



**ANALISIS DAMPAK SHIFT KERJA PADA PEKRJA
OPERATOR DI POWER HOUSE PT INDONESIA POWER
UNIT PEMBANGKITAN (UP) SAGULING**

SKRIPSI

OLEH

**NAMA : DEYAN PRATAMA PUTRA
NIM : 10011181520262**

**PROGRAM STUDI (SI) ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2020



**ANALISIS DAMPAK SHIFT KERJA PADA PEKRJA
OPERATOR DI POWER HOUSE PT INDONESIA POWER
UNIT PEMBANGKITAN (UP) SAGULING**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat Pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

OLEH

**NAMA : DEYAN PRATAMA PUTRA
NIM : 10011181520262**

**PROGRAM STUDI (SI) ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020**

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA/KESEHATAN LINGKUGAN

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, 25 Mei 2020

Deyan Pratama Putra

ANALISIS DAMPAK SHIFT KERJA PADA PEKRJA OPERATOR DI POWER HOUSE PT INDONESIA POWER UNIT PEMBANGKITAN (UP) SAGULING

ii 80 halaman, 7 tabel, 14 gambar, 9 lampiran

ABSTRAK

Kemajuan teknologi serta perkembangan industri menuntut perusahaan melakukan inovasi serta berusaha meningkatkan hasil produksi secara besar guna dapat bersaing dengan industri lain, untuk melakukan hal tersebut tidak jarang perusahaan melakukan penambahan waktu kerja pada pekerja. Dengan menerapkan sebuah kebijakan sistem *shift*, namun dalam pelaksanaannya kerja shift lebih berisiko dari waktu kerja non-shift. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak shift yang dihasilkan dari pola shift yang digunakan di PT Indonesia Power UP Saguling yang menggunakan sistem tiga shift dengan pola malam, siang, dan pagi. dengan meninjau dari aspek fisiologis, psikologis, kinerja, dan domestik dan sosial. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif, dengan menggunakan metode wawancara mendalam dan observasi terhadap informan biasa delapan orang pekerja operator, dan informan kunci satu orang supervisor senior operator, dan satu orang kepala kepegawaian. Dari hasil penelitian didapat bahwa pekerja merasa keberatan dengan pola shift yang diterapkan dengan sedikit waktu istirahat yang tersedia, pekerja mengalami gangguan pada irama sikardian yang berdampak pada terganggunya pola dan waktu tidur dari pekerja yang tidak beraturan serta beberapa mengalami gangguan pada pencernaan (diare) setelah melakukan shift malam. Pekerja juga mengalami stress kerja akibat rasa bosan, serta merasakan tertekan dan gelisah berlebihan apabila mesin pembangkitan mengalami *trouble*, selain itu dengan pola shift yang diterapkan pekerja juga mengeluhkan terganggunya hubungan interaksi mereka dengan lingkungan sosial di luar pekerjaan. Namun pekerja operator tidak merasa pola shift saat ini menganggu dengan kinerja mereka sehari-hari. Dapat disimpulkan dengan pola shift yang diterapkan berdampak pada aspek fisiologis, psikologis, dan sosial, namun tidak berdampak terhadap kinerja pekerja, Maka dari itu perusahaan perlu mengubah pola shift dengan pola dua shift yang mana pola tersebut dapat membuat waktu istirahat yang lebih panjang.

Kata Kunci : shift, fisiologis, psikologis, domestik sosial

ABSTRACT

Technological advancement and industrial development requires companies to regenerate and try to intensify production results in large order to be able to contend with other industries, to do this it is not rarely for companies to increase work time for workers. Through implementing a shift system policy, but in the implementation of shift work is more risky than non-shift work time. This study aims to analyze the impact of shifts resulting from shift patterns used at PT Indonesia Power (UP) Saguling which uses a three shift system with night, day and morning patterns by reviewing physiological, psychological, performance, and domestic and social aspects. This research is a qualitative study, using in-depth interviews and observations of the usual informants eight operator workers, and key informants are one senior operator supervisor, and one head of staff. From the results of the study found that workers object to the shift pattern that is applied with a little rest time available, workers experience interference with the circadian rhythm that affects the disruption of sleep patterns and time of irregular workers and some experience interference with digestion (diarrhea) after doing the night shift. Workers also experience work stress due to boredom, as well as feeling excessive pressure and anxiety when the generator engine is having trouble, in addition to the shift pattern applied by workers also complaining about the disruption of their interactive relationship with the social environment outside of work, but operator workers do not feel the current shift pattern interferes with their daily performance. It can be conclusion by the application of shift patterns impacting on the physiological, psychological, and sosial, however not affect the performance of workers, Therefore the company needs to change the shift pattern with a two shift pattern which can make a longer rest period.

