

**HUBUNGAN *SHIFT* KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA
PADA *SECURITY* DI PERUMAHAN GARDENS AT CANDI
SAWANGAN DEPOK**

Nadia Vebi Masari^{1*}, Sucipto², Rita Dwi Pratiwi³

^{1,2,3}STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Tangerang Selatan dan 15417, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
<p>E-mail: nadiavebim@gmail.com</p>	<p><i>Security guards have the main task of maintaining security and order in their work environment/place which includes aspects of physical security, personnel, information and other technical security. The purpose of this study was to determine the relationship between shifts and the level of work fatigue in security at the gardens housing at Candi Sawangan - Depok. This study uses a quantitative method with a cross sectional approach. The population in this study were all members of security housing gardens at sawangan temple with a total of 56 workers. Sampling technique is total sampling. The results of the data analysis used were univariate analysis and bivariate analysis. The results of this study indicate that there is a relationship between shifts and the level of work fatigue in security at the Gardens at Sawangan Temple, Depok housing estate with a p-value = 0.020. It can be concluded that there is a significant relationship between shifts and the level of work fatigue in security at the gardens at sawangan temple, Depok housing estate. Suggestions for security in this study are to realize that shift should not be used as a workload but an obligation that must be carried out, besides taking advantage of free time at home to rest to refresh yourself so that work fatigue does not occur.</i></p>
<p>Keywords: <i>Work Fatigue</i> <i>Work Shifts</i> <i>Security</i></p>	<p>Satpam atau <i>security</i> memiliki tugas pokok yaitu menyelenggarakan keamanan dan ketertiban di lingkungan/tempat kerjanya yang meliputi aspek pengamanan fisik, personel, informasi dan pengamanan teknis lainnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan <i>shift</i> kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada <i>security</i> di perumahan gardens at candi sawangan – depok. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota <i>security</i> perumahan gardens at candi sawangan dengan jumlah 56 pekerja. Pengambilan sampel teknik total sampling. Hasil analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara <i>shift</i> kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada <i>security</i> di perumahan gardens at candi sawangan depok dengan nilai <i>p-value</i> = 0,020. Dapat disimpulkan bahwa ada nya hubungan yang signifikan antara <i>shift</i> kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada <i>security</i> di perumahan gardens at candi sawangan depok. Saran untuk <i>security</i> pada penelitian ini adalah agar menyadari bahwa bekerja <i>shift</i> jangan dijadikan sebagai beban pekerjaan melainkan kewajiban yang harus dilaksanakan, selain itu memnfaatkan waktu luang dirumah untuk beristirahat guna merefresh diri agar tidak terjadi kelelahan kerja.</p>
<p>Kata Kunci: <i>Kelelahan Kerja</i> <i>Shift Kerja</i> <i>Security</i></p>	

PENDAHULUAN

Sebagai petugas keamanan, satpam atau *security* memiliki tugas pokok yaitu menyelenggarakan keamanan dan ketertiban di lingkungan/tempat kerjanya yang meliputi aspek pengamanan fisik, personel, informasi dan pengamanan teknis lainnya. Selanjutnya fungsi satpam atau *security* adalah melindungi dan mengayomi lingkungan/tempat kerjanya dari setiap gangguan keamanan, serta menegakkan peraturan dan tata tertib yang berlaku di lingkungan kerjanya (Peraturan Kepala Kepolisian Negara Republik Indonesia, 2013)

Pada pengaturan waktu kerja, ada ketentuan tersendiri yaitu 7 jam 1 hari dan 40 jam 1 minggu untuk 6 hari kerja dalam 1 minggu atau 8 jam 1 hari dan 40 jam 1 minggu untuk 5 hari kerja dalam 1 minggu. Ketentuan waktu kerja sebagaimana dimaksud tidak berlaku bagi sektor usaha atau pekerjaan tertentu (UURI no 13 tahun 2003, no date).

Menurut (ILO, 2013) Setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Dalam penelitian tersebut dijelaskan dari 58.115 sampel, 18.828 di antaranya (32,8%) mengalami kelelahan. Sedangkan jika pekerja mengalami kecelakaan kerja yang

disebabkan oleh faktor kelelahan, maka akan berdampak langsung pada tingkat produktivitas kerjanya. Jadi faktor manusia sangatlah berpengaruh terhadap tingkat produktivitas kerja, seperti masalah tidur, kebutuhan biologis, dan juga kelelahan kerja, bahkan diutarakan bahwa penurunan produktivitas tenaga kerja di lapangan sebagian besar disebabkan oleh kelelahan kerja (ILO, 2013). Di Indonesia kecelakaan kerja dari tahun ke tahun semakin bertambah jumlahnya, pada tahun 2006 sebanyak 70.069, tahun 2007 sebanyak 83.714, di tahun 2008 sebanyak 96.736, tahun 2009 sebanyak 96.314, tahun 2010 sebanyak 98.711, serta di tahun 2011 menggapai angka yang sangat tinggi yakni 99.491 (tarwaka, 2014).

