

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Kelelahan diatur secara sentral oleh otak. Kelelahan diklasifikasikan dalam dua jenis, yaitu kelelahan otot berupa tremor atau prasaan nyeri pada otot dan kelelahan umum ditandai dengan kurangnya kemauan untuk bekerja yang disebabkan karena monotomi, intensitas dan lamanya kerja fisik, keadaan lingkungan dan keadaan gizi (Tarwaka, 2014). Kelelahan kerja memberi kontribusi 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja (Setyawati, 2011). Faktor *human error* dapat menimbulkan adanya *unsafe act*, bahkan berdasarkan 80% kejadian *human error*, maka 50% nya disebabkan oleh kelelahan kerja sehingga *unsafe act* harus menjadi perhatian terkait keselamatan dan kesehatan kerja (Fadel, 2014).

Secara umum, terdapat dua golongan penyebab kecelakaan yaitu tindakan/ perbuatan manusia yang tidak memenuhi keselamatan (*unsafe human acts*) dan keadaan lingkungan yang tidak aman (*unsafe condition*) (Widayana dan Wiratmaja, 2014). Salah satu faktor penyebab utama kecelakaan kerja yang disebabkan oleh manusia adalah stress dan kelelahan (*fatigue*). Di informasikan dalam kaitan dengan kejadian kelelahan kerja shift kerja berpeluang menimbulkan kelelahan kerja sekitar 80% dan shift kerja sendiri berpeluang menimbulkan gangguan tidur pada pekerja shift kerja malam sekitar 80% menurut. Berdasarkan waktu terjadi, kelelahan dua macam yaitu kelelahan akut, terutama disebabkan oleh kerja suatu organ atau seluruh tubuh secara berlebihan. Kelelahan kerja kronis, terjadi bila kelelahan berlangsung setiap hari dan berkepanjangan. Berdasarkan penyebabnya kelelahan di bagi menjadi kelelahan fisiologi dan kelelahan psikologi (Setyawati, 2010).

Data dari *International Labour Organisation* (2013), menyebutkan sebanyak dua juta pekerja menjadi korban setiap tahun karena kecelakaan kerja akibat faktor kelelahan. Penelitian yang dilakukan *International Labour Organisation* (2013), menjelaskan bahwa sebanyak 58.118 sampel dari 18.828 sampel (32,8%) di antaranya mengalami kelelahan dan berpengaruh pada produktivitas kerja. Lerman (2012) menyebutkan pada tahun 2012, bahwa 40% dari 29.000 tenaga kerja di Amerika Serikat mengalami kelelahan, 38% mengalami kekurangan energi dan kurang tidur. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa 66% tenaga kerja yang lelah mengalami kehilangan produktivitas lebih besar dibanding dengan tenaga kerja yang tidak mengalami kelelahan, yaitu sebanyak 26%.

Jumlah waktu kerja yang hilang pada tenaga kerja yang mengalami kelelahan adalah 6 jam setiap minggunya dan 3 jam pada tenaga kerja yang tidak mengalami kelelahan.

Berdasarkan data Dirjen Pembinaan Pengawasan Ketenagakerjaan mengenai kecelakaan kerja yang terjadi di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja. Dimana 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Setiap sektor menyumbangkan prosentase masing-masing terhadap kejadian kecelakaan kerja di Indonesia. Penyumbang terbesar dari kecelakaan kerja tersebut berasal dari sektor konstruksi yang mencapai prosentase sebanyak 32-33% dari angka kecelakaan kerja total. Berbeda bila dibandingkan dengan sektor transportasi yang menyumbangkan sebanyak 9%, kehutanan 4% dan pertambangan sebesar 2% terhadap terjadinya kecelakaan kerja (Departemen Tenaga Kerja dan Transmigrasi RI Dirjen Pembinaan Pengawasan Ketenagakerjaan, 2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Hastuti (2015), menunjukkan bahwa adanya hubungan antara lama kerja dengan kelelahan pada pekerja konstruksi DP Mall Hotel di PT. Nusa Raya Cipta Semarang dimana dari 35 responden, 4 responden mengalami kelelahan kerja ringan, 15 responden mengalami kelelahan kerja sedang dan 16 responden mengalami kelelahan kerja berat. Penelitian lain yang dilakukan oleh Jayanthi menunjukkan bahwa sebanyak 71 pekerja konstruksi bangunan di PT. Adhi Karya dalam keadaan lelah sedang dan berat.

Dampak dari kelelahan kerja motivasi kerja menurun, performansi rendah, kualitas kerja rendah, banyak terjadi kesalahan, produktivitas kerja rendah, stress akibat kerja, penyakit akibat kerja, cedera, terjadi kecelakaan akibat kerja (Tarwaka, 2014). Perasaan kelelahan cenderung mengakibatkan terjadinya kecelakaan kerja, sehingga merugikan diri sendiri dan perusahaan serta menurunnya produktivitas kerja (Setyawati, 2010). Menurut *Canadian Trucking Asosiation* dampak dari kelelahan kerja adalah penurunan kewaspadaan, penurunan kemampuan merespon beban pekerja, konsentrasi menurun, kesulitan dalam mengambil keputusan, gangguan daya ingat jangka pendek, performace kerja yang buruk, ditandai dengan penurunan merespon ketepatan dan kecepatan kerja, iritabilitas tinggi dan cenderung depresi, perasaan mengantuk dan menguap, peningkatan kejadian tidur sejenak (*microsleep*) dalam 4-5 detik. Penyebab dari kelelahan kerja sifat kerja yang monoton, intensitas kerja dan ketahanan kerja mental dan fisik yang tinggi, cuaca ruang kerja, pencahayaan dan kebisingan serta lingkungan kerja yang tidak memadai, faktor psikologis, rasa tanggung jawab, ketegangan-ketegangan dan konflik-konflik, penyakit-penyakit, rasa kesakitan, status gizi serta *circadian rhythm* (Setyawati, 2010).

