

GAMBARAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN KONSTRUKSI PT SCU DESA SILAM TAHUN 2021

Lira Mufti Azzahri Isnaeni¹, Etri gustriana²

¹Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia

²Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Indonesia
liramuftiazzahriisnaeni@gmail.com

Abstract: *International Indonesia several environmental factors that affect the occurrence of work stress, such as the environment, vibration, lighting and dust. One of the causes that affect the occurrence of work stress in workers is fatigue. This type of research is an interview method using a descriptive approach with the aim of obtaining information about the description of fatigue experienced by workers at the factory of PT. SCU Desa Silam in 2021 by conducting interviews through the Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) questionnaire, namely the Swedish work fatigue inventory. This research was conducted in Silam Village. This research was conducted on 10 - 17 December 2021. The population of this study were all workers at the factory of PT. Silam Village SCU in 2021 based on observations, namely as many as 422 people divided into each factory, namely Factory 0 (33 people), Factory 1 (54 people), Factory 2 (75 people), Factory 3 (117 people), Factory 4 (64 people), Factory 5 (49 people), Factory 6 (30 people). The object studied in this study were workers at PT. SCU Desa Silam Factory section. The sample in this study was 205 respondents. From the results of the study, it was found that based on the energy level of the factory workers at PT. SCU, for the category that lacks energy, out of 205 respondents, 111 respondents (54.1%) experienced work fatigue. Based on the physical ability of factory workers at PT. SCU, for the category of workers who have small physical abilities, out of 205 respondents, 71 respondents (34.6%) experienced work fatigue. Based on the physical comfort of factory workers at PT. SCU, for the category of workers who are not comfortable working, out of 205 respondents, 106 respondents (51.7%) experienced work fatigue. Based on the motivation of factory workers at PT. SCU, for the category of workers who are less motivated than 205 respondents, 64 respondents (31.2%) experienced work fatigue. Based on the drowsiness of factory workers at PT. Maruki Internasional Indonesia, for the category of workers who experience fatigue, out of 205 respondents, 108 respondents (52.6%) experienced fatigue.*

Keywords: *work fatigue, construction*

Abstrak: International Indonesia ditemukan beberapa faktor lingkungan yang berpengaruh terjadinya stress kerja, seperti kebisingan, getaran serta pencahayaan dan debu. Salah satu sebab yang berpengaruh terhadap terjadinya terjadinya stress kerja pada para pekerja adalah kelelahan. Jenis penelitian ini adalah metode wawancara dengan menggunakan pendekatan deskriptif dengan tujuan untuk memperoleh informasi tentang gambaran kelelahan yang dialami oleh pekerja bagian factory PT. SCU Desa Silam pada tahun 2021 dengan melakukan wawancara melalui kuesioner *Swedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI) yakni persediaan kelelahan kerja swedia. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Silam. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 10 - 17 Desember 2021. Populasi penelitian ini adalah seluruh pekerja bagian factory PT. SCU Desa Silam tahun 2021 berdasarkan hasil observasi yaitu sebanyak 422 orang yang terbagi pada masing-masing factory, yakni Factory 0 (33 orang), Factory 1 (54 orang), Factory 2 (75 orang), Factory 3 (117 orang), Factory 4 (64 Orang), Factory 5 (49 orang), Factory 6 (30 orang). Objek yang diteliti dalam penelitian ini adalah pekerja PT. SCU Desa Silam bagian Factory. Sampel pada penelitian ini sebanyak 205 responden. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa Berdasarkan tingkat energi pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang kekurangan energi dari 205 jumlah responden sebanyak 111 responden (54,1%) mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan kemampuan fisik pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang memiliki kemampuan fisik yang kecil dari 205 jumlah responden sebanyak 71 responden (34,6%) mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan kenyamanan fisik pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang tidak nyaman bekerja dari 205 jumlah responden yaitu sebanyak 106 responden (51,7%) mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan motivasi pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang kurang motivasi dari 205 jumlah responden sebanyak 64 responden (31,2%) mengalami kelelahan kerja. Berdasarkan rasa kantuk pekerja bagian factory di PT. Maruki Internasional Indonesia, untuk kategori pekerja yang mengalami kantuk dari 205 jumlah responden sebanyak 108 responden (52,6%) mengalami kelelahan.

