

## ANALISA HUBUNGAN SHIFT KERJA DENGAN STRES KERJA DAN KELELAHAN PADA PERAWAT RUMAH SAKIT X BATAM TAHUN 2022

**Krismadies, Diina Maulina**

Fakultas Ilmu Kesehatan (Fikes), Universitas Ibnu Sina

Email : [dr.krismadies@uis.ac.id](mailto:dr.krismadies@uis.ac.id), [dr.diina@uis.ac.id](mailto:dr.diina@uis.ac.id)

### Abstrak

Pekerjaan perawat di bagian rawat inap mewajibkan mereka bekerja dengan sistem shift. Bergantian antara shift pagi, shift sore dan shift malam. Bekerja dengan sistem shift akan menyebabkan gangguan siklus sirkadian yang dapat menyebabkan berbagai permasalahan seperti kelelahan dan juga bisa menimbulkan stress kerja.

Berdasarkan data dari penelitian didapat dilihat bahwa pearson Chi-square dengan nilai Asymp.sig. sebesar 0,470 > dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan Kelelahan Kerja.

Nilai chi square hitung adalah sebesar 42.58. nilai chi square tabel untuk  $df = 40$  pada signifikansi ( $\alpha$ ) 5% atau 0,050 pada distribusi nilai maka chi square tabel adalah sebesar 55,75. Karena nilai chi square hitung 42,58 < chi square tabel 55,75, sehingga dapat di artikan bahwa tidak ada hubungan antara shift kerja dengan stress kerja.

**Kata Kunci:** Kerja Shift, Stress Kerja, Kelelahan Kerja

### Abstract

The nurses in inpatient departments requires them to work in a shift system. Alternate between a morning shift, afternoon shift and night shift. Working with a shift system will cause disruption of the circadian cycle which can cause various problems such as fatigue and can also cause work stress. Based on the data from the research, it can be seen that the Pearson Chi-square with the Asymp.sig value. of 0.470 > from 0.05. So it can be concluded that there is no significant relationship between work shifts and work fatigue. The calculated chi-square value is 42.58. the value of the chi-square table for  $df = 40$  at a significance of ( $\alpha$ ) 5% or 0.050 in the distribution of values, the chi-square table is 55.75. Because the calculated chi-square value is 42.58 < chi-square table is 55.75, it can be interpreted that there is no relationship between work shifts and work stress.

**Keywords:** Shift Work, Work Stress, Work Fatigue

### PENDAHULUAN

Rumah sakit sebagai tempat pelayanan Kesehatan pasien karena kebutuhan pelayanan mengharuskan tetap buka untuk 24 jam. Dengan ini pekerja yang berhubungan langsung dengan pelayanan pasien juga harus 24 jam sehingga perawat perawatnya harus bekerja dengan sistem shift, ada yang shift pagi, siang dan malam.

Shift kerja merupakan suatu pola pengaturan waktu kerja dari perusahaan bagi tenaga kerja untuk melaksanakan tugas dan tanggung jawab yang diberikan, pembagian waktu biasanya dibagi menjadi tiga yaitu pagi, sore, dan malam.

Secara normal jam 03.00-04.00 pagi merupakan jadwal mereset ulang sistem dalam tubuh. Jika terbangun pada jam-jam tersebut akan menyebabkan gangguan pada

proses tersebut. Ini akan berdampak terhadap sistem kerja tubuh.

Kerja shift membutuhkan penataan ulang waktu bangun dan tidur. Hal ini dapat menyebabkan terganggunya ritme sirkadian, yang pada gilirannya dapat menyebabkan desinkronisasi internal dan selanjutnya gangguan psikologis dan fisiologis (Gerber, 2010)

Jam kerja dan pola kerja yang tidak teratur yang mencakup shift malam dan pagi dapat menyebabkan terganggunya jam tubuh internal, kesulitan tidur, dan kelelahan. Jika pekerja lelah, mereka akan kurang waspada, waktu reaksi mereka akan lebih lambat, mereka akan merasa lebih sulit untuk berkonsentrasi dan mereka mungkin membuat keputusan yang buruk. Hal ini dapat menyebabkan kecelakaan dan cedera. (HSE, 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh Dodia Pratana ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kerja shift malam dengan stress kerja (Prathana, 2020).