Keywords: shift, physiological, psychological, domestic social.

Menyetujui,
Pembimbing

Mona Lestari, S.K.M., M.KKK
NIP. 199006042019032019

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah etika akademik FKM UNSRI serta menjamin bebas plagiarism. Bila kemudian, diketahui saya melanggar etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, Juni 2020



10011181520262

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul "Analisis Dampak Shift Kerja Pada Pekerja Operator Di Power House PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling" telah dipertahankan di hadapan Panitia Sidang Ujian Skripsi Dakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 16 Desember 2019 dan telah diperbaiki, diperiksa, serta disetujui sesuai dengan masukan panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Indralaya, Mei 2020

Panitia Sidang Ujian Skripsi

Ketua :

1. Anita Camelia, S.KM., M.KKK
NIP. 198001182006042005

()

Anggota :

1. Mona Lestari, S.KM, M.KKK
NIP. 199006042019032019
2. Desheila Andarini, S.K.M., M.Sc
NIP. 198912202019032016
3. DR. Novrikasari, S.K.M., M.Kes
NIP. 19781121200112202

()
()
()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Sriwijaya



DR. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M

NIP. 197606092002122001

RIWAYAT HIDUP

Nama : Deyan Pratama Putra
NIM : 10011181520262
Peminatan : K3/KL
Jurusan : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Fakultas Kesehatan Masyarakat
Instansi : Universitas Sriwijaya
Alamat : Jl. Kihapit Barat, RT09/RW09, Kel. Leuwigajah, Kec. Cimahi Selatan, Kota Cimahi Jawa Barat
No. Hp : 0896-5616-4690
E-mail : deyanpratama12@gmail.com

A. Riwayat Pendidikan

2003-2009	SDN LEUWIGAJAH III
2009-2012	MTsN SUKASARI
2012-2015	MAN CIMAHI
2015-Sekarang	Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya

B. Riwayat Organisasi

2015-2016	Kepala Departemen Syiar LDF BKM Adz-Dzikra
2015-2016	Anggota KPU Fakultas Kesehatan Masyarakat
2016-2017	Ketua Umum LDF BKM Adz-Dzikra
2017	Koordinator Lapangan Panitia PK2 Fakultas Kesehatan Masyarakat
2017-2018	Kepala Departemen HRD OHSA FKM UNSRI

KATA PENGANTAR

Segala puji syukur Penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan karunia-Nya sehingga Penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi yang berjudul “Pengaruh Dampak *Shift* Kerja terhadap Pekerja Operator di Power House PT. Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling” dengan baik.

Dalam proses penyusunan proposal ini kami ucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada Bapak/Ibu/Kerabat yang telah banyak membantu dalam penyelesaian penyusunan proposal skripsi ini. Melalui kesempatan ini, saya ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM.,M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya;
2. Ibu Elvi Sunarsih, S.KM., M.Kes selaku Koordinator Program Studi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat;
3. Pembimbing skripsi saya, ibu Mona Lestari, SKM, M.KKK atas ilmu yang diajarkan beserta arahan, masukan, serta dukungan dalam mengingatkan saya proses menyelesaikan tugas akhir skripsi ini, dengan sangat sabar dan penuh dengan pengertian.
4. Ibu dosen penguji ibu Desheila Andarini, S.KM, M.Sc, ibu Anita Camelia, S.KM, M.KKK., Ibu dr. Novrikasari, S.KM.,M.Kes yang telah memberi masukan-masukan positif dalam proses penyusunan skripsi saya agar lebih baik lagi.
5. Kedua orang tua, adik laki-laki saya, serta keluarga yang senantiasa mendo'akan yang terbaik, serta memberikan dukungan semangat, yang berbentuk moril serta materil yang tiada henti.
6. Keluarga Merantau Bakti Guna yang telah menjadi rumah yang nyaman, teman berbagi, dan sahabat mencerahkan keluh kesah mengenai skripsi, diorganisasi, dll. Dorongan semangat dan kebaikan kalian semua saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
7. Sahabat-sahabat BPH dan anggota seperjuangan ditahun-tahun yang luar biasa, yang saling bahu membahu dalam menunaikan menunaikan

amanah di LDF BKM ADZ_DZIKRA tahun 2016- 2017.

