

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Rumah sakit merupakan industri jasa dengan karakteristik khusus, diantaranya melibatkan pekerja sangat banyak (*labour intensive*), padat modal dan penggunaan teknologi tinggi, frekuensi pekerjaan yang terus menerus, serta keleluasaan akses masyarakat atau bukan pekerja untuk masuk di rumah sakit. Karakteristik tersebut menyebabkan tingginya risiko terjadinya Penyakit Akibat Kerja (PAK) dan Kecelakaan Akibat Kerja (KAK) sehingga diperlukan mitigasi risiko pekerjaan pada tenaga kesehatan.

Pekerja kesehatan rumah sakit yang terbanyak adalah perawat yang berjumlah sekitar 60 % dari tenaga kesehatan yang ada di rumah sakit. Perawat merupakan salah satu pekerja kesehatan yang selalu ada di setiap rumah sakit dan merupakan ujung tombak pelayanan kesehatan rumah sakit. Perawat di rumah sakit bertugas pada pelayanan rawat inap, rawat jalan atau poliklinik dan pelayanan gawat darurat (Alimul, 2002). Dalam melaksanakan tugasnya, pekerja rumah sakit, khususnya perawat, banyak terpapar dengan berbagai faktor yang dapat menimbulkan dampak negatif dan mempengaruhi derajat kesehatan mereka. Mereka selalu berhubungan dengan berbagai bahaya potensial, di mana bila tidak diantisipasi dengan baik dan benar dapat mempengaruhi kesehatan dan keselamatan kerjanya (Depkes, 2002).

Karakteristik lainnya dalam pelayanan rumah sakit adalah sifat pelaksanaan pekerjaannya yang terus menerus selama 24 jam. Kondisi ini

menuntut manajemen rumah sakit untuk menjamin ketersediaan Sumber Daya Manusia (SDM) sebagai pekerja rumah sakit supaya mampu memberikan layanan kesehatan secara terus-menerus selama 24 jam. Karena itu, manajemen rumah sakit pun menerapkan sistem kerja secara shift. *Shift* kerja di rumah sakit yang ada di Indonesia secara umum terdiri dari tiga *shift* yaitu: *shift* pagi bekerja selama 7 jam mulai jam 7.00-14.00, *shift* sore bekerja 7 jam mulai jam 14.00-21.00, dan *shift* malam bekerja 10 jam mulai 21.00-7.00. Dari keadaan tersebut memperlihatkan bahwa *shift* malam mempunyai waktu yang paling lama waktu kerjanya (Wijaya, 2005).

Permasalahannya bekerja secara shift dapat menimbulkan gangguan tidur. Kualitas tidur seseorang tidak tergantung pada jumlah atau lama tidur seseorang, tetapi bagaimana pemenuhan kebutuhan tidur orang tersebut. Indikator tercukupinya pemenuhan kebutuhan tidur seseorang adalah kondisi tubuh waktu bangun tidur, jika setelah bangun tidur merasa segar berarti pemenuhan kebutuhan tidur telah tercukupi (Potter & Perry, 2006). Sedangkan gangguan tidur terjadi akibat dari pola tidur yang tidak beraturan yang dilakukan secara terus menerus. Khususnya perawat yang mungkin saja menjalani jadwal shift dari awal kerja sampai pensiun dengan jadwal shift rotasi yang sering berganti jadwal dengan rutinitas pekerjaan yang berbeda dan waktu kerja yang tidak tepat, tidak menutup kemungkinan bisa mengalami gangguan tidur.

Rutinitas harian seseorang dapat mempengaruhi pola tidur dan kualitas tidur. Individu yang bekerja bergantian berputar (misalnya 2 minggu siang diikuti oleh 1 minggu malam) seringkali mempunyai kesulitan menyesuaikan

perubahan jadwal tidur. Jam internal tubuh diatur pukul 22.00, tetapi sebaliknya jadwal kerja memaksa untuk tidur pada pukul 9 pagi. Individu mampu untuk tidur hanya selama 3 sampai 4 jam karena jam tubuh mempersepsikan bahwa ini adalah waktu terbangun dan aktif (Asmadi, 2008).

