

KELELAHAN DAN KESEHATAN KERJA NELAYAN

Aprilia Yudi Pratiwi, Dedeh Suryani, Sunarji, Andi Hendrawan
Staf Pengajar Akademi Maritim Nusantara

ABSTRACT

Republic Indonesia is an archipelago country of 17.000 islands surrounded by the 70% seas. So fair hence if most of coastal area have living as fisherman. The informal sector labor among fisherman not yet obtained optimal health services especially which deal with his work, such as those which suggested that is obtain get plenary health service (preventive, promote, curative and rehabilitative and also executed comprehensively in health system.

This study was a crosssectional study locate in Muara dua, penikel village, district of Kampung laul, Cilacap regency, They take a 30 fisherman randomly

The objective of this study is to describe the occupational fishermen health profile consisted of three components a) work load , b) nutrition status and occupational disease

The Result of the study, most of fishermen is over work load , normaly nutrition status and get 1 fisherman occupational disease

Keywords: - Occupational disease - Work load - nutrition status- Fisherman.

PENDAHULUAN

Sampai saat ini tenaga kerja sektor informal di kalangan nelayan belum mendapat perhatian yang cukup tentang kesehatan kerjanya, Kondisi geografis negara Indonesia: yang negara keulauan yang terdiri atas kira-kira 17.000 pulau dan 70% dengan pekerjaan seperti nelayan maka wajar kalau sebagian besar penduduk pesisir memperoleh pelayanan kesehatan paripurna (preventif, promotif, kuratif, dan rehabilitatif serta dilaksanakan secara komprehensif dalam suatu sistem yang terpadu. Menurut Kebijakan Teknis Program Kesehatan Kerja (Kanti, 2004)

kesehatan kerja adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan social yang memungkinkan setiap pekerja dapat bekerja secara sehat dengan produktivitas yang optimal tanpa membahayakan diri, keluarga, masyarakat, dan lingkungan

sekitarnya. Upaya Kesehatan kerja adalah upaya penyesuaian kapasitas kerja, beban kerja dan lingkungan kerja agar setiap pekerja dapat bekerja secara sehat tanpa membahayakan dirinya sendiri maupun masyarakat sekelilingnya, agar diperoleh produktivitas kerja yang optimal.

Kelelahan kerja merupakan masalah yang belum terselesaikan Pada hakekatnya adalah kesehatan kerja adalah upaya yang dilakukan pekerja agar dapat bekerja secara sehat dan selamat, indikasi dari kesehatan kerja adalah status kesehatan pekerja, status gizi pekerja (nelayan), beban kerja, penyakit akibat kerja, lingkungan kerja fisik, kimia, biologi maupun sosial yang mendukung.

Kesehatan kerja sektor informal, belum memperoleh perhatian yang optimal dikarenakan bersifat non formal yang tidak berbadan hukum. Kesehatan kerja menjadi

hal yang mandiri, nelayan harus memperoleh pengetahuan yang semestinya tentang kesehatan dalam bekerja. Indikasi yang akan di lihat adlah beban kerja, status gizi dan penyakit akibat kerja. Penyakit akibat kerja adalah penakit yang disebabkan karena aktivitas pekerjaan dan lingkungan kerja.

Beban kerja pada nelayan antara lain melaut menangkap ikan mengolah hasil tangkapan, dan lainnya Lingkungan kerja adalah kondisi lingkungan tempat kerja yang meliputi kondisi fisik, kimia, biologik, faal (ergonomic), dan psikososial yang mempengaruhi pekerja dalam melaksanakan pekerjaannya. Lingkungan kerja tersebut seperti udara, sinar matahari dan lainnya adalah merupakan beban tambahan.

TUJUAN PENELITIAN

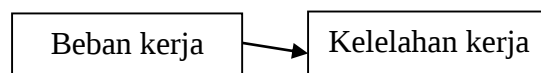
tujuan penelitian sebagai berikut

1. Mengambarkan tentang beban kerja kerja kerja nelayan di Dusun Muara dua Desa Penikel Kecamatan kampung laut.
2. Mengambarkan tingkat kelelahan nelayan di Dusun Muara dua Desa Penikel Kecamatan Kampung laut.
3. Menganalisa hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja nelayan di Dusun Muara dua Desa Penikel Kecamatan kampung laut.

Metode Penelitian

Kerangka Konsep

Menurut Notoatmodjo (2010) kerangka konsep penelitian adalah suatu uraian dan visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya, atau antara variable yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti. Kerangka konsep penelitian ini adalah sebagai berikut :



Gambar 1. Kerangka Konsep

A. Variabel Penelitian

Variable dalam penelitian ini adalah beban kerja dan kelelahan kerja.

