BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kelelahan kerja adalah proses menurunnya efisiensi kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh manusia untuk melanjutkan kegiatan yang harus dilakukan. Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering di jumpai pada tenaga kerja. Menurut beberapa penelitian, kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas kerja. Penyebab kelelahan sumber utamanya adalah kelelahan fisik yaitu kerja yang menggunakan otot dan kelelahan saraf yaitu kerja yang menggunakan otak. Kelelahan kerja bisa menyebabkan penurunan kinerja yang dapat mengarahkan pada peningkatan kesalahan kerja yang fatal dan bisa menyebabkan kecelakaan kerja (Asnel.R & Kursiah, 2013). Kecelakaan kerja itu sendiri yaitu suatu kejadian yang tidak terduga dan tidak diinginkan,baik itu kecelakaan akibat pemaparan pekerjaan atau kecelakaan yang terjadi pada saat pekerjaan yang sedang dilakukan (Buntarto, 2015).

Data dari *International Labour Organization* (ILO), setiap tahun terjadi sebanyak 337 juta kecelakaan kerja diberbagai Negara yang mengakibatkan sekitar tiga juta orang pekerja kehilangan nyawa yang disebakan oleh faktor kelelahan. Di Indonesia angka kecelakaan kerja juga tinggi. Berdasarkan data dari BPJS Ketangakerjaan jumlah kasus kecelakaan kerja tahun 2015 terjadi kecelakaan kerja sebanyak 110.285 kasus dengan korban meninggal dunia 2.375 orang, sedangkan tahun 2016 sejumlah 105.182 kasus dengan korban meninggal dunia 2.382 orang, bulan agustus tahun 2017 terdapat sebanyak 80.392 kasus dengan korban meninggal dunia 285 orang. Dilihat dari data tersebut tiap tahunnya kasus kecelakaan kerja masih tinggi meskipun mengalami sedikit penurunan setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2018). Berbeda

dengan Indonesia kasus kecelakaan kerja mengalami sedikit penurunan, di Riau kasus kecelakaan kerja mengalami peningkatan. Berdasarkan data dari BPJS telah dilaporkan kasus jaminan kecelakaan kerja (JKK) tahun di 2016 sejumlah 6.768 kasus, sedangkan tahun 2017 sejumlah 9.682 kasus.

Beberapa teori mengenai penyebab kecelakaan kerja telah dikemukan oleh para ahli diantaranya adalah teori *Domino* Heinrich. Menurut teori *domino* H.W Heinrich, kecelakaan terjadi melalui hubungan mata rantai sebab akibat, dari beberapa faktor penyebab kecelakaan kerja yang saling berhubungan. Sehingga menimbulkan kecelakaan kerja (cedera ataupun penyakit akibat kerja) serta beberapa kerugian lainnya. Terdapat beberapa faktor penyebab kecelakaan kerja, salah satunya adalah faktor penyebab tidak langsung kecelakaan kerja yaitu faktor pekerjaan dan faktor pribadi. Faktor pekerjaan meliputi, pekerjaan tidak sesuai dengan tenaga kerja, pekerjaan tidak sesuai dengan kondisi sebenarnya, pekerjaan berisiko tinggi namun belum ada upaya pengendalian didalamnya, waktu kerja lebih dari kemampuan kerja, dan beban kerja yang tidak sesuai. Sedangkan faktor pribadi meliputi, mental atau kepribadian tenaga kerja tidak sesuai dengan pekerjaan, konflik, stres, umur, masa kerja dan keahlian yang tidak sesuai (Buntarto, 2015).

Faktor pekerjaan yang mengakibatkan kecelakaan kerja yang disebutkan salah satunya ada Lama kerja atau memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan kerja, ini biasanya tidak disertai efisiensi yang tinggi, bahkan biasanya terlihat penurunan produktivitas serta kecenderungan untuk timbulnya kelelahan, penyakit dan kecelakaan kerja. Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja. Dengan meningkatnya keselahan kerja akan memberikan perluang terjadinya kecelakaan kerja saat bekerja. Sedangkan untuk faktor individu yang mengakibatkan kecelakaan kerja yang disebutkan salah satunya ada masa kerja. Masa kerja merupakan lamanya pekerja tersebut bekerja di suatu tempat. Semakin lama masa kerja yang dimiliki oleh pekerja, maka semakin tinggi risiko gangguan kesehatan yang diterima oleh pekerja. Selain gangguan

kesehatan masa kerja juga dapat menurunkan efektivitas kerja pada tenaga kerja, ini akan berdampak negatif kepada tenaga kerja dikarena mereka merasa bosan atau sudah merasa tidak nyaman lagi berada di lingkungan kerja. Dengan adanya sikap seperti ini maka akan memberikan peluang terjadinya kecelakaan kerja dalam lingkungan kerja (Tarwaka, 2012).

