

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) yaitu suatu pemikiran dan suatu upaya untuk melindungi atau menjamin para pekerja baik secara jasmani maupun rohani (Ismail,2020). Lelah (*fatigue*) adalah suatu keadaan fisik atau mental yang mengakibatkan terjadinya penurunan daya kerja dan berkurangnya ketahanan tubuh untuk melakukan pekerjaan. Perusahaan yang bergerak di bidang usaha apapun wajib menerapkan K3 ditempat kerja, juga tertera pada undang-undang kesehatan RI No. 36 Tahun 2009 Bab XII menjelaskan tentang upaya kesehatan kerja ditujukan melindungi para pekerja agar hidup sehat dan terbebas dari semua gangguan kesehatan. Keselamatan dan kesehatan kerja sangat diusahakan untuk mencegah terjadinya suatu penyakit yang diakibatkan saat waktu bekerja maupun kecelakaan akibat kerja serta beberapa gangguan lainnya yang dapat mengganggu pekerjaan tersebut (Undang-Undang Kesehatan No 36 2009).

Kelelahan dapat mengakibatkan seseorang kehilangan kemauan untuk melakukan suatu pekerjaan dikarenakan orang tersebut sudah tidak mampu untuk meneruskan pekerjaannya. Pekerja yang mengalami kelelahan dan tetap meneruskan pekerjaannya dapat mempengaruhi jalannya suatu pekerjaan dan akan berdampak buruk bagi kesehatannya (Amiruddin and Lubis 2018).

Pengolahan kelelahan kerja (*Fatigue Menejement*) merupakan serangkaian usaha yang dibentuk oleh suatu perusahaan dengan tujuan agar dapat mengurangi terjadinya suatu kelelahan yang diakibatkan oleh kegiatan atau pekerjaan yang telah dilakukan. Tujuan dari pengolahan kelelahan kerja adalah untuk memastikan kelelahan kerja

tersebut dapat dipahami oleh semua pihak yang bekerja ditempat kerja tersebut (Novita 2021).

Seseorang yang mengalami kelelahan kerja biasanya mengalami gejala yang dirasakan antara lain merasa lesu, merasa mengantuk, menguap, pusing, sulit untuk berpikir, kurangnya konsentrasi dalam melakukan suatu pekerjaan, kurang waspada, persepsi yang buruk dan lambat, kaku serta canggung dalam melakukan suatu pekerjaan atau gerakan, (Novita 2021). Kelelahan sering terjadi ditempat kerja, disebabkan adanya beberapa faktor yang salah satunya lamanya waktu bekerja (Mamusung et al. 2019). Tingkat pembebanan yang terlalu tinggi memungkinkan penggunaan energi yang berada didalam tubuhnya akan semakin besardan akan terjadi *overstres* sebaliknya jika tingkat pembebanan yang rendah maka akan memungkinkan akan merasakan rasa bosan dan meras jenuh *understres* dalam melakukan kegiatan atau pekerjaannya. Oleh karena itu perlu ada upaya untuk meningkatkan intensitas pembebanan yang optimum yang berada diantara kedua batas yang tinggi dan tentunya berbeda antara individu satu dengan individu lainnya (Wurarah, Kawatu, and Akili 2020).

Penyebab kelelahan kerja umumnya berkaaitan dengan sifat pekerjaan yang monoton (kurang bervariasi), intensitas kerja dan ketahanan kerja mental dan fisik yang tinggi, keadaan lingkungan kerja (cuaca kerja, radiasi, pencahayaan, dan kebisingan) sebab mental, status gizi, kesehatan dan beban kerja. Pendapat lain menambah kelelahan kerja juga berhubungan dengan waktu kerja, jenis kelamin, usia, status kesehatan, dan status gizi. Dampak yang ditimbulkan yaitu pekerja merasa mudah mmengalami lelah, pusing, mual-mual, badan terasa pegal, pekerja tidak bisa berkonsentrasi dalam bekerja,

dampak yang paling berat adalah pekerja bisa mengalami kecelakaan kerja. (Sihombing, Girsang, and Siregar 2021).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh beberapa Negara maju setiap hari terdapat 10-15% pekerja banyak yang mengalami kelelahan saat melakukan pekerjaan. Menurut data pada ILO (*International Labor Organization*) pada tahun 2020 bahwa setiap tahunnya ada 2 juta orang meninggal dunia akibat kecelakaan kerja yang salah satu disebabkan oleh kelelahan kerja. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh kementerian tenaga kerja di Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan 16.000 pekerja Negara tersebut yang secara acak menunjukkan bahwa 65% kerja rutin, 28% mengelukan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengalami stres kerja yang berat dan merasakan tersisih. Pada tahun 2020 dari 847 kasus kecelakaan kerja yang terjadi 36% penyebabnya disebabkan oleh kelelahan kerja sedangkan 64% kasus lainnya disebabkan oleh hal-hal lainnya (Batulicin et al. 2021)