B. Rancangan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian yaitu penelitian mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. *Cross sectional* adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (Notoatmodjo, 2010; h.37-38).

2. Populasi Dan Sampel

a. Populasi

Populasi adalah keseluruhan obyek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmojo, 2010). Dalam penelitian ini populasinya adalah nelayan yang bekerja dan mencari nafkah di Muara Dua Desa Penikel Kecamatan Kampung Laut Kabupaten Cilacap 2015.

b. Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan

- objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2010). Pada penelitian ini sampel diambil secara *criteria sampel minimal yaitu 30 nelayan secara random atau acak* yaitu sampel diambil secara acak dari populasi yaitu Muara Dua Desa Penikel Kecamatan Kampung Laut Kabupaten Cilacap 2015.
3. Sumber Data
 - a. Data Primer
Data primer adalah data yang diambil dari objek peneliti perorangan atau organisasi (Notoatmodjo, 2010). Dalam penelitian ini data primernya yaitu data yang didapat melalui observasi pada responden .dengan melakukan pengamatan
 - b. Data Sekunder
Data sekunder adalah data yang didapat tidak secara langsung dari objek penelitian (Notoatmodjo2010). Dalam penelitian ini data sekunder yaitu data yang didapat melalui instansi yang terkait dengan data nelayan
 4. Instrumen Penelitian
Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan, metlin, timbangan , *check list data dan panduan wawancara*:
 5. Cara Penelitian
 - a. Mengukur tinggi dan berat badan responden untu mengetahui status gizi
 - b. Observasi langsung dan wawancara untuk mngetahui beban kerja dan penyakit akibat kerja
 6. Pengolahan dan Analisis Data
 - a. Pengolahan Data

Setelah data terkumpul untuk selanjutnya adalah pengolahan data. Pengolahan data dilakukan secara manual disajikan dalam bentuk tabel dan dipresentasikan dengan langkah-langkah sebagai berikut (Notoatmojo, 2010).

1) *Editing*

Pada tahap ini dilakukan pemeriksaan antara lain : jawaban disesuaikan dengan pertanyaan, kelengkapan jawaban

2) *Coding*

Kegiatan pemberian kode-kode tertentu untuk mempermudah pengolahan data.

3) *Tabulating*

Data disusun dalam bentuk tabel kemudian dianalisis yaitu proses penyederhanaan data kedalam bentuk yang lebih mudah dibaca.

4) *Analizing*

Adalah kegiatan pembuatan analisis sebagai dasar dari penarikan kesimpulan.

b. Analisis Data

1) *Analisa Univariat*

Analisa univariat yaitu menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Analisis ini dilakukan terhadap variabel hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel (Notoatmodjo, 2010; h.182). Menurut Budiarto (2001; h.37)

persentase dibuat dengan rumus sebagai berikut :

$$p = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

p : presentase

f : hasil obyek yang diteliti

n : jumlah seluruh obyek

Data *univariate* yang akan dianalisa adalah beban kerja, status gizi dan penyakit akibat kerja.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. BEBAN KERJA

Beban kerja nelayan dinyatakan dalam jumlah jam per hari dalam bekerja baik sebagai nelayan maupun pekerjaan tambahan misalkan sebagai tukang ojek, petani, pekerjaan serabutan dan lain-lain. Beban kerja nelayan dapat diperlihatkan oleh tabel 1.

Tabel 1 distribusi frekuensi berdasarkan beban kerja

No	Beban kerja	F	%
1	Lebih dari 8 jam	28	93
2	<= 8 jam	2	7
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 diperlihatkan bahwa sebagian besar nelayan beban kerjanya tiap hari lebih dari 8 jam, hal ini dikarenakan hasil sebagai nelayan kurang cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Beban kerja yang tinggi akan memicu kelelahan kerja, stress kerja dan ujung-ungunya adalah

menurunnya daya tahan tubuh dan produktivitas (Suma'mur, 2009)

Beban kerja yang melebihi kapasitas kerja nomal (8 jam) akan memicu berbagai penyakit akibat kerja antara lain, hipertensi, sakit pinggang dan kelelahan kerja kronis (Hendrawan 2004). Upaya dalam mengimbangi beban kerja yang tinggi adalah peningkatan gizi dan kualitas istirahat yang lebih baik sehingga pemulihan tenaga lebih baik.

