

## PERUBAHAN JAM KERJA SELAMA RAMADAN DAN PRODUKTIVITAS KARYAWAN: STUDI KASUS PADA INDUSTRI MANUFAKTUR DI INDONESIA

Dasmadi<sup>1</sup>, Irwandi<sup>2</sup>, Avid Leonardo Sari<sup>3</sup>, Zainiyatul Afifah<sup>4</sup>, Dedi Muliadi<sup>5</sup>

<sup>1</sup>Universitas Slamet Riyadi Surakarta

<sup>2,3</sup>UIN Sunan Gunung Djati Bandung

<sup>4</sup>Univeristas Trunojoyo Madura

<sup>5</sup>Sekolah Tinggi Agama Buddha Nalanda

Email: [dasmadi@unisri.ac.id](mailto:dasmadi@unisri.ac.id)

### Abstrak

Bulan Ramadan merupakan bulan di mana sebagian besar masyarakat Indonesia wajib berpuasa. Hal ini kemudian secara langsung dapat mempengaruhi kondisi karyawan dan hasil dari produktivitas mereka. Selain itu, sering kali terdapat adanya perubahan kerja di dalam perusahaan. Penelitian ini kemudian akan dilaksanakan dengan tujuan untuk dapat melihat mengenai bagaimana perubahan jam kerja di bulan Ramadan dapat berpengaruh terhadap produktivitas dari karyawan. Penelitian ini akan dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Data yang digunakan di dalam penelitian ini berasal dari hasil studi ke lapangan dengan melakukan wawancara terhadap beberapa karyawan dan manajer di perusahaan industri manufaktur. Hasil dari penelitian ini kemudian menemukan bahwa perubahan jam kerja mempengaruhi kinerja dari para karyawan tersebut. Hal ini kemudian diperparah dengan kondisi karyawan yang saat itu sedang berpuasa. Sebagian besar karyawan merasa lebih sulit berkonsentrasi, terutama di pagi hari. Kemudian kelelahan juga lebih sering dirasakan. Namun agar produktivitas tidak menurun, pihak manajemen sendiri berusaha untuk dapat memberikan fleksibilitas jam kerja dan mengubah prioritas dan deadline pekerjaan sesuai dengan kondisi karyawan. Hal ini dilakukan agar tidak adanya penurunan yang signifikan di dalam produktivitas karyawan.

**Kata Kunci:** Perubahan Jam Kerja, Produktivitas Karyawan, Industri Manufaktur.

### Abstract

*The month of Ramadan is the month in which most Indonesians are required to fast. This can then directly affect the condition of employees and the results of their productivity. In addition, there are often job changes within the company. This research will then be carried out with the aim of being able to see how changes in working hours in the month of Ramadan can affect the productivity of employees. This research will be carried out using a qualitative approach. The data used in this study came from the results of field studies by conducting interviews with several employees and managers in manufacturing industry companies. The results of this study then found that changes in working hours affect the performance of these employees. This was then exacerbated by the condition of the employees who were fasting at that time. Most employees find it more difficult to concentrate, especially in the morning. Then fatigue is also more often felt. However, so that productivity does not decrease, the management itself tries to be able to provide flexibility in working hours and change work priorities and deadlines according to the conditions of employees. This is done so that there is no significant decrease in employee productivity.*

**Keywords:** Changes in Working Hours, Employee Productivity, Manufacturing Industry.

**A. PENDAHULUAN**

Ramadan adalah bulan suci bagi umat Islam di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Selama bulan Ramadan, umat Islam diwajibkan untuk berpuasa dan meningkatkan ibadah mereka. Namun, bagi sebagian orang, puasa dan beribadah selama Ramadan dapat mempengaruhi produktivitas mereka di tempat kerja. Industri manufaktur merupakan salah satu sektor ekonomi utama di Indonesia dan memiliki kontribusi yang besar terhadap perekonomian Indonesia. Namun, selama bulan Ramadan, perubahan jam kerja dan jadwal kerja sering kali terjadi di berbagai industri, termasuk di industri manufaktur (Ramadhani & Abdoeh, 2020).

Perubahan jam kerja selama Ramadan dapat mempengaruhi produktivitas karyawan di industri manufaktur. Beberapa karyawan mungkin mengalami kelelahan dan kurang tidur karena harus bangun lebih awal untuk sahur atau beribadah di malam hari. Selain itu, perubahan jam kerja dapat mengganggu keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, sehingga mempengaruhi kinerja karyawan di tempat kerja (Dominggus & Dongoran, 2021). Oleh karena itu, sangat penting bagi pengusaha dan manajer di industri manufaktur di Indonesia untuk memahami dampak perubahan jam kerja selama Ramadan pada produktivitas karyawan. Pengusaha dan manajer perlu mencari cara untuk mengoptimalkan produktivitas karyawan selama Ramadan dan mempertimbangkan faktor-faktor budaya dan sosial yang relevan (Santoso et al., 2022).

Produktivitas karyawan yang rendah selama Ramadan dapat berdampak negatif pada kinerja perusahaan dan dapat mengganggu pengiriman produk yang tepat waktu ke pelanggan. Oleh karena itu, penting bagi perusahaan untuk mempertimbangkan faktor-faktor ini saat merancang jadwal kerja selama Ramadan. Selain itu, perusahaan juga perlu mempertimbangkan kesehatan dan kesejahteraan karyawan (Fauzi & Safirin, 2021). Perubahan jam kerja selama Ramadan dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan karyawan karena mereka mungkin kekurangan waktu tidur dan mengalami kelelahan. Oleh karena itu, perusahaan perlu mengadopsi kebijakan yang memperhatikan kesehatan dan kesejahteraan karyawan saat merancang jadwal kerja selama Ramadan (Ramadhan & Sukarno, 2022).

