dengan lingkungannya sehingga dapat menimbulkan masalah-masalah yang kompleks, baik itu bagi pekerjanya, perusahaan pemberi kerja

maupun lingkungan luar, dan juga menimbulkan keluhan-keluhan pada fungsi faal tubuh, seperti kurang tidur, gangguan pencernaan, fungsi hati, sirkulasi darah, hormonal, dan lainnya.

Konsekuensi negatif bekerja malam hari tidak berakhir di sini, *nausea*, gangguan lambung, sakit perut, diare dan hilangnya nafsu makan merupakan berbagai keluhan umum yang sering dialami karyawan yang bekerja malam. Kerja malam sering memisahkan orang-orang dari keluarga dan teman-teman mereka, sehingga menciptakan situasi tertekan.

Night and Shift Works (NSWs) akan berdampak pada respon fisiologis tubuh dan juga efek sosial. Respon fisiologis dapat mempengaruhi kualitas tidur, kurangnya kemampuan fisik untuk bekerja pada malam hari, mempengaruhi kemampuan mental, gangguan kegelisahan dan juga gangguan saluran pencernaan. Efek sosialnya dapat mempengaruhi kehidupan sosial, seperti mengganggu kehidupan keluarga, sedikitnya kesempatan untuk berinteraksi dengan kerabat dan rekan, dan juga mengganggu aktivitas kelompok.

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. Shift malam tentu akan membuat orang berusaha terjaga pada saat bekerja.

Penyelenggaraan giliran kerja malam dan kerja lembur dilakukan oleh perusahaan bertujuan untuk lebih memanfaatkan fasilitas, meningkatkan pelayanan dan produktivitas. Akan tetapi pada pelaksanaannya, penyelenggaraan giliran kerja malam seringkali tidak memperhatikan ritme circadian, sehingga seringkali pula teridentifikasi gangguan fisik dan psikologis yang dikeluhkan oleh pekerja giliran kerja malam, apabila masalah ini tidak diatasi, maka akan menimbulkan gangguan berlanjut dan dapat bersifat akumulatif.

Manusia sebagai makhluk hidup juga perlu istirahat/tidur, rekreasi bersama keluarga dan memenuhi kehidupan sosial di samping bekerja. *Night and Shift Works* (NSWs) kalau tidak diatur dengan baik akan terjadi masalah-masalah sosial, kesehatan dan gangguan tidur dengan segala konsekuensinya. Memang

akibat yang muncul sangat individual, tetapi pada umumnya mereka akan mengalami gangguan fisik yang sama, kehidupan sosial dan keluarga yang berbeda. Berbagai cara pengaturan rotasi sudah dirintis, dengan maksud menekan sejauh mungkin akibat yang tidak diinginkan, namun penyelesaiannya sangat tergantung kepada kompromi perusahaan dan pekerja setempat (Manuaba, 2001).

Untuk mencegah pengaruh negatif dari kerja bergilir, maka kerja bergilir sering diatur dengan rotasi yang singkat seperti 2-2-2 (pagi, pagi, siang, siang, malam, malam) atau 2-2-3 (pagi, pagi, siang, siang, malam, malam, malam) dengan menggunakan 4 grup (pagi, siang, malam, libur). Jelas ini lebih baik dari pada diatur 6-6-6 dengan hari minggu libur. Jadi rencana kerja, apalagi kalau ingin memanfaatkan alat kerja selama 24 jam perlu betul-betul mendapatkan perhatian dan penggarapan yang tepat (Manuaba, 2001).

NSWs banyak diterapkan di rumah sakit, hotel, apotek, bandara, PJKA, dan lain-lain. Rumah Sakit adalah suatu institusi pelayanan kesehatan yang karena karakteristik pelayanannya harus menerapkan giliran kerja. Penerapan giliran kerja di rumah sakit biasanya menerapkan 3 kelompok giliran kerja yaitu giliran pagi, siang dan malam. Perawat merupakan salah satu tenaga kesehatan yang bekerja dengan sistem giliran kerja tersebut. Pengaturan sistem giliran kerja yang tidak sesuai dengan standar dapat menimbulkan berbagai dampak negatif terhadap perawat antara lain gangguan fisik dan psikologis, kehidupan sosial dan keluarga.

