Journal Of Health Services

Volume 01 Nomor 01
Journal Hompage: https://ojs.polbap.ac.id/ojs/index.php/jhs

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/

LITERATURE REVIEW PENGARUH SHIFT WORK DAN BURNOUT TERHADAP PERILAKU KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA (K3) TAHUN 2019

Nur Auliawati

Politeknik Bhakti Asih Purwakarta

nuraulia.1256@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak shift kerja dan burnout terhadap perilaku Kesehatan dan keselamatan kerja (K3) karyawan. Penelitian Ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Subjek penelitian yang terdiri dari 105 karyawan menjadikan Peneliti menggunakan teknik purposive sampling. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah skala Perilaku K3, shift kerja dan burnout.

Data penelitian dianalisis dengan regresi linier berganda dengan Program Paket Statistik untuk Ilmu Sosial (SPSS) 20.0 untuk Windows. Hasil penelitian dengan tingkat Kepercayaan 95% menunjukkan bahwa: (1) terdapat pengaruh positif dan signifikan shift kerja terhadap Perilaku karyawan K3 dengan koefisien beta (β) = 0,389, nilai t> t tabel (3,966> 1,983) dan nilai p = 0,000 (p <0,05); (2) ada dampak negatif dan signifikan burnout pada perilaku karyawan K3 dengan koefisien beta (β) = -0.227, nilai t> t tabel (2,311> 1,983) dan nilai p = 0,023 (p <0,05); (3) ada dampak nyata dan Signifikan shift kerja dan burnout pada perilaku karyawan K3 dengan nilai f> f tabel (21,534> 3,090) dan Nilai p = 0,000 (p <0,05). Artinya, semakin tinggi nilai kesesuaian shift kerja dan semakin rendah burnout Pada karyawan, semakin tinggi perilaku karyawan K3. Sebaliknya, semakin rendah nilai kesesuaian shift Kerja dan semakin tinggi burnout pada karyawan, semakin rendah perilaku K3 karyawan. Kontribusi berdampak shift kerja dan burnout pada perilaku karyawan K3 sebesar 0,297 (29,7 persen).

Kata Kunci: shift kerja, burnout, perilaku K3

Pendahuluan

Dalam dunia kerja, terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kesehatan dan keselamatan kerja (K3) karyawan. Dua faktor yang signifikan dalam konteks ini adalah shift work (pekerjaan shift) dan burnout (kelelahan emosional). Pekerjaan shift melibatkan jadwal kerja di luar jam kerja tradisional, seperti bekerja pada malam hari, akhir pekan, atau bergilir secara reguler. Burnout merujuk pada kelelahan fisik dan emosional yang berkepanjangan yang dapat terjadi karena tekanan kerja yang berlebihan dan ketidakseimbangan antara tuntutan kerja dan sumber daya yang tersedia.

Literature review (tinjauan pustaka) adalah suatu pendekatan dalam penelitian yang melibatkan peninjauan dan analisis studi-studi terdahulu yang relevan untuk topik yang sedang diteliti. Dalam hal ini, literature review bertujuan untuk menggali penelitian yang telah dilakukan sebelumnya tentang pengaruh shift work dan burnout terhadap perilaku kesehatan dan keselamatan kerja (K3).

Tujuan dari literature review ini adalah untuk satu, Memahami hubungan antara shift work dan perilaku K3: Pekerjaan shift dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan dan keselamatan kerja karyawan. Oleh karena itu, literature review ini akan menyelidiki bagaimana shift work dapat mempengaruhi perilaku K3, termasuk kepatuhan terhadap prosedur keselamatan, penggunaan alat pelindung diri, dan kesadaran terhadap risiko kerja. Dua, Mengeksplorasi hubungan antara burnout dan perilaku K3 Burnout dapat mengurangi kewaspadaan, motivasi, dan kemampuan kognitif karyawan. Oleh karena itu, literature review ini akan meneliti bagaimana burnout dapat mempengaruhi perilaku K3, seperti penurunan kewaspadaan terhadap lingkungan kerja, peningkatan kesalahan manusia, dan risiko kecelakaan kerja. Tiga, Mengidentifikasi faktor-faktor mediasi dan moderasi yang mungkin terlibat: Literature review ini juga akan melibatkan pencarian faktor-faktor mediasi dan moderasi yang dapat memengaruhi hubungan antara shift work, burnout, dan perilaku K3. Misalnya, faktor-faktor seperti dukungan sosial, kepuasan kerja, dan kecenderungan kepribadian dapat memoderasi pengaruh shift work dan burnout terhadap perilaku K3.