Istilah kelelahan biasanya menunjukkan kondisi yang berbeda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara kepada hilangnya efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh. Kelelahan diklasifikasikan dalam dua jenis yaitu, kelelahan otot dan kelelahan umum (Aisyah et al. 2019). Kelelahan otot adalah merupakan tremor pada otot, sedangkan kelelahan umum biasanya ditandai dengan berkurangnya kemauan untuk bekerja yang disebabkan oleh karena monoton, intensitas dan lamanya kerja fisik, keadaan lingkungan, mental, status kesehatan dan keadaan gizi (Reba, Cv, and Persada 2020).

Kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas, kelelahan kerja diartikan sebagai proses penurunan kapasitas,

efektivitas, dan efisiensi serta berkurangnya ketahanan tubuh dan kekuatan pada pekerja dalam melakukan sebuah pekerjaan (Nurdiawati and Safira 2020). Rasa lelah pada dasarnya merupakan pesan bahwa tubuh membutuhkan istirahat. Jika tidak dilanjutkan dengan istirahat, kelelahan dapat berdampak kepada kemampuan kerja (kerja lambat dan target tidak tercapai), kualitas kerja (banyak kesalahan atau cacat produksi), kecelakaan kerja karena seseorang menjadi tidak awas dan tidak dapat merespon perubahan di sekitarnya dengan baik (Kenny 2020).

Kelelahan kerja dapat terjadi pada setiap tenaga kerja baik dari semua sector, salah satunya yaitu pada karyawan operator di SPBU. Operator yang berada di SPBU memberikan pelayanan pada para konsumen yang ingin mengisi bahan bakar, dan setiap satu mesin pengisian bahan bakar dibawai dua operator. Dari semua operator SPBU memiliki tingkat kelelahan yang lebih karena pekerjaannya yang diharuskan untuk berdiri terlebih jika SPBU tersebut buka dengan waktu 24 jam maka para operator tersebut dibagikan beberapa shift kerjanya. Dari shift kerja tersebut diketahui hanya ada shift pagi dan shift malam dan kelelahan yang sering terjadi pada operator biasanya pada waktu sore hari dan malam hari. Pada sore hari banyak para pekerja yang pulang dari pekerjaannya untuk mengisi bahan bakar dikarenakan jika pekerja tersebut mengisi pada pagi hari maka waktu yang digunakan untuk berangkat bekerja maka akan semakin sempit dan menyebabkan pekerja tersebut bisa terlambat untuk ketempat kerja. Pada malam hari juga bisa menyebabkan tingkat kelelahan yang berlebih dikarenakan pada malam hari adalah waktu yang digunakan untuk beristirahat tetapi digunakan untuk bekerja dan setelah bekerja pada shift malam hari kebanyakan para pekerja pada saat

kembali kerumah tidak langsung digunakan untuk beristirahat (Kamase, Afni, and Andri 2019).

Beban kerja merupakan suatu proses kegiatan yang harus segera di selesaikan oleh seorang tenaga kerja dalam waktu tertentu. Apabila seorang tenaga kerja mampu untuk menyelesaikan pekerjaannya maka hal tersebut bukan suatu beban kerja, tetapi jika pekerjaan tersebut tidak diselesaikan maka hal tersebut menjadi beban kerja. Ketika pekerja melakukan aktivitas dengan beban kerja yang berat, jantung dirangsang dengan kecepatan denyut jantung dan kekuatan pemompaan menjadi meningkat. Jika kekurangan suplai oksigen ke otot jantung menyebabkan sakit pada dada. Berat ringannya beban kerja yang diterima oleh seseorang tenaga kerja dapat digunakan untuk menentukan bebrapa lama seseorang tenaga kerja dapat melakukan aktivitas pekerjaannya sesuai dengan kemampuan dan atrau kapasitas kerjanya bersangkutan. Penanganan bahan secara manual, termasuk mengangkat beban, apanila tidak dilakukan secara ergonomis maka akan cepat menimbulkan kelelahan otot pada bagian tubuh tertentu.