8. Sahabat WW 32 terkhusus murti yang dalam hal ini selalu memarahi saya apabila sedang datang rasa malas dalam proses penyusunan skripsi, rara, dewie, septi, dan tiwik yang selalu menyamangati dan mengingatkan saya dalam menyelesaikan tugas skripsi ini.
9. OHSA members yang membuat semangat berada di peminatan K3/KL membuat hari lebih bermanfaat.

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih sangat jauh dari kata sempurna, sehingga penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari semua pihak yang bersifat membangun demi kesempurnaan penulisan proposal skripsi ini.

Indralaya, 12 Mei 2020

Penulis

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik universitas sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Deyan Pratama Putra
NIM	: 10011181520262
Program studi	: Ilmu Keshetan Masyarakat
Fakultas	: Fakultas Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah	: Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan Kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah yang berjudul :

“Analisis Dampak Shift Kerja Pada Pekerja Operator Di Power House PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif universitas sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai pencipta/penuis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Di buat : Di Indralaya
Pada Tanggal : 20 Agustus 2020
Yang Menyatakan,



Deyan Pratama Putra
10011181520262

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN RINGKASAN (Abstrak Indonesia)	ii
HALAMAN RINGKASAN (Abstrak Inggris)	iii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Bagi Peneliti	5
1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan	5
1.4.3 Bagi FKM.....	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1.5.1 Lingkup Lokasi	6
1.5.2 Lingkup waktu	6
1.5.3 Lingkup Materi.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 <i>Shift</i> Kerja.....	7
2.1.1 Dasar Hukum Jam Kerja	7

2.1.2 Definisi <i>Shift</i> Kerja.....	10
2.1.3 Model <i>Shift</i> Kerja	11
2.1.4 Pentingnya <i>Shift</i> Kerja.....	13
2.1.5 Manajemen <i>Shift</i> Kerja.....	14
2.1.6 Sistem Sihft Kerja	14
2.1.7 Pola Shift Kerja	16
2.1.8 Pengaruh <i>Shift</i> Kerja	17
2.2 Aspek Fisiologi	18
2.2.1 Tidur.....	18
2.2.2 Gangguan Tidur	21
2.2.3 Hubungan Shift Kerja Dengan gangguan Tidur	24
2.2.4 Gastrointestinal disorders	24
2.3 Aspek Psikologi	25
2.3.1 Gejala Stress	26
2.3.2 Hubungan Shift Malam Dengan Shift kerja	26
2.4 Aspek Kinerja.....	27
2.5 Aspek Domestik Sosial	27
2.6 Keaslian Penelitian.....	29
2.7 Kerangka Teori.....	34
BAB III KERANGKA PIKIR DAN DEFINISI ISTILAH.....	34
3.1 Kerangka Pikir.....	35
3.2 Definisi Istilah	36
BAB IV METODE PENELITIAN	39
4.1 Desain Penelitian.....	39
4.2 Sumber Informasi.....	40
4.3 Jenis Data Dan Alat Penelitian.....	43
4.3.1 Jenis Data	43
4.3.2 Cara Pengumpulan Data.....	43
4.3.3 Alat Pengumpulan Data	44
4.4 Pengolahan Data.....	44
4.5 Validitas Data.....	45
4.6 Analisis dan Penyajian Data.....	46

