

ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI KECAMATAN MANGGALA KOTA MAKASSAR

Mulyadi¹ dan Nurhajja Arminah²

^{1,2}Poltekkes Kemenkes Makassar
nurhajjah.arminah@gmail.com

ABSTRACT

The furniture industry is an industry that absorbed many workers both women and men and is one of the businesses that have very high health risks, especially in terms of work fatigue. The purpose of this study is to determine the factors that affect work fatigue in furniture workers in the District Manggala Makassar City. The type of this research is analytic survey research with approach Cross-Sectional by using statistical tests in the form of Chi-Square with a sample of 30 workers from 15 furniture industries. Data obtained through questionnaire filling, as well as the measurement of work fatigue in furniture workers by using tool Reaction Timer. The results of this study indicate that there is an effect of the working period with work fatigue ($p = 0.030$). There was a long-term effect of labor with work fatigue ($p = 0.002$). There was an effect of the workload with work fatigue ($p = 0,008$) and there was no effect of using personal protective equipment with work fatigue ($p = 0,103$). The conclusion in this study is that there is an effect between the working period and work fatigue. There is an effect of long work and workload with work fatigue, and there is no influence between the use of personal protective equipment with work fatigue. Suggestions for managers and workers of the furniture industry that must arrange and apply the working hours for 8 hours per day so that workers get enough rest time.

Keywords: Furniture Workers, Work Fatigue.

ABSTRAK

Industri mebel merupakan industri yang banyak menyerap tenaga kerja baik wanita maupun pria dan merupakan salah satu usaha yang memiliki risiko kesehatan yang sangat tinggi terutama dalam hal kelelahan kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar. Adapun jenis penelitian ini yaitu penelitian survei analitik dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan menggunakan uji statistik berupa *Chi Square* dengan sampel sebanyak 30 pekerja dari 15 industri mebel. Data didapatkan melalui pengisian kuesioner, serta pengukuran terhadap kelelahan kerja pada pekerja mebel dengan menggunakan alat *Reaction Timer*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh masa kerja dengan kelelahan kerja ($p=0,030$). Ada pengaruh lama kerja dengan kelelahan kerja ($p=0,002$). Ada pengaruh beban kerja dengan kelelahan kerja ($p=0,008$) dan tidak ada pengaruh penggunaan alat pelindung diri dengan kelelahan kerja ($p=0,103$). Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh antara masa kerja dengan kelelahan kerja. Ada pengaruh lama kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja, dan tidak ada pengaruh antara penggunaan alat pelindung diri dengan kelelahan kerja. Saran bagi pengelola dan pekerja industri mebel yaitu harus mengatur dan menerapkan waktu jam kerja selama 8 jam perhari agar pekerja mendapatkan waktu istirahat yang cukup.

Kata Kunci : Pekerja Mebel, Kelelahan Kerja.

PENDAHULUAN

Industri mebel merupakan salah satu usaha yang memiliki risiko kesehatan yang sangat tinggi terutama dalam hal kelelahan kerja. Menurut Nurmianto (2004), kelelahan merupakan kondisi dimana tubuh mengalami kehabisan energi karena perpanjangan kerja yang dilakukan. Perasaan lelah tidak hanya dirasakan pada saat setelah bekerja, tetapi juga bisa dirasakan sebelum melakukan pekerjaan dan saat melakukan pekerjaan.

Sumber kelelahan kerja dapat berasal dari pekerjaan yang monoton, faktor fisik lingkungan kerja (penerangan, iklim kerja dan kebisingan, intensitas kerja mental dan fisik, faktor psikologi berupa tanggung jawab, konflik, kecemasan, kebiasaan makan, penyakit, dan status kesehatan). Oleh karena itu, orang yang mengalami kelelahan kerja biasanya mengalami gejala-gejala seperti lesu, sakit kepala, kaku pada bahu dan nyeri pada punggung, sering menguap, mudah mengantuk, pusing, sulit berpikir, kurang berkonsentrasi, kurang waspada, persepsi yang buruk dan lambat, kaku dan canggung dalam gerakan, gairah bekerja kurang, tidak seimbang dalam berdiri, tremor pada anggota badan, tidak dapat mengontrol sikap, dan

menurunnya kinerja jasmani dan rohani (Kroemer dan Grandjean, 1997 dalam Tarwaka, 2013).