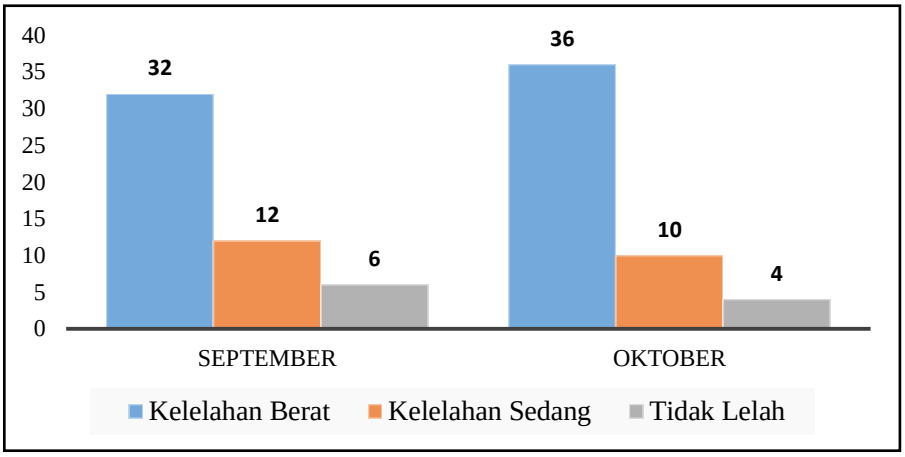
Dalam kehidupan sehari-hari Faktor penyebab terjadinya kelelahan mempunyai beragam penyebab. Teori kombinasi penyebab kelelahan kerja menyatakan penyebab kelelahan kerja yaitu (1) intensitas dan lamanya kerja fisik dan mental, (2) lingkungan: iklim, penerangan, kebisingan, (3) irama detak jantung, (4) problema fisik: tanggung jawab, kecemasan, konflik, (5) kenyerian dan penyakit lainnya, (6) Nutrisi atau Gizi (Tarwaka, 2014).

Ada pun penyebab kelelahan kerja lainnya adalah lama kerja dan masa kerja (Budiono, 2003). Lama kerja atau waktu yang digunakan seorang untuk bekerja dalam sehari bisa mengakibatkan kelelahan. Hal ini terjadi karena adanya *circardium rhythm* (keadaan alamiah tubuh) yang terganggu seperti tidur, kesiapan untuk bekerja, dan banyak proses otonom lainnya yang seharusnya beristirahat pada malam hari karena pekerjaan yang menuntut, kerja lembur maka proses dalam tubuh dipaksa untuk siaga dalam bekerja. Hal ini akan meningkatkan asam laktat dalam tubuh. Asam laktat merupakan produksi hasil metabolisme karbohidrat tanpa menggunakan oksigen. Asam laktat di produksi di sel otot saat suplai oksigen tidak mencukupi untuk menunjang produksi energi. Ketika kondisi tubuh terlalu lelah, tubuh akan kesulitan menghilangkan kadar asam laktat. Meski tidak berbahaya, tetapi akan merasakan ketidaknyamanan dan nyeri pada otot diakibatkan oleh penumpukan asam laktat (Wijaya, 2014). Peningkatan asam laktat juga menimbulkan kelelahan kerja saat semakin lama seorang bekerja. Seseorang akan semakin mengalami kelelahan jika tidak adanya upaya pencegahan untuk mengurangi timbulnya kelelahan (Setyawati, 2011). Selain lama kerja, masa kerja juga merupakan faktor penyebab kelelahan. Masa kerja merupakan lamanya tenaga kerja tersebut bekerja di suatu tempat. Semakin lama masa

kerja yang dimiliki oleh tenaga kerja, maka semakin tinggi risiko gangguan kesehatan yang diterima oleh pekerja. Hal ini terjadi karena pekerjaan yang dilakukan secara kontinyu dalam jangka waktu yang lama akan berpengaruh terhadap mekanisme dalam tubuh (sistem peredaran darah, pencernaan, otot, syaraf, dan pernafasan). Dalam keadaan ini kelelahan terjadi karena terkumpulnya produk sisa dalam otot dan peredaran darah dimana produk sisa ini bersifat membatasi kelangsungan kegiatan otot. Selain itu keadaan lelah juga disebabkan oleh tekanan-tekanan yang terakumulasi setiap harinya pada suatu masa yang panjang (Tarwaka, 2012).

