

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan pada pekerja bagian pengolahan PT. Perkebunan Nusantara VI Unit Usaha PKS Bunut. Untuk mengetahui hubungan antara faktor internal (umur, masa kerja, status gizi) dan faktor eksternal (tekanan panas, dan beban kerja fisik) dengan kelelahan kerja.

Jenis penelitian ini bersifat observasional dengan menggunakan desain cross sectional. Sampel yang diambil sebanyak 50 pekerja dengan teknik total sampling. Kelelahan pekerja diukur dengan menggunakan kuesioner kelelahan *Swedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI). Untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dilakukan uji statistik menggunakan uji chi square.

Hasil uji chi square menunjukkan nilai p value sebesar 1 antara faktor umur dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0.764 antara faktor masa kerja dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0.273 antara faktor status gizi pekerja dengan kelelahan, nilai p value sebesar 0,018 antara faktor tekanan panas dengan kelelahan, dan nilai p value sebesar 0.544 antara faktor beban kerja fisik dengan kelelahan dimana $p < 0.05$ yang berarti adanya hubungan yang bermakna antara tekanan panas dengan kelelahan. Sementara faktor umur, masa kerja, status gizi dan beban kerja fisik tidak memiliki hubungan yang bermakna terhadap kelelahan.

Sebagai saran sebaiknya perusahaan melakukan penyuluhan mengenai kelelahan dan cara penanggulangannya kepada pekerja. Perusahaan sebaiknya memantau status gizi pekerja. Semua pekerja harus bekerja sesuai dengan deskripsi pekerjaan yang telah ditentukan sebelumnya. Pekerja yang baru bekerja sebaiknya diberikan pelatihan/informasi mengenai pekerjaan yang akan dikerjakan. Pekerja yang memiliki status gizi kelebihan berat badan sebaiknya melakukan olahraga rutin agar pekerja terhindar dari masalah kesehatan.

Kata kunci : Kelelahan, Pekerja, Tekanan Panas