Kata kunci: kelelahan kerja, konstruksi

Pendahuluan

Dalam Undang-Undang No.13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan dikemukakan bahwa pembangunan nasional dilaksanakan dalam rangka pembangunan manusia Indonesia seutuhnya dan pembangunan masyarakat Indonesia seluruhnya untuk mewujudkan masyarakat yang sejahtera, adil, makmur, yang merata, baik materiil maupun spiritual berdasarkan Pancasila dan Undang Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945. Dalam pelaksanaan pembangunan nasional, tenaga kerja mempunyai peranan dan kedudukan yang sangat penting sebagai pelaku dan tujuan pembangunan (Himpunan Peraturan Perundangan Keselamatan dan Kesehatan Kerja, 2005). Oleh karena itu dalam rangka melindungi keselamatan pekerja guna mewujudkan produktifitas kerja yang optimal perlu diselenggarakan upaya keselamatan dan kesehatan kerja. Salah satu tujuan dari pelaksanaan kesehatan kerja dalam bentuk operasional adalah pencegahan kelelahan dan meningkatkan kegairahan serta kenikmatan kerja (Suma'mur, 1996). Semua jenis pekerjaan akan menghasilkan kelelahan kerja. Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja. Meningkatnya kesalahan kerja akan memberi peluang terjadinya kecelakaan kerja dalam industri. (Hulu, 2008). Grangjean dalam Putri, (2008), mengemukakan kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Kelelahan kerja adalah gejala yang berhubungan dengan penurunan efisiensi kerja, keterampilan, kebosanan, serta peningkatan kecemasan. Kata "lelah" memiliki arti tersendiri bagi setiap individu dan bersifat subjektif. Hal ini didukung oleh data dari ILO yang menunjukkan bahwa hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Kelelahan secara nyata dapat memengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas. Selain itu kelelahan (*fatigue*) memberi kontribusi yang signifikan terhadap kecelakaan kerja (Eraliesia, 2009). Harian Kompas, (2004) mencatat, angka kecelakaan kerja rata-rata perhari di Indonesia yang disebabkan oleh kelelahan sebanyak 27,8% dari 414 kasus kecelakaan kerja perharinya. Dari angka ini dapat dikatakan kecelakaan kerja karena kelelahan memiliki angka cukup tinggi. Selain itu menurut Dewan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Nasional di sektor listrik (PLN) mencatat sebanyak 1485 kasus kecelakaan yang terjadi dimana salah satu penyebab adalah faktor kurangnya konsentrasi pekerja dikarenakan oleh Kelelahan. Laporan *Health and Safety in Agriculture* (2008), untuk sektor pertanian, pada tahun 2001-2002 sekitar 30.000 orang pekerja menderita gangguan atau sakit karena pekerjaan. Berdasarkan tingkat prevalensi 6.500 per 100.000 orang, sektor pertanian termasuk salah satu sektor yang berperingkat tertinggi untuk terjadinya kasus gangguan kesehatan yang diindikasi berhubungan dengan faktor kelelahan kerja. Hasil studi sebelumnya yang dilakukan oleh beberapa peneliti di PT. Maruki International Indonesia ditemukan beberapa faktor lingkungan yang berpengaruh terjadinya stress kerja,

seperti kebisingan, getaran serta pencahayaan dan debu. Salah satu sebab yang berpengaruh terhadap terjadinya stress kerja pada para pekerja adalah kelelahan. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dalam hal kejadian kelelahan kerja pada pekerja PT. SCU Desa Silam.

