

ABSTRACT

Background: Fatigue is a feeling including decreased endurance and efficiency at work. Work fatigue is caused by various factors such as age, gender, nutritional status, years of service, sleep quality, working time, lighting, heat stress, and noise. The purpose of this study is to determine the factors associated with work fatigue in workers in the production department of PT. X.

Methods: This research is an observational study with a quantitative approach using a cross sectional design. Of the 144 production workers, 135 people were selected as sampels. Data collection used interview techniques and SOFI fatigue questionnaires, PSQI sleep quality questionnaires, HSSI heat stress questionnaires, meters and scales. With univariate and bivariate analysis using Chi-Square in SPSS applications.

Results: Based on the results of data processing, it was found that there was a relationship age and work fatigue ($p= 0.027$), nutritional status and fatigue ($p= 0.001$), sleep quality and fatigue ($p=0.009$), heat stress with fatigue ($p=0.008$). Then there is no relationship work period and fatigue ($p= 0.525$).

Conclusion: There is a relationship age, nutritional status, sleep quality, and heat stress with work fatigue. There is no relationship length of work and work fatigue.

Keywords: work fatigue, ergonomics, work safety

ABSTRAK

Latar Belakang : Kelelahan merupakan suatu perasaan keadaan berupa turunnya ketahanan dan efisiensi saat bekerja. Kelelahan kerja disebabkan oleh berbagai faktor seperti umur, jenis kelamin, status gizi, masa kerja, kualitas tidur, waktu kerja, pencahayaan, tekanan panas, dan kebisingan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian produksi PT. X Kota Jambi.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan kuantitatif menggunakan desain *cross sectional*. Dari 144 orang pekerja bagian produksi, 135 orang terpilih sebagai sampel. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara dan kuesioner kelelahan SOFI, Kuesioner kualitas tidur PSQI, Kuesioner tekanan panas HSSI, meteran dan timbangan. Dengan analisis univariat dan bivariat menggunakan Chi-Square pada aplikasi SPSS.

Hasil : Berdasarkan hasil pengolahan data, maka didapatkan bahwa ada hubungan umur dengan kelelahan kerja ($p=0,027$), status gizi dengan kelelahan ($p=0,001$), kualitas tidur dengan kelelahan ($p=0,009$), tekanan panas dengan kelelahan ($p=0,008$). Lalu tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan ($p=0,525$).

Kesimpulan : Terdapat hubungan umur, status gizi, kualitas tidur, dan tekanan panas dengan kelelahan kerja. Tidak ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja.

Kata Kunci : Kelelahan kerja, ergonomi, keselamatan kerja.