PT VSL INDONESIA adalah perusahaan spesialis yang menyediakan jasa teknik dan konstruksi sejak tahun 1976. Merupakan perusahaan patungan antara VSL International Ltd yang terkenal di dunia, dan PT Central Mitrausaha Cerlang. Layanan dan produk VSL Indonesia tersedia untuk kontraktor bangunan dan kontraktor teknik sipil, pemilik proyek, insinyur konsultan, arsitek, dan juga institusi pendidikan dan asosiasi yang ditujukan untuk pertukaran dan pengejaran pengetahuan tentang teknologi konstruksi dan teknik. Berdasarkan data kecelakaan kerja yang diperoleh dari PT VSL Indonesia Proyek LRT Jakarta sebagai berikut satu orang tenaga kerja terjatuh Begitu kaki menuruni tangga, tangga mulai merosot dan Eliyas terjatuh bersama tangga, Pak Indra, Mechanic turun ke balok dalam kotak pada rentang P47-48 untuk memasang lampu penerangan. Karena gelap dia dipukul (di pipi di bawah mata kiri) oleh pipa HDPE yang bergeser oleh pekerja dari rentang sebelumnya. Samsudin Masih tetap memegang bar saat temannya mulai melepaskan diri dan saat itu jarinya terjepit di antara piring dan kacang. Sujatmiko akan menggeser shimming di bawah rentang untuk menyesuaikan konfigurasi shimming, maka saat dia akan meletakkan shim, jarinya terjepit di antara shimming dan membuka luka di jari kelingkingnya, sedangkan satu tenaga kerja mengalami kecelakaan kerja saat mengendari motor setelah pulang dari lokasi kerja.

Berdasarkan hasil observasi pendahuluan yang dilakukan selama 3 hari di PT VSL Project LRT Jakarta kepada 15 pekerja dengan menyebarkan kuesioner *Subjective self rating test* kepada 15 pekerja diperoleh data 100% tenaga kerja mengalami kelelahan kerja yang terbagi menjadi 8 tenaga kerja mengalami kelelahan rendah, 4 tenaga kerja mengalami kelelahan sedang, 2 pekerja mengalami kelelahan tinggi.

Oleh karena itu penting bagi tenaga kerja untuk mengetahui gambaran kelelahan kerja di tempat kerja. Maka dari itu penulis mengambil judul “**Gambaran Kelelahan Kerja pada pekerja PT VSL Indonesia Proyek LRT Jakarta.**”

## **1.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan temuan di lapangan atas hasil observasi pendahuluan yang dilakukan selama 3 hari dan pengisian kuesioner kepada 15 pekerja ditemukan adanya kelelahan bekerja yang dialami 15 pekerja yang terbagi menjadi 8 tenaga kerja mengalami kelelahan rendah, 4 tenaga kerja mengalami kelelahan sedang, 2 tenaga tenaga kerja mengalami kelelahan tinggi. Hal ini menunjukkan adanya kelelahan bekerja yang dialami oleh pekeja PT VSL Indonesia Proyek LRT Jakarta.

### **1.3 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan pada latar belakang maka pertanyaan penelitian ini adalah :

1. Bagaimana gambaran kelelahan kerja pada pekerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta?
2. Bagaimana gambaran pelemahan kegiatan pada pekerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta?
3. Bagaimana gambaran pelemahan motivasi di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta?
4. Bagaimana gambaran kelelahan fisik dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta ?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### 1.4.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Tingkat Kelelahan kerja pada pekerja PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta

#### 1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran tingkat pelemahan kegiatan pada pekerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta
2. Mengetahui gambaran tingkat pelemahan motivasi di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta
3. Mengetahui gambaran tingkat kelelahan fisik dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### 1.5.1 Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman peneliti khususnya dalam hal gambaran kelelahan kerja terhadap angka kecelakaan kerja di lapangan bisa diterapkan pada pekerja dalam bekerja setiap harinya.

#### 1.5.2 Bagi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan UEU

Sebagai referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan yang berkaitan dengan pengaruh kelelahan bekerja terhadap jumlah angka kecelakaan kerja dan memberikan gambaran tentang kelelahan kerja terhadap jumlah angka

kecelakaan kerja serta dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya untuk meneliti aspek lain terkait kelelahan bekerja yang ditimbulkan.

### 1.5.3 Bagi Proyek LRT Jakarta

Sebagai masukan bagi pemimpin dalam pembuatan program dan pelatihan kelelahan bekerja dengan mempertimbangkan dampak kecelakaan yang disebabkan oleh kelelahan kerja pada pekerja.

## 1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini mengenai Gambaran Kelelahan kerja pada pekerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta. Penelitian yang ditujukan kepada pekerja PT VSL di proyek LRT Jakarta Jalan Balap Sepeda, Pulo Gadung. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2017 - Januari 2018 di proyek LRT Jakarta. Penelitian ini dilakukan karena 15 tenaga kerja di PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta mengalami kelelahan kerja berdasarkan hasil observasi pendahuluan dengan menggunakan kuesioner *subjective self rating test* dari dan untuk mengetahui gambaran kelelahan kerja pada pekerja PT VSL Indonesia proyek LRT Jakarta dengan menggunakan Metode pengumpulan data primer berupa wawancara, observasi, dan penyebaran kuesioner dan pengumpulan data sekunder berupa data-data yang diperoleh dari perusahaan, dari perpustakaan dan jurnal yang berkaitan dan Desain Penelitian ini dengan pendekatan “cross sectional” yang menggambarkan keadaan sesaat melalui analisa saat dilaksanakan penelitian.