Stasiun pengisian bahan bakar umum (SPBU) merupakan salah satu perusahaan yang beroperasi dengan waktu 24 jam dan menerapkan *shift* kerja. *Shift* kerja merupakan pola kerja yang diberikan kepada pekerja untuk mengerjakan suatu pekerjaan. Bisaya *shift* kerja yang diberikan di SPBU terbagi atas kerja pada waktu pagi, sore, malam. *Shift* pagi dimulai dari pukul 06.00 WIB sampai pukul 14.00 WIB, *shift* sore dari pukul 14.00 WIB sampai pukul 22.00 WIB, dan *shift* malam dari pukul 22.00 WIB sampai dengan pukul 06.00 WIB (Dewa 2019). Berdasarkan studi penelitian yang dilakukan peneliti pada tanggal 12 Februari tahun 2022, 70% operator di SPBU Universitas Ahmad Dahlan mengalami kelelahan kerja yang mengalami gejala seperti lesu, merasa ngantuk pada *shift*

malam dan merasa pusing ketika sedang melakukan pekerjaannya, serta menurunnya titik konsentrasi. Operator adalah orang yang berhadapan langsung dengan konsumen pada saat mengisi BBM, adapun tugas tugas operator SPBU antara lain yaitu: melayani konsumen dalam pengisian BBM, menjaga kebersihan lingkungan dan alat, melakukan kegiatan perawatan harian untuk pompa, tangki, dan generator, melakukan pembersihan rutin seluruh fasilitas dalam kompleks SPBU.

Pada saat studi penelitian yang dilakukan di SPBU UAD yang beralamat di Tonalan, Agrosari Kecamatan Sedayu, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta, kode pos 55752, melalui survei yang dilakukan terdapat beberapa pekerja yang memiliki usia yang berbeda beda. Diketahui jumlah para pekerja yang berada disana terdapat 14, pada SPBU Universitas Ahmad Dahlan karyawan yang tergolong sudah tua yaitu umur 37 tahun, selain umur tersebut para karyawan yang bekerja di SPBU UAD memiliki umur yaitu dari umur 20 sampai umur 37 tahun. Sedangkan di SPBU Ambarketawang berjumlah 16 orang dan memiliki usia 20 tahun sampai 38 tahun. Pekerja melakukan kegiatannya dimulai dari shift pagi yaitu pada pukul 06.00 WIB sampai siang hari yaitu pada pukul 14.00 WIB, sedangkan shift siang mulai dari siang pukul 14.00 WIB sampai malam hari pukul 21.00 WIB, dan pada shift malam dimulai dari pukul 21.00 sampai pagi pada pukul 06.00 WIB.

Pada saat studi penelitian peneliti menemukan Permasalahan yang sering dialami oleh para karyawan operator SPBU UAD dan Amarketawang yaitu karyawan sering mengalami kelelahan pada saat melaksanakan shift malam, yaitu merasakan pusing dan mengantuk jika melaksanakan shift malam, dan pekerja merasakan kaku di bagian bahu dan kaki. Pada shift siang pekerja mengalami rasa haus karena cuaca yang panas, dan

pada shift pagi operator mengalami rasa pegal dan kaku pada kaki dan tangan karena pada pagi hari konsumen yang mengisi BBM akan berangkat untuk bekerja, Dampak dari kelelahan yang terjadi pada karyawan operator di SPBU adalah karyawan merasakan pusing, pekerja juga merasakan pegal-pegal pada bagian kakinya dikarenakan pekerjaannya sering berdiri apabila ada lonjakan konsumen yang ingin melakukan pengisian bahan bakar, dan karyawan juga merasakan susah untuk berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaannya biasanya terjadi pada karyawan yang melakukan shift malam dikarenakan karyawan operator yang kurangnya waktu istirahat.