4.6.1 Analisis Data	46
4.6.2 Penyajian Data	46
BAB V HASIL PENELITIAN	47
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	47
5.1.1 Struktur Organisasi.....	50
5.1.2 Waduk dan Bendungan	51
5.1.3 Intake.....	53
5.1.4 Pusat Pengendali Bendungan	54
5.1.5 Saluran Pelimpah	55
5.1.6 Surge Tank	55
5.1.7 Terowongan Tekan.....	56
5.1.8 Pipa Pesat	56
5.1.9 Turbin.....	57
5.1.10 Generator.....	57
5.1.11 Transformator.....	58
5.1.12 Proses Bisnis PLTA Saguling	59
5.2 Karakteristik Responden	61
5.3 Shift Kerja di PT Indonesia Power UP Saguling	62
5.4 Aspek Fisiologi	65
5.5 Aspek Psikologi	68
5.6 Aspek Kinerja.....	69
5.7 Aspek Domestik dan Sosial	70
BAB VI PEMBAHASAN.....	73
6.1 Keterbatasan Penelitian	73
6.2 Pembahasan	73
6.2.1 Shift Kerja	73
6.2.2 Aspek Fsisiologi.....	74
6.2.3 Aspek Psikologi	77
6.2.4 Aspek Kinerja.....	78
6.2.5 Aspek Domestik dan Kinerja	80

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	82
7.1 Kesimpulan	82
7.2 Saran.....	84
DAFTAR PUSTAKA	85

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Sistem Shift dengan Pola 2-2-2 (Metropolitan Pola).....	9
Tabel 2.2 Sistem Shift dengan Pola 2-2-3 (Continental Pola)	11
Tabel 2.3 Penelitian yang Terkait	29
Tabel 3.1 Definisi Istilah.....	34
Tabel 4.1 Sumber Informasi.....	38
Tabel 5.1 Karakteristik Informan.....	60
Tabel 5.2 Jam Kerja Pegawai Shift PT Indonesia Power	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	35
Gambar 3.1 Kerangka Pikir	36
Gambar 5.1 Struktur Organisasi PT Indonesia Power UP Saguling	50
Gambar 5.2 Waduk dan Bendungan	51
Gambar 5.3 Intake.....	52
Gambar 5.4 Pusat Pengendali Bendungan	53
Gambar 5.5 Saluran Pelimpah	54
Gambar 5.6 Surge Tank	54
Gambar 5.7 Terowongan Tekan.....	55
Gambar 5.8 Pipa Pesat	55
Gambar 5.9 Turbin.....	56
Gambar 5.10 Generator.....	56
Gambar 5.11 Transformator.....	57
Gambar 5.12 Proses Bisnis PLTA Saguling	58

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2. Pedoman Wawancara
- Lampiran 3. Trankrip Wawancara
- Lampiran 4. Surat Balasan PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling
- Lampiran 5. Peraturan Jam Kerja Shift PT Indonesia Power UP Saguling
- Lampiran 6. Peraturan Tukar Dinas Pegawai Shift PT Indonesia Power UP Saguling
- Lampiran 7. Peraturan Penggantian Hari Libur Bagi Pegawai yang Melaksanakan Shift
- Lampiran 8. Foto Dokumentasi
- Lampiran 9. Surat Keterangan

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kemajuan teknologi serta perkembangan industri saat ini memungkinkan manusia untuk melakukan berbagai hal setiap hari. Beberapa industri mengharuskan beroperasi secara terus-menerus selama 24 jam per hari karena proses produksi yang panjang dan berkelanjutan, seperti industri kimia, manufaktur, penyedia listrik, rumah sakit, dinas pemadam kebakaran, *call center*, kepolisian, dan lain-lain. Pekerjaan *shift* atau waktu kerja *shift* menjadi pilihan bagi perusahaan guna meningkatkan hasil produksi, pola *shift* yang digunakan oleh perusahaan biasanya berbeda-beda dan biasanya dibagi atas *shift* pagi, *shift* siang, *shift* malam, jadwal *shift* yang berlaku juga bervariasi (Mardi, 2008).

Sistem *shift* kerja sendiri dapat berbeda antara instansi atau perusahaan, periode *shift* kerja yang meliputi *shift* pagi, dan *shift* malam atau *shift* pagi, *shift* sore, dan *shift* malam. Dari pembagian ketiga *shift* kerja tersebut kerja *shift* malam merupakan risiko lebih tinggi. Menurut Mauritz (2008) pekerja *shift* malam memiliki risiko 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 risiko pada saluran pencernaan, system syaraf, jantung dan pembuluh darah serta terganggunya waktu tidur. Hal ini bisa menyebabkan seseorang itu akan mengalami gangguan tidur. Dari hasil data penelitian setiap tahun di dunia, diperkirakan sekitar 20%-50% orang dewasa melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 17% mengalami gangguan tidur yang serius (Primanda, 2009).

