

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Bekerja dapat diartikan ketika keadaan tubuh menerima beban yang berasal dari eksternal tubuh perasaan lelah akan timbul setelah seseorang melaksanakan aktivitas. Kelelahan terdiri dari penurunan aktivitas, penurunan motivasi dan kondisi fisik yang menurun. Penurunan aktivitas ditandai dengan kepala yang merasa berat, lelah pada seluruh anggota badan, kaki merasa berat, sering mengantuk kebingungan, mengantuk, berat di mata, kekakuan dan kecanggungan dalam bergerak, dan ketidakseimbangan saat berdiri. Menurunnya motivasi ditandai dengan sulit jika memikirkan sesuatu, lelah berbicara, mengalami kegugupan, konsentrasi buruk, tidak mampu berkonsentrasi, mudah lupa, kurang percaya diri, takut akan sesuatu, tidak mampu mengendalikan sikap, kurang bekerja. Sedangkan pada pelemahan fisik ciri-cirinya ditandai dengan sakit kepala, leher kaku, sakit punggung, depresi pernapasan, haus, suara serak, pusing dan kelelahan.

Kelelahan adalah suatu kondisi mental atau potensi kelelahan aktual yang menurunkan kapasitas individu untuk melakukan pekerjaan secara aman dan memadai. Kelelahan yang dialami pada tempat kerja ialah satu diantara masalah umum yang dihadapi di dunia kerja dan dapat mengurangi status kesejahteraan sehingga harus cukup menonjol untuk diperhatikan.

Kelelahan kerja dapat terjadi karena ada faktor dalam (usia, status gizi, pendidikan, status kesehatan, energi serta masalah mental) dan faktor luar (waktu bekerja, periode kerja, tanggung jawab, iklim aktual, shift kerja, waktu istirahat, tekanan kerja, dan sebagainya)) yang berpengaruh.

Kelelahan merupakan satu diantara permasalahan dalam kesehatan kerja yang perlu mendapatkan penanganan yang efektif. berhubungan dengan perasaan, karena kelelahan tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisik dan biologis saja, kelelahan juga dipengaruhi oleh faktor psikis (psikologis). Kelelahan ialah satu diantara penyebab turunnya kapasitas kerja dan daya tahan pekerja. Kelelahan terdapat dua jenis yaitu: kelelahan otot serta kelelahan umum. Kelelahan otot merupakan tremor pada otot. Kelelahan umum ditandai dengan kemauan untuk bekerja yang menurun sebabnya adalah persyaratan psikis. Penyebab kelelahan umum adalah monoton, intensitas, dan lamanya kerja mental dan fisik, keadaan lingkungan. (Kondi and Herlina 2019)

Menurut Pasal 164 Pasal 36 UU Kesehatan 2009, tujuan adanya peraturan tentang bagaimana tempat kerja menjadi aman untuk keselamatan dan kesehatan kerja adalah untuk mengantisipasi terjadinya cedera dan hal-hal yang tidak diinginkan terjadi kepada pekerja dan meminimalisir dari gangguan kesehatan dan kecacatan akibat kerja serta untuk menjalani hidup yang sehat. Salah satu gejala kesehatan pekerja terkait pekerjaan ialah terjadinya kelelahan pada pekerja. Kelelahan kerja adalah proses penurunan efisiensi, prestasi kerja, dan daya tahan fisik untuk mempertahankan aktivitas yang diperlukan. Secara khusus, kelelahan berpengaruh terhadap kesehatan energi kerja, selain itu dapat

berdampak pada produktivitas kerja, menurut sebagian peneliti menunjukkan bahwa kelelahan merupakan penyebab utama kecelakaan kerja.

Kelelahan terkait pekerjaan mempengaruhi dapat mempengaruhi hampir banyak para pekerja dan dapat memicu kenaikan risiko kecelakaan kerja. Berdasarkan data tahun 2010 dari Organisasi Perburuhan Internasional (ILO) pada setiap tahun, angka pekerja yang meninggal hampir mencapai 2 juta akibat cedera saat kerja serta akibat kelelahan akibat kerja. Studi tersebut menemukan bahwa dari 58.115 sampel, 32,8% diantaranya atau sekitar 18.828 sampel mengalami kelelahan (Aulia, Aladin, and Tjendera 2018)

Kelelahan dapat berdampak signifikan pada keselamatan pekerja dengan meningkatkan tingkat kesalahan pekerja, menciptakan peluang untuk cedera terkait pekerjaan dalam industri. Data yang diperoleh dari Internasional Labour Organization (ILO) pada tahun 2013 kecelakaan saat bekerja mencapai angka lebih dari 250 jta yang terjadi setiap tahunnya, dan angka pekerja yang jatuh sakit mencapai lebih 160 juta akibat bahaya di tempat kerja. Kondisi lain tercatat lebih dari 1,2 juta pekerja meninggal dalam kecelakaan dan sedikit pekerjaan.(Aulia et al. 2018)

Kelelahan kerja dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan daya tahan, yang menyebabkan kesalahan dalam bekerja dan konsentrasi yang buruk. Kewaspadaan pekerja menjadi berkurang, mereka merasa lebih sulit untuk menghindari potensi bahaya di lingkungan, dan pekerja memiliki risiko kecelakaan kerja yang lebih besar.(Kurniawan and Kurniawan 2018)