Venny meneliti stress kerja pada pekerja shift di perusahaan elektronik di Batam dan didapatkan pada pekerja shift malam tingkat stresnya lebih tinggi dari pekerja dengan shift normal (Marcelia, 2014)

Rumah Sakit X yang merupakan pusat rujukan di Kota Batam dan sekitarnya dalam melaksanakan operasionalnya juga menggunakan sistem shift kerja seperti rumah sakit lainnya. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu ditemukan dampak kelelahan dan stress kerja. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti apakah ada dampak kerja shift ini juga terhadap perawatnya.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional (potong lintang).

Penelitian ini dilakukan pada perawat di Rumah Sakit Swasta X Tipe B di Kota Batam.

Populasi dalam penelitian ini adalah perawat wanita di ruang rawat inap Rumah Sakit Swasta X Batam. Sampel yang diambil adalah purposive sampling untuk karyawan yang sudah bekerja lebih dari 12 bulan dengan total sampel 91 orang.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah : Variabel Independen adalah shift kerja sedangkan Variabel dependen adalah Kelelahan dan stress kerja.

Data dikumpulkan dengan menggunakan lembaran kuesioner dan observasi serta data sekunder dari Rumah Sakit Swasta X Batam.

Analisis data yang dilakukan adalah analisis Univariat dan Bivariat dengan uji menggunakan uji statistik yaitu uji chi-square.

## **HASIL PENELITIAN**

### **A. Hasil Penelitian**

#### **1. Gambaran umum lokasi penelitian**

Rumah Sakit X adalah rumah sakit swasta di kota Batam. Selain di Batam, cabang rumah sakit ini telah tersebar di kota-kota lain seperti Bekasi, Makassar, Palangkaraya, Pekanbaru, dan masih banyak lagi. Di kota Batam, rumah sakit ini berdiri pada tanggal 26 Juni 2003.

Data terakhir yang dihimpun dari situs resmi rumah sakit, rumah sakit ini memiliki kapasitas 212 tempat tidur. Sesuai dengan Visi Misi, Rumah Sakit ini memperoleh Akreditasi KARS, Joint Commission Internasional (JCI), ISO 14001 dan 9001.

Rumah sakit ini mempunyai layanan rawat inap dan rawat jalan dan merupakan salah satu rumah sakit tipe A di Kota Batam

#### **2. Hasil Analisa data Hasil Analisa data univariat**

**Tabel 1**  
**Distribusi frekuensi perawat yang bekerja shift**

Shift kerja	Jumlah	Persentase	Persentase kumulatif
Tidak	61	67	67
Ya	30	33	100

Berdasarkan data dari hasil pengolahan SPSS dapat dilihat bahwa dari 91 responden mayoritas responden tidak memiliki shift

kerja, sebanyak 61 orang atau sebanyak 66,0 % dan 30 responden memiliki shift kerja atau sebanyak 33,0 %.

**Tabel 2**  
**Distribusi frekuensi perawat yang mengalami kelelahan kerja**

Kelelahan	Jumlah	Persentase	Persentase kumulatif
Tidak	9	9,9	9,9
Ya	82	90,1	100
Total	91	100	

Berdasarkan data dari hasil pengolahan SPSS dapat dilihat bahwa dari 87 responden mayoritas

responden memiliki Kelelahan kerja, sebanyak 82 orang atau sebanyak 90,1 % dan 9 responden tidak memiliki Kelelahan kerja atau sebanyak 9,9 %.

**Tabel 3**  
**Distribusi frekuensi perawat yang mengalami stress kerja**

Stres kerja	Jumlah	Persentase	Persentase kumulatif
Tidak	29	31,8	31,8
Ya	65	68,2	100
Total	91	100	

Berdasarkan data dari hasil pengolahan SPSS dapat dilihat bahwa dari 91 responden mayoritas responden memiliki Stres kerja, sebanyak 65 orang atau sebanyak 68,2 % dan 29 responden tidak

memiliki Kelelahan kerja atau sebanyak 31,8 %.

