

Kelelahan Kerja Pada Pekerja Wanita PT. Maruki International Indonesia Tahun 2020

Rahmatia¹, Andi Nurlinda², Ikhram Hardi³, Hasriwiani Habo Abbas⁴, Yuliati⁵

¹⁻⁵ Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia dan Sulawesi Selatan

Corresponding Author:

Penulis Pertama: Rahmatia Telp: 082192960549

E-mail: tirahtya@gmail.com

Abstrak: Pekerja wanita yang bekerja diluar rumah memerlukan energi yang lebih besar bila dibandingkan dengan wanita dalam peran kodratinya saja. Peran ganda bagi pekerja wanita tanpa disadari telah meningkatkan tekanan fisik, mental dan adanya kompetisi dalam menggunakan waktu, energi dan perhatian dalam melaksanakan pekerjaan di luar rumah dan pekerjaan di rumah tangga. Hal ini dapat menimbulkan kelelahan kerja di tempat kerja maupun di rumah tangga. Kelelahan kerja penting untuk diperhatikan, karena kelelahan pada pekerja wanita dapat berdampak terhadap penurunan produktivitas kerja dan penurunan konsentrasi kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pekerja wanita di PT. Maruki International Indonesia. Jenis penelitian ini adalah studi kuantitatif dengan menggunakan metode *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja wanita yang ada dilingkungan kerja PT. Maruki International Indonesia dengan teknik *total sampling* yaitu sebanyak 30 responden yang ada dibagian produksi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja wanita. Kesimpulan dari analisis kelelahan kerja pada pekerja wanita di PT. Maruki International Indonesia mengalami kelelahan kerja sedang.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Produktivitas Kerja, Pekerja Wanita

1. PENDAHULUAN

Menurut *International Labour Organization* (ILO) sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia setiap tahunnya mengalami kecelakaan kerja yang disebabkan oleh kelelahan kerja sebanyak 32,8%. Kelelahan kerja tidak hanya dialami oleh tenaga kerja di bidang industri, namun juga pada pegawai negeri sipil. Hal ini dibuktikan dengan penelitian pada pegawai kantor Inspektorat Kabupaten Simalungun dengan hasil penelitian 78,6% merasakan kelelahan kerja. Menunjukkan data bahwa di dunia hampir setiap tahun terdapat sebanyak dua juta pekerja yang meninggal dunia dikarenakan kecelakaan kerja yang disebabkan faktor kelelahan, data ini semakin memperjelas bahwa kontribusi kelelahan kerja pada terjadinya kelelahan kerja terbilang besar (Claudia, 2019).

Organisasi Kesehatan Dunia atau *World Health Organization* (WHO) mempunyai model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020, yang memperkirakan gangguan psikis pada pekerja seperti perasaan lelah yang begitu berat dan berujung pada depresi dapat menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh kementerian tenaga kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak telah menunjukkan hasil bahwa ditemukan 65% pekerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan (Medianto, 2017).

Kelelahan adalah salah satu faktor yang dapat mengurangi kapasitas kerja dan ketahanan tubuh pekerja. Terdapat dua jenis kelelahan yaitu kelelahan otot dan kelelahan umum. Kelelahan otot merupakan tremor pada otot. Kelelahan umum ditandai dengan

berkurangnya kemauan untuk bekerja yang sebabnya adalah persyaratan psikis. Penyebab kelelahan umum adalah monoton, intensitas, dan lamanya kerja mental dan fisik, keadaan lingkungan. Meningkatnya kesalahan kerja akan memberikan peluang terjadinya kecelakaan kerja dalam industri. Pembebanan otot secara statis (*static muscular loading*) jika dipertahankan dalam waktu yang cukup lama akan mengakibatkan RSI (*Repetition Strain Injuries*), yaitu nyeri otot, tulang, tendon, dan lain-lain yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat berulang (Tenggor, 2019).

Kelelahan dalam bekerja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain yaitu umur, masa kerja, status gizi, asupan nutrisi, status perkawinan, gangguan *muskuloskeletal*, olahraga, kebiasaan merokok, kebiasaan minum alkohol dan penyalahgunaan obat. Sedangkan faktor dari luar yang dapat mempengaruhi kelelahan meliputi tinggi meja, iklim kerja, pencahayaan, tingkat pendapatan, kesempatan merubah sikap atau posisi bekerja, pakaian sepatu, kondisi lantai dan shift kerja (Gaghiwu, 2016).

Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Kelelahan Kerja pada Pekerja Wanita di PT. Maruki Internasional Indonesia.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini merupakan studi kuantitatif dengan menggunakan metode *cross sectional study* yang terjadi pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja wanita yang ada di lingkungan kerja PT. Maruki International Indonesia berjumlah 30 responden yang ada di bagian produksi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik sampel jenuh atau sering disebut *total sampling* yaitu seluruh populasi dalam penelitian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Penelitian dilakukan di PT. Maruki International Indonesia Makassar pada bulan Juli hingga Agustus 2020. Subjek penelitian adalah pekerja wanita di bagian produksi PT. Maruki International Indonesia yang berjumlah 30 pekerja wanita.

a. Karakteristik Responden

Adapun karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

1) Umur

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Umur Pada Pekerja Wanita di PT. Maruki International Indonesia Makassar Tahun 2020

No.	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1.	20-30	4	13,3
2.	31-40	15	50
3.	41-50	10	33,3
4.	51-60	1	3,4
Total		30	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai umur antara 31-40 tahun sebesar 15 pekerja wanita (50%), pekerja wanita yang berumur 41-50 tahun sebanyak 10 responden (33,3%), pekerja wanita yang

berumur 20-30 tahun sebanyak 4 responden (13,3%) dan pekerja wanita yang berumur 51-60 tahun sebanyak 1 responden (3,4%).

2) Masa Kerja

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Masa Kerja Pada Pekerja Wanita di PT. Maruki International Indonesia Makassar Tahun 2020

No.	Masa Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Lama	8	26,6
2.	Baru	22	73,4
Total		30	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai masa kerja baru sebesar 22 pekerja wanita (73,4%) dan pekerja wanita yang masa kerja lama sebanyak 8 responden (26,6%).

b. Analisis Univariat

Analisis Univariat yang dimaksud dalam penelitian ini adalah analisis yang membahas tentang kelelahan kerja dan produktivitas kerja. Adapun kelelahan kerja dan produktivitas kerja pada penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

1) Kelelahan Kerja

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Kelelahan Kerja Pada Pekerja Wanita di PT. Maruki International Indonesia Makassar Tahun 2020

No.	Kelelahan Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Sedang	20	66,6
2.	Berat	10	33,3
Total		30	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai kelelahan kerja ringan sebesar 20 pekerja wanita (66,6%), pekerja wanita yang mempunyai kelelahan kerja berat sebanyak 10 responden (33,3%).

2) Produktivitas Kerja

Tabel 4 Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Produktivitas Kerja Pada Pekerja Wanita di PT. Maruki International Indonesia Makassar Tahun 2020

No.	Produktivitas Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Tinggi	14	46,7
2.	Rendah	16	53,3
Total		30	100

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai produktivitas kerja rendah sebesar 16 pekerja wanita (53,3%), dan pekerja wanita yang mempunyai produktivitas kerja tinggi sebanyak 14 responden (46,7%).

c. Analisis Bivariat

1) Hubungan Kelelahan Kerja dan Produktivitas Kerja

Tabel 5 Hubungan berdasarkan kelompok kelelahan kerja dan produktivitas kerja pada pekerja wanita di PT. Maruki International Indonesia Makassar Tahun 2020.

Kelelahan Kerja	Produktivitas Kerja			P Value
	Tinggi	Rendah	Total	
	n	n	N	
Sedang	12	8	20	0,039
Berat	2	8	10	
Total	14	16	30	

Berdasarkan tabel diatas maka diperoleh hasil *p value* sebesar 0,039 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, dari hasil itu artinya ada hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja wanita bagian produksi di PT. Maruki International Indonesia.

B. PEMBAHASAN

Analisis hasil penelitian ini meliputi antara karakteristik responden, analisis hasil uji univariat, dan analisis hasil uji bivariat. Adapun uraian analisis hasil penelitian tersebut adalah sebagai berikut:

a. Karakteristik Responden

Pembahasan mengenai berdasarkan karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi umur responden dan masa kerja responden. Berikut adalah uraian pembahasan karakteristik dari responden:

1) Umur Responden

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui distribusi umur pekerja wanita pada bagian produksi di PT. Maruki International Indonesia yaitu bahwa sebagian besar responden mempunyai umur antara 31-40 tahun sebesar 15 pekerja wanita (50%). Dari keseluruhan sampel yang berjumlah 30 orang, tenaga kerja yang termuda yaitu berusia 20 tahun dan yang tertua berusia 60 tahun.