Penelitian menunjukkan 40-80% pekerja *shift* mengalami gangguan tidur dan 5-20% melaporkan masalah tidur yang parah yang dikenal dengan *Shift Worker Sleep Disorder* (SWSD), selain itu pekerja *shift* juga mengalami deprivasi tidur yang mengakibatkan terjadinya proses berpikir dan bertindak yang lebih lambat, membuat banyak kesalahan dan menjadi pelupa. Dua per tiga pekerja *shift* dikatakan tertidur sedikitnya sekali seminggu saat bekerja. Kurangnya tidur

menyebabkan iritabilitas, tidak sabar, cemas, depresi dan penurunan produktivitas. Pekerja *shift* berisiko lebih tinggi untuk mengalami masalah lambung, menstruasi tidak teratur dan sakit daripada pekerja siang. Prevalensi sakit pada pekerja *shift* adalah 63% dibandingkan 34% pada pekerja siang permanen. Penelitian tahun 2007 oleh *International Agency for Research on Cancer* bahkan menunjukkan bahwa bekerja *shift* berkorelasi dengan terjadinya kanker (Suliani, 2016).

Jumlah jam kerja yang efisien untuk seminggu adalah 40-48 jam yang terbagi dalam 5 ataupun 6 hari kerja. Maksimum waktu kerja tambahan yang masih efisien adalah 30 menit. Apabila jam kerja melebihi dari ketentuan tersebut akan ditemukan hal seperti penurunan kecepatan kerja, gangguan kesehatan, angka absensi karena sakit meningkat, yang akan berdampak pada produktivitas kerja (Tarwaka, 2004). Hasil penelitian yang dilakukan oleh *The Circadian Learning Centre* di Amerika Serikat yang menyatakan bahwa para pekerja *shift*, terutama yang bekerja di malam hari, dapat terkena beberapa permasalahan kesehatan. Permasalahan kesehatan ini antara lain; gangguan tidur, kelelahan, penyakit jantung, tekanan darah tinggi, dan gangguan gastrointestinal. Segala gangguan kesehatan tersebut, ditambah dengan tekanan stress yang besar dapat secara otomatis meningkatkan risiko terjadinya kecelakaan pada para pekerja *shift* malam (Jostling, 2005).

PT. Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling sebagai perusahaan pembangkit listrik yang termasuk ke dalam kategori pekerjaan yang dijalankan secara terus menerus, oleh karena itu PT. Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling menerapkan kebijakan pembagian jadwal *shift* dengan pola metropolitan 2-2-2 (2) untuk pekerja operator, yang mana pola *shift* dimulai dari *shift* malam dua hari, *shift* siang dua hari, dan *shift* pagi dua hari, serta libur dua hari, dengan pola *shift* yang diterapkan beberapa pekerja operator di PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling mengeluarkan waktu istirahat pada saat pergantian *shift* menjadi lebih pendek, namun disisi lain penerapan *shift* dengan pola metropolitan dimaksudkan agar waktu libur yang dimiliki oleh pekerja menjadi sedikit lebih panjang. Berdasarkan uraian permasalahan diatas, peneliti perlu untuk melakukan penelitian guna menganalisis dampak *shift* kerja yang diterapkan di Power House PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling pada pekerja operator di PT

Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling ditinjau dari beberapa aspek fisiologis, psikologis, kinerja, maupun aspek domestik dan sosial.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Menganalisis dampak apa saja yang dapat terjadi pada *shift* kerja yang diterapkan oleh PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling”.

1.2.1. Tujuan Umum

Untuk menganalisis dampak *shift* kerja pada pekerja operator di Power House PT Indonesia Power Unit Pembangkitan Saguling.

1.2.2. Tujuan Khusus

1. Menganalisis sistem *shift* kerja yang diterapkan oleh perusahaan di Power House PT Indonesia Power UP Saguling.
2. Mengetahui informasi mengenai dampak fisiologis yang dapat terjadi pada pekerja *shift* di Power House PT Indonesia Power UP Saguling.
 - a. Gangguan Pola Tidur Pekerja;
 - b. Gangguan Pencernaan.
3. Mengetahui informasi mengenai dampak psikologis yang dapat terjadi pada pekerja *shift* di Power House PT Indonesia Power UP Saguling.
4. Mengetahui informasi mengenai dampak kinerja yang dapat terjadi pada pekerja *shift* di Power House PT Indonesia Power UP Saguling.
5. Mengetahui informasi mengenai dampak domestik dan sosial yang dapat terjadi pada pekerja *shift* di Power House PT Indonesia Power UP Saguling.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan, wawasan serta pengalaman berharga tentang penerapan ilmu Kesehatan Masyarakat

terkhusus di bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).

