

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kantor merupakan lingkungan tempat kerja yang mana harus memenuhi ketentuan dalam workplace (Health, Safety and Welfare). Walaupun kantor secara umum dipandang aman, namun di dalamnya tetap muat bahaya kesehatan yang dapat menyebabkan cedera serius (Zaman, 2014).

Setiap tenaga kerja memiliki tanggung jawab pekerjaan yang berbeda-beda dengan adanya perbedaan ini membuat setiap individunya berbeda cara menyikapi suatu pekerjaannya. Menghadapi dunia pekerjaan pastinya memiliki suatu resiko terjadinya penyakit akibat kerja (Zaman, 2014). PAK (Penyakit Akibat Kerja) adalah salah satu bagian dari masalah kesehatan yang berkaitan dengan pekerjaan seseorang dan dipengaruhi oleh beberapa faktor disekitarnya (Sudarmo, Helmi, and Marlinae 2017).

Salah satu penyakit akibat kerja adalah kelelahan kerja. Kelelahan kerja merupakan salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat menjadi faktor resiko terjadinya kecelakaan pada saat bekerja. Kelelahan kerja disebabkan oleh banyak faktor baik dari faktor individu dan juga faktor dari luar seperti lingkungan kerja. Kelelahan kerja penting untuk diperhatikan, karena kelelahan pada pekerja dapat berdampak terhadap penurunan produktivitas kerja dan penurunan konsentrasi kerja (Faiz 2014).

Kelelahan kerja merupakan situasi fisik tubuh, kegiatan dan motivasi yang melemah untuk mengerjakan suatu pekerjaan. Kelelahan kerja dalam jangka waktu yang lama juga akan berpengaruh pada kesehatan pekerja. Beberapa resiko kesehatan yang dapat timbul akibat kelelahan kerja yang berkepanjangan

meliputi *anxiety*, penyakit jantung, diabetes, tekanan darah tinggi, gangguan gastrointestinal, penurunan kesuburan dan depresi (Maharja 2015).

Data dari *Internasional Labour Organisation* (ILO) menyebutkan hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Penelitian tersebut menyatakan dari 58.115 sampel, 32,8% diantaranya atau sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan.

Penelitian mengenai kecelakaan transportasi yang dilakukan di New Zealand antara tahun 2002 dan 2004 menunjukkan bahwa dari 134 kecelakaan fatal, 11% diantaranya disebabkan faktor kelelahan dan dari 1.703 cedera akibat kecelakaan, 6% disebabkan oleh kelelahan pada operator (Rezal et al. 2017). *World Health Organization* (WHO) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomer 2 setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kementrian Tenaga Kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 65% pekerja mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan. Hasil penelitian yang dilakukan pada salah satu perusahaan di Indonesia khususnya pada bagian produksi mengatakan rata-rata pekerja mengalami kelelahan dengan mengalami gejala sakit di kepala, nyeri di punggung, pening dan kekakuan di bahu (Rezal et al. 2017). Lebih dari 65% pekerja di Indonesia datang ke poliklinik perusahaan dengan keluhan kelelahan kerja.

Perasaan atau kondisi lelah merupakan kondisi yang sering dialami seseorang setelah melakukan aktivitas atau kegiatannya. Perasaan capek, mengantuk, bosan dan haus biasanya muncul beriringan dengan adanya gejala kelelahan. Gejala kelelahan biasanya dari adanya pelemahan kegiatan, pelemahan motivasi dan menunjukkan kelelahan fisik. Pelemahan kegiatan ditandai dengan gejala h

perasaan berat dikepala, menjadi lelah seluruh badan, kaki merasa berat, sering menguap, merasa pikiran kacau, merasakan ada beban dimata, kaku dan canggung dalam gerakan, merasa tidak seimbang saat berdiri. Pelemahan motivasi ditandai dengan merasa susah berfikir, lelah saat berbicara, menjadi gugup, tidak konsentrasi, tidak dapat mempunyai perhatian terhadap sesuatu, cenderung lupa, kurang kepercayaan, cemas terhadap sesuatu, tidak dapat mengontrol sikap, tidak dapat tekun dalam pekerjaan. Sedangkan pelemahan fisik ditandai dengan sakit kepala, merasa kaku dibagian bahu, merasa nyeri di punggung, terasa pernafasan tertekan, haus, suara serak, merasakan pusing, merasa kurang sehat (Riyanti, 2011) dalam (Faiz 2014).

Faktor penyebab terjadinya kelelahan di industri sangat bervariasi yang di pengaruhi oleh beban kerja, lingkungan kerja, shift kerja, problem fisik, dan kondisi kesehatan juga dapat dipengaruhi oleh faktor individu, seperti : umur, status kesehatan, status gizi, pola makan, jenis kelamin, dan kondisi psikologi. Resiko yang dapat ditimbulkan akibat kelelahan kerja diantaranya adalah penurunan motivasi kerja, performansi rendah, menurunnya kualitas kerja, banyak terjadi kesalahan dalam bekerja, menurunnya produktivitas kerja, menyebabkan stress kerja, penyakit akibat kerja, cedera dan terjadi kecelakaan akibat kerja (Rezal et al. 2017)

Menurut Suma'mur (1991) dalam (Faiz 2014) menyebutkan bahwa seseorang yang berumur muda sanggup melakukan pekerjaan yang berat, dan sebaliknya jika seseorang sudah berumur lanjut maka kemampuannya untuk melakukan suatu pekerjaan berat akan menurun. Pekerja yang berumur lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak dapat bergerak dengan leluasa ketika melakukan tugasnya sehingga akan mempengaruhi kinerjanya. Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Atiqoh, Wahyuni, and Lestantyo 2014) terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi timbulnya kelelahan kerja, disimpulkan bahwa umur memiliki hubungan dengan kelelahan kerja.