Kemudian dari penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa responden yang mengalami kelelahan kerja sedang berusia 35 tahun. Hal ini tentu saja sangat berpengaruh karena diusia yang bertambah tua akan diikuti oleh kemampuan organ yang menurun sehingga menyebabkan tenaga kerja semakin mudah lelah dan dapat menyebabkan penurunan produktivitas tenaga kerja itu sendiri (Suma'mur P.K., 1996:359).

2) Masa Kerja Responden

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui distribusi masa kerja pada pekerja wanita bagian produksi di Pt. Maruki International Indonesia dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai masa kerja baru sebesar 22 pekerja wanita (73,4%) dan pekerja wanita yang masa kerja lama sebanyak 8 responden (26,6%). Dari penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa responden yang mengalamikelelahan kerja berat sebagian besar berusia lebih dari 35 tahun, dimana masa kerjanya rata-rata telah mencapai 5 tahun. Hal tersebut pastinya sangat berpengaruh, dikarenakan adanya pembebanan otot secara statis (*static muscular loading*) yang jika dipertahankan dalam waktu lama akan mengakibatkan RSI (*Repetition Strain Injuries*) yaitu nyeri otot tulang, tendon, dan

sebagainya yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat berulang atau monoton. Karakteristik kelelahan kerja juga akan meningkat dengan semakin lamanya pekerjaan yang dilakukan. Jadi, semakin lama tenaga kerja bekerja di bagian produksi maka tenaga kerja akan lebih merasa bosan dengan pekerjaan yang monoton setiap harinya sehingga sebelum memulai bekerja saja mereka sudah merasa lelah (Eko Nurmiyanto, 2003:264).

b. Analisis Univariat

1) Kelelahan Kerja

Kelelahan (*fatigue*) merupakan suatu perasaan yang bersifat *subyektif*. Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan (A.M. Sugeng Budiono, dkk., 2000:86). Kelelahan akibat kerja sering diartikan sebagai proses menurunnya efisiensi, performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan kegiatan yang harus dilakukan (Sritomo Wignjosoebroto, 2003:283). Tidak satupun ukuran yang mutlak dalam pengukuran kelelahan. Menurut eksperimen yang pernah dilakukan, sejauh ini pengukuran kelelahan hanya mampu mengukur beberapa manifestasi atau indikator kelelahan saja.

Salah satu alat untuk mengetahui tingkat kelelahan adalah *reaction timer*, yaitu alat untuk mengukur tingkat kelelahan berdasarkan kecepatan waktu reaksi seseorang terhadap rangsang cahaya atau rangsang suara. Pada keadaan yang sehat, tenaga kerja akan lebih cepat merespon rangsangan yang diberikan dan seseorang yang telah mengalami kelelahan akan lebih lama merespon rangsangan yang diberikan (A.M. Sugeng Budiono, dkk., 2000:90).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui distribusi kelelahan kerja pada pekerja wanita bagian produksi di Pt. Maruki International Indonesia dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai kelelahan kerja ringan sebesar 20 pekerja wanita (66,6%), pekerja wanita yang mempunyai kelelahan kerja berat sebanyak 10 responden (33,3%). Hasil dari pengukuran ini sesuai dengan pernyataan Eko Nurmiyanto, yaitu semua jenis pekerjaan akan menghasilkan kelelahan kerja. Dimana kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja. Dengan meningkatnya kesalahan kerja akan memberikan peluang terjadinya kecelakaan kerja yang menyebabkan penurunan produktivitas kerja (Eko Nurmiyanto, 2003:264).

2) Produktivitas Kerja

Produktivitas secara umum diartikan sebagai hubungan antara keluaran (barang dan jasa) dengan masukan (tenaga kerja, bahan, dan uang). Produktivitas itu sendiri adalah ukuran efisiensi produktif. Suatu perbandingan antara hasil keluaran dan masukan. Masukan sering dibatasi dengan tenaga kerja, sedangkan keluaran diukur dalam kesatuan fisik, bentuk dan nilai. Perumusan ini berlaku untuk perusahaan, industri dan ekonomi secara keseluruhan. Lebih sederhana, maka produktivitas adalah perbandingan secara ilmu hitung, antara jumlah yang dihasilkan dan jumlah setiap sumber daya yang dipergunakan selama proses berlangsung (A.M. Sugeng Budiono, dkk., 2003:263).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui distribusi kelelahan kerja pada pekerja wanita bagian produksi di Pt. Maruki International Indonesia dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai produktivitas kerja rendah sebesar 16 pekerja wanita (53,3%), dan pekerja wanita yang mempunyai produktivitas kerja tinggi sebanyak 14 responden (46,7%).