Grandjean dalam Setyawati (2010) bahwa gejala kelelahan kerja ada dua macam yaitu gejala subjektif dan gejala obyektif. Secara umum, gejala kelelahan dapat dimulai dari yang sangat melelahkan. Kelelahan subjektif biasanya terjadi pada akhir jam kerja, apabila rata-rata beban kerja melebihi 30-40% dari tenaga aerobik maksimal oleh Astrand dan Rodahl, Pulat dalam Tarwaka (2010).

BAHAN DAN METODE

1. Lokasi Penelitian:

Lokasi penelitian ini dilakukan di Kawasan Industri Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar.

2. Desain dan Variabel Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian survei analitik, yaitu penelitian yang diarahkan untuk menjelaskan suatu keadaan dan situasi. Peneliti mencoba untuk mencari hubungan variabel masa kerja, lama kerja, beban kerja dan alat pelindung diri dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel untuk menentukan ada tidaknya pengaruh antar variabel.

Penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional dimana variabel bebas (faktor risiko) dan variabel terikat (efek) diteliti atau dikumpulkan secara bersamaan guna mengetahui pengaruh antara variabel-variabel tersebut.

3. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja pada Industri Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar berjumlah 30 pekerja dari 15 industri mebel. Sampel yang diambil dalam penelitian ini berjumlah 30 pekerja dari 15 Industri Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar.

4. Pengumpulan Data

Data primer diperoleh dari hasil observasi langsung dan wawancara menggunakan lembar observasi serta data hasil pengukuran kelelahan kerja pada pekerja di industri mebel Kecamatan Manggala Kota Makassar dengan menggunakan alat *Reaction Timer*.

Data sekunder diperoleh melalui penelusuran kepustakaan yang berupa referensi dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya, data mengenai tenaga kerja, jurnal, artikel, maupun laporan pemerintah.

5. Analisa Data

Analisis data ditentukan untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi antara variabel bebas (dependen) dengan variabel terikat (independen). Selain itu, analisis data dapat digunakan untuk menguji hipotesa penelitian.

HASIL

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan menggunakan alat *Reaction Timer* untuk mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Manggala Kota, diperoleh hasil pemeriksaan sebagai berikut:

1. Pengaruh Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Tabel 1
Pengaruh Masa Kerja Responden Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar

Masa Kerja	Kelelahan Kerja				Total	%	α	p	OR
	Lelah		Tidak Lelah						
	Σ	%	Σ	%					
Baru	0	0	3	100	3	100			
Lama	20	74,1	7	25,9	27	100	0,05	0,030	3,857
total	20	66,7	10	33,3	30	100			

Sumber: Data Primer, 2018

2. Pengaruh Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Tabel 2
Pengaruh Lama Kerja Responden Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar

Lama Kerja	Kelelahan Kerja				Total	%	α	p	OR
	Lelah		Tidak Lelah						
	Σ	%	Σ	%					
Memenuhi Syarat	0	0	5	100	5	10			
Tidak Memenuhi Syarat	2	80,	5	20,	25	10	0,05	0,002	5,000
Total	2	66,	1	33,	30	10			

Sumber: Data Primer, 2018

3. Pengaruh Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Tabel 3
Pengaruh Beban Kerja Responden Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar

Beban Kerja	Kelelahan Kerja				Total	%	α	P	OR
	Lelah		Tidak Lelah						
	Σ	%	Σ	%					
Ringan	0	0	4	100	4	10			
Berat	2	76,	6	23,	26	10	0,05	0,008	4,333
Total	2	66,	1	33,	30	10			

Sumber: Data Primer, 2018

4. Pengaruh Penggunaan Alat Pelindung Diri Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Tabel 4
Pengaruh Penggunaan Alat Pelindung Diri Responden Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar

Alat Pelindung Diri	Kelelahan Kerja				Total	%	α	P	OR
	Lelah		Tidak Lelah						
	Σ	%	Σ	%					
Memenuhi Syarat	0	0	2	10	2	10			
Tidak Memenuhi Syarat	2	71,4	8	28,6	28	10	0,05	0,10	3,50
Total	2	66,7	10	33,3	30	10			

Sumber: Data Primer, 2018

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, menunjukkan bahwa ada pengaruh antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di industri mebel Kecamatan Manggala Kota Makassar. Adanya pengaruh ini dapat dilihat pada tabel 5.1, dimana dari 3 pekerja mebel yang masa kerjanya baru dinyatakan 100% tidak mengalami kelelahan kerja. Sedangkan dari 27 pekerja mebel yang masa kerjanya sudah lama didapatkan 20 pekerja (74,1%) yang mengalami kelelahan kerja dan 7 pekerja mebel (25,9%) yang tidak mengalami kelelahan kerja dengan nilai $p = 0,030$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menurut peneliti menunjukkan bahwa tingkat kelelahan kerja justru lebih banyak dialami oleh pekerja dengan masa kerja lama.