Dengan melakukan literature review yang komprehensif, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara shift work,

burnout, dan perilaku K3. Hasil dari tinjauan pustaka ini dapat memberikan landasan yang kuat untuk penelitian lanjutan dan pengembangan intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan keselamatan kerja karyawan.

Menurut Kuswadji (dalam Revalicha & Sami'an, 2013) shift kerja adalah semua pengaturan jam kerja, sebagai pengganti atau sebagai tambahan kerja siang hari, sebagaimana yang biasa dilakukan. Definisi yang lebih operasional dari shift kerja disebutkan sebagai pekerjaan yang secara permanen, pekerjaan yang jam kerjanya tidak biasa atau pekerjaan yang jamnya selalu berubah dan juga tidak teratur.

Burnout (kejenuhan kerja) merupakan kondisi mengganggu di mana orang-orang kehilangan makna tujuan dasar dan penyelesaian pekerjaan mereka (Mondy, 2008).

Metode dan Subjek Penelitian

Metode pengumpulan data yang digunakan Pada penelitian ini adalah metode kuantitatif. Peneliti menggunakan sistem try out terpakai yaitu Skala tersebut disebar hanya sekali kepada Responden dan dianalisis hasilnya tanpa melakukan Perubahan terhadap aitem-aitemnya (Safitri, Haryadi & Prihastuty, 2014). Alasan peneliti karenaKeterbatasan biaya, waktu, dan tenaga yang dimilikiUntuk melakukan penelitian sehingga hanya dapat Mengambil data dalam sekali penyebaran. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan Skala likert dan alat ukur tes kepribadian yang Disebar dalam bentuk kuesioner kepada karyawan.

Populasi dalam penelitian ini yaitu 150 Karyawan. Penentuan Sampel menggunakan teknik nonprobability Sampling, artinya teknik pengambilan sampel yang Tidak memberikan peluang bagi setiap unsur atau Anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel.

Teknik analisis data yang digunakan dalam Penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda. Penggunaan analisis regresi linier berganda Bertujuan untuk mengetahui seberapa besar Pengaruh dua variabel bebas (shift kerja dan Burnout) terhadap satu variabel terikat (perilaku Kesehatan dan keselamatan kerja atau K3). Sebelum Uji hipotesis dilakukan, maka terlebih dahulu Dilakukan uji deskriptif dan uji asumsi yang Meliputi uji normalitas, linearitas dan Multikolinearitas. Keseluruhan teknik analisis dataDalam penelitian ini akan dilakukan dengan

menggunakan bantuan program SPSS 20.0 for Windows.

Hasil dan Pembahasan

Pengaruh shift kerja dan burnout terhadap Perilaku K3 pada karyawan Dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan Bahwa shift kerja dan burnout berpengaruh secara Signifikan terhadap perilaku K3 pada karyawan. Hal itu dibuktikan dengan Nilai f hitung sebesar 21.534 lebih besar daripada f Tabel sebesar 3.090 dan nilai p sebesar 0.000 lebihKecil dari 0.05. Hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis ketiga dalam penelitian ini H1 diterima Dan H0 ditolak.

Kontribusi pengaruh (R2) shift kerja dan Burnout terhadap perilaku K3 adalah sebesar 0.297, Hal ini menunjukkan bahwa 29.7 persen dari variasi Perilaku K3 dapat dijelaskan oleh shift kerja dan Burnout. Sedangkan, sisanya 70.3 persen dijelaskan Oleh variabel lain atau sebab-sebab lain yang tidak Diteliti pada penelitian ini. Hal itu sesuai dengan Hasil penelitian yang dilakukan oleh Dahlawy (2008) tentang faktor-faktor yang dapat Mempengaruhi perilaku K3 terdiri dari pengetahuan, Persepsi, sikap, pendidikan, jenis pekerjaan dan Tempat kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Terdapat perbedaan bermakna antara persepsi dan Sikap responden dengan perilaku K3.

