

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan segala kegiatan yang bertujuan untuk menjamin keselamatan dan kesehatan di lingkungan kerja dengan mengendalikan risiko dan mencegah kecelakaan serta penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan¹. Kesehatan merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi produktivitas kerja. Produktivitas yang optimal tercapai ketika pekerjaan dilakukan dengan metode yang tepat dan didukung oleh lingkungan kerja yang sesuai dengan standar kesehatan. Jika salah satu syarat ini tidak terpenuhi, gangguan kesehatan seperti kelelahan kerja dapat terjadi². Kelelahan kerja menjadi suatu permasalahan dalam Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang apabila tidak diatasi maka akan menjadi pemicu terjadinya kecelakaan kerja³.

Kelelahan merupakan suatu keadaan fisik dan mental yang mengakibatkan terjadinya penurunan daya kerja dan berkurangnya ketahanan tubuh untuk bekerja. Kelelahan ini mengakibatkan seseorang kehilangan kemauan untuk bekerja dikarenakan kondisi psikologisnya. Lelah yang berat mengakibatkan seseorang berhenti untuk bekerja dikarenakan seseorang tersebut tidak mampu lagi meneruskan pekerjaannya. Kelelahan kerja merupakan salah-satu masalah yang penting untuk ditanggulangi, karena kondisi ini dapat menyebabkan penurunan kesehatan, yang pada gilirannya menurunkan produktivitas kerja dan meningkatkan risiko terjadinya kecelakaan kerja. Dampak kesehatan yang mungkin timbul akibat kelelahan kerja yang berkepanjangan meliputi kecemasan, penyakit jantung, diabetes, hipertensi, gangguan pencernaan, penurunan kesuburan, dan depresi⁴.

Berdasarkan model kesehatan yang dibuat oleh WHO (*World Health Organization*) menyatakan gangguan psikis pada pekerja, seperti kelelahan yang berat, dapat menyebabkan depresi, yang merupakan penyakit pembunuh ke 2 setelah penyakit jantung⁵. Selain itu, *National Safety Council* (NSC) menyatakan bahwa 13% dari kecelakaan di tempat kerja disebabkan oleh faktor kelelahan. Lebih dari 2.000 pekerja pernah mengalami kecelakaan kerja di tempat kerja, 97% pekerja

memiliki setidaknya satu faktor risiko kelelahan kerja, dan lebih dari 80% memiliki dua atau lebih faktor risiko. Selain itu, 40% pekerja melaporkan mengalami kelelahan kerja yang memicu terjadinya peningkatan angka absensi, penurunan produktivitas, serta peningkatan jumlah kecelakaan kerja⁶.

Dalam Industri, peranan manusia sangatlah penting dikarenakan pada saat proses produksi masih bergantung antara alat, bahan, manusia, dan wilayah kerja yang mempengaruhi para pekerja dan bisa menimbulkan kelelahan⁷. Berdasarkan informasi dari ILO (*International Labour Organization*) tahun 2022, menyatakan bahwa setiap tahun sebanyak 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh kelelahan⁸. Keluhan tentang kelelahan berat di kalangan pekerja di seluruh dunia berkisar antara 18,3% hingga 27%, dengan prevalensi di sektor industri mencapai 45%⁹. Berdasarkan data yang dikumpulkan oleh Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Indonesia, terdapat 414 kasus kecelakaan kerja, dengan 27,8% di antaranya disebabkan oleh faktor kelelahan. Selain itu. Pekerja yang mengalami kelelahan namun tetap melanjutkan pekerjaannya, sehingga menyebabkan kecelakaan kerja akan mempengaruhi tingkat produktivitas. Produktivitas kerja sangat dipengaruhi oleh faktor manusia. Pekerja yang memiliki kesehatan fisik dan mental yang baik akan sangat mendukung pencapaian efisiensi dan produktivitas yang optimal¹⁰.

Kelelahan kerja dapat disebabkan oleh faktor individu, faktor pekerjaan, dan faktor lingkungan. Beberapa faktor utama yang berpengaruh terhadap kelelahan yaitu usia, jenis kelamin, masa kerja, dan beban kerja. Apabila beban kerja melebihi kapasitas normal seseorang, maka akan menyebabkan terjadinya kelelahan. Selain itu, pencahayaan, kebisingan dan cuaca yang panas di tempat kerja dapat menyebabkan kelelahan saat bekerja. Kelelahan pada pekerja terjadi lebih cepat, disebabkan karena ada ketidakseimbangan antara aktivitas otot dan regenerasi. Hal ini dapat terjadi jika pekerja melakukan aktivitas fisik berlebihan dan kurang istirahat. Jika pekerja mengalami kelelahan pada saat bekerja, hal itu dapat menyebabkan pekerja¹¹.

