

Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Pekerja pada Bagian Produksi di PT. Heavenly Nutrition Indonesia

Sonia Ariestiani
Universitas Ibn Khaldun

Article Info

Article history:

Received November 30, 2022
Revised December 17, 2022
Accepted December 21, 2022

Kata Kunci:

Kelelahan Kerja
Pekerja
Shift Malam
Shift Pagi

ABSTRAK

PT. Heavenly Nutrition Indonesia merupakan industri manufaktur dibidang minuman dan makanan yang mengandung nutrisi yang baik untuk pencernaan. PT. Heavenly Nutrition Indonesia menerapkan 3 sistem kerja shift yaitu shift pagi, shift siang dan shift malam pada sub bagian produksi. Penelitian ini menggunakan pengambilan data melalui kuisioner untuk mengetahui apakah ada hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian produksi. Dengan populasi 40 orang pekerja, sampel diambil total populasi pada tiga shift kerja yaitu shift pagi 16 orang, shift siang 12 orang dan shift malam 12 orang. Kelelahan kerja diukur dengan menggunakan kuisioner kelelahan secara subyektif skala Industrial Fatigue Research Comitte (IFRC) yang dikategorikan menjadi 4 tingkat yaitu rendah, sedang, tinggi dan sangat tinggi. Hasil penelitian pada shift pagi (06.00-14.30WIB) bekerja selama 9 jam waktu kerja sebanyak 14 orang (87.5%) tingkat rendah, 2 orang (12.5%) tingkat sedang, dan tidak ada untuk tingkat tinggi. Hasil penelitian pada shift siang (14.00-22.30WIB) bekerja selama 9 jam waktu kerja sebanyak 11 orang (91.67%) tingkat rendah, 1 orang (8.33%) tingkat sedang, dan tidak ada untuk tingkat tinggi dan shift malam (22.00-06.00) WIB bekerja selama 9 jam waktu kerja sebanyak 8 orang (66.67%) tingkat rendah, 4 orang (33.33%) tingkat sedang, dan tidak ada untuk tingkat tinggi. Hasil uji Chi- Square menunjukkan hasil ($p=0,217$) sehingga bisa disimpulkan tidak ada hubungan shift kerja dengan kelelahan pekerja produksi di PT. Heavenly Nutrition Indonesia.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Sonia Ariestiani
Universitas Ibn Khaldun
Email: soniaariestiani@gmail.com

PENDAHULUAN

Salah satu upaya yang dilakukan perusahaan dalam meningkatkan produktivitas perusahaan dan hasil produksi yaitu memberlakukan sistem kerja shift pada pekerja. Shift kerja adalah pembagian kerja dalam waktu 24 jam yang meliputi pagi, sore, dan malam. Pekerja shift sebagai seorang yang bekerja diluar jam kerja normal dalam seminggu. Kebutuhan untuk mendukung kegiatan produksi karena permintaan yang meningkat dan harus terpenuhi tepat waktu sehingga dalam pengerjaannya pekerja harus dibutuhkan tenaga dan aktivitas yang rutin secara terus menerus.

Hal itu berdampak pada kesehatan pekerja, dimana akan menurunnya kemampuan dan daya tahan tubuh pekerja. Kondisi tersebut merupakan akibat dari kelelahan yang dialami oleh pekerja (Apriliani, 2014). Shift kerja dipandang sebagai tuntutan yang menekan individu, jika tidak dikelola dengan baik oleh perusahaan akan

berdampak pada gangguan fisiologis dan perilaku pekerja dan pada akhirnya akan mengurangi produktivitas kerja (Kodrat, 2009).

PT. Heavenly Nutrition Indonesia merupakan salah satu industri yang menghasilkan produk bernutrisi untuk tubuh khususnya pencernaan. PT. Heavenly Nutrition Indonesia beroperasi selama 24 jam dengan menerapkan tiga sistem kerja shift yaitu shift pagi, shift siang dan shift malam. Dalam sistem shift ini, para pekerja bekerja selama 5 hari kerja. Dengan pengaturan waktu kerja pada : shift pagi (06.00 WIB – 14.30 WIB) istirahat (10.00 WIB-10.30WIB), shift siang (14.00 - 22.30 WIB) istirahat (18.00 WIB - 18.30 WIB), shift malam (22.00 WIB – 06.00 WIB) istirahat (02.00 WIB - 02.30 WIB).

