

Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Radiografer Di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan

Devi Purnamasari¹⁾, Marian Tonis²⁾, Shelly Angella³⁾ Putri Erindah⁴⁾

Fakultas Kesehatan, Universitas Awal Bros, Indonesia

E-mail: putrierindah14@gmail.com

Ringkasan - Rumah sakit merupakan institusi pelayanan kesehatan yang beroperasi 24 jam sehari. Pelayanannya terbagi menjadi beberapa bagian, salah satunya adalah bagian penunjang medis, termasuk radiologi. Tenaga radiologi disebut sebagai radiografer. Dalam menjalankan tugasnya, radiografer tidak dapat dipisahkan dari sistem shift kerja, di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan menerapkan shift pagi (07.00-14.00), sore (14.00-20.00) dan malam (20.00-08.00). Shift waktu kerja dari pagi, siang, dan sore dapat mengakibatkan kelelahan kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat apakah terdapat hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang bersifat analitik dengan rancangan cross sectional melalui penelitian kepustakaan, observasi lapangan, kuesioner/angket yang disebarakan kepada responden. Penelitian ini dilaksanakan di Instalasi Radiologi Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan pada bulan April sampai dengan Juni 2022. Hasil penelitian ini dapat diketahui dengan penyebaran kuesioner, kemudian data diolah menggunakan uji univariat dan bivariat (Chi-Square). Berdasarkan uji bivariat (Chi-Square) diketahui nilai p (value) = 0,003 dengan p (value) < 0,05, artinya terdapat hubungan antara shift kerja dengan kejadian kelelahan pada radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan.

Kata Kunci: Shift Kerja, Kelelahan Kerja, Radiografer

PENDAHULUAN

Undang - Undang No. 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan dalam pasal 86 dinyatakan bahwa tenaga kerja berhak mendapatkan perlindungan atas keselamatan dan kesehatan kerja, moral dan kesusilaan serta perlakuan yang sesuai dengan harkat dan martabat manusia serta nilai-nilai agama. Hak pekerja atas K3 telah dijamin berdasarkan pasal 86 UU Ketenagakerjaan mengatur bahwa setiap pekerja/buruh mempunyai hak memperoleh perlindungan atas keselamatan dan kesehatan kerja.

Berdasarkan kewajiban rumah sakit dan kewajiban pasien menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 4 tahun 2018, dijelaskan bahwa rumah sakit adalah institusi pelayanan kesehatan yang menyelenggarakan pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna. Sehingga pelayanan kesehatan yang dilakukan oleh rumah sakit harus

secara tuntas. Rumah sakit juga harus membuat, melaksanakan, dan menjaga standar mutu pelayanan kesehatan di rumah sakit sebagai acuan dalam melayani pasien. Di dalam pelayanan terbagi menjadi beberapa bagian, salah satunya adalah bagian penunjang medis, termasuk di dalamnya adalah radiologi. Pekerja radiologi disebut sebagai Radiografer (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Radiografer Rumah Sakit merupakan seseorang yang bekerja di Instalasi Radiologi Rumah Sakit yang memberi kontribusi di bidang radiografi dan pencitraan dalam upaya peningkatan kualitas pelayanan kesehatan (Komang, 2021). Dalam menjalankan tugasnya radiografer tidak terlepas dari sistem shift kerja, hal ini memberikan konsekuensi terhadap perpanjangan jam kerja. Shift kerja berpengaruh terhadap keselamatan dan kesehatan kerja dan hal ini berhubungan dengan irama sirkadian (Circadian Rhythm) (Setyawati, 2011). Shift kerja diartikan berada pada lokasi kerja yang sama (shift kerja kontiniu) atau pada waktu yang berlainan (shift kerja rotasi). Sesuai dengan ketentuan pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan maka biasanya perusahaan di Indonesia mengaplikasikan jam kerja normal untuk shift pagi pukul 08.00-17.00, lalu shift siang pukul 16.00-01.00 dan shift malam pukul 00.00-09.00. Pergeseran waktu kerja dari pagi, siang dan malam hari dapat mengakibatkan kelelahan kerja (Sucipto, 2014).

Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan yang dialami tenaga kerja yang dapat mengakibatkan penurunan vitalitas dan produktivitas kerja (Nurmianto, 2018). Berdasarkan survey awal dilakukan wawancara kepada beberapa radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan yang berjumlah 8 orang radiografer, setiap radiografer bekerja dengan 3 shift dimana shift pagi dimulai dari pukul 08.00-14.00, shift siang pukul 14.00-20.00 dan shift malam pukul 20.00-08.00. Pada shift pagi terdapat sebanyak 4 radiografer yang bertugas, dengan jumlah pasien berjumlah sekitar 15-20 pasien shift siang 1 orang radiografer yang bertugas dengan jumlah pasien 5-10 pasien dan pada shift malam terdapat 1 orang radiografer yang bertugas dengan jumlah pasien sekitar 5 orang.

