

Bookchapter

KESELAMATAN KERJA & KESEHATAN LINGKUNGAN RUMAH SAKIT

Penulis

Dina Lujana Setyowati, Eko Sutrisno, W. Wahyuni,
Siti Rahmah Hidayatullah Lubis, Tri Astuti Sugiyatmi, Bedjo Utomo
Iodah Budiasmitik, Irma, Mudatsir, Meri, Lukman Handoko

Editor : I Putu Suraoka



KESELAMATAN KERJA DAN KESEHATAN LINGKUNGAN RUMAH SAKIT

Nuta Media, Yogyakarta
Ukuran. 15 x 23
Halaman

Cetakan : I, Nopember 2021
ISBN : 978-623-5967-01-1

Penulis : Dina Lusiana Setyowati, Eko Sutrisno, W. Wahyuni,
Siti Rahmah Hidayatullah Lubis, Tri Astuti Sugiyatmi, Bedjo Utomo
Indah Budiastutik, Irma, Mudatsir, Meri, Lukman Handoko

Editor : I Putu Suraoka
Sampul : latif azhad mustofa
Layout : ari setiawan

Diterbitkan oleh :
Nuta Media Jogja
Anggota IKAPI: No. 135/DIY/2021
Jl. P. Romo, No. 19 Kotagede Jogjakarta/
Jl. Nyi Wiji Adhisoro, Prenggan Kotagede Yogyakarta
nutamediajogja@gmail.com; 081228153789

@2021, Hak Cipta dilindungi undang-undang, dilarang keras
menterjemahkan, memfotokopi atau memperbanyak sebagian atau seluruh
isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit

ISI DI LUAR TANGGUNGJAWAB PENERBIT DAN PERCETRAKAN
dicetak olah : Nuta Media

DAFTAR ISI

Kata pengantar	iii
Daftar isi	iv
BAB I Penerangan Dan Iklim Kerja	1
BAB II Bahaya Kimia dan Biologi	18
BAB III Postur Kerja dan Ergonomi di Rumah Sakit	31
BAB IV Stres Kerja Pada Tenaga Kesehatan	46
BAB V Peranan Manajer Dalam Program Kesehatan	61
BAB VI Manajemen Resiko Keselamatan Kerja	79
BAB VII Pengelolaan Limbah B3 Rumah Sakit	92
BAB VIII Ventilasi Dan <i>Hygiene</i> Lingkungan	101
BAB IX Pengendalian Vektor	114
BAB X Upaya Preventif Pekerja Di Rumah Sakit Dari Infeksi Nosokomial	129
BAB XI Kecelakaan Kerja Dan Produktivitas	144

BAB IV

STRES KERJA PADA TENAGA KESEHATAN

Siti Rahmah Hidayatullah Lubis

A. Stres Kerja

Stres kerja merupakan suatu respon yang dimiliki seseorang pekerja ketika menghadapi berbagai tuntutan dan tekanan di tempat kerja tidak berbanding lurus dengan kemampuan pengetahuan, dan kemampuan untuk mengatasi hal tersebut. Hal ini tentu saja sangat mempengaruhi kinerja seseorang. (Sugiono et al., 2018). Secara alamiah stres terjadi pada 3 tahapan, yaitu tahapan pertama jika seseorang pertama kali menghadapi tekanan dan tuntutan kerja dan situasi penuh stres, maka akan muncul alarm (tanda bahaya), mekanisme pertahanan di dalam tubuh akan mulai diaktifkan, kelenjar-kelenjar akan menghasilkan hormon adrenalin dan hormon lain dalam jumlah yang banyak, dan perubahan akan berkaitan dengan sistem saraf pusat. Tahapan ke dua yaitu tahapan *resistance* (pertahanan), pada tahapan ini reaksi badaniah akan terus terjadi disebabkan oleh paparan stres terus berlangsung, sehingga tubuh berusaha menyesuaikan dengan cara menahan akibat dari pembangkit stres. Tahap ketiga adalah kehabisan tenaga (*exhaustion*), tahapan ini terjadi disebabkan paparan stres di tempat kerja terus berlangsung, sehingga tubuh mengalami penurunan pertahanan tubuh secara perlahan-lahan, dan satu dari organ-organ gagal berfungsi sepatutnya, dan biasanya mengarah ke penyakit.