Jenis kelamin dibagi menjadi pria dan wanita. Secara umum wanita hanya mempunyai kekuatan fisik 2/3 dari kemampuan fisik atau kekuatan otot laki-laki (Tarwaka et al, 2004) dalam (Faiz 2014). Faktor perilaku nampak pada kenyataan bahwa laki-laki lebih sering mendapatkan cedera atau kecelakaan. Hal ini dikarenakan laki-laki pekerjaannya atau kegiatan yang dilakukannya mengandung bahaya (Eunike R. Rustina, 2015) dalam (Hastuti 2015). Penelitian yang dilakukan oleh (Chesnal, Rattu, and Lampus 2013) mengemukakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja. Namun penelitian yang dilakukan oleh (Nainggolan, 2010) dalam (Chesnal, Rattu, and Lampus 2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja.

Masa kerja erat kaitanya dengan kemampuan beradaptasi antara seorang pekerja dengan pekerjaan dan lingkungan kerjanya. Proses adaptasi dapat memberikan efek positif yaitu dapat menurunkan ketegangan dan peningkatan aktivitas atau performansi kerja, sedangkan efek negatifnya adalah batas ketahanan tubuh yang berlebihan akibat tekanan yang didapatkan pada proses kerja. Hal tersebut yang menjadi sebab timbulnya kelelahan yang membawa pada penurunan fungsi psikologi dan fisiologi (Atiqoh, Wahyuni, and Lestantyo 2014). Sesuai dengan yang dikemukakan oleh (Sedarmayanti, 1996) dalam (Atiqoh, Wahyuni, and Lestantyo 2014) bahwa masa kerja masuk ke dalam faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja. Dalam hal ini kelelahan terjadi karena masa kerja bekerja akan mempengaruhi terhadap mekanisme dalam tubuh (sistem peredaran darah, pencernaan, otot, syaraf dan pernafasan).

Waktu kerja bagi seseorang menentukan kesehatan yang bersangkutan, efisiensi, efektivitas dan produktivitas kerjanya. Aspek terpenting dalam hal waktu kerja meliputi (1) lamanya seseorang mampu bekerja dengan baik, (2) hubungan antara waktu kerja dengan istirahat, (3) waktu bekerja sehari menurut periode waktu yang meliputi pagi, siang, sore dan malam hari (Suma'mur P.K., 2014) dalam (Meilani et al. 2019). Menurut penelitian yang dilakukan (Kroons, Rattu, and

Josephus 2014) menyatakan bahwa ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja penjahit di Kompleks Gedung President Pasar 45 Kota Manado.

Pemerintah telah membuat Undang-Undang No.13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, khususnya pasal 77 sampai dengan pasal 85. Pasal 77 ayat 1, UU No13/2003 mewajibkan setiap pengusaha untuk melaksanakan ketentuan jam kerja. Untuk karyawan yang bekerja sampai 6 hari dalam seminggu, jam kerjanya adalah 7 jam dalam 1 hari dan 40 jam dalam 1 minggu. Sedangkan karyawan yang berkerja sampai 5 hari dalam seminggu, kewajiban bekerja mereka 8 jam dalam 1 hari dan 40 jam dalam 1 minggu bekerja (Faiz 2014).

Dari hasil survey pendahuluan yang dilakukan di Kantor KUD Tani Bahagia Kulim Jaya tentang kelelahan kerja pada pekerja sebanyak 10 orang. Data awal di dapatkan 70% atau 7 orang mengalami kelelahan kerja dari 10 orang responden tersebut dan 30% atau 3 orang responden tidak mengalami kelelahan kerja.

Berdasarkan survey data awal diatas kelelahan kerja bisa dialami oleh semua pekerja tak terkecuali pekerja disebuah Kantor KUD sekalipun. Dikarenakan Kantor KUD juga memiliki sistem kerja dan kegiatan yang bisa dikatakan padat hampir setiap harinya. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Kantor KUD Tani Bahagia Kulim Jaya Tahun 2021.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka perumusan masalah dari penelitian ini adalah Faktor-Faktor Apa Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Kantor KUD Tani Bahagia Kulim Jaya Tahun 2021.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada Karyawan Di Kantor KUD Tani Bahagia Kulim Jaya Tahun 2021.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui hubungan antara umur dengan kelelahan kerja.
- b. Untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Pekerja**

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menjadi informasi dan masukan pada karyawan di Kantor KUD Tani Bahagia Kulim Jaya Tahun 2021.

### **2. Bagi STIKes Payung Negeri**

Sebagai informasi dan tambahan pengetahuan tentang faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan sehingga menjadi bahan pertimbangan bagi STIKes Payung Negeri Pekanbaru demi menciptakan kerja yang produktivitas.

### **3. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan untuk menambah wawasan dan pengetahuan penelitian sebagai aplikasi ilmu serta bahan perbandingan selama di abngku kuliah dalam bentuk penelitian.