Pada pengaturan waktu kerja, ada ketentuan tersendiri yaitu 7 jam 1 hari dan 40 jam 1 minggu untuk 6 hari kerja dalam 1 minggu atau 8 jam 1 hari dan 40 jam 1 minggu untuk 5 hari kerja dalam 1 minggu. Ketentuan waktu kerja sebagaimana dimaksud tidak berlaku bagi sektor usaha atau pekerjaan tertentu (UURI no 13 tahun 2003, no date).

Kelelahan kerja didefinisikan sebagai suatu kondisi yang timbul pada setiap individu yang telah tidak sanggup lagi untuk melakukan aktivitasnya (Suma'mur, 2014). Kelelahan umum ditunjukkan oleh

hilangnya kemauan untuk bekerja, yang penyebabnya adalah keadaan persarafan sentral atau kondisi psikis-psikologis (Suma'mur, 2013) Perasaan adanya kelelahan secara umum dapat ditandai dengan berbagai kondisi antara lain: lelah pada organ penglihatan atau mata, mengantuk, stress (pikiran tegang) dan rasa malas bekerja circadian fatigue (Anastasia T., 2015).

Kelelahan kerja adalah kelelahan yang terjadi pada manusia oleh karena kerja yang dilakukan. Kelelahan kerja memiliki pengertian yang lebih luas daripada kelelahan otot yang dirasakan sebagai sakit atau nyeri pada otot-otot, kelelahan yang bersifat seperti itu adalah kelelahan yang bersifat umum. Kelelahan ini merupakan suatu pola yang timbul pada suatu keadaan, yang secara umum terjadi pada setiap individu, yang sudah tidak sanggup lagi untuk melakukan aktivitasnya (Hutahaean, 2018).

Pada penelitian sebelumnya yang diteliti oleh (Yulinda, 2015) pada tahun 2015 dengan judul penelitian "Hubungan *Shift* kerja Dengan terjadinya Kelelahan Pada *Security* Sun Plaza Medan Tahun 2015" mendapatkan hasil penelitian, saat *shift* pagi tingkat kelelahan paling banyak pada tingkat sedang yaitu dengan persentase 64.5%, sedangkan tingkat rendah sebanyak 33.9% dan tingkat tinggi

sebesar 1.8%. Saat *shift* malam paling banyak pada tingkat sedang dengan persentase 80.4%. Sedangkan tingkat tinggi sebesar 19.6%. Hasil penelitian ini didapatkan ada hubungan *shift* kerja dengan terjadinya kelelahan.

Shift kerja *Security* pada perumahan Gardens At Candi Sawangan dibagi menjadi 2 *Shift* yaitu pukul 07.00 – 19.00 *Shift* 1 (pagi) dan pukul 19.00 – 07.00 *Shift* 2 (malam). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada 05 desember 2021 kepada 10 *security* di Gardens At Candi Sawangan dihasilkan 6 *security* mengalami kelelahan kerja dengan kategori lelah, 3 *security* mengalami kelelahan kerja dengan kategori sangat lelah dan 1 *security* tidak mengalami kelelahan kerja. Maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai "Hubungan *Shift* kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada *Security* di perumahan Gardens At Candi Sawangan – Depok". Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Hubungan *Shift* Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada *Security* Di Perumahan Gardens At Candi Sawangan – Depok.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif yaitu untuk mengetahui hubungan antara hubungan *shift* kerja

dengan tingkat kelelahan kerja pada *security* di perumahan Gardens at Candi Sawangan Depok. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan cara *total sampling*. Populasi yang digunakan sebanyak 56 orang *security*. Peneliti melakukan penyebaran kuesioner yang diberikan pada seluruh anggota *security* yang bekerja di perumahan Gardens at Candi Sawangan Depok. Analisis data yang digunakan

dalam penelitian ini menggunakan uji statistik melalui uji statistik *Chi-Square* (Notoatmodjo, 2018)

HASIL

Hasil Analisis Univariat

Karakteristik responden dalam penelitian ini Umur Dan masa kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja *Security* Di Perumahan Gardens At Candi Sawangan – Depok.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Dan masa kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja *Security* Di Perumahan Gardens At Candi Sawangan – Depok.