Seperti yang telah dijelaskan oleh Sucipto (2014) shift kerja merupakan pembagian kerja Dalam waktu dua puluh empat jam. Terdapat dua Masalah utama pada pekerja yang bekerja secara Bergiliran, yaitu ketidakmampuan pekerja untuk Beradaptasi dengan sistem shift dan Ketidakmampuan pekerja untuk beradaptasi dengan Kerja pada malam hari dan tidur pada siang hari. Pergeseran waktu kerja dari pagi, siang dan malam Hari dapat mempengaruhi terjadinya peningkatan Kecelakaan akibat kerja. Hal ini didukung oleh Pendapat Adnan (dalam Marchelia, 2014) yang Mengemukakan bahwa sistem shift kerja dapat Berdampak positif dan negatif.

Dampak positifnya Adalah memaksimalkan sumber daya yang ada, Memberikan lingkungan kerja yang sepi khususnya Shift malam dan memberikan waktu libur yang Banyak. Sedangkan, dampak negatifnya adalah Penurunan kinerja, keselamatan kerja dan masalah Kesehatan.

Hal itu sesuai dengan hasil penelitian yang Dilakukan oleh Novak, dkk (dalam Jarvis, 2009) Membandingkan jumlah kecelakaan yang terjadi selama shift siang dan malam pada sebuah pabrik Bahan

kimia dan secara signifikan menemukan Kecelakaan lebih sering terjadi pada malam hari. Shift kerja secara tidak langsung sangat Mempengaruhi perilaku K3, terutama bagi Karyawan yang bekerja pada shift malam. Malam Hari pada umumnya waktu untuk beristirahat, tetapi Hal ini berbeda pada karyawan shift malam yang Harus melawan rasa kantuk, sehingga ritme Sirkardian karyawan akan terganggu.

Para karyawan dituntut untuk mematuhi Semua kebijakan perusahaan seperti halnya jam Kerja yang telah ditetapkan. Dengan beban kerja yang diberikan kayawan harus mampu Menunjukkan kinerja sebaik mungkin, sehingga Diharapkan untuk tidak melakukan kesalahan dalam Bekerja. Oleh karena itu, konflik intrapersonal yang Terjadi pada setiap individu harus diatasi agar tidak Mengganggu pekerjaan. Untuk itu, kebijakankebijakan perusahaan yang diterapkan sebaiknya Berdasarkan musyawarah bersama demi Terpenuhinya semua hak karyawan serta mengurangi Terjadinya kesalahan dalam bekerja. Semakin tinggi Kesadaran perusahaan terhadap kebijakan maka Akan membantu meningkatkan perilaku K3 Karyawan.

Selain itu, sikap karyawan saat bekerja Merupakan salah satu faktor penting yang dapat Mempengaruhi perilaku K3, seperti halnya burnout Yang disebabkan oleh masalah pribadi ataupun Pekerjaan setiap individu. Ketika individu mampu Menghadapi stresor dengan baik maka pekerjaannya Pun berjalan semestinya dan sebaliknya, apabila Individu tidak mampu menghadapi stresor dengan Baik dan membuatnya sulit berkonsentrasi Cenderung akan menimbulkan kesalahan dalam Bekerja.

Pengaruh aspek-aspek variabel bebas terhadap Aspek-aspek variabel terikat dilihat dari hasil Analisis regresi multivariat menunjukkan bahwa Terdapat pengaruh yang signifikan aspek fisiologis,Psikologis, domestik dan sosial, kelelahan Emosional, depersonalisasi dan rendahnya Penghargaan diri terhadap aspek birokratif Dibuktikan dengan nilai f hitung sebesar 5.716 lebih Besar daripada 3.090 dan nilai p sebesar 0.000 lebih Kecil dari 0.05 dengan kontribusi pengaruh (R2) Sebesar 0.259 (25.9 persen).

Selain itu, keenam Aspek tersebut juga berpengaruh terhadap aspek Patuh dalam melakukan berbagai tindakan Dibuktikan dengan nilai f hitung sebesar 11.446 Lebih besar dari pada f tabel sebesar 3.090 dan nilai P sebesar 0.000 lebih kecil dari 0.05 dengan Kontribusi pengaruh (R2) sebesar 0.412 (41.2 Persen).

