

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelelahan kerja adalah salah satu persoalan kritis yang perlu ditanggulangi karena kelelahan dapat menyebabkan menurunnya kecakapan kerja dan kondisi kesehatan sehingga dapat memicu kecelakaan kerja, serta produktivitas dan prestasi kerja menurun (Verawati, 2016). Kelelahan kerja merupakan separuh kontributor kecelakaan kerja yang terjadi yang bagaimanapun juga sering dianggap sepele dan bukan merupakan prioritas bagi perusahaan (Techera et al., 2016; Ihsan et al., 2020). Di Indonesia, jumlah kecelakaan kerja masih tinggi, yaitu sebanyak 108.573 kasus kecelakaan kerja yang tercatat per Juni 2020. Jumlah ini meningkat 28% jika dibandingkan dengan angka kecelakaan kerja pada tahun 2019 sebanyak 85.109 kasus. Kementerian Tenaga Kerja Republik Indonesia (Kemenaker RI) tahun 2020 melaporkan bahwa pada tahun 2019 jumlah kecelakaan kerja sebanyak 114.000 kasus dan pada tahun 2020 menjadi 177.000 kasus atau naik sekitar 64,4% (Kemenaker RI, 2020). Badan Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan data pada tahun 2020 bahwa kelelahan merupakan penyakit pembunuh kedua setelah penyakit jantung (WHO, 2020). Selain itu, Organisasi Perburuhan Internasional (ILO) mengeluarkan data bahwa setiap tahunnya terdapat 2 juta pekerja yang tewas akibat kecelakaan kerja karena kelelahan kerja (WHO/ILO, 2021).

Kelelahan kerja dapat ditimbulkan oleh semua jenis pekerjaan baik formal maupun informal. Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambahkan kesalahan kerja. Menurunnya kinerja sama artinya dengan menurunnya produktivitas kerja, apabila tingkat produktivitas seorang tenaga kerja terganggu yang disebabkan oleh faktor kelelahan fisik maupun psikis maka dapat berakibat menurunnya produktivitas perusahaan. Selain itu, dampak jangka panjangnya dapat menimbulkan Penyakit Akibat Kerja (PAK) serta kecelakaan kerja (Andriani, 2021).

Kelelahan kerja dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu usia dan status gizi. Kemampuan seseorang untuk bekerja berbanding lurus dengan usianya. Semakin tua tingkat usia seseorang, maka semakin lemah kekuatannya (Amalia & Widajati, 2019). Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa seiring bertambahnya usia seseorang, kemampuan organnya menurun, yang menyebabkan kelelahan dan produktivitas kerja yang lebih rendah (Suma'mur, 2014). Bertambahnya usia juga diikuti dengan penurunan; VO2Max, tajam penglihatan, pendengaran, kecepatan membedakan sesuatu, membuat keputusan dan kemampuan mengingat jangka pendek. Oleh karena itu, perusahaan penting untuk selalu memperhitungkan usia pekerja saat memberikan pekerjaan (Tarwaka & Bakri, 2016). Tak hanya itu, pekerja dengan status gizi yang tidak baik akan berpengaruh terhadap kelelahan kerja. Pekerja dengan obesitas menyebabkan sulit untuk melakukan aktivitas kerja (Eum dan Jung, 2020). Sebaliknya, menurut (Purbaya and Paskarini, 2020) pekerja dengan status gizi buruk atau yang memiliki berat badan rendah menunjukkan kurangnya asupan kalori. Asupan kalori yang rendah dapat mengakibatkan seseorang mudah merasa lelah dan memiliki kecenderungan tekanan darah rendah. Rendahnya asupan kalori dan tekanan darah rendah dapat menyebabkan pekerja mudah lelah.

Beberapa penelitian menemukan adanya hubungan antara usia dan status gizi terhadap kelelahan kerja. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Siagian, 2022) menunjukkan usia dan status gizi berdampak pada seberapa lelahnya karyawan PT. Citra Raja Ampat Canning dengan analisis umur dan status gizi masing-masing p nilai 0,02 dan 0,01. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Haryanti, 2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kelelahan kerja pada tenaga kependidikan di fakultas kedokteran universitas sebelas maret dengan diperoleh nilai *p-value* = 0,001 dan $r = 0,296$. Begitu juga dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Diana et al., 2017) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada karyawan bagian filling hall area stasiun pengisian bulk elpiji di Indramayu dengan nilai *p-value* = 0,006.