Night and Shift Works (NSWs) juga dilakukan di Rumah Sakit RK Charitas, sebuah rumah sakit di kawasan kota Palembang, dengan jumlah karyawan 1003 orang, dimana 344 orang adalah perawat. NSWs yang dilakukan di bagian Perawatan Rumah Sakit RK Charitas dibagi menjadi tiga shift, yaitu pagi (07.00-14.00), siang (14.00-21.00) dan malam (21.00-07.00). Tugas utama yang dilakukan adalah memberikan pelayanan kepada seluruh pasien yang dirawat di rumah sakit tersebut, seperti perawatan pasien, pemberian obat, pengukuran suhu, pengukuran tekanan darah, dan lain-lain. Perawat di Rumah Sakit RK Charitas hampir 70% pekerjaannya berdiri, 20% berjalan dan 10% duduk. Aktivitas kerja perawat yang sering berdiri menyebabkan keluhan fisik yaitu rasa

pegal dan tegang pada leher, sakit pada betis kanan, sakit pada betis kiri, rasa pegal dan tegang pada bahu, pegal-pegal, sakit pinggang dan sakit kepala. Bekerja dengan sistem bergilir juga dapat menyebabkan gangguan psikologis yang sering dikeluhkan oleh perawat di rumah sakit ini, seperti kurangnya kesempatan bersama keluarga, sulit tidur atau tidur tidak teratur, perubahan suasana hati sangat cepat, kesulitan memutuskan sesuatu, membosankan, dan cepat lelah.

Beban kerja perawat juga dipengaruhi oleh jumlah pasien yang dirawat dan juga waktu kerjanya, apabila waktu kerja melebihi dari kapasitasnya maka akan berdampak buruk bagi kinerja perawat tersebut. Dapat dikatakan *image* tentang rumah sakit ini dimulai dari perawat. Untuk itu diperlukan *skills* perawat yang khusus untuk memberikan pelayanan yang memuaskan bagi pasien.

Bekerja pada malam hari disamping dapat menyebabkan sakit akibat kerja, juga melawan irama yang merupakan tekanan yang berat bagi pekerja. Tekanan ini terakumulasi dapat menurunkan *performance* karyawan, sehingga berakibat buruk bagi *personal* dan perusahaan itu sendiri (Kurniawan, 2004).

Berdasarkan kondisi tersebut ingin dilihat apakah *night and shift works* (NSWs) berpengaruh terhadap gangguan fisik, psikologis dan beban kerja yang dirasakan oleh perawat. Selanjutnya informasi mengenai *night and shift works* (NSWs) dapat membantu perusahaan dalam melakukan pengaturan rotasi kerja sehingga diharapkan dapat meningkatkan *performance* perawat dan produktivitas perusahaan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, rumusan masalah untuk penelitian ini adalah:

1. Bagaimana pengaruh *night and shift works* (NSWs) terhadap kondisi fisik, psikologis dan beban kerja perawat?
2. Bagaimana penerapan rotasi kerja yang digunakan di Rumah Sakit RK Charitas Palembang terhadap kinerja perawat?

1.3 Tujuan Penelitian

Pada penelitian ini ada beberapa tujuan yang akan dicapai, diantaranya:

1. Mengetahui bagaimana pengaruh *night and shift works* (NSWs) terhadap kondisi fisik, psikologis dan beban kerja perawat.
2. Mengetahui penerapan rotasi kerja yang digunakan di Rumah Sakit RK Charitas Palembang terhadap kinerja perawat.
3. Mengusulkan rotasi kerja yang digunakan di Rumah Sakit RK Charitas Palembang.