Berdasarkan data kecelakaan kerja yang dirilis oleh Kepolisian Republik Indonesia pada tahun 2012, rata-rata terjadi 847 kecelakaan kerja setiap harinya di Indonesia, dengan 36% di antaranya disebabkan oleh tingkat kelelahan yang tinggi. Sebanyak 18% atau sekitar 152 orang mengalami cacat akibat kecelakaan tersebut¹². Angka kecelakaan kerja menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun, yang mengindikasikan bahwa salah satu faktor penyebabnya adalah kelelahan yang dialami oleh pekerja.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nur Santriyana (2022), terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan kelelahan kerja, dengan nilai *Pvalue* sebesar 0,000, yang menunjukkan bahwa usia mempengaruhi kemampuan otot dan fisik seseorang. oleh Sri Handayani (2023), mengatakan bahwa masa kerja merupakan salah satu faktor penyebab kelelahan kerja. Selain itu, beban kerja yang melebihi kapasitas pekerja juga dapat menyebabkan kelelahan. Hal ini diperkuat oleh penelitian Sumardiyono (2022), yang menunjukkan adanya korelasi signifikan antara beban kerja dan kelelahan kerja. Selain itu, dalam penelitian Juanda Rizki Darmayanti (2021) menyebutkan bahwa terdapat hubungan sikap kerja dengan kelelahan kerja dengan nilai *Pvalue* sebesar 0,001, yang menunjukkan bahwa sikap kerja dapat menyebabkan kelelahan kerja. Dalam penelitian Izza Amalia (2019) menyebutkan bahwa riwayat penyakit juga dapat mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja. Pada penelitian Salsa Sasmita Ismail (2024). Menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja. Tidak hanya itu tekanan panas juga dapat mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja, hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Aurina Firda Kusuma Wardani (2023) dengan nilai *Pvalue* sebesar 0,000.

PT. Sumber Graha Sejahtera (SGS) Muaro Jambi adalah perusahaan yang bergerak pada industri kayu lapis. Perusahaan ini terdiri dari dua departemen, yaitu Supporting dan Produksi. Di dalam departemen Produksi terdapat tiga departemen, yaitu *Line Veneer*, *Assembly*, dan *Finishing*. Pada saat survei awal yang dilakukan di PT. Sumber Graha Sejahtera untuk melihat gambaran proses kerja pada pekerja bagian produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera didapatkan hasil jumlah pekerja bagian produksi sebanyak 530 orang dan sebagian besar pekerja berusia 30-50

tahun. Pada saat melakukan survei data awal dari 10 orang yang dijumpai terdapat 8 orang memiliki umur yang tua memiliki keluhan kelelahan seperti mudah mengantuk, menurunnya konsentrasi saat bekerja, nyeri otot, pegal- pegal dan sakit kepala serta merasa panas ditempat mereka bekerja dan adanya kecenderungan peningkatan angka absensi. Pada saat proses produksi pengolahan bahan mentah, diketahui menggunakan suhu yang tinggi sehingga memungkinkan pekerja terdampak dengan tekanan panas. Pekerjaan yang dilakukan secara berulang setiap hari dapat menyebabkan kelelahan kerja. Durasi kerja yang Panjang juga berkontribusi terhadap peningkatan risiko kelelahan kerja. Semakin lama seseorang bekerja, semakin tinggi kemungkinan mengalami kelelahan yang dapat berdampak negative pada produktivitas dan keselamatan kerja.

Berdasarkan latar belakang yang disampaikan serta hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dari 10 pekerja terdapat 8 pekerja dibagian produksi PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi Menunjukkan menunjukkan gejala kelelahan kerja. Oleh karena itu, pentingnya pencegahan pengendalian faktor kelelahan pada pekerja sehingga dengan mempertimbangkan latar belakang dan masalah yang ada, penulis ingin menggali lebih dalam mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini, yaitu faktor-faktor apa sajakah yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja di bagian produksi PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi pada tahun 2025

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada pekerja produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi tahun 2025.
2. Untuk mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada pekerja produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi tahun 2025.
3. Untuk mengetahui hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi tahun 2025.
4. Untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi tahun 2025.
5. Untuk mengetahui ada hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada pekerja produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi tahun 2025.
6. Untuk mengetahui ada hubungan antara tekanan panas dengan kelelahan kerja pada pekerja produksi di PT. Sumber Graha Sejahtera Muaro Jambi tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi PT. Sumber Graha Sejahtera

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan masukan dan menambah pengetahuan serta informasi bagi perusahaan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja, sehingga perusahaan dapat sesegera mungkin memberikan tindakan pencegahan agar tidak menurunkan produktivitas pekerja.

1.4.2 Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi, referensi, dan bahan untuk penelitian ilmiah, serta dapat memperkaya ilmu

pengetahuan bagi peneliti lain di bidang kesehatan Masyarakat, khususnya yang berkaitan dengan kelelahan kerja.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi dan tambahan literature bagi peneliti selanjutnya, serta dapat meningkatkan mutu pendidikan dalam pengembangan keterampilan tenaga kesehatan Masyarakat di lingkungan kerja dan masyarakat.