Metode

Jenis penelitian ini adalah metode wawancara dengan menggunakan pendekatan deskriptif dengan tujuan untuk memperoleh informasi tentang gambaran kelelahan yang dialami oleh pekerja bagian factory PT. SCU Desa Silam pada tahun 2021 dengan melakukan wawancara melalui kuesioner *Swedish Occupational Fatigue Inventory* (SOFI) yakni persediaan kelelahan kerja swedia. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Silam. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 10 - 17 Desember 2021. Populasi penelitian ini adalah seluruh pekerja bagian factory PT. SCU Desa Silam tahun 2021 berdasarkan hasil observasi yaitu sebanyak 422 orang yang terbagi pada masing-masing factory, yakni Factory 0 (33 orang), Factory 1 (54 orang) , Factory 2 (75 orang), Faktory 3 (117 orang), Factory 4 (64 Orang), Factory 5 (49 orang), Factory 6 (30 orang). Objek yang diteliti dalam penelitian ini adalah pekerja PT. SCU Desa Silam bagian Factory. Sampel pada penelitian ini sebanyak 205 responden. Diambil dengan teknik simple random sampling. Dalam pengumpulan data ini penulis menggunakan teknik : Library Research, yaitu mencari bahan dari sumber-sumber bacaan seperti buku- buku, jurnal, skripsi serta disertasi yang relevan dengan kelelahan kerja dan Field Research, dalam research lapangan yaitu pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan kuesioner dengan cara memberikan daftar pertanyaan yang akan diisi oleh responden.

Hasil dan Pembahasan

a. Tingkat Energi dengan Kelelahan Kerja

Hubungan antara kelelahan dengan tingkat energi dalam penelitian inidapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1
Tabulasi Silang Antara Tingkat Energi
dengan Kelelahan Pada Pekerja Bagian
Factory PT. SCU Desa Silam

Tingkat Energi	Tingkat Kelelahan				Jumlah	
	Lelah		Tidak Lelah		n	%
	n	%	N	%		
Cukup Energi	9	4,4	42	20,6	51	25
Kurang Energi	111	54,1	43	20,9	154	75
Jumlah	120	58,5	85	41,5	205	100

Dari tabel 3.1 diatas dapat diketahui bahwa pekerja pekerja yang mengalami kelelahan yang adalah pada pekerja yang mengalami kekurangan energi yaitu sebanyak 111 responden (54,1%) sedangkan pekerja yang mengalami kelelahan akan tetapi pekerja mengalami

kekurangan energi yaitu sebanyak 43 responden (20,9%). Untuk pekerja yang mengalami kelelahan dengan kecukupan energi yaitu sebanyak 9 responden (4,4%) sedangkan pekerja dengan kecukupan energi akan tetapi mengalami kelelahan yaitu sebanyak 42 responden (20,6%).

b. Kemampuan Fisik dengan Kelelahan Kerja

Hubungan antara kemampuan fisik dengan kelelahan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 2
Tabulasi Silang Antara Kemampuan Fisik dengan Kelelahan Pada Pekerja Bagian Factory PT. SCU Desa Silam Tahun 2021

Kemampuan Fisik	Tingkat Kelelahan				Jumlah	
	Lelah		Tidak Lelah		n	%
	n	%	N	%		
Besar Kemampuan Fisik	7	3,4	78	38	85	41,4
Kecil Kemampuan Fisik	71	34,6	49	24	120	58,6
Jumlah	120	38	85	62	205	100

Dari tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa pekerja yang mengalami kelelahan adalah pada pekerja yang memiliki kemampuan fisik yang kecil yaitu sebanyak 71 responden (34,6%) sedangkan pekerja yang mengalami kelelahan akan tetapi pekerja kemampuan fisik yang besar yaitu sebanyak 7 responden (3,4%). Untuk pekerja yang tidak mengalami kelelahan dengan kemampuan fisik yang besar yaitu sebanyak 78 responden (38%) sedangkan pekerja dengan kecil kemampuan fisik dan tidak mengalami kelelahan yaitu sebanyak 49 responden (24%).

c. Kenyamanan Fisik dengan Kelelahan Kerja

Dari tabel 3 dibawah dapat diketahui bahwa pekerja yang mengalami kelelahan adalah pada pekerja yang merasa tidak nyaman yaitu sebanyak 106 responden (51,7%) sedangkan pekerja yang mengalami kelelahan akan tetapi pekerja merasa nyaman yaitu sebanyak 14 responden (6,8%). Untuk pekerja yang tidak mengalami kelelahan dengan merasa nyaman yaitu sebanyak 62 responden (30,2%) sedangkan pekerja dengan perasaan tidak nyaman dan tidak mengalami kelelahan yaitu sebanyak 23 responden (11,3%).