Berdasarkan perhitungan hasil uji hipotesis Regresi parsial, model stepwise dan model akhir, Maka dapat disimpulkan bahwa aspek domestik dan Sosial (X1C) memiliki pengaruh yang sangat Signifikan terhadap aspek-aspek variabel Y yaitu Inisiatif (Y1A), birokratif (Y1B), tanggap (Y1C) dan Patuh dalam melakukan berbagai tindakan (Y1D). Artinya, perilaku K3 karyawan di perusahaan berpengaruh sangat signifikan terhadap kondisi Tempat tinggal dan hubungan interpersonal masingmasing karyawan di lingkungan perusahaan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis penerapan manajemen risiko kesehatan dan keselamatan kerja (K3) pada proyek pembangunan Gedung F Universitas U PT Eins Trend Tahun 2019 yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh positif dan signifikan antara shift Kerja terhadap perilaku K3 karyawan Artinya, semakin tinggi nilai Kesesuaian shift kerja pada karyawan maka Semakin tinggi perilaku K3 karyawan. Sebaliknya, semakin rendah nilai kesesuaian shift Kerja karyawan maka semakin rendah perilaku K3 karyawan.
2. Ada pengaruh negatif dan signifikan antara Burnout terhadap perilaku K3 karyawan. Artinya, semakin tinggi burnout yang dialami karyawan maka semakin Rendah perilaku K3 pada karyawan. Sebaliknya, semakin rendah burnout yang dialami karyawan maka semakin tinggi perilaku K3 karyawan.

Daftar Pustaka

Afiq, M. (2019). Manajemen Risiko Pada Proyek Gedung Asrama Mahasiswa UIN Walisongo Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Teknik Sipil*, *3*(1), 70–80.

Karundeng, I., Doda, D. V., & Tucunan, A. A. T. (2018). Analisis Bahaya Dan Risiko Dengan Metode HIRARC Di Departement Production PT. Samudera Mulia Abadi Mining Contractor Likupang MiKarundeng Minahahsa Utara. *Jurnal Kesmas*, *7*(4).

Muhtia, S. A., Fachrin, S. A., & Baharuddin, A. (2020). Analisis Risiko K3 Dengan Metode HIRARC Pada Pekerja PT. Varia Usaha Beton Makassar Tahun 2020. *Windowof Public Health Journal*, *01*(03), 166–175. http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph1301%0AAN ALISIS

Utami, R. (2019). JSA Pada Pekerjaan PPSU Di Kelurahan Cempaka Putih Timur Jakarta Tahun 2019. *Skripsi*, 1–81.

Winda Purnama Tagueha Jantje B. Mangare, T. T. A. (2018). Manajemen Risiko Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3) Pada Proyek Konstruksi (Studi Kasus : Pembangunan Gedung Laboratorium Fakultas Teknik Unsrat). *Jurnal Sipil Statik*, *6*(11), 907–916.

Aeni, H. F., & Isyeu. S. (2014). Dasar Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). Yogyakarta : CV Budi Utama.

Ramli, S. (2018). Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja OHSAS 18001. Jakarta : Dian Rakyat.

Biantoro, A. W., Muhammad, K., & Hadi P. (2019). Sistem dan Manajemen K3 Perspektif Dunia Industri dan Produktivitas Kerja. Jakarta : Mitra Wacana Medika.

Riyanto, Agus. (2018). Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika.

Katigaku.top. 5 Tahap Hirarki Pengendalian Risiko Berdasarkan ISO 45001. Diakses dari https://inductive.co.id/5-tahap-hirarki-pengendalian-risiko-berdasarkan-iso-45001/.

Salma. 2019. Teknik Analisis Data : Pengertian, Macam, dan Langkah-langkahnya. Diakses pada 19 Mei 2019, dari https://penerbitdeepublish.com/teknik-analisis-data/.

Disnakertrans. 2020. Peringatan Bulan Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3)Nasional Tahun 2020. Diakses pada 11 Februari 2020, dari https://nakertrans.jogjaprov.go.id/peringatan-bulan-keselamatan-dan- kesehatan-kerja-k3-nasional-tahun-2020/.