

---

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Latar belakang timbulnya masalah fisiologis dan dampak sosial dari penyelenggaraan shift kerja malam adalah industri manufaktur dan industri rumah sakit seringkali tidak memperhatikan variabel utama dari manusia yang berhubungan erat dengan shift kerja yaitu ritme circadian (*circadian rhythm*) (3,253) sehingga seringkali teridentifikasi gangguan kesehatan dan psikososial yang dikeluhkan oleh pekerja shift malam. Apabila masalah ini tidak diatasi, maka akan menimbulkan gangguan berlanjut dan dapat bersifat akumulatif sehingga peluang terjadi kecelakaan yang berhubungan dengan kelelahan lebih besar. Perusahaan terkadang ingin lebih memanfaatkan fasilitas, meningkatkan pelayanan dan produktivitas namun lupa bahwa faktor terpenting untuk dapat membuat semua itu terjadi adalah sumber daya manusianya itu sendiri.

Ritme circadian adalah variasi fungsi tubuh manusia selama 24 jam (juga dalam organisme lain). Fungsi tubuh yang mengikuti siklus tersebut adalah tidur, temperatur tubuh, detak jantung, tekanan darah, dan performansi, seperti kemampuan bekerja dalam keadaan kritis (3,253). Kriteria tepat untuk dapat lebih memperhatikan ritme circadian dalam penjadwalan kerja dan penjadwalan istirahat adalah berdasarkan pendekatan ergonomi yaitu sistem penjadwalan yang dirancang setelah mengetahui sifat, kelebihan dan keterbatasan manusia. Dalam pendekatan ini manusia diposisikan tidak lagi menyesuaikan dengan sistem yang ada, tetapi manusia menjadi pusat pertimbangan perancangan sistem (*Human Centered Design*) (7,61). Dengan mempelajari ritme circadian pekerja,

mengetahui keluhan – keluhan yang terjadi diharapkan penerapan jadwal giliran kerja dan istirahat pekerja menjadi efektif, efisien, nyaman dan sehat.

Best Jeans Garment adalah perusahaan yang bergerak di bidang usaha garment yaitu pembuatan celana jeans. Berdasarkan hasil pengamatan, produktivitas pekerja gunting buang benang menurun dan seringkali pekerja mengalami gangguan kesehatan terutama pada giliran kerja malam. Berdasarkan pengamatan tersebut, maka penulis berusaha melakukan pembahasan mengenai penjadwalan kerja dan istirahat pada Best Jeans Garment untuk menunjukkan bahwa penyelenggaraan giliran kerja harus mempertimbangkan ritme circadian fungsi tubuh manusia dan memberikan rekomendasi mengenai penjadwalan kerja dan istirahat.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan pengamatan secara langsung yang telah dilakukan penulis pada Best Jeans Garment didapati bahwa produktivitas pekerja menurun dan seringkali pekerja mengalami gangguan kesehatan seperti pusing, flu, badan panas dingin, sakit perut dan juga mengalami perasaan gelisah dan tidak bersemangat dalam melakukan pekerjaan terutama pada shift kerja malam sehingga penulis melakukan pembahasan mengenai penjadwalan kerja dan istirahat pada Best Jeans Garment untuk menunjukkan bahwa penyelenggaraan giliran kerja harus mempertimbangkan ritme circadian fungsi tubuh manusia dan memberikan rekomendasi mengenai penjadwalan kerja dan istirahat

## **1.3 Pembatasan Masalah dan Asumsi**

Pembatasan masalah sebagai berikut :

1. Penelitian hanya dilakukan pada karakteristik pekerjaan tertentu saja, yaitu bersifat motorik sederhana / diskrit.
  2. Penelitian hanya dibatasi pada pengaruh ritme circadian fungsi tubuh terhadap kriteria hasil kerja dengan melihat reaksi fisiologis saja, tidak meneliti faktor
-

- faktor lain yang berpengaruh terhadap kriteria hasil, misalnya : motivasi kerja, pengaruh beban kerja fisik dan mental, pengaruh usia dan lingkungan.
- 3. Penelitian dilakukan pada pekerja shift pagi di minggu pertama kemudian minggu berikutnya mengikuti perpindahan waktu kerja dari pekerja pada shift pagi tersebut.

Asumsi sebagai berikut :

- Responden memiliki telinga yang sehat, tidak sedang mengalami sakit radang / infeksi telinga dan bersih dari serumen (kotoran) telinga.

#### **1.4 Perumusan Masalah**

Pada penelitian ini secara garis besar ingin diketahui empat hal :

1. Adakah perbedaan antara shift kerja pagi, shift kerja sore dan shift kerja malam ditinjau dari kuantitas dan kualitas tidur ?
2. Adakah hubungan antara kriteria hasil kerja dan temperatur tubuh yang dilihat berdasarkan perbedaan waktu kerja ?
3. Bagaimanakah penjadwalan istirahat yang tepat ditinjau dari perubahan pola kriteria hasil pekerja ?

#### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Ada - tidaknya perbedaan antara shift kerja pagi, shift kerja sore dan shift kerja malam ditinjau dari kuantitas dan kualitas tidur.
  2. Ada - tidaknya hubungan antara kriteria hasil kerja dan temperatur tubuh yang dilihat berdasarkan perbedaan waktu kerja.
  3. Ada - tidaknya penjadwalan istirahat yang tepat ditinjau dari perubahan pola kriteria hasil pekerja.
-

## **1.6 Sistematika Penulisan**

Sistematika penulisan tugas akhir ini adalah :

### **Bab 1 Pendahuluan**

Bab ini mencakup latar belakang masalah, identifikasi masalah, perumusan masalah, pembatasan masalah dan asumsi, tujuan dan manfaat penelitian, serta sistematika penulisan.

### **Bab 2 Tinjauan Pustaka**

Bab ini mencakup teori – teori yang berhubungan dengan permasalahan yang dibahas, antara lain mengenai ritme circadian serta uji – uji statistik yang sesuai dengan tujuan penelitian.

### **Bab 3 Metodologi Penelitian**

Bab ini mencakup uraian mengenai urutan serta metode yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian.

### **Bab 4 Pengumpulan Data**

Bab ini mencakup ringkasan sejarah perusahaan dan kumpulan data – data hasil penelitian.

### **Bab 5 Pengolahan Data dan Analisis**

Pada bab ini dilakukan pengolahan data secara statistika dan analisis data yang telah diolah. Analisis dilakukan berdasar referensi yang mendukung.

### **Bab 6 Kesimpulan dan Saran**

Bab ini berisi kesimpulan akhir dan saran – saran yang berhubungan dengan aplikasi dan penelitian selanjutnya, berdasarkan interpretasi dan analisis yang telah dilakukan.

---