B. KELELAHAN KERJA

Gambaran kelelahan nelayan diperlihatkan oleh tabel 2 berikut ini.

Tabel 2 kelelahan kerja nelayan penikel cilacap

Kelelahan	F	%
Ringan	3	10.0
Sedang	15	50.0
Berat	12	40.0
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel 2, diperlihatkan bahwa sebagian besar mengalami kelelahan sedang yaitu sebanyak 15 orang atau 50 %. Menurut Hendrawan (2004) mengatakan bahwa kelelahan merupakan bagian yang tak terpisahkan dari beban kerja dan status gizi serta kondisi kesehatan dari tenaga kerja itu sendiri. Lientje S (2004) mengemukakan bahwa kelelahan berhubungan erat dengan ergonomis alat yang dipakai dalam bekerja dan kondisi fisiologi pekerja sendiri

semakin ergonomis suatu alat maka kelelahan kerja makin ringan artinya berkorelasi positif antara ergonomis alat dan kondisi fisiologi dengan kelelahan kerja.

**Tabel 3 beban kerja *
kelelahan kerja
Crosstabulation**

		kelelahan kerja			Total	Nilai Uji X^2
		ringan	sedang	berat		
beban kerja	Leb Count	1	16	11	28	$X^2 = 19,2$ $P = 0,00$
	ih % of					
	dari Total	3.3%	53.3%	36.7%	93.3%	
	8 jam					
	kur Count	2	0	0	2	6.7%
	ang % of					
	atau Total	6.7%	.0%	.0%	6.7%	
	sam den gan 8 jam					
Total	Count	3	16	11	30	
	% of					
	Total	10.0%	53.3%	36.7%	100.0%	

Berdasarkan tabel 3 hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja dapat dijelaskan bahwa semakin beban kerjanya tinggi maka semakin berat juga kelelahannya. Terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai Phitung = 0,000 lebih kecil dari Ptable = 0,005 sehingga terdapat hubungan antara

beban kerja dan kelelahan kerja nelayan di Dusun Muara dua Desa Penikel Kecamatan kampung laut. Hendrawan (2003) mengatakan bahwa semakin tinggi beban kerja tinggi maka semakin tinggi pula kelelahannya. Kelelahan yang melebihi ambang batas akan menimbulkan berbagai penyakit antara lain sakit pinggang, darah tinggi dan jantung. Penanggulangan kelelahan antara lain dengan istirahat yang cukup, pola kelelahan antara lain dengan istirahat yang cukup, pola kerja yang sesuai dengan azas kesehatan dan gizi kerja yang baik.

KESIMPLAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian besar nelayan beban kerjanya tiap hari lebih dari 8 jam, hal ini dikarenakan hasil sebagai nelayan kurang cukup untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Nelayan sebagian besar mengalami kelelahan sedang yaitu sebanyak 15 orang atau 50 %. Terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai Phitung = 0,000 lebih kecil dari Ptable = 0,005 sehingga terdapat hubungan antara beban kerja dan kelelahan kerja nelayan di Dusun Muara dua Desa Penikel Kecamatan kampung laut.

B. Saran

1. Nelayan

Meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan kerja dan selalu waspada dalam bekerja mengutamakan keselamatan

2. Pemerintah

Pemerintah memberikan penyuluhan tentang kesehatan kerja di sector informal dan asuransi kecelakaan kerja bagi nelayan

3. Peneliti lain
Meneliti lebih lanjut tentang variable pengetahuan, perilaku dan sikap tentang kesehatan kerja, promosi K3

Daftar Pustaka

Almaiser, 2010, Ilmu Gizi, Gramedia, Jakarta

Kanti, W, 2004 "PROFIL KESEHATAN KERJA NELAYAN DI KOTA PEKALONGAN DAN KABUPATEN LOMBOK TIMUR, Buletin Penelitian Sistem Kesehatan - Vol. 7. No. 1 Juni, 2004, Surabaya

Hendrawan, 2010, Penyakit Akibat Kerja, Stikes Bina Cipta Husada Purwokerto

Sumamur, 2009, Higien Industri dan perusahaan, Cv, Agung seto, Jakarta

Noto atmojo, 2010, Metodologi penelitian Kesehatan, Rineka Cipta, Jakarta

Sudarmaji, 2004, KONSUMSI IKAN LAUT KADAR MERCURY DALAM RAMBUI DAN KESEHATAN NELAYAN DI PANTAI KENJERAN SURABAYA, Manusia dan Lingkungan, Vol, XI, No, 3, November 2004, Surabaya