Hubungan antara kenyamanan fisik dengan kelelahan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 3
Tabulasi Silang Antara Kenyamanan Fisik dengan Kelelahan Pada Pekerja Bagian Factory PT. SCU Desa Silam

Kenyamanan Fisik	Tingkat Kelelahan				Jumlah	
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	N	%	n	%
Nyaman	14	6,8	62	30,2	76	37
Tidak Nyaman	106	51,7	23	11,3	129	63
Jumlah	120	58,5	85	41,5	205	100

d. Motivasi dengan Kelelahan Kerja

Dari tabel 3.4 dibawah dapat diketahui bahwa pekerja yang mengalami kelelahan adalah pada pekerja yang motivasi yang kurang yaitu sebanyak 64 responden (31,2%) sedangkan pekerja yang mengalami kelelahan akan tetapi pekerja memiliki motivasi yaitu sebanyak 56 responden (27,3%). Untuk pekerja yang tidak mengalami kelelahan yang memiliki motivasi yaitu sebanyak 81 responden (39,5%) sedangkan pekerja dengan kurangnya motivasi dan tidak mengalami kelelahan yaitu sebanyak 4 responden (2%).

Hubungan antara motivasi dengan kelelahan penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4
Tabulasi Silang Antara Motivasi dengan Kelelahan Pada Pekerja Bagian Factory PT. SCU Desa Silam

Motivasi	Tingkat Kelelahan				Jumlah	
	Lelah		Tidak Lelah			
	n	%	n	%	n	%
Termotivasi	56	27,3	81	39,5	137	66,8
Kurang Motivasi	64	31,2	4	2	68	
Jumlah	120	58,5	85	41,5	205	100

e. Rasa Kantuk dengan Kelelahan Kerja

Dari tabel 3.5 diatas dapat diketahui bahwa pekerja yang mengalami kelelahan adalah pada pekerja yang merasa kantuk yaitu sebanyak 108 responden (52,6%) sedangkan pekerja

yang mengalami kelelahan akan tetapi tidak merasa kantuk yaitu sebanyak 12 responden (5,8%). Untuk pekerja yang tidak mengalami kelelahan akan tetapi merasa kantuk yaitu sebanyak 46 responden (22,6%) sedangkan pekerja yang tidak merasa kantuk dan tidak mengalami kelelahan yaitu sebanyak 39 responden (19%).

Hubungan rasa kantuk dengan kelelahan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5
Tabulasi Silang Antara Rasa Kantuk
dengan Kelelahan Pada Pekerja Bagian
Factory PT. SCU Desa Silam

Rasa Kantuk	Tingkat Kelelahan				Jumlah	
	Lelah		Tidak Lelah		n	%
	n	%	N	%		
Tidak Kantuk	12	5,8	39	19	51	24,8
Kantuk	108	52,6	46	22,6	154	75,2
Jumlah	120	58,4	85	41,6	205	100

a. Tingkat Energi

Kategori variabel tingkat energi menunjukkan bahwa responden yang merasakan kecukupan energi menyatakan bahwa selama saat bekerja responden merasakan tidak begitu besar mengerahkan tenaga dalam bekerjadikarenakan pekerjaan yang dibebankan tidak begitu berat seperti para pekerja yang berada pada unit factory tertentu seperti factory 3, 4 dan 5. Selain itu para responden juga kurang mengeluhkan akan perasaan sulit dalam berkonsentrasi dalam berfikir serta responden kurang mengeluhkan akan perasaan letih atau kehabisan tenaga. Adapun kategori variabel tingkat energi menunjukkan bahwa bahwa responden yang merasakan kekurangan energi disebabkan oleh pengerahan tenaga yang begitu besar berkaitan dengan beban kerja yang diberikan besar seta tanggung jawab terhadap target produksi yang dikejar. Pada saat tertentu pekerja bekerja dengan target untuk memenuhi pesanan dan target ekspor sehingga pekerja merasa mengerahkan tenaganya. Selanjutnya adalah perasaan haus yang sering dialami oleh para pekerja, hal ini berpengaruh terhadap kondisi fisik pekerja untuk melakukan pekerjaan. Selain itu beban kerja atau tugas yang diberikan berpengaruh pula terhadap perasaan kecukupan energi para pekerja. Sehingga responden yang mengalami kekurangan energi dipengaruhi oleh beban kerja yang besar oleh pekerja. Tingkat energi seseorang bergantung terhadap asupan energi yang dikonsumsi oleh pekerja. Energi pada para pekerja perlu untuk diperhatikan oleh perusahaan karena tercukupinya gizi pekerja selama melakukan aktifitas