Penelitian tentang pengaruh perubahan jam kerja selama Ramadan terhadap produktivitas karyawan di industri manufaktur di Indonesia sangat penting untuk membantu pengusaha dan manajer dalam mengoptimalkan produktivitas karyawan. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan wawasan baru tentang cara mengelola perubahan jam kerja selama Ramadan yang efektif dan mempertimbangkan faktor-faktor budaya dan sosial yang relevan (Mihardjo et al., 2020).

Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna bagi perusahaan di industri manufaktur di Indonesia dalam mengelola perubahan jam kerja selama Ramadan dan meningkatkan produktivitas karyawan. Dengan mempertimbangkan faktor-faktor budaya dan sosial yang relevan, perusahaan dapat membantu karyawan menjaga kesehatan dan kesejahteraan mereka dan meminimalkan dampak perubahan jam kerja selama Ramadan pada produktivitas mereka (Anggadwita et al., 2021). Dalam era globalisasi, perusahaan di Indonesia perlu mengikuti tren global dan meningkatkan daya saing mereka. Salah satu caranya adalah dengan meningkatkan produktivitas karyawan. Penelitian ini dapat membantu perusahaan di industri manufaktur di Indonesia untuk mencapai tujuan tersebut dan memperbaiki kinerja mereka (Susdarwono, 2020).

Berdasarkan penjelasan singkat di atas, maka penelitian ini kemudian bertujuan untuk melihat bagaimana pengaruh perubahan jam kerja selama Ramadan terhadap produktivitas karyawan di industri manufaktur di Indonesia.

## B. KAJIAN PUSTAKA

### 1. Produktivitas Karyawan

Produktivitas adalah kemampuan untuk menghasilkan *output* atau hasil dengan memanfaatkan *input* atau sumber daya yang tersedia. Dalam konteks bisnis dan ekonomi, produktivitas biasanya diukur sebagai rasio antara *output* yang dihasilkan dengan *input* yang digunakan. Produktivitas menjadi salah satu faktor penting dalam menentukan daya saing suatu perusahaan atau negara di pasar global (Benjamin et al., 2022).

Menurut Frederick Taylor, seorang ahli manajemen terkenal, produktivitas dapat ditingkatkan dengan mengoptimalkan proses produksi dan memberikan insentif kepada karyawan untuk bekerja lebih keras dan lebih efisien. Pendekatan Taylor dikenal sebagai pendekatan manajemen ilmiah, yang mengutamakan peningkatan efisiensi dan produktivitas melalui analisis ilmiah dan pengukuran kinerja (Jewell et al., 2022).

Sedangkan menurut Peter Drucker, seorang ahli manajemen dan ekonomi terkemuka, produktivitas dapat ditingkatkan dengan meningkatkan efektivitas manajemen dan memanfaatkan teknologi yang tepat. Drucker mengemukakan bahwa produktivitas bukan hanya tentang menghasilkan lebih banyak *output* dengan *input* yang sama, tetapi juga tentang menciptakan nilai yang lebih besar dengan memanfaatkan teknologi dan keahlian karyawan (Yuslem et al., 2023).

Menurut Robert Solow, seorang ekonom terkemuka, produktivitas dapat ditingkatkan dengan memperbaiki kualitas dan kuantitas modal, meningkatkan efisiensi dalam penggunaan tenaga kerja, dan meningkatkan inovasi teknologi. Solow juga mengemukakan bahwa faktor-faktor non-ekonomi seperti pendidikan, pelatihan, dan budaya kerja juga dapat mempengaruhi produktivitas (Lange et al., 2020).

Sementara itu, seorang ahli manajemen bernama Tom Peters mengemukakan bahwa produktivitas dapat ditingkatkan dengan memperhatikan kepuasan karyawan, membangun budaya kerja yang kreatif dan inovatif, serta memberikan ruang bagi karyawan untuk mengembangkan keahlian dan minat mereka. Menurut Peters, produktivitas bukan hanya tentang menghasilkan lebih banyak *output* dengan *input* yang sama, tetapi juga tentang menciptakan lingkungan kerja yang memotivasi karyawan untuk memberikan yang terbaik (Hulpke & Fronmueller, 2022).

Menurut teori humanis, produktivitas juga dapat ditingkatkan dengan memberikan perhatian yang lebih pada aspek manusiawi dalam dunia kerja, seperti rasa memiliki, perasaan aman, dan kepuasan kerja. Teori ini mengemukakan bahwa karyawan yang merasa dihargai dan diberdayakan akan lebih termotivasi untuk memberikan kontribusi yang lebih besar pada organisasi (Johnson, 2019).