Shift kerja dapat memberikan beberapa efek negatif pada pekerjaanya yaitu efek fisiologis berkurangnya waktu tidur, kapasitas fisik yang menurun akibatnya perasaan mengantuk dan lelah, menurunnya nafsu makan dan gangguan pencernaan. Selain itu shift kerja juga menyebabkan efek psikososial bagi pekerja yang menjadi masalah besar karena terganggunya kehidupan keluarga, hilangnya waktu luang, kecil kesempatan untuk berinteraksi dengan teman, mengganggu aktivitas kelompok dalam masyarakat (Kodrat, 2009). Bahkan menurut Mauritz (2008) pekerja shift malam memiliki resiko 28% lebih tinggi mengalami cedera atau kecelakaan. Selain itu shift kerja malam dapat mengurangi kemampuan kerja, meningkatnya kesalahan dan kecelakaan, menghambat hubungan sosial dan keluarga, adanya faktor resiko pada saluran pencernaan, system syaraf, jantung dan pembuluh darah serta terganggunya waktu tidur. Hal ini bisa menyebabkan seseorang mengalami gangguan tidur.

Kondisi ini terbukti pada penelitian yang dilakukan oleh Saftarani dan Hasanah (2014) di Instalasi Rawat Inap RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung, di mana 85% perawat yang bekerja dengan sistem shift dan 15% bekerja non shift. Perawat yang bekerja shift terdiri dari tiga shift yaitu pagi (7.30-14.00), shift sore (14.00-21.00), dan shift malam (21.00-07.30). Perawat yang bekerja non shift terdiri dari kepala ruangan, wakil kepala ruangan, suvervisor dan koordinator mereka semua bekerja pagi jam (07.00-14.00).

Sistem shift di RSUD Abdul Moelok Bandar Lampung menggunakan rotasi cepat dengan *continental rota* pada sistem ini pekerja bekerja menurut giliran 2-2-3 (pagi, pagi, siang, siang, malam, malam, malam, libur, libur). Dari analisis data, dapat diketahui 119 orang atau 91,53% perawat yang bekerja shift mengalami gangguan pola tidur dan 11 orang atau 8,47% perawat yang tidak mengalami gangguan pola tidur.

Bekerja shift malam juga dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan bagi pekerja, karena pada dasarnya jam internal tubuh kita dirancang untuk aktif pada siang hari dan tidur di malam hari. Bekerja shift di malam hari membuat kadar hormon leptin menurun. Hormon tersebut berfungsi untuk mengontrol berat badan, gula darah, dan kadar insulin. Perubahan hormon tersebut dapat berdampak buruk bagi metabolisme, sehingga berbagai macam penyakit kronis seperti penyakit kardiovaskuler lebih mudah menyerang. Tidur terlalu sebentar atau mengubah jam biologis dapat memicu obesitas. Hasil metaanalisis pada *Occupational and Environmental Medicine* menyebutkan, bahwa kerja shift dengan jadwal yang berubah-ubah mampu meningkatkan risiko diabetes mellitus tipe 2. Peningkatan ini mencapai 42%, sebab kinerja insulin ikut terganggu akibat jam biologis tubuh yang diubah, sehingga mengakibatkan terjadinya resisten insulin (Gan et al., 2015).

Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2017), mengungkapkan bahwa hasil analisis hubungan antara shift kerja dengan kadar gula darah diketahui bahwa terdapat sebanyak 53 (60%) responden yang bekerja dengan sistem shift memiliki kadar gula darah yang tinggi, sedangkan diantara responden yang bekerja non shift terdapat 13 (21%) responden yang memiliki

kadar gula darah yang tinggi. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p=0,000$ maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kadar gula darah.

Peningkatan kadar gula darah tersebut disebabkan oleh ketidaksesuaian irama sirkadian pada pekerja shift. Pada irama sirkadian tubuh manusia, tekanan darah mencapai puncaknya pada siang hari dan turun pada malam hari (Mohd Nazri Bin, Tengku and Winn, 2008). Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Benedict bahwa orang yang mengalami perubahan pola tidur akan mengakibatkan gangguan metabolisme gula di dalam tubuhnya (Benedict et al., 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Kusumayanti (2013), tentang pengaruh shift kerja terhadap tekanan darah perawat di Ruang Angsoka RSUP Sanglah Denpasar menyatakan bahwa terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah bekerja shift pagi $p=0,003$, tekanan darah sistolik pada shift malam $p=0,001$ dan tekanan diastolik pada shift malam $p=0,001$. Sedangkan pada uji Kruskal Wallis menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dengan kata lain terdapat pengaruh dari Shift kerja terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik perawat.