PT. Serasi Autoraya cabang Riau dikenal dengan Trac Astra Rent A Car merupakan bagian dari Astra Group. Trac Astra Rent A car belokasi di Jl. Soekarno Hatta KM 9 No. 46 Sidomulyo Barat, Pekanbaru, Riau (Trac, 2018). PT. Serasi Autoraya sudah berpengalaman lebih dari 21 tahun bergerak dibidang jasa penyewaan mobil. PT. Serasi Autoraya Riau juga merupakan penyediaan jasa transportasi (penyewaan kendaraan roda 4 – 8). Saat ini kegiatan usaha PT. Trac adalah dalam bidang rental mobil, driver, dan After Sales (Fleet). Jumlah pekerja di PT. Trac saat ini sebanyak 70 pekerja yang terbagi menjadi 5 unit yaitu sales bulanan, admin, rental, mechanic, dan driver. Di PT. Serasi Autoraya Cab. Riau sudah menerapkan pengukuran atau penilaian kelelahan pada pekerjanya. Pengukuran dilakukan setiap bulannya. Berdasarkan data yang tercatat pada 5 bulan terakhir didapat data:

Grafik 1.1 Jumlah Kasus Kelelahan Kerja Di PT. Serasi Autoraya Pekanbaru Bulan Agustus – September



Menurut Grafik 1.1 kasus kelelahan di PT. Serasi Autoraya pada bulan September mengalami peningkatan. Tingginya kasus kelelahan pada bulan September disebabkan oleh tingkatan jam kerja yang tidak teratur karena terlalu banyaknya permintaan dari customer. Meskipun begitu dari pihak perushaan sendiri masih belum ada melakukan intervensi apa pun untuk menurunkan kasus tingginya kelelahan kerja pada pekerja di perusahaan tersebut.

Berdasarkan hasil Survei pendahuluan yang dilakukan pada 26 November 2018 di PT. Trac Astra Rent A Car menggunakan kuisioner alat ukur perasaan kelelahan kerja (KAUPK2), di dapatkan hasil bahwa dari 10 pekerja bagian driver, 7 pekerja sering mengalami kelelahan (70%) dan 3 orang pekerja jarang mengalami kelelahan (30%). Hari kerja pekerja unit driver PT. Trac adalah senin sampai sabtu disesuaikan dimasing-masing dari customer, dengan jarak tempuh keluar kota pulang pergi satu hari. Dari hal tersebut berpotensi mengakibatkan driver mengalami kelelahan.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai " **Hubungan Lama Kerja dan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja PT. Serasi Autoraya Pekanbaru tahun 2019".**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti dapat merumuskan masalah yang akan di teliti yakni: " Apakah ada hubungan antara lama kerja dan masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja PT. Serasi Autoraya Pekanbaru tahun 2019?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara lama kerja dan masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja PT. Serasi Autoraya Pekanbaru tahun 2019.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja PT. Serasi Autoraya Pekanbaru tahun 2019.
b. Untuk mengetahui hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja PT. Serasi Autoraya Pekanbaru tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pekerja Trac Astra Rent A Car Pekanbaru

Sebagai bahan untuk mengetahui gambaran mengenai lama kerja dan masa kerja dengan kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja dan memberikan informasi agar dijadikan pertimbangan dalam mengatasi masalah dan mengurangi kelelahan agar produktivitas tercapai secara optimal.

2. Bagi STIKes Payung Negeri

Sebagai bahan, karya, pemikiran bagi pengembangan dalam ilmu kesehatan masyarakat terutama dibidang keselamatan dan kesehatan kerja (K3) dan juga untuk memperbanyak reverensi yang berkaitan dengan kelelahan.

3. Bagi peneliti lain

Dapat memberikan bahan, reverensi dan wawasan untuk penelitian lain yang tertarik melanjutkan penelitian tentang kelelahan kerja.