Berbagai penyakit yang mungkin akan timbul adalah adanya penyakit pada bagian pencernaan (*gastrointestinal*), tekanan darah tinggi, penyakit jantung, alergi dan berbagai gangguan mental. (Munandar, 2014) Bahkan perubahan perilaku juga mungkin terjadi akibat dari stres kerja yang berkepanjangan, seperti perubahan tingkat merokok yang semakin tinggi, alkohol, dan obat-obatan sebagai jalan keluar untuk melepaskan stres. (International Labour Organisation, 2020)

Pada umumnya kita merasakan bahwa stres merupakan kondisi negatif yang mengarah untuk timbulnya berbagai penyakit seperti yang disebutkan di atas. Selye dalam Munandar (2014) memperkenalkan istilah *distress* dan *eustress*. Stres pada realitanya dibutuhkan untuk menghasilkan prestasi kinerja yang baik. Stres dalam jumlah tertentu justru dapat mengarah ke gagasan yang inovatif dan keluaran yang konstruktif (*eustress*). Tetapi ketika

Biografi Penulis

Siti Rahmah Hidayatullah Lubis, SKM, M.KKK menyelesaikan studi S-1 Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara, dan S-2 di bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Indonesia, Depok. Saat ini penulis merupakan salah satu Dosen di Bidang K3 pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. Pada bidang pengajaran penulis mengampu untuk mata kuliah Ergonomi Terapan, *Human Factor & Behavior Based Safety*, Manajemen Risiko K3, Inspeksi dan Audit K3, Sistem Manajemen K3, Penyakit Akibat Kerja dan Surveilans Penyakit Akibat Kerja. Sedangkan di bidang penelitian penulis pernah ikut terlibat dalam penelitian di bidang Ergonomi, Perilaku K3, Promosi K3 dan sudah dipublikasi di beberapa jurnal nasional. Pada Bidang Pengabdian Masyarakat, penulis terlibat dalam pembuatan aplikasi *TB Zone, Bye TBC* yang sudah terpasang di *Playstore Android*. Keanggotaan penulis di keilmuan K3 terlihat dari keikutsertaannya menjadi anggota di PEI (Perhimpunan Ergonomi Indonesia). Penulis menyadari bahwa pentingnya penerapan aspek K3 pada pekerja dan secara luas kepada seluruh masyarakat, membuat penulis beberapa kali juga mengikuti pelatihan dibidang K3.

Buku Keselamatan Kerja dan Kesehatan Lingkungan Rumah Sakit ini membahas tentang keselamatan dan kesehatan kerja (K3), yang mencakup tentang tata letak penerangan di lingkungan rumah sakit, selain menghemat listrik dari PLN juga bisa menghindarkan dari bahaya biologi dan kimia. Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) merupakan instrumen yang memproteksi pekerja, perusahaan, lingkungan hidup, dan masyarakat sekitar dari bahaya akibat kecelakaan kerja. Peranan manajemen rumah sakit sangat penting dalam penanganan keselamatan, kesehatan tenaga Kesehatan dan lingkungan. Buku ini juga membahas tentang stress kerja pada para pekerja dan tenaga Kesehatan di lingkungan rumah sakit, sehingga perlu adanya postur kerja yang sesuai dan membuat semua tenaga Kesehatan terasa nyaman. Pengelolaan limbah, higine sanitasi dan pengendalian vector penyakit juga di Bahas di buku ini.

Menjaga kesehatan para tenaga kerja umum atau tenaga kerja kesehatan sangat penting karena untuk menghindari adanya kecelakaan kerja dan mengurangi produktifitasnya kerjanya, semua lengkap ada di dalam buku ini. Penulis buku ini terdiri dari berbagai disiplin ilmu yang kompeten dan sesuai dengan bidangnya bergelar Magister dan doctor, sehingga sangat baik bila digunakan sebagai buku pegangan mahasiswa, akademisi, pelajar dan masyarakat umum. Afiliasi penulis buku ini dari berbagai disiplin ilmu dan berasal dari berbagai kampus yang ada di Indonesia. Buku di tangan and aini menjadi salah satu buku bacaan yang menarik dan bisa dijadikan panduan tentang K3 dirumah sakit. Selamat membaca.



Jl. Nyi Wiji Adisoro Rt. 03/01 Pelemban
Prenggan Kotagede, Yogyakarta. 55172
Email Marketing Ca: naturamedijogja@gmail.com
IKAPI No. 135/DIY/2021



ISBN: 978-623-5967-01-1



9 786235 967011