dapat meningkatkan kapasitas kerja sehingga dapat tercapai produktifitas kerja. Berdasarkan hasil crosstab untuk mengetahui hubungan antara tingkat energi dengan kelelahan sebagian besar pekerja yang mengalami kekurangan energi mengalami kelelahan. Hal tersebut membenarkan terhadap penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh *Destiana (2012)* yang menemukan bahwa tingkat energi seseorang berpengaruh terhadap terjadinya kelelahan dalam proses aktifitas dalam bekerja terkait dengan hubungan antara asupan gizi dengan kelelahan. Asupan gizi erat kaitannya terhadap tingkat energi sebagai interpretasi asupan tersebut. Adapun dari penelitian yang dilakukan diperoleh hasil sebagian kecil responden dengan kecukupan gizi akan tetapi merasa lelah terhadap pekerjaan. Hal tersebut bisa dipengaruhi oleh faktor lain seperti riwayat penyakit serta daya tahan tubuh yang lemah sehingga cepat merasa lelah. Adapula hasil yang ditemukan untuk sejumlah responden yang merasa kurang energi akan tetapi mereka tidak mengalami kelelahan. Hal tersebut dikarenakan jenis pekerja yang menjadi responden dimana para pekerja pada setiap factory terdapat beberapa pekerja yang memiliki beban kerja yang tidak terlalu berat sehingga dari hasil dilapangan menunjukkan adanya pekerja yang tidak merasakan kelelahan.

b. Kemampuan Fisik

Penyebab umum lainnya kelelahan adalah pengerahan tenaga fisik yang besar. Setiap pribadi seseorang memiliki kapasitas fisik yang berbeda sehingga hasil yang diperoleh bervariasi pula. Umumnya kemampuan fisik seorang pria berbedadengan kemampuan fisik wanita. Bila dihadapkan pada jenis pekerjaan yang sama tentu akan menghasilkan output yang berbeda. Pengerahan tenaga fisik yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan terhadap fisik berupa organ-organ tubuh baik dari dalam maupun luar. Untuk para pekerja dengan kapasitas pekerjaan yang berlebihan dapat menyebabkan gejala seperti berkeringat, nafas tersengal-sengal, detak jantung yang cepat hingga berpengaruh terhadap pola pikir. Kategori variabel kemampuan fisik menunjukkan bahwa responden yang tidak mengalami gangguan fisik dalam bekerja merasa kondisi fisik yang baik. Hal ini dilihat pada hasil wawancara dimana responden merasa dalam kondisi yang baik. Namun sebahagian kecil mengeluhkan akan kondisi tempat kerja yang pada saat tertentu berpengaruh terhadap kondisi lingkungan kerja seperti hujan dan panas sehingga memicu terjadinya perasaan kelelahan. Kategori variabel kemampuan fisik yang menunjukkan responden yang mengalami gangguan fisik dalam bekerja merasa kondisi fisik tubuhnya merasakan gangguan seperti denyat jantung yang cepat, berkeringat, tidak dapat bekerja dengan postur yang tetap, serta tubuh yang terasa panas. Hal ini disebabkan oleh adanya gangguan dari dalam dari responden seperti adanya riwayat penyakit. Selain itu kondisi pekerjaan responden dalam hal ini pekerja adalah bekerja dengan posisi berdiri. Sebahagian besar responden yang bekerja dengan postur tubuh berdiri adalah pekerja pada unit factory 0,1, 2, 4, dan 5. Adapun kondisi lingkungan kerja juga berpengaruh terhadap