1.4 Batasan Masalah dan Asumsi

Karena adanya keterbatasan waktu, biaya dan peralatan, maka penelitian perlu dibatasi agar masalah yang akan diteliti tidak keluar dari jalur penelitian yang telah direncanakan. Batasan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah:

1. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat wanita Rumah Sakit RK Charitas Palembang dengan usia produktif yaitu berkisar 21 tahun sampai 35 tahun.
2. Sampel penelitian berjumlah 60 responden perawat yang bekerja di bagian rawat inap Paviliun Lukas dan Yoseph. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.
3. Penelitian ini hanya mengukur beban kerja, pengaruh kondisi fisik dan psikologis perawat.

Sedangkan asumsi yang digunakan pada penelitian ini adalah:

1. Pada saat pengukuran denyut jantung kondisi lingkungan dianggap sama (suhu, cahaya, kelembaban, dan sebagainya).
2. Kemampuan masing-masing operator adalah sama.

1.5 Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian mengenai pengaruh *night and shift works* sebelumnya pernah dilakukan oleh I Gede Kurniawan, mahasiswa program pasca sarjana Universitas Udayana Bali. Penelitian Kurniawan mengenai "Dampak *Night and Shift Works* Terhadap Kesehatan Tubuh (Studi Kasus Pada Karyawan Hotel KPH Bali)". Tujuan penelitian untuk mengetahui beban kerja karyawan yang kerja bergilir.

Pada penelitian Kurniawan hanya mengukur beban kerja karyawan dengan pengukuran denyut jantung sebelum dan sesudah bekerja pada shift malam saja, sedangkan pada penelitian ini pengukuran denyut jantung dilakukan sebelum dan sesudah bekerja pada setiap shift kerja. Pada penelitian Kurniawan hanya mengetahui pengaruh *night and shift works* terhadap beban kerja, sedangkan pada penelitian ini mengetahui pengaruh *night and shift works* terhadap beban kerja, kondisi fisik dan psikologis yang dirasakan pada saat kerja bergilir. Pada penelitian ini juga ingin mengetahui bagaimana penerapan rotasi kerja yang digunakan di Rumah Sakit RK Charitas Palembang terhadap kinerja perawat dan memberikan usulan mengenai rotasi kerja yang digunakan di Rumah Sakit RK Charitas Palembang.

1.6 Sistematika Penulisan

Sistematika penyusunan laporan tugas akhir "Pengaruh *Night and Shift Works* (NSWs) Terhadap Kondisi Fisik, Psikologis Dan Beban Kerja Perawat" adalah sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini akan diuraikan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, batasan masalah dan asumsi, penelitian terdahulu yang relevan dan sistematika penulisan.

BAB II LANDASAN TEORI

Dalam bab ini terdapat penjelasan tentang studi literatur yang digunakan dalam memecahkan masalah dan menganalisa masalah yang akan dibahas dalam tugas akhir ini.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Pada bab ini menjelaskan langkah-langkah penelitian yang akan dijalankan, yang selanjutnya dijadikan acuan dalam melakukan penelitian.

BAB IV PENGUMPULAN DAN PENGOLAHAN DATA

Bab ini berisikan data-data yang dibutuhkan untuk pengerjaan penelitian, pengolahan data, dan hasil dari pengolahan data yang selanjutnya akan digunakan dalam tahap analisis.

BAB V ANALISIS DAN INTERPRETASI HASIL

Pada bab ini dilakukan analisis terhadap hasil dari pangolahan data yang sudah diperoleh dan usulan-usulan yang bermanfaat bagi perusahaan yang berkaitan dengan hasil penelitian.

BAB VI SIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisikan uraian mengenai simpulan yang dapat diambil berdasarkan analisis yang telah dilakukan, serta saran-saran yang dapat diberikan bagi perusahaan.