Dalam kasus ini, masa kerja dapat mempengaruhi pekerja baik pengaruh positif maupun negatif. Pengaruh positif terjadi bila semakin lama seorang pekerja bekerja maka akan berpengalaman dalam melakukan pekerjaannya. Sebaliknya pengaruh negatif terjadi apabila semakin lama seorang pekerja bekerja akan menimbulkan kelelahan dan kebosanan, terlebih dengan aktivitas pekerjaan yang dilakukan secara berulang-ulang dan monoton sehingga akan memengaruhi keadaan otot yang bekerja secara statis. Selain itu, lamanya masa kerja akan memengaruhi stamina pada tubuh pekerja, sehingga akan menurunkan ketahanan tubuh bagi pekerja.

2. Pengaruh Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Lama kerja atau durasi kerja merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya kelelahan kerja, berdasarkan data responden yang didapatkan yaitu terdapat 3 pekerja mebel (10%) yang memenuhi syarat lama kerja setiap hari yaitu bekerja tepat 8 jam dan sebanyak 27 pekerja (90%) yang tidak memenuhi syarat lama kerja perhari yaitu > 8 jam. Adapun lama kerja pada setiap industri yaitu dimulai pada pukul 07.00 – 17.00 WITA tergantung dari banyaknya pesanan yang didapatkan. Maka dari itu, pekerja mebel mendapatkan waktu lembur dan hal tersebut mungkin dikarenakan pekerja dalam kondisi tubuh yang kurang sehat. Jadi, pekerja mebel harus memanfaatkan waktu istirahat seoptimal mungkin agar kelelahan kerja yang dirasakan dapat berkurang.

Berdasarkan teori Suma'mur (2014) waktu kerja bagi seseorang menentukan efisiensi dan produktivitasnya. Segi-segi terpenting bagi persoalan waktu kerja meliputi lamanya seseorang mampu bekerja secara baik, waktu bekerja sehari menurut periode yang meliputi siang dan malam.

Makin panjang jam kerja maka makin besar kemungkinan untuk terjadi hal-hal yang tidak diinginkan seperti penyakit dan kecelakaan kerja. Memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan lama kerja tersebut biasanya tidak disertai efisiensi, efektivitas, dan produktivitas kerja yang optimal bahkan biasanya terlihat penurunan kualitas dan hasil kerja serta bekerja dengan waktu yang berkepanjangan timbul kecenderungan untuk terjadinya kelelahan, gangguan kesehatan, penyakit dan kecelakaan serta ketidapuasan (Suma'mur, 2014).

3. Pengaruh Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa ada pengaruh antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di industri mebel Kecamatan Manggala Kota Makassar. Hasil ini didasarkan dari 4 pekerja mebel yang beban kerjanya ringan dinyatakan 100% tidak mengalami kelelahan kerja. Sedangkan dari 26 pekerja mebel yang beban kerjanya berat didapatkan 20 pekerja (76,9%) yang mengalami kelelahan kerja dan 6 pekerja mebel (23,1%) yang tidak mengalami kelelahan kerja.

Menurut peneliti, ada pengaruh antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel karena dipengaruhi dari faktor sikap kerja yang kurang baik akan menambah beban kerja pada otot. Kondisi beban kerja yang berat seperti mendorong atau menarik, serta mengangkat kayu atau benda yang lain dengan jarak yang jauh dapat mempengaruhi kelelahan kerja sebanyak (53%) dan sebanyak (90%) pekerja yang setiap hari melakukan aktivitas menarik dan mendorong beban secara berlebihan. Maka denyut nadi akan segera berubah seirama dengan perubahan pembebanan, baik yang berasal dari pembebanan mekanik, fisika, maupun kimiawi sehingga menyebabkan terjadinya perubahan irama jantung.