Produktivitas kerja yang tidak sesuai dapat disebabkan oleh kelelahan kerja pada tenaga kerja yang dapat mempengaruhi produktivitas kerja itu sendiri. Kelelahan mental dan fisik merupakan hal yang sangat penting untuk menjadi perhatian, sebab keadaan mental dan fisik yang lelah mempunyai hubungan yang erat dengan produktivitas kerja. Semakin tinggi tingkat kelelahan kerja fisik dan mental maka semakin dapat menurunkan produktivitas kerja (Yusdarli Hasibuan,2010:44).

c. Analisis Bivariat

1) Hubungan Antara Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui hubungan kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja wanita bagian produksi di Pt. Maruki International Indonesia maka diperoleh hasil p value sebesar 0,039 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, dari hasil itu artinya ada hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja wanita bagian produksi di PT. Maruki International Indonesia. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Yusdarli Hasibuan (2010:113) yang berjudul "Hubungan Kelelahan Kerja dan Kepuasan Kerja dengan Produktivitas Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Dr. Tengku Mansyur Tanjungbalai" dengan hasil terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja perawat di ruang rawat inap RSUD Dr. Tengku Mansyur Tanjungbalai yaitu nilai p sebesar 0,006 yang berarti probabilitas lebih kecil dari 0,05 ($0,006 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Selaras dengan penelitian ini, penelitian yang dilakukan oleh Ambar Silastuti (2006:63) yang berjudul "Hubungan antara Kelelahan dengan Produktivitas Tenaga Kerja di bagian Penjahitan PT. Bengawan Solo Garment Indonesia" juga diperoleh hasil yang serupa, yaitu terdapat hubungan antara kelelahan dengan produktivitas tenaga kerja di bagian penjahitan PT. Bengawan Solo Garment Indonesia dengan nilai p sebesar 0,003 yang berarti probabilitas lebih kecil dari 0,05 ($0,003 < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

4. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Terdapat hubungan kelelahan kerja antara umur dengan tingkat produktivitas kerja pada pekerja wanita di PT. Maruki International Indonesia.
2. Terdapat hubungan kelelahan kerja antara masa kerja dengan tingkat produktivitas kerja pada pekerja wanita di PT. Maruki International Indonesia.
3. Terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada pekerja wanita bagian produksi PT. Maruki International Indonesia (nilai $p 0,039 < 0,05$)

DAFTAR PUSTAKA

- A.M. Sugeng Budiono, dkk., 2000, *Bunga Rampai Hiperkes dan KK*, Semarang: BP Universitas Diponegoro
- Ambar Silastuti, 2006, *Hubungan Antara Kelelahan dengan Produktivitas Tenaga Kerja di bagian Penjahitan PT Bengawan Solo Garment Indonesia*. Skripsi: Universitas Negeri Semarang.
- Eko Nurmianto, 2003, *Ergonomic Konsep Dasar dan Aplikasinya*, Surabaya: Institut Teknologi Sepuluh November.
- Sedarmayanti, 2009, *Sumber Daya Manusia dan Produktivitas*, Bandung: CV Mandar Maju.

- Suma'mur P.K., 1996, *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*, Jakarta: Gunung Agung.
- Yusdarli Hasibuan, 2010, *Hubungan Kelelahan Kerja dan Kepuasan Kerja dengan Produktivitas Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Dr. Tengku Mansyur Tanjungbalai*. Skripsi: Universitas Sumatera Utara.
- Sritomo Wignjosebroto, 2003, *Ergonomi, Studi Gerak dan Waktu Teknik Analisis untuk Peningkatan Produktivitas Kerja*, Surabaya: Penerbit Guna Widya.
- Gaghiwu, L., Josephus, J., Rompas, R.M. (2016). *Analisis Beberapa Faktor Penyebab Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat Di Pelabuhan Samudera Bitung*. Jurnal. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Sam Ratulangi Manado.
- Claudia, G.K. (2019). *Hubungan Antara Status Gizi Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Nelayan Di Kelurahan Uwurur Satu Kecamatan Amurang Kabupaten Minahasa Selatan*. Jurnal Kesmas, Vol. 8, No. 7, November 2019.
- Medianto, D. (2017). *Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat (TKBM) Di Pelabuhan Tanjung Emas*. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Tenggor, D., Pondaag, L., Hamel, R.S. (2019). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat di ruang rawat inap rumah sakit umum GMIM pancaran kasih Manado*. Jurnal keperawatan, Vol. 8, No. 1 (2019).