gangguan fisik selama bekerja seperti ventilasi yang kurang sehingga pekerja merasa kepanasan. Dari hasil crosstab antara kemampuan fisik dengan kelelahan kerja, diperoleh hasil dari pekerja yang memiliki kemampuan fisik yang kurang atau terganggu mengalami kelelahan. Adapun untuk pekerja yang memiliki kemampuan fisik yang baik juga tidak mengalami kelelahan. Akan tetapi dari hasil yang diperoleh ada pekerja yang memiliki gangguan fisik atau kecil kemampuan fisik akan tetapi dalam bekerja tidak merasa lelah. Hal tersebut bisa disebabkan oleh aktifitas kerja yang dilakukan berbeda dengan responden dengan yang mengalami kelelahan. Adapun responden dengan kecil kemampuan fisik dan tidak mengalami kelelahan adalah responden wanita dengan pekerjaan yang tidak terlalu berat. Adapun diperoleh hasil penelitian bahwa responden dengan kemampuan fisik yang besar akan tetapi mengalami kelelahan. Hal tersebut bisa disebabkan oleh adanya gangguan riwayat penyakit dari responden sehingga kondisi fisik yang baik akan tetapi responden mudah mengalami kelelahan.

c. Kenyamanan Fisik

Kategori variabel kenyamanan fisik menunjukkan bahwa responden merasa nyaman selama melakukan pekerjaan. Responden merasa tidak adanya gangguan terhadap kondisi pekerjaan seperti beban kerja serta posisi kerja. Sebahagian pekerja melakukan pekerjaan dengan berdiri serta beberapa pekerja bekerja dengan posisi duduk sehingga merasa nyaman. Adapun jumlah dari keseluruhan jumlah responden yang merasa nyaman dalam bekerja adalah sebanyak 78 responden (38%). Kategori variabel kenyamanan fisik yang menunjukkan bahwa responden yang merasa terganggu dengan kondisi fisiknya dalam bekerja seperti adanya tegangan pada otot saat bekerja, merasa kaku pada otot, sendi serta pada bahu. Keluhan terbesar adalah merasa sakit pada punggung hali ini disebabkan oleh sikap kerja yang kurang tepat. Sebagian besar responden merasa terganggu dan tidak nyaman dengan ditandai dengan gejala yang telah disebutkan nampak dengan hasil yang diperoleh sebesar 127 responden (62%).

Kenyamanan fisik berkaitan dengan kesesuaian antara sikap tubuh dalam bekerja dengan medan kerja. Untuk menciptakan efisiensi kerja serta produktifitas yang optimal maka pekerja harus merasa nyaman selama melakukan aktifitas pekerja. Adapun bila ditemukan ketidaksesuaian antara sikap kerja dan medan kerja dapat mempengaruhi aktifitas pekerjaan yang terkait serta menyebabkan gangguan pada fisik seperti rasa kaku serta tegangan pada otot, persendian dan tulang. Untuk mengetahui hubungan antara kenyamanan fisik dengan kelelahan kerja maka dilakukan crosstab data variabel. Dari hasil diperoleh sebagian besar responden yang merasa tidak nyaman dengan posisi dan sikap kerja merasakan kelelahan. Hal tersebut nampak dari gejala yang menjadi keluhan para responden, diantaranya adalah tegangan otot, keram, serta sakit pada punggung belakang. Adapun diperoleh pula hasil bahwa pekerja yang merasa nyaman dengan posisi dan postur kerja akan tetapi mengalami

kelelahan. Penyebab kelelahan dari posisi kerja yang nyaman biasanya dipengaruhi dari beban kerja yang diberikan serta adanya pengaruh dari lingkungan kerja yang tidak sesuai dengan jenis pekerjaan seperti bekerja di ruang dengan ventilasi yang kurang. Adapula hasil yang menunjukkan responden dengan posisi kerja yang tidak nyaman akan tetapi tidak mengalami kelelahan. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh *Kusyanto (2008)* yang menyatakan bahwa kenyamanan dalam bekerja berpengaruh besar terhadap hasil kinerja yang memuaskan oleh para pekerja akan tetapi sebahagian dari mereka yang merasa tidak nyaman dengan kondisi lingkungan pekerjaan akan berupaya untuk menghasilkan kinerja yang baik pula yang didorong oleh faktor-faktor lain.