Radiografer yang bekerja dishift pagi sering merasakan pusing karena kuantitas kerja / beban kerja yang lebih banyak pada saat pagi hari, salah satunya dengan jumlah pasien yang lebih banyak, sedangkan pada radiografer shift sore memiliki keluhan badan lelah seluruh tubuh karena harus mengecek kembali lebih dokumen-dokumen pekerjaan di shift pagi dan jumlah tenaga yang sedikit, sedangkan pada radiografer shift malam memiliki keluhan ngantuk berat, disebabkan terganggunya jam tidur yang digunakan untuk bekerja di malam hari

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan mengenai hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja. Penulis ingin mengkaji lebih dalam mengenai “Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan”. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang bersifat cross sectional, populasi dan sampel berjumlah 8 orang, instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar kuisioner, surat kesediaan menjadi responden dan kamera sebagai alat dokumentasi, lokasi penelitian ini yaitu di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat, analisis bivariat yang digunakan yaitu uji Chi-square untuk mengetahui hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan.

KAJIAN TEORI

a. Pengertian Shift Kerja

Shift kerja merupakan pola pengaturan waktu kerja dalam sehari yang dibagi ke dalam beberapa bagian, seperti shift pagi, siang, dan malam. Sistem ini diberlakukan untuk memastikan operasional rumah sakit berjalan selama 24 jam. Berdasarkan Undang-Undang No. 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, waktu kerja maksimal adalah 40 jam per minggu, yang dapat disesuaikan dengan sistem shift. Shift kerja dapat bersifat permanen maupun rotasi. Shift rotasi, khususnya shift malam, diketahui memiliki dampak yang signifikan terhadap kelelahan karena adanya ketidaksesuaian dengan ritme biologis manusia (Suma'mur, 2013; Nuraini, 2018).

b. Pengertian Irama Sirkadian

Irama sirkadian adalah siklus biologis tubuh selama 24 jam yang secara alami mengatur waktu aktif dan istirahat. Bekerja di malam hari dapat mengganggu irama ini dan berdampak pada performa serta kesehatan pekerja. Tubuh manusia didesain untuk beraktivitas di siang hari dan beristirahat di malam hari. Ketidaksesuaian ini

menimbulkan gangguan tidur, kantuk berlebih, serta penurunan konsentrasi (Setyawati, 2011; Nindita, 2010).

c. Pengertian Kelelahan Kerja

Kelelahan kerja merupakan kondisi penurunan efisiensi dan kapasitas kerja akibat aktivitas kerja yang intensif dan berkepanjangan. Kelelahan dapat bersifat fisik maupun mental. Kelelahan fisik ditandai dengan rasa nyeri atau tremor otot, sedangkan kelelahan mental berupa menurunnya motivasi dan konsentrasi. Kelelahan sering kali tidak terlihat secara langsung, namun berdampak terhadap performa dan keselamatan kerja (Nurmianto, 2018; Tarwaka, 2015).

d. Faktor Penyebab Kelelahan

Beberapa faktor yang memengaruhi kelelahan kerja antara lain adalah: usia, beban kerja, waktu kerja (shift), status gizi, status kesehatan, serta kondisi lingkungan kerja seperti pencahayaan, suhu, dan kebisingan. Selain itu, status pernikahan juga turut berpengaruh, karena waktu istirahat dapat terganggu oleh tanggung jawab rumah tangga (Suma'mur, 2013).

e. Pengukuran dan Dampak Kelelahan

Kelelahan dapat diukur melalui kuesioner seperti KAUPK2 (Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja), yang menilai tingkat kelelahan dari gejala fisik hingga mental. Dampak kelelahan kerja dapat berupa menurunnya produktivitas, meningkatnya risiko kecelakaan kerja, dan gangguan kesehatan jangka panjang. Shift malam diketahui menjadi penyebab tertinggi kelelahan akibat gangguan tidur dan aktivitas biologis yang tidak seimbang (Winarsunu, 2008).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dikumpulkan melalui penyebaran kuisisioner kepada 8 radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan, diketahui bahwa setiap radiografer mengalami kelelahan yang berbeda-beda.

Table 1.1 Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja

Shift Kerja	Kelelahan			
	Lelah		Tidak Lelah	
	n	%	n	%
	(jumlah)	(persentase)	(jumlah)	(persentase)
Pagi	3	37,5	5	62,5
Sore	1	12,5	7	87,5
Malam	5	62,5	3	37,5

Berdasarkan tabel hasil pengukuran di atas, dapat dilihat bahwa radiografer yang merasakan lelah pada shift pagi yaitu 3 orang dengan persentase 37,5% dan yang merasa tidak lelah sebanyak 5 orang dengan persentase 62,5%, pada saat shift pagi radiografer mengaku kadang-kadang merasakan berat di kepala, merasa lelah seluruh badan, sering menguap saat bekerja, dan merasa mengantuk disebabkan banyak melakukan aktivitas fisik seperti mengecek kelengkapan pasien, membuat laporan, dan jumlah pasien yang cukup ramai. Tetapi tidak banyak yang mengeluh lelah karena radiografer yang bekerja pada shift pagi setelah pulang bekerja dan malam hari bisa menggunakan waktu istirahat untuk tidur.