1.	Umur	Frekuensi	Persentase
	Tua \geq 35 tahun	37	66,1%
	Muda \leq 35 tahun	19	33,9%
	Total	56	100%
2.	Masa kerja	Frekuensi	Persentase
	Lama : Bila responden telah bekerja selama \geq 2 tahun	36	64,3%
	Baru : Bila responden telah bekerja selama $<$ 2 tahun	20	35,7%
	Total	56	100,0%

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan distribusi karakteristik responden pada tabel diketahui bahwa lebih dari setengahnya, umur responden berada di rentang tua \geq 35 tahun sebanyak 37 responden dengan

persentase (66,1%). lebih dari setengahnya masa kerja responden berada di rentang lama bekerja selama \geq 2 tahun. Yaitu sebanyak 36 responden dengan persentase (64,3%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Shift* Kerja

No	<i>Shift</i> kerja	Jumlah (n)	Persentase
1	tidak ada keluhan <i>shift</i> kerja $<$ 30	18	32,1
2	Ada keluhan <i>Shift</i> kerja $>$ 30	28	67,9
	Total	46	100

Sumber : *Data Primer*, 2022

Berdasarkan distribusi frekuensi responden pada tabel 3 diketahui bahwa

lebih dari setengahnya responden berada di rentang ada keluhan *shift* kerja $>$ 30

responden. Yaitu 28 responden dengan persentase (67,9%).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja

No	Kelelahan kerja	Jumlah (n)	Persentase
1	Jika Ringan (skor <20)	9	16,1
2	Jika Sedang (skor 20-35)	35	62,5
3	Jika Tinggi (skor >35)	12	21,4
	Total	56	100

Sumber : *Data Primer, 2022*

Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden pada tabel 4 diketahui bahwa lebih dari setengahnya kelelahan kerja berada di rentang Sedang dengan skor 20-35, Yaitu sebanyak 35 responden dengan persentase (62,5%).

Analisis Bivariat

Berikut hasil pengujian hubungan Hubungan *shift* kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada *security* dengan menggunakan uji chi-square maka didapatkan hasil berikut :

Tabel 5 Hasil Analisis Hubungan *Shift* Kerja dengan Kelelahan kerja

		Kelelahan kerja						P-Value		
No	Shift kerja	Ringan		Sedang		Tinggi			Total	
		N	%	N	%	N	%			
1	Tidak ada keluhan <i>shift</i> kerja	6	10,7	7	12,5	5	8,9	18	32,1	0,020
2	Ada keluhan <i>Shift</i> kerja	3	5,4	28	50,0	7	12,5	38	67,9	
	Total	9	16,1	35	62,5	12	21,4	56	100	

Sumber : *Data Primer, 2022*

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa di antara responden yang tidak mengalami keluhan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada kategori Ringan sebanyak 6 responden (10,7%) sedangkan responden yang mengalami keluhan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada kategori Ringan sebanyak 3 responden (5,4%).

Pada responden yang tidak mengalami keluhan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada kategori Sedang sebanyak 7 responden (12,5%) sedangkan responden yang mengalami keluhan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada kategori Sedang sebanyak 28 responden (50%). Pada responden yang tidak mengalami keluhan *shift* kerja terhadap

kelelahan kerja pada kategori Tinggi sebanyak 5 responden (8,9%) sedangkan responden yang mengalami keluhan *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada kategori Tinggi sebanyak 7 responden (12,5%).

PEMBAHASAN

Analisis Bivariat

Hubungan *shift* kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada *security*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada *security* di perumahan gardens at candi sawangan dengan menunjukkan nilai *p-value* 0,020 dikarenakan $< 0,050$. *Shift* kerja adalah pola waktu kerja yang diberikan pada tenaga kerja untuk mengerjakan sesuatu oleh perusahaan dan biasanya dibagi atas kerja pagi, sore dan malam (Suma'mur, 2013). *Shift* kerja merupakan suatu penetapan atau pergeseran jam kerja dari jam pada umumnya, yang terjadi satu kali dalam 24 jam. Selama satu hari kerja, karyawan yang bekerja dengan sistem *shift* memiliki kewajiban untuk bekerja pada waktu yang telah ditentukan, misalnya *shift* pagi, *shift* malam, atau *shift* bergilir. Kelelahan

diklasifikasikan dalam dua jenis, yaitu

kelelahan otot dan kelelahan umum. Kelelahan otot adalah merupakan tremor pada otot /perasaan nyeri pada otot (Tarwaka, & Bakri, 2016).

