

HUBUNGAN SHIFT KERJA, RIWAYAT PENYAKIT DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KELELAHAN PADA PEKERJA DI PT X TAHUN 2023

Mustari Arifin¹, Meilya Farika Indah², Edy Ariyanto³

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin
Email : mustari.arifin99@gmail.com

ABSTRAK

Majunya perkembangan teknologi industri semakin mendorong Indonesia untuk memproduksi selama 24 jam secara terus menerus merupakan konsekuensi dari perkembangan industri. Salah satu permasalahan K3 (Kesehatan dan Keselamatan Kerja) yang dapat menjadi pemicu terjadinya kecelakaan kerja adalah kelelahan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* (potong silang). jenis penelitian ini menggunakan Uji *chi Square*. populasi dalam penelitian adalah 103 pekerja dengan jumlah 42 responden. cara pengambilan sampel dengan cara random sampling dan *propotional random sampling* dengan cara dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner analisis data menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kepercayaan 90%. dari 42 responden didapatkan sebanyak 34 (81.0%) (*p-value* 1.00), yang mengalami kelelahan ringan pada pekerja shift dan nonshift. dalam 34 (81.0%) (*p-value* 0.479), yang mengalami kelelahan ringan pada riwayat penyakit. yang mengalami kelelahan berat pada kualitas tidur sebanyak 5 responden (11.9%) (*p-value* 0.190). Tidak terdapatnya nonshift dan shift kerja dengan kejadian kelelahan kerja pada PT X, riwayat penyakit dengan kejadian kelelahan kerja pada PT X, kejadian kualitas tidur dengan kejadian kelelahan kerja pada PT X, Bagi tempat penelitian Di harapkan kepada pihak terkait atau pihak K3 di perusahaan untuk memberikan safety talk untuk para karyawan setiap 2 minggu 1 sekali agar pihak karyawan selalu mengingat dan mentaati K3 yang berlaku di perusahaan.

Kata Kunci : Shift Kerja, Riwayat Penyakit, Kualitas Tidur

ABSTRACT

*The advancement of industrial technology development increasingly encourages Indonesia to produce for 24 hours continuously is a consequence of industrial development. One of the K3 (Occupational Health and Safety) problems that can trigger work accidents is fatigue. The method used in this study is a quantitative method with a cross sectional approach. this type of research uses the chi Square Test. The population in the study was 103 workers with a total of 42 respondents. How to Sample by Random Sampling and Propotional Random Sampling by collecting using questionnaires Data analysis using the Chi Square test with a 90% confidence level. Of the 42 respondents, 34 (81.0%) (*p-value* 1.00) experienced mild fatigue in shift and non-shift workers. in 34 (81.0%) (*p-value* 0.479), who experienced mild fatigue at a history of disease. who experienced severe fatigue in sleep quality as many as 5 respondents (11.9%) (*p-value* 0.190). There are no nonshifts and work shifts with the incidence of work fatigue in PT X, a history of illness with the incidence of work fatigue in PT X, the incidence of sleep quality with the incidence of work fatigue in PT X, For research sites It is expected that related parties or K3 parties in the company to provide safety talk for employees every 2 weeks 1 so that employees always remember and obey the K3 that applies in the company.*

Keywords : Shift Work, Disease History, Sleep Quality

REFERENSI

- Dony Arianto, P. A. (2019). *Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kinerja Melalui Variable Kelelahan Dan Beban Kerja Sebagai Variable Intervening Di PT. M.I. Jurnal Psikogenesis*, , 169-179.
- Kemenakes. (2022, agustus 25). *Mengenal Penyakit Tidak Menular dan Pencegahannya. kementerian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan masyarakat.*
- Maharja, R. (2015). *Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD haji Surabaya. Jurnal of occupational Safety and Health* , 93-102.
- Sum'mur. (2009). *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja . hiperkes jakarta.*
- Tarwaka. (1999). *Produktifitas dan Pemanfaatan Sumber Daya Manusia. Jakarta: Majalah Hiperkes dan Keselamatan Kerja.*
- Tarwaka. (2014). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja. Harapan Press.*
- Usman, s. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Produksi PT Gerbang Sarana Baja Jakarta Utara. Journal Educational of Nurshing*, 141-146.
- Wiyarso, J. (2018, september 17). *Hubungan Antara Shift Kerja dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat di Ruang Rawat Inap Yeheskiel dan Hana di Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado. jURNAL kESMAS*, 7-5.