d. Motivasi

Kategori variabel motivasi menunjukkan bahwa responden memiliki motivasi yang besar dalam bekerja hal ini dilihat dari hasil penelitian yang dilakukan diperoleh 137 responden (66,8%) bekerja dengan kemauan serta usaha untuk memenuhi seluruh kewajibannya sebagai pekerja. Adapun hal yang menjadi tolak ukur peneliti untuk menilai motivasi pekerja adalah dengan beberapa pernyataan seperti perasaan sulit berkonsentrasi, pasif dalam bekerja, acuh tak acuh terhadap kewajiban, serta perasaan stres terhadap pekerjaan. Kategori variabel motivasi menunjukkan bahwa responden yang merasa kurang termotivasi untuk bekerja umumnya disebabkan oleh adanya perasaan sedih, marah, hingga mengarah kepada perasaan stres dan secara tidak langsung berpengaruh terhadap pekerjaannya. Adapun jumlah responden yang merasa kurang termotivasi berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan menunjukkan sebanyak 68 responden (32,3%). Berdasarkan hasil penelitian dari hasil crosstab yang dilakukan antara motivasi terhadap kelelahan maka diperoleh hasil yang signifikan antara pekerja yang memiliki motivasi untuk bekerja tidak merasakan kelelahan dalam aktifitas kerjanya. Tujuan yang kuat serta keinginan untuk bisa mempertahankan kehidupan dalam menafkahi keluarga serta rumah tangganya. menjadi dorongan utama dari para pekerja untuk bekerja. Dengan mencintai pekerjaannya maka proses serta hasilnya dapat tercapai. Begitupula untuk pekerja dengan motivasi yang kurang berpengaruh terhadap perasaan lelah. Pekerjaan dianggap suatu beban namun tujuan lain yang diinginkan sehingga niat untuk bekerja lebih pada hal yang lebih bersifat pada materiil. Adapun hasil pekerja dengan motivasi yang besar akan tetapi merasa kelelahan dengan jumlah yang cukup besar. Hal ini disebabkan karena responden seperti ini ingin mencapai hasil yang besar tanpa memperhatikan kemampuannya atau dengan kata lain responden seperti ini berupaya untuk memaksakan diri untuk bekerja.

e. Rasa Kantuk

Umumnya rasa kantuk disebabkan oleh adanya gangguan tidur. Tidur adalah masa dimana tubuh mengistirahatkan organ-organ selama telah melakukan aktifitas sehingga organ dapat

berfungsi dengan baik. Seiring perkembangan zaman gangguan tidur telah melekat pada masyarakat sekarang. Salah satu gejalanya adalah insomnia. Insomnia terjadi akibat kebiasaan masyarakat tidur pada larut malam. Dalam kurun waktu tertentu istirahat pada larut malam melekat pada diri sehingga menjadi kebiasaan. Sehingga pada saat tertentu dalam kondisi tubuh membutuhkan istirahat , sulit untuk beristirahat akibat gejala insomnia.akibat dari tidur larut malam, tubuh kurang beristirahat pada malam hari dan menyebabkan rasa kantuk pada siang hari. Kategori variabel rasa kantuk menunjukkan bahwa responden mengalami rasa kantuk umumnya disebabkan oleh kurangnya istirahat. Faktor utama penyebab kantuk adalah dari diri sendiri dimana pekerja tidur atau istirahat pada larut malam.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan maka dapat disimpulkan :

1. Berdasarkan tingkat energi pekerja bagian factory di PT. SCU , untuk kategori pekerja yang kekurangan energi dari 205 jumlah responden sebanyak 111 responden (54,1%) mengalami kelelahan kerja.
2. Berdasarkan kemampuan fisik pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang memiliki kemampuan fisik yang kecil dari 205 jumlah responden sebanyak 71 responden (34,6%) mengalami kelelahan kerja.
3. Berdasarkan kenyamanan fisik pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang tidak nyaman bekerja dari 205 jumlah responden yaitu sebanyak 106 responden (51,7%) mengalami kelelahan kerja.
4. Berdasarkan motivasi pekerja bagian factory di PT. SCU, untuk kategori pekerja yang kurang motivasi dari 205 jumlah responden sebanyak 64 responden (31,2%) mengalami kelelahan kerja.
5. Berdasarkan rasa kantuk pekerja bagian factory di PT. Maruki Internasional Indonesia, untuk kategori pekerja yang mengalami kantuk dari 205 jumlah responden sebanyak 108 responden (52,6%) mengalami kelelahan.