1.4.2 Bagi Perusahaan

Penelitian ini dapat diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dan referensi bagi perusahaan PT. Indonesia Power UP Saguling dalam memperhatikan faktor lingkungan kelas untuk mencegah gangguan kesehatan berupa kelelahan belajar pada anak sekolah menengah atas.

1.4.3 Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan masukan dan menambah perbendaharaan untuk penelitian berikutnya, Khususnya tentang ilmu Kesehatan.

5.1. Ruang Lingkup

5.1.1 Lingkup Lokasi

Lokasi Penelitian dilakukan di Power House PT. Indonesia Power Unit Pembangkitan (UP) Saguling.

5.1.2 Lingkup Materi

Materi penelitian ini adalah pengaruh *shift* kerja terhadap ke- empat aspek fisiologi, psikososial, kinerja, maupun keselamatan dan kesehatan kerja pada pekerja *shift* di Power house PT. Indonesia Power UP Saguling.

5.1.3 Lingkup waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni - Agustus 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnan, S. 2002, ‘Laporan Penelitian Hubungan Antara Sikap Tubuh Saat Bekerja Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Perajin Pelat Logam Di Citereup Kabupaten Bogor: Universitas Indonesia, Jakarta.
- Azwar, S. 2007, *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Basrowi dan Suwandi. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Berger, Allen N. & DeYoung, Robert. 2006, ‘*Technological Progress and the Geographic Expansion of the Banking Industry*’, *Journal of Money, Credit and Banking*, Blackwell Publishing, vol. 38 (6), pp 1483-1513.
- Bungin & Burhan. 2013, *Penelitian Kualitatif Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, dan Ilmu Sosial lainnya*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Cooper. C.L., & Payne. R. 1988. *Causes Coping and Consequences of stress at work*. New York: Wiley.
- Costa, G. 2010. *Shift Work and Health: Current Problems. Safety Health Work*. Vol I. (2), 13-123.
- Crew, S. (2016). *A Qualitative Study On Effects Of Working Unsocial Hours*. NT Research Vol 102 (23).
- Grandjean, E. 1991. *Encyclopedia of Occupational Health and Safety, third (revised) edt*. ILO, Geneva .837-838.
- Hariandja, Marihot Tua Efendi. 2007. *Manajemen Sumber Daya Manusia: Pengadaan, Pengembangan, Pengkompensasian, dan Peningkatan Produktivitas Pegawai*. Jakarta: Grasindo
- Hidayat, A. A. 2011. *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- ILO. 2003. *Encyclopedia of occupational health and safety*. Geneva.
- Jahromi, M. F. 2013. *Novice Nurses’ Perception of Working Night Shifts: A Qualitative Study*. *Journal of Caring Sciences*, Vol. II (3), 169-176 .

- Josling, Leanne 2005. *Shift Work and Ill-Health.* World Socialist. http://www.wsbs.org/articles/1999/sep1999/shift-s06_prn.shtml. (Diakses pada 11 Februari 2019).
- Kepmenaker RI. 2003. Keputusan Menteri Tenaga kerja dan Transmigrasi No. 234 pasal 1 ayat (1)-(5).
- Khushboo Singh & Prof. Dr. N. V. Muninarayanappa. 2017. Psychological Distress Among Staff Nurses Working In Night Shifts. *International Education & Research Journal Vol. III*, (4).
- Knauth, P. 1988. *The Design of Shift Systems.* *International Journal of Industrial Ergonomics.* Vol.III.
- Kodrat, F.K. 2011. *Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Pekerja Pabrik Kelapa Sawit di PT. X Labuhan Batu. Jurnal Teknik Industri*, Vol XII, (2), 110-117.
- Kroemer, K.H.E., E. Grandjean. 2005. *Fitting the task to the human: a Textbook of Occupational Ergonomics. Fifth edition.* Taylor & Francis Publisher. 259-271.
- Kroll, R. 2010. *Evaluation of the effects of shift work assigment: a survey of motivation in police officers.* New York: J. Proquest LLC.
- Kuswadji, S. 1997. *Pengaturan Tidur Pekerja Shift.* Ikatan Dokter Kesehatan, Jakarta: Kerja Indonesia.
- Kyla. 2008. Kelelahan Kerja (*Occupational Fatigue*). Googe.
- Lennernäs M, Hambraeus L, Åkerstedt T. 1994 *Nutrient intake in day and shift workers.* *Work & Stress*; 8:332-42.
- Mangkunegara, P.A. 2007. *Manajemen sumber daya manusia perusahaan.* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Miner, John. B. 1990. *Organizational Behavior: Performance and Productivity.* New York: Random House.

