

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang bekerja karena ada sesuatu yang ingin dicapai dan orang berharap pekerjaan yang dilakukannya akan mengubah keadaan menjadi lebih memuaskan dari sebelumnya. Pekerjaan bagi satu pihak berperan dalam kemajuan dan peningkatan prestasi, sehingga mencapai kehidupan yang produktif menjadi salah satu tujuan hidup. Di pihak lain, dengan bekerja berarti tubuh akan menerima beban dari luar tubuhnya. Dengan kata lain bahwa setiap pekerja merupakan beban bagi yang bersangkutan. Beban tersebut dapat berupa beban fisik maupun beban mental.

Menurut Suma'mur (2009) mengemukakan beban kerja adalah beban yang ditanggung tenaga kerja yang sesuai dengan jenis pekerjaannya. Rumah sakit merupakan pelayanan kesehatan yang harus memberikan pelayanan secara terus-menerus selama 24 jam. Khususnya pelayanan dalam unit laboratorium rumah sakit yang selalu berorientasi pada mutu dan kesehatan pasien. Petugas laboratorium di haruskan memberikan pelayanan maksimal dan baik selama 24 jam menjadikan petugas laboratorium harus berada pada kondisi tubuh yang sehat dan baik. Petugas laboratorium selalu mengikuti pelatihan dalam mempertahankan dan meningkatkan kompetensi. Petugas laboratorium dalam menjalankan tugasnya wajib mematuhi aturan K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja).

Kelelahan kerja merupakan salah satu masalah umum yang dihadapi oleh tenaga kerja. Menurut beberapa peneliti, kelelahan dapat berdampak serius pada kesehatan tenaga kerja dan menurunkan produktivitas. Menurut ILO (2018), hingga dua juta pekerja meninggal setiap tahun akibat kecelakaan kerja yang disebabkan oleh kerja berlebihan.

Ini juga bisa disebut sebagai kelelahan, yang merupakan cara tubuh manusia memberi tahu bahwa tubuh telah melampaui kapasitas kerjanya. Jadi pemulihan dengan istirahat diperlukan. Kelelahan yang dirasakan karyawan ditandai dengan turunnya semangat kerja akibat pekerjaan yang terlalu monoton, beban kerja, tuntutan waktu selesai yang cepat, pekerjaan yang tidak ergonomis, status gizi karyawan yang tidak normal,

kondisi mental karyawan, faktor usia, kebiasaan sarapan pagi. dan berapa lama pengalaman dalam pekerjaan mereka.

Masalah berkaitan pada perpanjangan waktu kerja pekerja dan termasuk dengan memperkerjakan pekerja malampaui batas waktu yang telah ditentukan. Dikarenakan adanya peraturan dan cara bekerja yang tidak bisa diberhentikan, maka ada waktu kerja untuk setiap petugas atau pembagian *shift* kerja petugas laboratorium. *Shift* kerja memiliki perberbedaan dari hari kerja biasa. Pada hari hari kerja biasa , pekerja akan menyelesaikan pekerjaan secara terstruktur dengan waktu yang telah dibuat, namun *shift* kerja dapat diselesaikan satu atau dua kali seminggu untuk mengakomodasi hari di dalam 24 jam dengan waktu yang ditentukan, menyebabkan pekerja mengalami kelelahan bekerja.

Shift kerja merupakan pola waktu kerja yang diberikan pada tenaga kerja untuk mengerjakan sesuatu dan biasanya dibagi atas kerja pagi, sore, dan malam Suma'mur, (dalam Supomo, 2014). *Shift* kerja merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap keselamatan dan kesehatan kerja. Menurut Wijaya, dkk., (dalam Supomo, 2014) menyatakan bahwa, *shift* kerja juga dapat mempengaruhi perubahan fisik dan psikologi manusia diantaranya adalah kelelahan.

Dikutip dari Liputan6.com, WHO menyatakan bahwa jam kerja yang panjang menyebabkan 75.000 kematian akibat stroke dan penyakit jantung iskemik pada tahun 2016, meningkat 29% dari tahun 2000. Sejalan dengan penelitian tersebut, berdasarkan BBC News Indonesia, sebuah survei kesehatan di Inggris menemukan bahwa pekerja *shift* lebih gemuk dan rentan sakit ketimbang populasi umum. Menurut laporan yang disusun oleh Pusat Informasi Penanganan Kesehatan dan Sosial, 33% pekerja laki-laki dan 22% perempuan bekerja dalam *shift*. Sebanyak 30% dari pekerja yang bertugas mengalami obesitas. Pekerja yang bekerja pukul 07.00 sampai jam 7:00 malam. obesitas lebih rendah yaitu 2% pria dan 23% wanita. Selain itu, sebanyak 40% pekerja *shift* laki-laki dan 45% perempuan mengalami berbagai keluhan medis seperti sakit punggung, diabetes dan sakit paru-paru. 36% pria dan 39% wanita mengalami keluhan yang sama.