### 3. Hasil Analisa data bivariat

**Tabel 4**  
**Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja**

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	.522 <sup>a</sup>	1	.470		

Continuity Correction <sup>b</sup>	.122	1	.727		
Likelihood Ratio	.555	1	.456		
Fisher's Exact Test				.712	.377
Linear-by-Linear Association	.516	1	.473		
N of Valid Cases	91				
a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2.97.					
b. Computed only for a 2x2 table					

Berdasarkan data dari hasil pengolahan SPSS dapat dilihat bahwa pearson Chi-square dengan nilai Asymp.sig. sebesar 0,470 >

dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan Kelelahan Kerja.

**Tabel 5**  
**Hubungan antara shift kerja dengan stress kerja**

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	42.581 <sup>a</sup>	40	.361
Likelihood Ratio	53.335	40	.077
Linear-by-Linear Association	.981	1	.322
N of Valid Cases	91		
a. 82 cells (100.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .33.			

Berdasarkan tabel output chi square Test diatas dapat diketahui nilai chi square hitung adalah sebesar 42.58. nilai chi square tabel untuk df =40 pada signifikansi (a) 5% atau 0,050 pada distribusi nilai maka chi square tabel adalah sebesar 55,75. Karena nilai chi square hitung 42,58 < chi square tabel 55,75, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan dapat disimpulkan bahwa Ho diterima dan Ha ditolak. Sehingga dapat di artikan bahwa tidak ada hubungan antara shift kerja dengan stress kerja

### KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada pekerja rumah sakit X dapat diambil kesimpulan : Responden tidak bekerja dengan sistim shift sebanyak 61 orang atau sebanyak 66,0 % dan 30 responden memiliki shift kerja atau sebanyak 33,0 %. Responden yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 82 orang atau sebanyak 90,1 % dan 9 responden tidak memiliki Kelelahan kerja atau sebanyak 9,9 %. Responden yang mengalami Stres kerja sebanyak 65 orang ( 68,2 %) dan 29 responden tidak mengalami

Kelelahan kerja atau sebanyak 31,8 %.Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan Kelelahan Kerja. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan Stres kerja

#### DAFTAR PUSTAKA

King BB, 2022.” How To Survive Shift Work”, <https://worksmartlivesmart.com/stress-shift-work>, diakses pada 12 Desember 2022 pukul 10.25

Asih GY dkk,2018. Stres Kerja.Semarang: Semarang University Press

NS Development, 2022. “Pengertian Stres Kerja” <https://nsd.co.id/posts/10002-pengertian-stres-kerja.html>, diakses 12 Desember 2022 pukul 11.02

Halodoc, 2022.”Inilah 6 Faktor Pemicu Stres Saat Bekerja”. <https://www.halodoc.com/artikel/inilah-6-faktor-pemicu-stres-saat-bekerja>, diakses 14 Desember 2022 pukul 20.12

Sling, 2022. “10 Effects of Working Night Shifts (and How To Combat Them)”. <https://getsling.com/blog/effects-of-working-night-shifts/>. Diakses 14 Desember 2022 pukul 20.25

Prodiaohi, 2022.”Kelelahan Kerja”. <https://prodiaohi.co.id/kelelahan-kerja>.Diakses tanggal 15 Desember 2022 pukul 09.34

Gerber. (2010). The relationship between shift work, perceived stress, sleep and health in Swiss police officers. Elsevier,Volume 38, Issue 6, November–December 2010,, Pages 1167-1175.

HSE. (2022, Juni 21). Guidance : Health and Safety Excecutive. Retrieved from HSE website: <https://www.hse.gov.uk/>

Marcelia, V. (2014). Stres Kerja Ditinjau dari Shift Kerja Karyawan. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, 130-143.

NIOSH. (2021, Januari 19). Topic : NIOSH. Retrieved from NIOSH Website: <https://www.cdc.gov/niosh/>. Diakses tanggal 10 Desember 2022 pukul 09.33

NIOSH. (2022, Juni 20). <https://www.cdc.gov/niosh/index.htm>.Diakses tanggal 10 Desember pukul 10.23

Prathana, D. (2020). Shift-work job stress, psychological distress, and job satisfaction among employees. The International Journal of Indian Psychology, volume 8.

Rahmawati, D. (2020, Juni 1). artikel : kesehatan Mental. Retrieved from sehatq website: <https://www.sehatq.com/>