Referensi

- Abiseno, dkk. 2017. *Pengaruh Faktor Lingkungan Kerja dan beban Kerja Terhadap Faktor Kelelahan Kerja Pada Pekerja Full-Machinery Manufaktur Ban di Cikarang*. Jurnal Teknik Lingkungan. Volume 23 nomor 2, Oktober (hal 73-82).
- Atiqoh, J dkk. 2014. *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan kerja pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan di CV. Aneka Garment Gunungpati Semarang*.
- Anizar. 2011. *Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri*. Yogyakarta: Graham Ilmu.
- Ahmad, S., & Amanatun, A. (2015). *Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada pekerja Industri Keripik Melinjo di Desa Benda Indramayu*, Jurnal Kesehatan Lingkungan, 5(3), 140-150.
- A.M. Sugeng Budiono. 2003. *Bunga Rampai Hiperkes dan Kesehatan Kerja*. Semarang : Badan Penerbit UNDIP

- BPJS Ketenagakerjaan. 2018. *Laporan Keuangan 2013 Sampai 2016*.di akses melalui: www.bpjsketenagakerjaan.go.id.
- Damapoli, F. 2013. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Sopir Bus Trayek Manado-Amurang Di Terminal Malalayang Manado*. [Skripsi] Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi, Manado.
- Elbadiansyah. 2019. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Cetakan Kesatu. Malang: *Manajemen SDM dalam Organisasi Publik dan Bisnis*. Cetakan ketiga.
- Fitria, A. dan Imam Hidayat. 2017. *Pengaruh Bauran Pemasaran, Kualitas Pelayanan Terhadap Keputusan Pembelian Pada Kupunya Rumah Mode*. Jurnal Ilmu dan Riset Manajemen.Vol. 6. No 4
- Harianto, Minarni. 2010. *Aplikasi Hypnosis(Hypnobirthing) dalam Asuhan Kebidanan Kehamilan dan Persalinan*. Yogyakarta : gosyen Pusblising
- Hanum, Iis Faizah. 2008. *Efektivitas Penggunaan Screen pada Monitor Komputer untuk Mengurangi Kelelahan Mata Pekerja Call Centre di PT Indosat Nsr Tahun 2008*. Tesis. Medan; Universitas Sumatera Utara.
- Hungu. 2010. *Demografi Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Grasindo
- ILO. Data Kecelakaan Kerja Tahun 2015. Jakarta: Departemen Kesehatan; 2013
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1405/menkes/sk/xi/2002 *Tentang Persyaratan Kesehatan Lingkungan Kerja Perkantoran dan Industri*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta : Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nurrahmani,Ulfah.2012. *Stop Hipertensi*. Yogyakarta : Familia
- Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Purnama, Iva. 2015. *Pengaruh Kondisi Lingkungan Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Di Pabrik Kertas Rokok Pt Pdm Indonesia Medan*. [skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Purnama, Iva. 2015. *Pengaruh Kondisi Lingkungan Kerja Terhadap Kelelahan Kerja di Pabrik Kertas Rokok PT PDM Indonesia Medan*. Mahasiswa Departemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja. Universitas Sumatera Utara, Medan.
- Sinclair. 1992. *Kuesioner pengukuran kelelahan*. Dalam buku Tarwaka. 2014
- Syafril, dan aris fiatno. 2018. *Pengaruh shift kerja terhadap kelelahan pekerja pabrik sawit di ptpn v sei galuh*. Jurnal Teknik Industri Terintegrasi (JUTIN). Vol. 1, No. 2 –Nov 2018. Hal 88-97
- Suma'mur. 2010. *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja*. Jakarta : CV Sagung Seto.
- Setyawati. 2010. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Asmara Books.
- Sedarmayanti, 2012. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta : Refika. Aditama Eresco.
- Suma'mur. 2012. *Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Setyawati, Lientje. 2011. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: AmaraBooks.
- Suma'mur, PK. 2014. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tarwaka. 2014b. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja; Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Waluyo, 2012, *Akuntansi Pajak*, Edisi 4, Salemba Empat, Jakarta.
- Wiyanti, Nina (2017). *Hubungan Intensitas Penerangandengan Kelelahan Mata Pada Pengrajin Batik Tulis*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.