Pada shift sore radiografer yang merasa lelah yaitu 1 orang dengan persentase 12,5%, dan yang merasa tidak lelah sebanyak 7 orang dengan persentase 87,5%, pada saat shift sore radiografer mengaku kadang kadang merasakan lelah di seluruh badan, berat di kaki, merasa mengantuk, ada beban pada bagian mata, merasa cemas, sakit di bagian kepala, hal ini dikarenakan radiografer shift sore hanya melanjutkan tugas radiografer shift pagi.

Pada shift malam radiografer yang merasa lelah yaitu 5 orang dengan persentase 62,5% dan yang merasa tidak lelah yaitu sebanyak 3 orang dengan persentase 37,5%, pada saat shift malam radiografer mengaku kadang kadang merasakan berat di kepala, lelah seluruh badan, berat di kaki, sering menguap, mengantuk, ada beban pada bagian mata, berdiri tidak stabil, merasa ingin berbaring, susah berfikir, malas untuk bicara, merasa tidak dapat berkonsentrasi, kepercayaan diri berkurang, merasa cemas, sakit di bagian kepala, badang terasa gemetar. Berdasarkan hasil uji Chi-square didapatkan hasil sebagai berikut :

Table 1.2 Hasil Uji Chi Square

Shift Kerja	Signifikasi	Keterangan
Pagi (08.00-14.00)		
Sore (14.00-20.00)	,003	Ada Hubungan
Malam (20.00-08.00)		

Pada hasil uji Chi Square antara shift kerja dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai p (value) 0.003 dimana $p \text{ (value)} < 0,05$ artinya ada hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada radiografer Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan.

Adanya hubungan antara shift kerja dengan terjadinya kelelahan diantara shift kerja pagi, sore dan malam yang memiliki tingkat kelelahan yang paling tinggi ditemukan pada shift malam disebabkan karena jam kerjanya yang panjang mencapai 9 jam dalam satu shift serta waktu tidur yang kurang mengakibatkan radiografer sering merasa mengantuk dan ingin berbaring, serta waktu siang yang tidak bisa dimanfaatkan dengan baik untuk tidur karena adanya gangguan – gangguan dari lingkungan sekitar. Hal ini dikarenakan pada saat siang hari manusia berada pada fase ergotrophic yaitu fase dimana semua organ dan fungsi tubuh siap untuk melakukan suatu tindakan (Winarsunu, 2008).

Meskipun tingkat kelelahan antar shift berbeda secara signifikan, hal ini menunjukkan bahwa kelelahan yang dirasakan berbeda-beda. Berdasarkan hasil penelitian ini, tindakan perbaikan terhadap sistem shift kerja tidak terlalu diperlukan, namun jam kerja masing-masing shift masih perlu mendapat perhatian (Irianti, 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengamatan dan analisis yang dilakukan pada 8 orang radiographer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada radiografer di Rumah Sakit Umum Daerah Teluk Kuantan dengan nilai signifikan 0,003 dapat dilihat dari tingkat kelelahan yang paling tinggi terdapat pada radiografer shift malam yang dimana terdapat 5 orang radiografer yang merasakan lelah dan 3 orang merasakan tidak lelah, hal ini disebabkan pada saat shift malam radiografer mengaku kadang kadang merasakan berat di kepala, lelah seluruh badan, berat di kaki, sering menguap, mengantuk, ada beban pada bagian mata, merasa ingin berbaring. Tingkat kelelahan shift sore yaitu terdapat 1 orang radiografer yang merasakan lelah dan 7 orang merasakan tidak lelah. Tingkat kelelahan shift pagi yaitu terdapat 3 orang radiografer yang merasakan lelah dan 5 orang merasakan tidak lelah, hal ini disebabkan pada saat siang/pagi hari manusia berada pada fase ergotrophic yaitu fase dimana semua organ dan fungsi tubuh siap untuk melakukan suatu tindakan (Winarsunu, 2008).

DAFTAR PUSTAKA

- Irianti, Lauditta (2017) Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Performansi dan Pengendali Kereta Api Indonesia. Jurnal Rekayasa Sistem Industri, 6 (2). pp. 79-91. ISSN ISSN (e) : 2339-1499
- Setyawati, L. 2011. Buku Pedoman Pengukuran Waktu dengan Alat Reaksi Pemeriksaan Waktu Reaksi (Reaction Timer) L77 Lakasidaya. Yogyakarta: Amara Books.
- Sucipto DC. Kesehatan dan Kesehatan Kerja. Yogyakarta: Gosyen Publishing; 2014.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003. 2013;1(1):1 84.
- Winarsunu., T., 2008. Psikologi Keselamatan Kerja. Malang, UMM Press.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 2003. 2013;1(1):1 84.