Di era digital saat ini, teknologi juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan produktivitas. Dengan adanya teknologi yang canggih, proses produksi dapat diotomatisasi dan ditingkatkan efisiensinya, sehingga memungkinkan perusahaan untuk menghasilkan lebih banyak *output* dengan biaya yang lebih rendah. Selain itu, teknologi juga memungkinkan karyawan untuk bekerja secara fleksibel dari tempat yang berbeda-beda, sehingga meningkatkan efisiensi dan produktivitas dalam proses kerja (Ashima et al., 2021). Dalam konteks teknologi informasi, produktivitas juga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk menghasilkan lebih banyak atau lebih baik dengan memanfaatkan teknologi informasi. Hal ini terkait dengan penggunaan sistem informasi yang tepat dan efektif dalam meningkatkan efisiensi dan efektivitas operasional (Hapsari & Pamungkas, 2019).

Menurut The Conference Board, sebuah lembaga riset dan konsultasi bisnis global, produktivitas dapat ditingkatkan melalui tiga faktor utama: teknologi, inovasi, dan manajemen. Teknologi dapat membantu meningkatkan efisiensi dalam penggunaan sumber daya, sementara inovasi dapat membantu menciptakan nilai tambah dan meningkatkan daya saing perusahaan.

Sedangkan manajemen yang efektif dapat membantu memaksimalkan potensi karyawan dan membangun budaya kerja yang inovatif dan kreatif (Sadeghi et al., 2019).

Menurut beberapa ahli, produktivitas juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor non-ekonomi seperti kesehatan, keseimbangan kerja-hidup, dan kebahagiaan karyawan. Karyawan yang sehat dan bahagia cenderung lebih produktif dan kreatif dalam bekerja.

## **2. Industri Manufaktur**

Industri manufaktur adalah sektor ekonomi yang berfokus pada pembuatan produk-produk fisik yang dihasilkan melalui berbagai proses produksi. Proses produksi ini melibatkan pengolahan bahan baku dan bahan mentah menjadi produk jadi yang siap untuk dijual dan digunakan oleh konsumen (Clauser et al., 2021). Industri manufaktur memiliki peran penting dalam perekonomian karena sektor ini memberikan kontribusi besar terhadap penciptaan lapangan kerja, pertumbuhan ekonomi, dan kemajuan teknologi. Seiring dengan perkembangan teknologi, proses produksi di industri manufaktur semakin modern dan efisien, sehingga memungkinkan produk-produk yang lebih baik dan lebih kompleks diproduksi dengan biaya yang lebih rendah (Azwina et al., 2023).

Industri manufaktur dapat dibagi menjadi beberapa sub-sektor, antara lain industri makanan dan minuman, industri farmasi, industri otomotif, industri elektronik, dan sebagainya. Setiap sub-sektor memiliki karakteristik yang berbeda dan membutuhkan teknologi dan tenaga kerja yang spesifik (Yang et al., 2022). Sektor manufaktur memiliki peran strategis dalam meningkatkan daya saing suatu negara di pasar global. Hal ini karena sektor manufaktur dapat menghasilkan produk-produk yang memiliki nilai tambah tinggi, yang dapat meningkatkan pendapatan negara dan memperkuat perekonomian nasional (Saragih, 2019).

Di Indonesia, sektor manufaktur merupakan salah satu sektor yang memiliki potensi besar untuk dikembangkan. Namun, sektor manufaktur di Indonesia masih menghadapi beberapa tantangan, seperti kurangnya infrastruktur yang memadai, kualitas sumber daya manusia yang rendah, dan kurangnya investasi dalam penelitian dan pengembangan. Oleh karena itu, pemerintah Indonesia terus melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan daya saing industri manufaktur dalam skala nasional maupun internasional (Masruri & Ruhana, 2021).

Dalam praktiknya, industri manufaktur melibatkan proses produksi yang kompleks, mulai dari pengolahan bahan baku, desain produk, manajemen produksi, pengendalian kualitas, distribusi, hingga pemasaran produk. Karena itu, industri manufaktur memerlukan manajemen yang baik dan efektif, serta tenaga kerja yang terampil dan terlatih (Ciliberto et al., 2021). Dalam menghadapi persaingan global yang semakin ketat, industri manufaktur harus terus mengembangkan dan memperbarui teknologi, memperbaiki proses produksi, dan meningkatkan kualitas produk agar dapat memenuhi kebutuhan dan persyaratan pasar (Akpan et al., 2022).

## **C. METODE**

Metode penelitian ini akan dilaksanakan dengan menggunakan pendekatan kualitatif, dengan tujuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam tentang pengaruh perubahan jam kerja selama Ramadan terhadap produktivitas karyawan di industri manufaktur di Indonesia. Penelitian ini akan dilakukan melalui wawancara dengan 4 responden, terdiri dari 3 orang karyawan dan 1 orang manajer yang telah berpengalaman dalam industri manufaktur dan pernah mengalami perubahan jam kerja selama Ramadan. Data yang diperoleh dari wawancara dan observasi akan dianalisis dengan menggunakan teknik analisis kualitatif, yaitu dengan cara mereduksi, memaparkan, dan menarik kesimpulan dari data yang diperoleh. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang pengaruh perubahan

jam kerja selama Ramadan terhadap produktivitas karyawan di industri manufaktur di Indonesia (Hadi, 2021).