Dalam penerapan pembagian shift di PT. Heavenly Nutrition Indonesia belum pernah ada penelitian yang memastikan apakah dengan pembagian shift yang diterapkan oleh perusahaan tersebut berpengaruh terhadap kelelahan pekerja. Karena dalam setiap suatu industri memiliki resiko K3 (Keselamatan Kesehatan Kerja) yang berbeda, Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di tempat ini. Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian produksi di PT. Heavenly Nutrition Indonesia.

METODE

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik non random sampling dengan metode sampling jenuh. Penggunaan sampling jenuh karena jumlah pekerja yang sedikit sehingga semua populasi dijadikan sampel. Pengambilan sampel penelitian ini dengan memilih semua bagian Produksi di PT. Heavenly Nutrition Indonesia, yang berjumlah 40 responden Data primer dalam penelitian ini diperoleh dari pengisian data dengan menggunakan kuesioner online perasaan kelelahan secara subyektif Industrial Fatigue Research Committee (IFRC). Kuesioner online diberikan kepada pekerja shift pagi, shift siang dan shift malam. Penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat yang bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Pada analisis univariat menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase pada variabel. Dan analisis bivariat dengan menganalisis dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Analisis lanjutan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (shift kerja) dan dependen (kelelahan kerja) menggunakan uji Chi Square dengan membandingkan nilai α sebesar 0,05 pada taraf kepercayaan 95%. Jika P value < 0,05 artinya ada hubungan yang bermakna antara variabel independen (shift kerja) dengan variabel dependen (kelelahan). Jika P value > 0,05 artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel independen (shift kerja) dengan variabel dependen (kelelahan).

HASIL

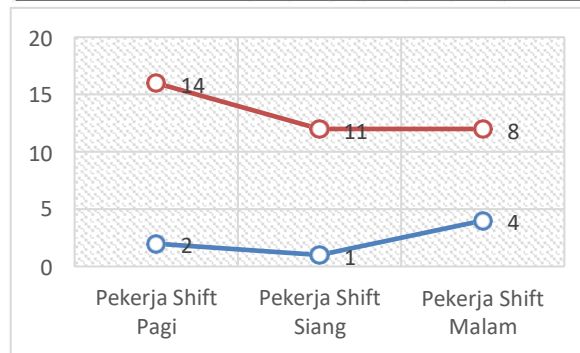
Untuk mengetahui hubungan antara variabel independent (Shift kerja) dengan variabel dependen (kelelahan kerja) pada pekerja bagian produksi di PT. Heavenly Nutrition Indonesia dilakukan analisis bivariat, dengan metode statistik menggunakan uji Chi Square. Berikut hasil untuk masing-masing variabel:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Kelelahan Pada Pekerja Shift Pagi, Shift Siang, dan Shift di Bagian Produksi PT. Heavenly Nutrition Indonesia Tahun 2021

Keluhan	Frekuensi	Presentase
Kelelahan		(%)
Ada	7	17.5
Tidak Ada	33	82.5
Total	40	100

Tabel 2 Hasil Bivariat Variabel Independen (Shift Kerja) dan Variabel Dependen (Kelelahan kerja)

NO	Responden	Kelelahan Kerja				Total		P-Value
		Ada Keluhan		Tidak Ada Keluhan		N	%	
		N	%	N	%			
1	Pekerja <i>Shift</i> Pagi	2	12.5	14	87.5	16	100	0.217
2	Pekerja <i>Shift</i> Siang	1	8.3	11	91.7	12	100	
3	Pekerja <i>Shift</i> Malam	4	33.3	8	66.7	12	100	
Total		7	17.5	33	82.5	40	100	

**Grafik.1 Kelelahan Pekerja Tiap Shift**

PEMBAHASAN

Dari data diatas menunjukkan bahwa tidak adanya pengaruh shift kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja di PT. Heavenly Nutrition Indonesia Tahun 2021. Dapat dilihat bahwa responden bagian produksi shift pagi yang mengalami keluhan kelelahan pada saat bekerja terdapat 2 orang dengan presentase (12.5%), pada shift siang hanya 1 orang dengan presentase 8.3%, dan shift malam terdapat 4 orang dengan presentase (33.3%).