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Luthfi, dkk., (2020). Terdapat

hubungan jam kerja dengan kelelahan pada perawat di Rumah Sakit Teuku Umar Aceh Jaya menunjukkan kelelahan bekerja lebih banyak terdapat pada responden yang memiliki jam kerja tidak sesuai yaitu 50 orang responden (86,2%) maka akan mengalami kelelahan sebesar 4,027 kali di bandingkan resonder yang memiliki jam kerja sesuai. Penelitian dilakukan serupa oleh Luneto (2022) tentang kesehatan status UGD RS. Advent Manado, menemukan bahwa persentase kelelahan adalah 21,8% pada *shift* pagi , 25,3% pada *shift* siang, dan 31,0% pada *shift* malam. Hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa risiko bekerja selama shift malam lebih tinggi dibandingkan dengan *shift* siang. Pekerja *shift* malam bekerja melawan jam biologis tubuh, sehingga kerja *shift* malam lebih rentan mengakibatkan cedera. Bekerja pada malam hari melawan jam biologis tubuh, sehingga kerja *shift* malam lebih berisiko mengakibatkan cedera.

Kelelahan yang terjadi di tempat kerja merupakan proses di mana pekerja mengalami menurunnya efisiensi , kinerja kerja , dan kebugaran fisik untuk memenuhi dan menuntaskan pekerjaannya Tarwaka (dalam Maharja, 2015). Pernyataan yang sama dijelaskan oleh Suma'mur (2009) Kelelahan kerja adalah suatu kondisi yang disertai penurunan efisiensi dan kebutuhan dalam bekerja. Akibat dari kelelahan bisa berasal dari fisik dan mental. Kelelahan adalah respon seseorang terhadap stres psikososial yang ditujukan sebagai menurunnya prestasi serta motivasi pekerja dalam bekerja. Kelelahan adalah salah satu ciri-ciri yang tidak hanya meliputi kelelahan fisik maupun psikologis, tetapi dapat menurunkan semangat, kekuatan fisik dan produktivitas.

Fenomena kelelahan kerja yang tengah terjadi ini ternyata dialami oleh beberapa tenaga kerja di Rumah Sakit Umum Madani, Kota Medan. Penelitian ini mengambil sampel dari tenaga kerja di unit laboratorium.

Kerja keras secara konsisten dan fokus secara keras dapat memperkuat tubulus otot yang pada akhirnya memperkuat ketahanan manusia. Mengakibatkan terjadi kelelahan dengan cepat pada tubuh manusia Suma'mur, (2009) Berikut adalah kutipan wawancara dengan subjek pertama :

“Yaa pasti lah ada kelelahan fisik, apa lagi seperti masuk shift malam. itu kan enggak tidur yaa pagi nya merasa capek ngantuk, pusing itu pasti yaa.”

Berdasarkan pernyataan subjek peneliti di atas, dapat dicermati bahwa kelelahan kerja berpengaruh terhadap kelelahan fisik.

Kelelahan emosional, yaitu suatu kelelahan pada individu yang berhubungan dengan perasaan pribadi yang ditandai dengan rasa tidak berdaya dan depresi. Berikut adalah kutipan wawancara dengan subjek peneliti kedua.

“Sejauh ini sih saya masih bisa mengendalikan emosi, misal lagi badmood di waktu kerja itu lebih banyak diam istilahnya menahan daripada yang lainnya kena, atau biasanya saya bilang kalau lagi gak enak hati atau mood saya ni, saya bilang kalau ada salah kata maaf ya, di omongi dulu lah dari awal.”

Berdasarkan pernyataan subjek kedua, dapat dicermati bahwa subjek merasakan adanya perubahan emosi akibat kelelahan kerja yang dialami.

Kelelahan mental, yaitu suatu kondisi kelelahan pada individu yang berhubungan dengan rendahnya penghargaan diri dan depersonalisasi. Berikut adalah kutipan wawancara dengan subjek peneliti ketiga.

“Itu sih kalau yang... Ketika ada masalah ya mungkin ada, ya. Ketika kita merasa enggak puas kalau ada kesalahan seperti gitu. Iya kadang gitu, sih, sukanya. Kalau ketika ada masalah aja, sih.”

Berdasarkan pernyataan subjek ketiga, dapat dicermati bahwa subjek ketiga merasakan adanya kelelahan mental yang terjadi di saat adanya masalah yang dialami.

Berdasarkan uraian di atas, mengenai banyaknya keinginan karyawan karena tidak mendapatkan kepuasan kerja maka penelitian ini menarik kesimpulan dengan adanya keterikatan *shift* kerja dan kelelahan bekerja. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui lebih lanjut tentang “Gambaran *shift* kerja terhadap kelelahan bekerja pada tenaga kerja laboratorium di Rumah Sakit Umum Madani”

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran antara *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada petugas laboratorium di Rumah Sakit Umum Madani Medan?

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada petugas

laboratorium di Rumah Sakit Umum Madani Medan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan atau memperkaya referensi ilmu psikologi pada umumnya. Dan psikologi industri dan organisasi, psikologi MSDM (Manajemen Sumber Daya Manusia) dan Psikologi organisasi pada khususnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Karyawan

Dapat diharapkan menjadi gudang informasi dan alat untuk memecahkan masalah, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman kelelahan akibat pekerjaan pada petugas laboratorium di Rumah Sakit Umum Madani Medan.

b. Bagi Perusahaan

Pihak manajemen berupaya dapat mengatur penjadwalan waktu *shift* kerja berdasarkan dengan pedoman Undang-Undang K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja) yang berlaku sehingga tercapai produktivitas kerja yang baik pada karyawan.