Penelitian yang dilakukan oleh Bastian (2012) tentang hubungan pola tidur malam terhadap kadar gula darah penderita diabetes mellitus type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1 menyatakan bahwa hasil penelitian dengan uji Chi-Square didapatkan hasil nilai (p -value) 0,033 lebih besar dari (α) 0,05. Hasil kriteria tersebut disimpulkan bahwa ada hubungan pola tidur malam

terhadap kadar gula darah penderita DM type II di PKU Muhammadiyah Yogyakarta 1.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di RSUD Pasar Rebo Kota Jakarta Timur diperoleh data sekunder yaitu jumlah perawat di Ruang Anyelir sebanyak 14 orang, Ruang Dahlia sebanyak 13 orang dan Ruang Soka sebanyak 14 orang. Data primer berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 2 orang perawat yang bekerja di unit rawat inap mengatakan bahwa kadang-kadang mereka merasakan mengantuk ketika berjaga shift pada malam kedua dan setelah shift malam ke-1 biasanya mereka tidak dapat langsung tidur.

Berkaitan dengan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ***“Pengaruh Shift Kerja Terhadap Pola Tidur dan Glukosa Darah Pada Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Kota Jakarta Timur”***.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, penulis merumuskan masalah penelitian, sebagai berikut:

1. Bagaimana shift kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur?
2. Bagaimana pola tidur pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur?
3. Bagaimana glukosa darah pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur?

4. Bagaimana pengaruh shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui shift kerja pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo.
2. Untuk mengetahui pola tidur pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur.
3. Untuk mengetahui glukosa darah pada perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur.
4. Untuk mengetahui pengaruh shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah pada perawat di RSUD Pasar Rebo Jakarta Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi masukan dan bahan pertimbangan bagi ilmu keperawatan mengenai pengaruh shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah pada perawat.

2. Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi untuk penelitian sejenis di masa yang akan datang dengan metode yang berbeda sehingga diperoleh hasil yang lebih mendalam mengenai pengaruh shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah pada perawat.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi bagi rumah sakit, sehingga dapat diketahui apakah shift kerja yang diterapkan sudah cukup baik terhadap keselamatan dan kesehatan perawat.

2. Bagi Responden

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah pengetahuan serta pemahaman perawat mengenai gangguan pola tidur dan peningkatan glukosa darah yang diakibatkan oleh penerapan shift kerja yang diterapkan rumah sakit.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dijadikan bahan referensi yang dapat dijadikan bahan bacaan oleh peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan shift kerja, pola tidur dan glukosa darah pada perawat.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Inta (2012), yang berjudul *Hubungan Kerja Shift Terhadap Kelelahan Perawat Di Instalasi Rawat Inap RSUD dr. Sayidiman Magetan Tahun 2012*. Metode Penelitian: Jenis penelitian adalah deskriptif dengan menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel diambil dengan cara *purposive sampling*. Jumlah sampel pada perawat yang bekerja shift adalah 35 perawat yang terdiri dari 8 shift pagi, 13 shift siang dan 7 shift malam serta perawat yang tidak menjalankan shift sebesar 7 perawat (sebagai kelompok pembanding). Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh kerja shift terhadap kelelahan perawat IRNA RSUD dr. Sayidiman Magetan. Pengaruhnya kecil tetapi terdapat perbedaan di mana perawat yang bekerja shift mempunyai peluang lelah 1,125 kali daripada perawat yang tidak bekerja shift.

Penelitian ini meneliti tentang hubungan antara shift kerja terhadap kelelahan perawat, dengan metode penelitian deskriptif. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan meneliti tentang pengaruh atau hubungan shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah, dengan jenis penelitian survey analitik dan desain penelitian *cross sectional*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Kusumayanti (2013), yang berjudul *Pengaruh Shift Kerja Terhadap Tekanan Darah Perawat di Ruang Angsoka RSUP Sanglah Denpasar*. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik (*One-Group Pretest-Posttest Design*). Teknik sampling yang digunakan adalah teknik total sampling dengan sampel terdiri dari 34 orang perawat. Uji statistic compare means paired-sample T

Tes untuk membandingkan perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah shift dan Uji statistic Kruskal-Wallis untuk mendapatkan perbedaan tekanan darah perawat pada shift pagi, sore dan malam (tingkat kepercayaan 95%, $p < 0,05$). Berdasarkan hasil uji compare means paired-sample T Tes terdapat perbedaan tekanan darah sistolik sebelum dan sesudah bekerja shift pagi $p=0,003$, tekanan darah sistolik pada shift malam $p=0,001$ dan tekanan diastolik pada shift malam $p=0,001$. Sedangkan pada uji Kruskal Wallis menunjukkan bahwa nilai $p < 0,05$ yang berarti H_0 ditolak dengan kata lain terdapat pengaruh dari Shift kerja terhadap tekanan darah sistolik dan diastolik perawat.