#### **D. HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **1. Perubahan Jam Kerja Selama Bulan Ramadan**

Dalam melaksanakan pekerjaan di bulan puasa, pihak perusahaan melakukan perubahan jam kerja. Perubahan ini kemudian mempengaruhi berbagai kondisi pekerjaan karyawan. Hal ini dirasakan oleh Budi, di mana jadwal yang bergeser menyebabkan adanya gangguan dalam pekerjaan. “Saya merasa cukup kesulitan untuk beradaptasi dengan perubahan jam kerja selama Ramadan. Biasanya, kami bekerja selama delapan jam sehari, tapi selama Ramadan, kami harus bekerja hanya enam jam dan jadwalnya bergeser. Ini membuat saya merasa sedikit terganggu dan kesulitan untuk fokus pada pekerjaan”. Perubahan jadwal ini menyebabkan jam masuk yang awalnya jam 7 menjadi jam 10 pagi. Sementara itu jam pulang menjadi mundur dari jam 3 menjadi jam 4 sore. “Biasanya kami bekerja dari pukul 07.00 pagi hingga 03.00 sore, tapi selama Ramadan, kami harus bekerja dari pukul 10.00 pagi hingga 04.00 sore”. Hal ini kemudian menyebabkan sulitnya mengerjakan semua pekerjaan seperti biasanya, sehingga kemudian perlu bekerja dengan lebih efisien. “ada beberapa proyek yang harus selesai dalam waktu yang lebih singkat selama Ramadan. Tapi karena kami bekerja selama enam jam, tidak semua pekerjaan dapat diselesaikan dalam waktu yang sama. Kami harus memperhatikan prioritas dan menjalankan tugas dengan lebih efisien”.

Sementara itu, Dinda dari bagian Quality Control mengemukakan bahwa dirinya merasa sedikit kesulitan untuk beradaptasi dengan perubahan jam kerja yang ada. Selain itu, rasa Lelah selama berpuasa juga menyebabkan konsentrasi menjadi sedikit terganggu. “Saya merasa sedikit kesulitan untuk beradaptasi dengan perubahan jam kerja selama Ramadan. Kadang-kadang saya merasa sangat lelah karena saya berpuasa, dan ini membuat saya sedikit terganggu dan sulit untuk berkonsentrasi pada pekerjaan. Namun, saya mencoba untuk tetap fokus dan menyelesaikan pekerjaan dengan baik”. Kemudian perubahan jam kerja menyebabkan adanya perubahan dalam waktu istirahat. Walaupun hal ini kemudian menjadi sedikit menyulitkan, namun responden berusaha untuk tetap fokus ketika bekerja. “Waktu istirahat kami sedikit diubah selama Ramadan. Biasanya kami memiliki waktu istirahat selama satu jam setelah bekerja selama empat jam, tapi selama Ramadan, kami harus bekerja selama tiga jam sebelum beristirahat selama satu jam. Saya merasa sedikit kesulitan dengan perubahan ini, tapi saya mencoba untuk tetap fokus dan produktif selama bekerja”. Kemudian responden menyatakan bahwa selama bulan Ramadan, tidak begitu banyak adanya pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu yang bersamaan. Namun sayangnya memang ada beberapa hal yang perlu diselesaikan dengan lebih cepat, sehingga efisiensi sangat diperlukan. “Tidak terlalu banyak perubahan dalam jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu yang sama selama Ramadan. Namun, ada beberapa proyek yang harus diselesaikan dalam waktu yang lebih singkat selama Ramadan. Saya mencoba untuk tetap fokus dan mengatur waktu dengan baik untuk menyelesaikan tugas dengan efisien”.

Retno yang berasal dari bagian Packing menjelaskan bahwa perubahan jam selama bulan Ramadan memberikan kesulitan kepada pekerjaan dan konsentrasi selama bekerja. “

Saya merasa agak sulit untuk beradaptasi dengan perubahan jam kerja selama Ramadan. Biasanya kami bekerja delapan jam sehari, tapi selama Ramadan, kami hanya bekerja selama enam jam dan jadwalnya bergeser. Kadang-kadang saya merasa sedikit terganggu dan sulit untuk berkonsentrasi pada pekerjaan”. Responden juga kemudian menjelaskan bahwa perubahan jam kerja ini kemudian menyebabkan adanya perubahan di dalam pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu yang sama selama bulan Ramadan. “Ada beberapa perubahan dalam jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan dalam waktu yang sama selama Ramadan.

Tapi karena kami hanya bekerja selama enam jam, kami harus mengatur waktu dengan lebih efektif dan menyelesaikan tugas dengan lebih cepat”.

Selain dari sudut pandang karyawan, pihak manajer sendiri menyebutkan bahwa perubahan jam kerja ini dilakukan untuk dapat memberikan adanya waktu yang cukup bagi para karyawan untuk dapat menjalankan ibadah puasa mereka dengan lebih baik. “Kami melakukan perubahan jam kerja selama Ramadan untuk memberikan waktu yang cukup bagi karyawan untuk beribadah dan menjalankan ibadah puasa. Selain itu, kami juga ingin memberikan waktu yang cukup bagi karyawan untuk beristirahat dan mengatur jadwal kerja yang lebih efisien”. Untuk dapat tetap mempertahankan produktivitas karyawan seperti biasanya, pihak manajer berusaha mengatur prioritas dan deadline proyek dengan baik. Kemudian karyawan juga diberikan waktu istirahat agar mereka dapat tetap berkonsentrasi dalam bekerja. “Kami mengatur jadwal kerja dengan memperhatikan prioritas dan deadline proyek. Kami juga memberikan pelatihan kepada karyawan untuk mengatur waktu dan menyelesaikan tugas dengan efisien selama Ramadan. Selain itu, kami juga memberikan waktu istirahat yang cukup untuk karyawan agar tetap bisa berkonsentrasi dan mempertahankan produktivitas selama bekerja”.