Kelelahan pengemudi merupakan faktor risiko kecelakaan lalu lintas, kelelahan pengemudi menyebabkan konsentrasi yang buruk, kantuk, reaksi lamban, ketegangan mata, kebosanan, kewaspadaan berkurang, kantuk sementara, dan penurunan kewaspadaan. Sebagai seorang pengemudi tanggung jawab yang harus diemban oleh seorang supir truck tidaklah mudah, pengemudi supir truk harus bertanggungjawab sepenuhnya terhadap keselamatan dirinya, muatan yang dibawa maupun pengguna jalan yang lain.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Syahlefi (2014) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan pengemudi bis CV.Makmur jurusan Medan-Pekanbaru menunjukkan bahwa dari 32 pengemudi terdapat 13 orang (40,6%) termasuk kedalam kategori kelelahan ringan, 11 orang (34,4%) kelelahan menengah dan 8 orang (25,0%) kelelahan berat. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa umur pengemudi yang >46 tahun, durasi mengemudinya >8 jam, status gizi pengemudi dalam kategori obesitas dan waktu istirahat pengemudi  $\leq 2$  jam memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian kelelahan terhadap pengemudi. Gejala kelelahan yang sering dirasakan pengemudi yaitu rasa kantuk, nyeri bahu dan pinggang serta rasa haus yang terjadi pada waktu tidak tertentu Penelitian yang sama juga dilakukan oleh (Paat, Rattu, and Joseph 2017)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan diketahui bahwa jumlah supir truk yang bekerja di PT.Wana Sawit Subur Lestari berjumlah 53 orang yang berbeda-beda usianya. Wawancara singkat dengan 5 supir berdasarkan usia dan masa kerjanya juga berbeda satu dari antara yang lain, diketahui bahwa

untuk pengangkutan dan pengiriman buah kelapa sawit menuju pabrik membutuhkan waktu sekitar 2 jam hingga 4 jam tergantung dengan jaraknya, dalam sehari supir memiliki jumlah ritase sebanyak 8 sampai 9 kali. Hasil wawancara dengan 5 orang supir tersebut diketahui bahwa pernah ada kecelakaan ringan hingga kecelakaan berat saat melakukan pengangkutan buah kelapa sawit, untuk katagori kecalakaan ringan di PT. Wana Sawit Subur Lestari ini seperti truk yang terperosok ke parit tepi jalan, truk kepaten dan untuk kecelakaan katagori berat seperti truk terguling saat pengangkutan buah sawit, truk terbalik saat akan pengedaman buah sawit hingga truk masuk kedalam rawa.



Gambar 1. 1 Kecelakaan Truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari

Berdasarkan studi pendahuluan juga diketahui supir memulai pekerjaannya mulai pukul 9 pagi dan selesai pada pukul 11 malam, namun ada juga sopir yang membutuhkan waktu hingga pukul 2 pagi jika jumlah buah belum tuntas. Hasil wawancara dengan 3 dari 5 orang sopir (60%) merasakan

sering mengantuk apabila mengemudi pada sore hari ketika menempuh jarak menuju pabrik yang jauh, merasa haus akibat cuaca yang terlalu panas dan merasa pegal-pegal apabila sudah mengemudi lama. Hal inilah yang menjadi latar belakang penulis melakukan penelitian tentang kelelahan pada supir truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari karena keluhan-keluhan yang dirasakan oleh beberapa supir yang diwawancarai tersebut merupakan gejala dari kelelahan.

## **B. IDENTIFIKASI MASALAH**

Merujuk terhadap masalah yang terdapat dan telah dipaparkan pada latar belakang maka berikut identifikasi masalah yang dapat diuraikan:

1. Sopir mengalami gejala kelelahan kerja dengan keluhan mengantuk apabila mengemudi pada sore hari ketika menempuh jarak menuju pabrik yang jauh, merasa haus akibat cuaca yang terlalu panas dan merasa pegal-pegal apabila sudah mengemudi lama.
2. Adanya kecelakaan ringan hingga kecelakaan berat saat melakukan pengangkutan buah kelapa sawit.

## **C. BATASAN MASALAH**

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas untuk penelitian lebih fokus dapat dibatasi dengan batasan masalah yaitu

1. Penelitian dilakukan pada supir truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari.
2. Metode dalam melakukan penelitian ini adalah *Subjective Self Rating Test (SSRT)*.

## **D. RUMUSAN MASALAH**

Melalui penjelasan atas fokus masalah, maka dirumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat kelelahan kerja pada supir truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari?
2. Apakah faktor usia, masa kerja, durasi mengemudi dan indeks masa tubuh berhubungan dengan kelelahan pada supir truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari?

#### **E. TUJUAN PENELITIAN**

Melalui uraian latar belakang, identifikasi masalah serta masalah yang telah dirumuskan maka dengan adanya penelitian ini berikut tujuan yang ingin dicapai:

1. Mengetahui seberapa besar tingkat kelelahan supir truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari.
2. Mengetahui faktor usia, masa kerja, durasi mengemudi dan indeks masa tubuh berkaitan dengan kelelahan kerja pada sopir truk di PT. Wana Sawit Subur Lestari.

#### **F. MANFAAT PENELITIAN**

Berdasarkan tujuan penelitian, adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor kelelahan dan tingkat kelelahan pada aktivitas mengemudi truk di PT. Wana Sawit subur Lestari untuk memberikan informasi bagi perusahaan dan sopir truk mengenai kelelahan akibat kerja.
2. Sebagai referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian atau kajian yang berkaitan dengan kelelahan kerja pada sopir.