Kabupaten Situbondo merupakan salah satu daerah yang terletak di ujung bagian utara Provinsi Jawa Timur. Selama tahun 2022, perekonomian Kabupaten Situbondo mengalami peningkatan sebesar 4,39% dibandingkan tahun 2021. Berdasarkan data BPS Situbondo, lapangan usaha industri pengolahan merupakan penyumbang pertumbuhan ekonomi terbesar selama tahun 2022. UD. Bumi Karya Situbondo merupakan perusahaan yang bergerak dibidang produksi sohun dan satu-satunya perusahaan industri berbentuk UD (Usaha Dagang) yang memiliki tingkat produktivitas yang tinggi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2022 diketahui prevalensi pekerja di UD. Bumi Karya Situbondo yang mempunyai status gizi lebih yaitu sebanyak 53,3% yang terdiri dari 30% pekerja dengan kategori gemuk dan 23% pekerja dengan kategori sangat gemuk. Selain itu, juga diketahui bahwa sebanyak 50% pekerja UD. Bumi Karya Situbondo berusia 36-45 tahun.

Usia dan status gizi sebagai aspek kesehatan perlu untuk diperhatikan karena dapat berdampak pada produktivitas kerja suatu perusahaan. Pekerja merasa aman, nyaman, dan sehat ketika praktik keselamatan dan kesehatan kerja (K3) yang tepat diterapkan sesuai dengan undang-undang, yang juga meningkatkan produktivitas kerja dan, tentu saja, mencegah kecelakaan kerja (Wulandari, 2018). Merujuk pada Undang-Undang No.13 Tahun 2003 tentang ketenagakerjaan dalam pasal 86 dijelaskan bahwa pekerja memiliki hak atas perlindungan atas kesehatan dan keselamatan mereka di tempat kerja, serta hak atas perlakuan yang menghormati martabat manusia dan keyakinan agama mereka. Sudah semestinya bahwa perusahaan harus menyediakan fasilitas-fasilitas yang dapat menjamin kesejahteraan dan kesehatan pekerjanya. Oleh karena itu, diperlukan adanya penelitian tentang hubungan faktor usia dan status gizi dengan kelelahan pada pekerja UD. Bumi Karya Situbondo.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan faktor usia dan status gizi dengan kelelahan pada pekerja UD. Bumi Karya Situbondo ?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara faktor usia dan status gizi dengan kelelahan pada pekerja UD. Bumi Karya Situbondo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi usia pekerja di UD. Bumi Karya Situbondo.
2. Menilai status gizi pekerja di UD. Bumi Karya Situbondo.
3. Mengukur kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja UD. Bumi Karya Situbondo.
4. Menganalisis hubungan antara faktor usia dengan kelelahan pada pekerja UD. Bumi Karya Situbondo.
5. Menganalisis hubungan faktor status gizi dengan kelelahan pada pekerja UD. Bumi Karya Situbondo.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi penulis dan pembaca mengenai ada atau tidaknya hubungan faktor usia dan status gizi dengan kelelahan pada pekerja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Penulis

Mendapatkan pengetahuan tentang penentuan status gizi dan pengklasifikasian tingkat kelelahan pada pekerja serta sebagai sarana dalam pembuktian teori mengenai faktor usia dan status gizi terhadap kelelahan.

2. Bagi Perusahaan

Dapat memberikan saran bagi perusahaan dalam rangka menurunkan angka kelelahan pada pekerja serta sebagai data yang digunakan untuk bahan pertimbangan bagi perusahaan dalam menentukan kebijakan.

3. Bagi Pekerja

Hasil penelitian ini diharapkan menambahkan pemahaman tentang pengaruh faktor usia dan status gizi dengan kelelahan pada pekerja sehingga pekerja dapat memenuhi kebutuhan zat gizi sehari-hari guna mendapatkan status gizi yang baik serta mempertimbangkan usia dalam bekerja untuk mencegah terjadinya kelelahan.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi yang membutuhkan dan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.