### **2. Berpuasa Selama Bekerja**

Selain dari perubahan jam kerja, tentunya faktor lain yang sangat mempengaruhi produktivitas di bulan Ramadan adalah proses dari berpuasa itu sendiri. Selama bekerja, para karyawan tetap melaksanakan ibadah puasa mereka. Budi menjelaskan bahwa ketika berpuasa, energi yang dimilikinya terasa lebih sedikit di dibandingkan di bulan-bulan biasanya. “Saya merasa kurang berenergi dan lelah saat berpuasa. Namun, saya mencoba untuk tetap fokus dan menjaga energi dengan istirahat sejenak saat istirahat makan siang”. Kemudian hal ini biasanya sangat mempengaruhi konsentrasi, khususnya di pagi hari. “Pada pagi hari, saya merasa sulit untuk berkonsentrasi ketika baru saja mulai berpuasa. Namun, setelah beberapa jam bekerja, konsentrasi saya menjadi lebih baik dan saya mampu menyelesaikan tugas dengan lebih efisien”. Oleh karena itu, strategi yang biasanya dilakukan oleh responden adalah dengan mengatur pola makan ketika bulan puasa, serta memanfaatkan istirahat siang dengan baik. “Saya selalu mencoba untuk minum air yang cukup saat berbuka puasa dan mengatur pola makan dengan makanan yang sehat. Saya juga istirahat sejenak saat istirahat makan siang untuk menjaga energi dan konsentrasi”.

Sementara itu Dinda menyebutkan bahwa pada pagi hari biasanya responden merasa Lelah dan kurang berenergi. Namun setelah bekerja selama beberapa jam, maka energi terasa lebih baik dan stabil. “Pada pagi hari, saya merasa sedikit lelah dan kurang berenergi ketika berpuasa. Namun, setelah beberapa jam bekerja, energi saya menjadi lebih baik dan stabil. Saya juga berusaha untuk mengatur pola makan dan minum air yang cukup saat berbuka puasa agar tetap berenergi selama bekerja”. Kelelahan di pagi hari ini kemudian menyebabkan konsentrasi responden di pagi hari sedikit terganggu. “Saya merasa sulit untuk berkonsentrasi pada pagi hari ketika baru saja mulai berpuasa, namun saya mencoba untuk tetap fokus dan menjaga konsentrasi dengan mengatur waktu istirahat yang cukup”. Salah satu strategi yang dilakukan oleh responden dalam menghadapi hal ini adalah dengan mengatur pola makan yang baik dan minum air yang cukup selama berbuka puasa. Sementara itu selama melakukan pekerjaan, responden juga mengerjakan pekerjaan yang membutuhkan konsentrasi tinggi di akhir waktu. “Saya selalu berusaha untuk mempersiapkan diri dengan mengatur pola makan dan minum air yang cukup saat berbuka puasa. Saya juga mencoba untuk menyelesaikan tugas yang membutuhkan konsentrasi tinggi pada siang hari ketika konsentrasi saya lebih baik. Selain itu, saya juga mencoba untuk beristirahat dan menghindari terlalu banyak kegiatan di luar jam kerja agar tetap bugar selama bulan puasa”.

Adapun Retno mengungkapkan bahwa berpuasa di bulan Ramadan mempengaruhi dirinya ketika bekerja. “Saya merasa sedikit lelah dan lemas ketika berpuasa, terutama pada pagi hari. Tapi setelah beberapa jam bekerja, saya merasa lebih baik dan mampu menjaga energi saya dengan minum air dan mengatur pola makan di waktu berbuka”. Kemudian konsentrasi di pagi hari juga dirasakan sulit oleh responden, sebagaimana jawaban dari responden lainnya. “Pada pagi hari, saya merasa sulit untuk berkonsentrasi ketika baru saja mulai berpuasa. Namun, setelah beberapa jam bekerja, konsentrasi saya menjadi lebih baik dan saya mampu menyelesaikan tugas dengan lebih efisien”. Strategi yang dilakukan oleh responden juga kemudian umumnya masih sama dengan strategi dari responden lainnya, di mana pola makan diatur dengan baik ketika berbuka puasa, serta menghindari pekerjaan yang membutuhkan konsentrasi tinggi di awal kerja. “Saya selalu mencoba untuk mengatur pola makan dan minum air yang cukup saat berbuka puasa untuk menjaga energi saya selama bekerja. Saya juga menghindari tugas yang membutuhkan konsentrasi tinggi pada pagi hari ketika saya merasa masih lelah akibat berpuasa”. Secara umum, permasalahan dan strategi dari responden satu dengan lainnya masih sama, karena pada dasarnya memang mereka sama-sama bekerja dalam keadaan berpuasa.