Berat ringannya beban kerja yang diterima oleh seseorang pekerja dapat digunakan untuk menentukan berapa lama seorang pekerja dapat melakukan aktivitas pekerjaannya sesuai dengan kemampuan atau kapasitas kerja yang bersangkutan. Semakin berat beban kerja, maka akan semakin pendek waktu kerja seseorang untuk bekerja tanpa kelelahan.

4. Pengaruh Penggunaan Alat Pelindung Diri Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel

Alat pelindung diri yang digunakan oleh pekerja yang diukur dalam penelitian ini adalah penggunaan sarung tangan, pakaian pelindung, masker, kacamata, pelindung telinga dan helm pengaman. Penggunaan alat pelindung diri secara sederhana adalah seperangkat alat yang digunakan pekerja untuk melindungi sebagian atau seluruh tubuhnya dari adanya potensi bahaya atau kecelakaan kerja.

Berdasarkan pada tabel 5.4, dapat dilihat bahwa dari 30 responden yang diobservasi pada pekerja mebel di industri mebel Kecamatan Manggala Kota Makassar terdapat 2 pekerja (7%) yang memenuhi syarat terhadap penggunaan alat pelindung diri dan sebanyak 28 pekerja mebel (93%) yang tidak memenuhi syarat terhadap penggunaan alat pelindung diri. Adapun alat pelindung diri yang

paling banyak tidak disediakan oleh industri mebel adalah pelindung telinga, helm pengaman, dan kacamata. Sedangkan alat pelindung diri berupa masker, sarung tangan dan pakaian pelindung hanya beberapa pekerja saja yang memakai.

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh antara penggunaan alat pelindung diri dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di industri mebel Kecamatan Manggala Kota Makassar. Hasil ini didasarkan pada nilai $p = 0,103$ ($p > 0,05$). Hal ini disebabkan karena kurangnya pengetahuan terhadap penggunaan alat pelindung diri serta pekerja yang telah terbiasa bekerja tanpa menggunakan alat pelindung diri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- Ada pengaruh masa kerja (tahun) dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar.
- Ada pengaruh lama kerja (jam perhari) dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar.
- Ada pengaruh beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Manggala Kota Makassar.
- Tidak ada pengaruh penggunaan alat pelindung diri dengan kelelahan kerja pada pekerja di Kecamatan Manggala Kota Makassar.

Saran

- Bagi Pihak Industri Mebel
Agar mengatur dan menerapkan waktu kerja yang ditetapkan selama 8 jam perhari dan selama 40 jam perminggu sehingga pekerja tidak mengalami beban kerja berlebih dan waktu istirahat secara cukup serta kelelahan kerja yang dirasakan dapat berkurang.
- Bagi Institusi Terkait
Sebaiknya Depnaker dan Balai K3 dapat bekerja sama dengan industri mebel karena diperlukan penyuluhan dan sosialisasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) secara berkala dalam rangka optimalisasi penerapan budaya K3 di tempat kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- A.M Sugeng Budiono, 2003. *Hiperkes dan Kesehatan Kerja*. (online). <http://www.google.book.ac.id>. Semarang: Badan Penerbit UNDIP. Diakses 25 Juni 2018.
- Melati Sрни, 2013. *Hubungan Antara Umur, Masa Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel di CV. Mariska Desa Leilem Kecamatan Sonder Kabupaten Minahasa*. (online).

<http://www.fkm.unsrat.ac.id>. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Sam Ratulangi Manado.

Notoatmodjo Soekidjo. 2011. *Kesehatan Masyarakat: Ilmu dan Seni*. Cetakan ke-2. Jakarta: Rineka Cipta.

Nurmianto, 2004. *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya Edisi Pertama*. Surabaya: Guna Widya

Republik Indonesia 2003. *Undang Undang Nomor 13 Tentang Ketenagakerjaan*.

Republik Indonesia. 2009. *Undang-Undang No. 36 Tentang Kesehatan*.

Republik Indonesia, 2010. *Peraturan Menteri Tenaga Kerja Dan Transmigrasi RI Nomor 08 Tentang Alat Pelindung Diri*.

Republik Indonesia, 2016. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 70 Tentang Standar dan Persyaratan Kesehatan Lingkungan Kerja Industri*.

Setyawati, 2010. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books.

Suma'mur, 2014. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: Sagung Seto.

Tarwaka, 2014. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja*. Surakarta: Harapan Press