Faktor yang berhubungan dengan perasaan kelelahan pada operator SPBU ini adalah usia semakin tua umur seseorang akan mudah untuk mengalami kelelahan, jenis kelamin kondisi fisik dan psikis yang berbeda dapat menyebabkan kelelahan perempuan lebih besar dibandingkan dengan laki-laki, masa kerja semakin tinggi lama kerja yang dimiliki akibat kerja maka akan semakin tinggi resiko gangguan kesehatan yang diterima pekerja salah satunya terasa sakit pada punggung dan kepala, shift kerja seseorang yang bekerja pada malam hari umumnya akan mengalami rasa kantuk yang sangat berat dan pekerja akan sering sekali mengalami kelelahan dan rasa sakit pada punggung. Berdasarkan penjelasan yang telah dilakukan diatas perlu adanya dilakukan penelitian untuk mengetahui permasalahan faktor yang dapat berhubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan operator SPBU Universitas Ahmad Dahlan dan Amabarketawang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan maka dapat diperoleh rumusan masalah “Apa saja faktor yang berhubungan dengan perasaan kelelahan kerja pada karyawan operator SPBU UAD dan Ambarketawang “

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor yang berhubungan dengan perasaan kelelahan kerja di Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta dan SPBU Ambarketawang

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi usia, jenis kelamin, masa kerja, *Shift* kerja yang berhubungan dengan perasaan kelelahan kerja di Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta dan SPBU Ambarketawang
- b. Mengetahui hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada karyawan di SPBU Universitas Ahmad Dahlan dan SPBU Ambarketawang
- c. Mengetahui hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja pada karyawan di SPBU Universitas Ahmad Dahlan dan SPBU Ambarketawang
- d. Mengetahui hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan di SPBU Universitas Ahmad Dahlan dan SPBU Ambarketawang
- e. Mengetahui hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan di SPBU Universitas Ahmad Dahlan dan SPBU Ambarketawang

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Aplikatif

Sebagai gambaran kepada perusahaan mengenai faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerjanya sehingga dapat dijadikan sebagai suatu evaluasi serta tindakan yang harus diperbaiki untuk jangka kedepan.

2. Bagi Teoritik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan wawasan keilmuan Keselamatan dan Kesehatan kerja (K3).

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan suatu wadah langkah awal dalam penerapan ilmu pengetahuan dan sebagai pengalaman yang dapat dijadikan suatu referensi dalam waktu yang akan datang, mengingat keterbatasan dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan penelitian lebih lanjut di masa yang akan datang.

E. Keaslian Penelitian

Untuk menentukan keaslian yang penulis buat dengan judul “Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Operator SPBU UAD dan Amabarketawang Tahun 2023”, terdapat bebrapa penelitian terdahulu yang mempunyai karakteristik yang sama dalam hal tema dan kajian, namun berbeda dalam subjek penelitian dan metode penelitian yang digunakan. Beberapa penelitian serupa seperti berikut:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

Penulisan (Tahun)	Judul	Persamaan	Perbedaan	Link Jurnal
Suroto (2018)	Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pembuat Opak di Desa Ngadikerso Kabupaten Semarang	penelitian ini terletak pada variabel bebas yaitu variabel usia dan variabel status gizi serta metode yang digunakan yaitu observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Perbedaannya yaitu teletak pada waktu dan lokasi yang digunakan.	https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/21428
Anita (2018)	Anilisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Operator Pabrik Gula PT. PN Cinta Manis Tahun 2018	Persamaan pada penelitian ini adalah variabel yang di gunakan,	perbedaan nya terletak pada desain yang digunakan dan waktu serta lokasi yang dilakukannya penelitian.	https://media.neliti.com/media/publications/58007-ID-analysis-factors-associated-with-fatigue.pdf
Susatyo (2021)	Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja dengan Metode <i>Subjective Self Rating Test</i> (SSRT) di PT. Pura Unit Offset Kudus	Persamaan pada penelitian ini adalah teletak pada variabel seperti variabel usia, status gizi, lama kerja, shift kerja, iklim kerja dan variabel kebisinghan.	perbedaannya terletak pada metode pendekatannya yaitu pada penelitian yang telah di jelaskan menggunakan metode <i>Subjective Self Ratting Test</i> (SSRT).	https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/ieoj/article/view/37404

Deivy (2019)	Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum GMIM Pancaran Kasih Manado	persamaan dalam penelitian ini dengan judul skripsi yang dibuat saat ini adalah variabel yang terdapat dalam penelitian ini menggunakan variabel usia, lama kerja (masa kerja) dan metode yang digunakan,	perbedaan yang terdapat dalam penelitian ini adalah waktu dan lokasi yang dilakukannya penelitian.	https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/24328
Siska (2018)	Analisis Faktor Resiko Kelelahan Pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik, Tbk	Persamaan yang terdapat pada penelitian ini yaitu terletak pada metode yang digunakan dan variabel iklim kerja dan <i>shift</i> kerja	perbedaan nya terletak pada waktu dan lokasi yang digunakan dalam penelitian	http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/IJPHN%0AKejadian .