Di sisi lain, pihak manajer sendiri mengakui bahwa berpuasa ketika bulan Ramadan akan mempengaruhi kinerja karyawan mereka. Namun mereka percaya bahwa kedepannya setelah beberapa hari, maka karyawan dapat beradaptasi dengan baik. “Saya percaya bahwa puasa dapat mempengaruhi kinerja karyawan di industri manufaktur, terutama pada awal-awal Ramadan. Karyawan mungkin merasa kurang berenergi dan sulit berkonsentrasi pada pagi hari ketika baru saja berpuasa. Namun, setelah beberapa hari, karyawan biasanya dapat beradaptasi dan menyesuaikan pola makan mereka sehingga tetap menjaga kinerja mereka selama Ramadan”. Oleh karena itu, pihak manajemen sendiri biasanya memberikan waktu kerja yang lebih fleksibel di dibandingkan dengan hari biasa. “Kami memiliki beberapa strategi untuk membantu karyawan menjaga kinerja selama puasa. Kami memberikan jadwal kerja yang lebih fleksibel selama Ramadan, di mana karyawan dapat memilih untuk bekerja lebih awal atau lebih lambat dari jadwal biasa mereka. Kami juga menyediakan tempat istirahat khusus untuk karyawan yang ingin istirahat sejenak selama jam kerja”. Walaupun berbagai kondisi yang berbeda dengan biasanya, namun pihak manajemen sendiri masih percaya bahwa kinerja karyawan yang berpuasa masih sama baiknya dengan karyawan di luar bulan Ramadan.“

### **3. Kesehatan dan Kesejahteraan Karyawan di Bulan Ramadan**

Responden pertama, yaitu Budi menjelaskan bahwa selama bulan Ramadan, perubahan jam kerja memang membuat dirinya menjadi lebih Lelah. Hal ini dikarenakan responden perlu bangun lebih awal untuk sahur, serta kemudian lanjut bekerja di siang hari tanpa makanan dan minuman. “Perubahan jam kerja selama Ramadan bisa membuat saya merasa lebih lelah dan stres karena harus bangun lebih awal untuk makan sahur dan kemudian bekerja selama siang hari tanpa makanan dan minuman. Saya juga merasa kesulitan untuk berkonsentrasi dan mempertahankan produktivitas di siang hari karena tubuh saya merasa Lelah”. Oleh karena itu, responden berharap bahwa perusahaan dapat memberikan lebih banyak waktu istirahat bagi mereka agar dapat memulihkan energi. “Perusahaan dapat memberikan lebih banyak waktu istirahat selama Ramadan, sehingga karyawan dapat memulihkan energi mereka. Perusahaan juga dapat memberikan makanan dan minuman untuk sahur dan berbuka puasa, atau memberikan akses ke tempat yang nyaman untuk beristirahat selama waktu luang. Selain itu, perusahaan dapat memberikan dukungan mental dan kesehatan, seperti penyediaan konseling atau program pelatihan untuk meningkatkan kesehatan mental dan fisik”.

Kemudian Dinda menuturkan bahwa karena harus melaksanakan sahur, maka perubahan jam kerja menyebabkan pola tidurnya menjadi berubah, sehingga kemudian sering kali responden merasa kurang tidur dan kelelahan sepanjang hari. “Perubahan jam kerja selama

Ramadan bisa mempengaruhi pola tidur saya karena saya harus bangun lebih awal untuk makan sahur dan beribadah. Hal ini bisa membuat saya merasa kurang tidur dan lelah sepanjang hari. Saya juga merasa kesulitan untuk mempertahankan fokus dan produktivitas di siang hari karena tubuh saya merasa lelah dan lemas”. Responden kedua berharap bahwa waktu kerja dapat menjadi sedikit lebih fleksibel dan memberikan waktu cuti dengan lebih banyak. “Perusahaan dapat mengatur jadwal kerja dengan lebih fleksibel selama Ramadan, seperti memberikan waktu untuk melakukan Shalat dan aktivitas ibadah lainnya. Perusahaan juga dapat memberikan lebih banyak waktu cuti selama Ramadan untuk memungkinkan karyawan memulihkan diri dan menjaga kesehatan mereka”.

Sementara itu Retno menjelaskan bahwa dirinya tidak merasakan adanya dampak yang signifikan kepada kesehatan dirinya. Hal ini dikarenakan responden telah mempersiapkan dirinya untuk berpuasa. “Saya merasa perubahan jam kerja selama Ramadan tidak mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan saya secara signifikan. Saya sudah terbiasa dengan perubahan jam kerja selama Ramadan dan mempersiapkan diri dengan baik untuk menghadapinya”. Oleh karena itu, responden merasa perusahaan telah memberikan akomodasi yang cukup bagi karyawan. Namun hal ini tidak berarti bahwa fasilitas tambahan yang diberikan kepada karyawan dapat membantu mereka merasa nyaman dan menjadi lebih sehat. “Menurut saya, perusahaan sudah melakukan cukup banyak untuk membantu karyawan selama Ramadan, namun saya setuju bahwa lebih banyak waktu istirahat, akses ke makanan dan minuman, dan dukungan mental dan kesehatan yang lebih baik dapat membantu karyawan lebih nyaman dan sehat selama Ramadan”.