Dari hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Yulinda, 2015) yang meneliti tentang *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada *security* di SUN Plaza Medan, hasil penelitian melaporkan bahwa *security* mengalami tingkat kelelahan yang berbeda-beda, berdasarkan hasil penelitian mayoritas *security* lebih banyak mengalami kelelahan pada *shift* pagi dengan tingkatan rendah/sedang yaitu sebanyak 55 responden (98,2%) dan kelelahan pada *shift* malam sebanyak 45 responden (80,4%). Pada tingkat kelelahan tinggi lebih banyak pada *shift* malam yaitu 11 responden (19,6%) sedangkan pada *shift* pagi sebanyak 1 orang (1,8%). Pada hasil uji *chi-square* antara *shift* kerja dengan kelelahan diketahui nilai *p-value* 0,002 yang berarti ada hubungan *shift* kerja dengan terjadinya kelelahan kerja pada *security* SUN Plaza Medan tahun 2015.

Dari hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Begani, R.K., Begani A.Z., So'on, V., Pokasui, K., 2013) pada *security* di kota Madang mengatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya gangguan tidur, stress dan waktu yang terbatas untuk kegiatan lain pada *security* yang menjalani *shift* kerja.

Dari hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Cicin Fajar Pratiwi, 2016) tentang hubungan *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian *daily check* di PT.Kereta Api Daerah Operasi VI Yogyakarta Dipo Kereta Solo Balapan mengatakan bahwa Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Chi-square diperoleh nilai P value 0,000, yang berarti bahwa hasil uji sangat signifikan, sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan antara *shift* kerja dengan kelelahan kerja pada bagian *daily check* di PT. Kereta Api Daerah Operasi VI Yogyakarta Dipo Kereta Solo Balapan. Pekerja paling banyak mengalami tingkat kelelahan tinggi yang dibagi menjadi 6 pekerja (25%) pada pekerja *shift* pagi, 9 pekerja (37,5%) pada pekerja *shift* siang dan 16 pekerja (66,7%) pada pekerja *shift* malam.

Maka menurut hasil penelitian ini adanya hubungan *Shift* kerja terhadap kelelahan kerja adalah salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kelelahan kerja pada pekerja yang bekerja *shift*, karena salah satu faktor penyebab kelelahan kerja adalah dengan bekerja *Shift*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan *Shift* kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada *security* di perumahan gardens at candi sawangan depok tahun

2021. Menurut hasil penelitian ada hubungan antara *shift* kerja terhadap kelelahan kerja pada *security* di perumahan gardens at candi sawangan dengan *p-value* = 0.020 ($p < 0,050$)

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasia T. (2015) 'Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit Malahayati Medan'.
- Begani, R.K., Begani A.Z., So'on, V., Pokasui, K. (2013) 'Impa Ct Of Shift Work Amongst Security Guards In Madang Town', 18.
- Cicin Fajar Pratiwi (2016) 'Hubungan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Daily Check Di Pt.Kereta Api Daerah Operasi Vi Yogyakarta Dipo Kereta Solo Balapan'.
- Hutahaean, C. (2018) 'Hubungan Durasi Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pabrik Tapioka Pt. Hutahaean Kecamatan Laguboti'.
- Ilo (2013) *Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Di Tempat Kerja Sarana Untuk Produktivitas*.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Peraturan Kepala Kepolisian Negara

- Republik Indonesia (2013) 'Sistem Manajemen Pengamanan Organisasi, Perusahaan Dan/Atau Instansi/Lembaga Pemerintah', *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53, Pp. 1689–1699.
- Suma'mur, P. K. (2013) *Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja*. 2nd Edn. Jakarta: Sagung Seto.
- Suma'mur, S. (2014) *Kesehatan Kerja Dalam Perspektif Hiperkes & Keselamatan Kerja*. Jakarta: Erlangga.
- Tarwaka, & Bakri, S. H. A. (2016) 'Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja Dan Produktivitas'. Available At: [Http://Shadibakri.Uniba.Ac.Id/Wpc ontent/Uploads/2016/03/Bukuergonomi.Pdf](http://shadibakri.uniba.ac.id/wpc/ontent/uploads/2016/03/bukuergonomi.pdf).
- Tarwaka (2014) *Ergonomi Industri*. Surakarta.
- Uuri No 13 Tahun 2003 (No Date) *Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun (2003) Tentang Ketenagakerjaan*. Available At: [Https://Kemenperin.Go.Id/Kompetensi/Uu_13_2003.Pdf](https://kemenperin.go.id/kompetensi/uu_13_2003.pdf).
- Yulinda, E. (2015) 'Hubungan Shift Kerja Dengan Terjadinya Kelelahan Pada Security Sun Plaza Medan'.