- Mauriths, L.S., & Widodo, I.D. 2008. *Faktor dan Penjadwalan Shift Kerja*, vol XIII (2) 11-22.
- Nakata, A *et al.*, 2004 *Association of sickness absence with poor sleep and depressive symptoms in shift workers*. Chronobiol In. 899-912.
- Numianto, E. 2004. *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya: Guna Widya.
- Pulat, B.M. 1992. *fundamentals of industrial ergonomics*. Prentice Hall, Englewood Cliffs, New Yersey.
- OSHA. 2009. *Guidelines for Nursing Home Ergonomic for the Prevention Musculoskeletal Disorders*. United State: Departemen of Labor United State. www.osha.gov/SLTC/etools/hospital/ergo.html. (Diakses 10 Februari 2019).
- Ose, S. O. 2019. *One Year Trial Of 12 Hour Shifts In A Nonintensive Care Unit And An Intensive Care Unit In A Public Hospital: A Qualitative Study Of 24 Nurses' Experiences*. British Journal Medical.
- Ratnawati, I. 2011. Pemenuhan Gizi Pekerja. Direktorat jendral Kesehatan Masyarakat. <http://www.kesmas.kemkes.go.id/portal/konten/~rilis-berita/021411-> pemenuhan-kecukupan-gizi-bagi-pekerja. (Diakses pada 19 Juni 2019).
- Riggio, E. R. 1996. *Introduction to industrial organizational psychology*. New York: Harper Collins Collage Publisher.
- Robbins, Stephen P. 2006. Perilaku Organisasi. Edisi kesepuluh. Jakarta: PT Indeks Kelompok Gramedia.
- Savic, M *et al.*, 2019. How Do Nurses Cope with *Shift Work*? A Qualitative Analysis of Open-Ended Responses from a Survey of Nurses. *International Journal Of Environmental Research and Punlic Health*.
- Setyawati, L. 2007. *Promosi Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Jawa Tengah: RSU Soeradji Klaten.

- Setyawati, L. 2010. *Pengantar Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Perusahaan*. Jakarta: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia Press.
- Sudarmanto. 2009. Kinerja dan pengembangan kompetensi SDM. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sugiono. 2013. “Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Kombinasi (*Mixed Methods*)”. Edisi Keempat. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2012. Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif Kualitatif dan R &D. Bandung: Alfabeta.
- Suma'mur, P. K. 1993. *Keselamatan Kerja dan Pencegahan Kecelakaan*. Jakarta: Haji Masagung.
- Syam, R.J. 2007. *Analisis Pengaturan Shift Kerja yang Tepat Untuk Menjaga Kestabilan Performansi Kerja Pekerja dengan Menggunakan PsychoPhysiology*.
- Tayyari, F., dan Smith J. L. 1997. *Occupational Ergonomics: Principles and Application*, London: Chapman & Hall.
- Torbdjron & Knetth. 2009. Sleep Loss and Fatigue in *Shift Work Disorder*. *Sleep Med Clin* 2009 june.1:4(2):257-271.
- Umam, K. 2010. *Perilaku Organisasi*. Bandung: Pustaka Setia.
- Undang-Undang No.13 Tahun 2003. *Waktu Kerja*. Lembaran Negara RI Tahun 1970, Sekertariat Negara. Jakarta.
- Wicken, C.D *et al.* 2004. *An Introduction to Human Factors Engineering*. New Jersey: Prentice Hall.
- Walker, J., 2002. Teens in Distress Series Adolescent Stress and Depression, Minnesota University.
- Winarsunu, T. 2008 Statistik Dalam Penelitian Psikologi dan Penelitian. Malang: UMM Press.