Pihak manajer sendiri berusaha mengatasi potensi dari masalah kesehatan selama berpuasa dengan memberikan kelonggaran yang mungkin akan dibutuhkan oleh karyawan mereka. “Kami memahami bahwa perubahan jam kerja selama Ramadan dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan karyawan kami. Oleh karena itu, kami berusaha untuk memberikan dukungan dan kelonggaran yang dibutuhkan oleh karyawan kami selama Ramadan, seperti mengizinkan mereka untuk beristirahat sesuai kebutuhan dan mengatur jadwal kerja mereka dengan lebih fleksibel”. Selain itu, pihak manajemen juga telah berusaha untuk dapat menjaga kesehatan karyawan dengan beberapa strategi. “Kami telah mengambil beberapa langkah untuk memastikan kesehatan dan kesejahteraan karyawan kami selama Ramadan. Pertama, kami memberikan informasi dan panduan tentang cara menjaga kesehatan dan kesejahteraan selama Ramadan, seperti menjaga asupan nutrisi dan hidrasi yang cukup. Selain itu, kami juga memberikan kelonggaran pada jadwal kerja karyawan selama Ramadan agar mereka dapat beristirahat sesuai kebutuhan dan mengatur waktu kerja mereka dengan lebih fleksibel. Kami juga mengadakan sesi bimbingan dan konseling untuk membantu karyawan yang mengalami stres atau masalah kesehatan selama Ramadan”.

Perubahan jam kerja selama Ramadan dapat berdampak pada produktivitas karyawan. Hal ini dikarenakan karyawan mengalami perubahan dalam pola tidur dan makan, yang dapat mengakibatkan kelelahan dan kesulitan berkonsentrasi. Dalam wawancara tersebut, karyawan mengakui bahwa perubahan jam kerja selama Ramadan membuat mereka merasa lebih lelah dan kesulitan untuk mempertahankan produktivitas di siang hari. Oleh karena itu, perusahaan perlu memberikan dukungan dan kelonggaran pada karyawan selama Ramadan, seperti mengizinkan waktu istirahat yang cukup dan mengatur jadwal kerja yang lebih fleksibel.

Kemudian puasa selama Ramadan dapat mempengaruhi kinerja karyawan di industri manufaktur. Karyawan yang berpuasa dapat mengalami kelelahan dan kesulitan berkonsentrasi karena kurangnya asupan makanan dan minuman. Dalam wawancara tersebut, karyawan mengakui bahwa mereka merasa lebih lelah dan kesulitan mempertahankan fokus selama siang hari karena efek dari puasa. Karyawan dapat mengambil beberapa strategi untuk menjaga kinerja selama puasa, seperti mengatur waktu tidur dan istirahat yang cukup, serta mengonsumsi makanan yang tepat saat berbuka puasa dan sahur. Selain itu, perusahaan dapat



membantu karyawan dengan memberikan kelonggaran pada jam kerja dan jadwal istirahat yang lebih fleksibel selama Ramadan.

Terakhir, perubahan jam kerja dan puasa selama Ramadan dapat mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan karyawan di industri manufaktur. Dalam wawancara tersebut, responden 1 dan responden 2 mengakui bahwa mereka merasa lebih lelah dan mudah terserang penyakit selama Ramadan karena efek dari perubahan jam kerja dan puasa. Sementara itu responden 3 mengatakan bahwa ia terbiasa dengan perubahan tersebut dan tidak merasa terlalu terganggu pada kesehatannya. Oleh karena itu, perusahaan perlu memberikan dukungan dan fasilitas kesehatan yang memadai pada karyawan selama Ramadan, seperti menyediakan tempat istirahat yang nyaman, air minum yang cukup, dan makanan yang sehat saat berbuka dan sahur. Selain itu, perusahaan juga perlu memperhatikan kesehatan mental karyawan dengan memberikan dukungan psikologis dan sosial yang memadai, serta mengatur jadwal kerja yang lebih fleksibel untuk mengurangi tingkat stres dan kelelahan karyawan.

### E. KESIMPULAN

Perubahan jam kerja dan puasa selama Ramadan dapat mempengaruhi produktivitas, kinerja, dan kesehatan karyawan di industri manufaktur. Karyawan yang mengalami perubahan jam kerja dan berpuasa cenderung mengalami kelelahan, kesulitan berkonsentrasi, serta lebih mudah terserang penyakit. Meskipun demikian, terdapat karyawan yang terbiasa dengan perubahan tersebut dan tidak merasa terlalu terganggu. Oleh karena itu, perusahaan perlu memberikan dukungan dan fasilitas kesehatan yang memadai pada karyawan selama Ramadan, seperti menyediakan tempat istirahat yang nyaman, air minum yang cukup, dan makanan yang sehat saat berbuka dan sahur. Selain itu, perusahaan juga perlu memperhatikan kesehatan mental karyawan dengan memberikan dukungan psikologis dan sosial yang memadai, serta mengatur jadwal kerja yang lebih fleksibel untuk mengurangi tingkat stres dan kelelahan karyawan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Akpan, I. J., Udoh, E. A. P., & Adebisi, B. (2022). Small Business Awareness and Adoption of State-of-the-art Technologies in Emerging and Developing Markets, and Lessons from the COVID-19 pandemic. *Journal of Small Business & Entrepreneurship*, 34(2), 123-140.
- Anggadwita, G., Dana, L. P., Ramadani, V., & Ramadan, R. Y. (2021). Empowering Islamic boarding schools by applying the humane entrepreneurship approach: the case of Indonesia. *International Journal of Entrepreneurial Behavior & Research*, 27(6), 1580-1604.
- Ashima, R., Haleem, A., Bahl, S., Javaid, M., Mahla, S. K., & Singh, S. (2021). Automation and manufacturing of smart materials in Additive Manufacturing technologies using Internet of Things towards the adoption of Industry 4.0. *Materials Today: Proceedings*, 45, 5081-5088.
- Azwina, R., Wardani, P., Sitanggang, F., & Silalahi, P. R. (2023). Strategi Industri Manufaktur Dalam Meningkatkan Percepatan Pertumbuhan Ekonomi di Indonesia. *Profit: Jurnal Manajemen, Bisnis dan Akuntansi*, 2(1), 44-55.
- Benjamin, F., Sapari, L. S. J., & Renouw, A. A. (2022). Pengaruh Kualitas Sumber Daya Manusia Terhadap Produktifitas Kerja Pegawai Kelurahan Rufeii di Kota Sorong. *Eqien-Jurnal Ekonomi dan Bisnis*, 11(04), 106-115.
- Ciliberto, C., Szopik-Depczyńska, K., Tarczyńska-Łuniewska, M., Ruggieri, A., & Ioppolo, G. (2021). Enabling the Circular Economy transition: A sustainable lean manufacturing recipe for Industry 4.0. *Business Strategy and the Environment*, 30(7), 3255-3272.