Jadi pada nilai total responden 40 orang hanya 7 orang yang mengalami keluhan. Hal ini diperkuat dengan uji statistic bivariat terdapat nilai p-value 0.217 yang artinya lebih besar dari alpha (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa nilai H0 gagal ditolak, yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT. Heavenly Nutrition Indonesia Tahun 2021.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Basri dan Apriliani (2014) pada pekerja operator produksi di PT. Pertamina Eksplorasi dan Produksi (EP) Kecamatan Balongan Kabupaten Indramayu menunjukkan bahwa adanya hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja.

Berdasarkan hasil uji Chi-Square diperoleh nilai signifikan (p) = 0,021 < 0,05. Hal ini menunjukkan H0 di tolak berarti ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan tingkat kelelahan operator produksi. Hal ini didukung oleh penelitian Villa (2013) pada perawat di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Bandar Lampung yaitu kategori sangat lelah 13 orang (8,5%), lelah 116 orang (75,8%), dan kurang lelah 24 orang (15,7%). Nilai p = 0,001 hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada perawat.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan 4. Tidak ada hubungan shift kerja dengan terjadinya kelelahan pada pekerja bagian produksi PT. Heavenly Nutrition Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriliani, Silvia. 2014. Hubungan Shift Kerja dengan Tingkat Kelelahan Operator Produksi Di PT Pertamina Eksplorasi dan Produksi (EP) Kecamatan Balaongan Kabupaten Indramayu. Skripsi, FKM-UWI. Universitas Wiralodra Indramayu.
- Listyandini, R., Pertiwi, F. D., & Riana, D. P. (2020). Asupan Makan, Stress, dan Aktivitas Fisik Dengan Sindrom Metabolik Pada Pekerja di Jakarta. AN-Nur: Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat, 1(1), 19-32.
- Listyandini, R., Pertiwi, F. D., Riana, D. P., & Lestari, W. A. (2021). The Dominant factor of metabolic syndrome among office workers. Journal of Health Science and Prevention, 5(1), 40-48.
- Medianto, Dwi. 2017. Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Borongan Muat (TKBM) di Pelabuhan Tanjung Emas Semarang. Skripsi, Universtas Muhammadiyah. Semarang.
- Nurfadilah, I. H., Pertiwi, F. D., & Prastia, T. N. (2021). Gambaran Pernikahan Dini Pada Pus (Pasangan Usia Subur) Di Kelurahan Pasir Jaya Kecamatan Bogor Barat Tahun 2019. Promotor, 4(4), 322-328.
- Nursehan, Ginting 2021 Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Bangsal Rawat Inap Rumah Sakit Advent. FKUK: Klabat.
- Pertiwi, F. D., & Nasution, A. S. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PNEUMONIA PADA BALITA DI PUSKESMAS SEMPLAK KOTA BOGOR 2020. PROMOTOR, 5(3), 273-280.
- Pertiwi, F. D., & Nurdiana, S. N. (2019). HUBUNGAN SIKAP DENGAN PENGALAMAN (BULLYING) PADA SISWA SMKN 2 KOTA BOGOR. HEARTY: Jurnal Kesehatan Masyarakat, 7(1).
- Pertiwi, F. D., Arsyati, A. M., Asnifatima, A., Parinduri, S. K., Jayanti, R., Prastia, T. N., & Nasution, A. (2021). Dampak Implementasi Pembelajaran Jarak Jauh (Pjj) Terhadap Kinerja Di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Ibn Khaldun Bogor. Educate: Jurnal Teknologi Pendidikan, 7(1), 71-82.
- Pertiwi, F. D., Prastia, T. N., & Nasution, A. (2021). Hubungan Faktor Sosial Ekonomi dan Riwayat Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Stunting pada Balita. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 10(04), 208-216.
- Prasasti, E. 2013. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kelelahan Dengan Pekerja Workshop Di PT. X Jakarta Tahun 2013 . Skripsi, FIK-UIN.Jakarta
- Sofia, Astri Marselina. 2019. Hubungan Faktor Individu dan Faktor Pekerjaan Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Truk Tangki BBM di PT. X. Skripsi, Universitas Binawan. Jakarta .
- Tim K3 FT UNY 2014. Buku Ajar Kesehatan kerja. Jakarta