Penelitian ini meneliti tentang hubungan antara shift kerja terhadap tekanan darah perawat, dengan metode penelitian observasional analitik (*One-Group Pretest-Posttest Design*). Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan meneliti tentang pengaruh atau hubungan shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah, dengan jenis penelitian survey analitik dan desain penelitian *cross sectional*.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Saftarani dan Hasanah (2014), yang berjudul *Hubungan Shift Kerja dengan Gangguan Pola Tidur pada Perawat Instalasi Rawat Inap di RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung 2013*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan shift kerja dengan gangguan pola tidur pada perawat Instalasi Rawat Inap di RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat analitik observasional, dengan pendekatan desain potong lintang. Penelitian menggunakan data primer dan data sekunder yang

dilakukan pada bulan November hingga Desember 2013 di instalasi rawat inap RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. Sampel dalam penelitian ini adalah perawat instalasi rawat inap kerja shift dan non shift berjumlah 153 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data diperoleh dengan wawancara dan pengisian kuesioner gangguan pola tidur. Dari data tersebut dilakukan analisis dengan uji statistik Fisher. Hasil penelitian, di dapatkan data perawat yang bekerja shift 85%, dan yang non shift 15%. Shift kerja yang paling banyak menyebabkan gangguan pola tidur pada pekerja adalah shift malam (75,8%), kemudian shift pagi (7,2%). Perawat shift yang mengalami gangguan pola tidur (84,3%) dan non shift 15,6%. Perawat yang tidak mengalami gangguan pola tidur yang shift 91,7%, dan non shift. Dari hasil analisis data di dapatkan $p=0,434$ yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara shift Kerja dengan gangguan pola tidur.

Penelitian ini meneliti tentang hubungan antara shift kerja terhadap gangguan pola tidur perawat, dengan penelitian yang bersifat analitik observasional, dengan pendekatan desain potong lintang. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan meneliti tentang pengaruh atau hubungan shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah, dengan jenis penelitian survey analitik dan desain penelitian *cross sectional*.

4. Penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2017), yang berjudul *Hubungan Antara Shift Kerja dengan Imt, Tekanan Darah dan Kadar Glukosa Darah*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara shift kerja dengan IMT (indeks massa tubuh), tekanan darah dan

kadar glukosa darah. Populasi penelitian adalah pasien Klinik Surya Medika dan Klinik Mitra Keluarga di wilayah Kecamatan Mranggen, Kabupaten Demak. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan cara *exhaustive sampling*. Jenis penelitian observasional analitik dilakukan secara *cross sectional*. Jumlah responden 122 orang. Analisis statistik dilakukan dengan uji chi square. Hubungan antara shift kerja dengan IMT diperoleh nilai $p=0,000$, hubungan antara shift kerja dengan tekanan darah didapatkan nilai $p=0,000$ dan hubungan antara shift kerja dengan kadar gula darah didapatkan nilai $p=0,000$.

Penelitian ini meneliti tentang hubungan antara shift kerja terhadap IMT (indeks massa tubuh), tekanan darah dan kadar glukosa darah, dengan jenis penelitian observasional analitik dilakukan secara *cross sectional*. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan meneliti tentang pengaruh atau hubungan shift kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah, dengan jenis penelitian survey analitik dan desain penelitian *cross sectional*.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Hamel dkk (2018), yang berjudul *Hubungan Antara Beban, Masa Kerja Dan Shift Kerja Dengan Gangguan Pola Tidur Pada Perawat Di Ruangan Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado*. Meneliti hubungan antara beban, masa kerja dan *shift* kerja dengan gangguan pola tidur perawat di ruang rawat inap RSU Pancaran kasih GMIM Manado. Jenis penelitian ini ialah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling* dengan jumlah sampel 90

responden. Analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan gangguan pola tidur Perawat dengan nilai $p=0,011$, terdapat hubungan antara *shift* kerja dengan gangguan pola tidur Perawat, dengan nilai $p=0,012$, tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan gangguan pola tidur Perawat, dengan nilai $p=0,108$. Hasil analisis multivariat menunjukkan bahwa faktor yang paling dominan yang berhubungan dengan gangguan pola tidur yaitu *shift* kerja malam dengan nilai OR 9,27.

Penelitian ini meneliti tentang hubungan antara beban, masa kerja dan *shift* kerja dengan gangguan pola tidur perawat, dengan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sedangkan penelitian yang peneliti lakukan meneliti tentang pengaruh atau hubungan *shift* kerja terhadap pola tidur dan glukosa darah, dengan jenis penelitian survey analitik dan desain penelitian *cross sectional*.