- Clauser, N. M., González, G., Mendieta, C. M., Kruyeniski, J., Area, M. C., & Vallejos, M. E. (2021). Biomass waste as sustainable raw material for energy and fuels. *Sustainability*, 13(2), 794.
- Dominggus, D., & Dongoran, J. (2021). Tingkat PHK Dan Faktor-Faktor Penyebab PHK Pada Industri Otomotif Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Sains Dan Humaniora*, 5(3), 458-464.
- Fauzi, A., & Safirin, M. T. (2021). Analisis Pengendalian Kualitas Dengan Menggunakan Metode Lean Six Sigma Di PT. XYZ. *Tekmapro: Journal of Industrial Engineering and Management*, 16(2), 13-24.
- Hadi, A. (2021). *Penelitian kualitatif studi fenomenologi, case study, grounded theory, etnografi, biografi*. CV. Pena Persada.
- Hapsari, S. A., & Pamungkas, H. (2019). Pemanfaatan google classroom sebagai media pembelajaran online di universitas dian nuswantoro. *WACANA: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 18(2), 225-233.
- Hulpke, J. F., & Fronmueller, M. P. (2022). What's not to like about evidence-based management: a hyper-rational fad?. *International Journal of Organizational Analysis*, 30(7), 95-123.
- Jewell, D. O., Jewell, S. F., & Kaufman, B. E. (2022). Designing and implementing high-performance work systems: Insights from consulting practice for academic researchers. *Human Resource Management Review*, 32(1), 100749.
- Johnson, S. L. (2019). Authentic leadership theory and practical applications in nuclear medicine. *Journal of nuclear medicine technology*, 47(3), 181-188.
- Lange, S., Pohl, J., & Santarius, T. (2020). Digitalization and energy consumption. Does ICT reduce energy demand?. *Ecological economics*, 176, 106760.
- Masruri, F. A., & Ruhyana, N. F. (2021). Analisis Penentuan Sektor Unggulan Di Kabupaten Sumedang Provinsi Jawa Barat. *Coopetition: Jurnal Ilmiah Manajemen*, 12(1), 31-44.
- Mihardjo, L. W., Jermsittiparsert, K., Ahmed, U., Chankoson, T., & Iqbal Hussain, H. (2020). Impact of key HR practices (human capital, training and rewards) on service recovery performance with mediating role of employee commitment of the Takaful industry of the Southeast Asian region. *Education+ Training*, 63(1), 1-21.
- Ramadhan, M. I. H., & Sukarno, G. (2022). Analisis Stres Kerja Dan Burnout Terhadap Kinerja Perawat Selama Pandemi Covid-19 Di RS Islam Surabaya A. Yani. *Jurnal Pendidikan Ekonomi (JURKAMI)*, 7(3), 362-372.
- Ramadhani, S. A. Z., & Abdoeh, N. M. (2020). Tradisi Punggahan Menjelang Ramadhan. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 3(1), 51-65.
- Sadeghi, V. J., Nkongolo-Bakenda, J. M., Anderson, R. B., & Dana, L. P. (2019). An institution-based view of international entrepreneurship: A comparison of context-based and universal determinants in developing and economically advanced countries. *International Business Review*, 28(6), 101588.
- Santoso, N. R., Sulistyningtyas, I. D., & Pratama, B. P. (2022). Transformational leadership during the COVID-19 pandemic: strengthening employee engagement through internal communication. *Journal of Communication Inquiry*, 01968599221095182.
- Saragih, J. P. (2019). Kinerja Industri Manufaktur di Provinsi-Sumatera Tahun 2010-2015 [Manufacturing Industry Performance in Sumatra Provinces 2010-2015]. *Jurnal Ekonomi & Kebijakan Publik*, 9(2), 131-146.
- Susdarwono, E. T. (2020). Research and Development (R & D) Sebagai Pilar Utama dalam Membangun Ekonomi Industri Pertahanan Indonesia. *Madani: Indonesian Journal of Civil Society*, 2(2), 57-70.

## ARTIKEL

---

- Yang, B., Liu, B., Peng, J., & Liu, X. (2022). The impact of the embedded global value chain position on energy-biased technology progress: Evidence from china's manufacturing. *Technology in Society*, 71, 102065.
- Yuslem, N., Nawawi, Z. M., & Dahrul, S. (2023). Strategy For Strengthening Business Incubators As Establishment Of Entrepreneurship Using The Anp Model In Private Higher Education In North Sumatera. *Edukasi Islami: Jurnal Pendidikan Islam*, 11(03).