

ABSTRAK

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh penulis terhadap 10 pekerja didapatkan bahwa 100% pekerja mengalami kelelahan, berdasarkan tingkat kelelahannya diantaranya 7 pekerja (70%) mengalami kelelahan berat dan 3 pekerja (30%) pekerja mengalami kelelahan sedang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor – faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT.X Jakarta Barat tahun 2023. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan jumlah sampel 53 pekerja di PT.X. Teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* dengan analisis data menggunakan uji *chi-square*, yang dilakukan dari bulan April-Agustus 2023. Hasil univariat proporsi tertinggi kelelahan kerja yaitu 30 orang (56,6%), usia berisiko 29 orang (54,7%), waktu kerja 39 orang (73,6%). Indeks Masa Tubuh (IMT) 34 orang (64,2%), beban kerja 37 orang (69,8%). Sedangkan hasil bivariat tidak terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja (PR 0,946 95% CI = 0,590 – 1,515), terdapat hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan kerja (PR 2,333 95% CI=0,990 – 5,500), terdapat hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kelelahan kerja (PR 2,235 95% CI=1,114 – 4,486), dan terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja (PR 2,162 95% CI=1,011 – 4,625). Kesimpulan pada penelitian ini yaitu tidak adanya hubungan antara usia dengan kelelahan kerja, adanya hubungan antara waktu kerja, IMT, dan beban kerja dengan kelelahan kerja. Oleh sebab itu diharapkan PT.X tetap melakukan pemeriksaan kesehatan berkala, melakukan pemeriksaan IMT, membuat promosi kesehatan bagi pekerja, mengatur jadwal atau menambah SDM bagi subcon agar beban kerja akan terasa lebih ringan apabila dilakukan dengan jumlah pekerja yang cukup.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Usia, Waktu Kerja, Indeks Masa Tubuh (IMT), Beban Kerja.

ABSTRACT

. Based on the results of a preliminary study conducted by the authors on 10 workers, it was found that 100% of workers experienced fatigue, based on their level of fatigue, including 7 workers (70%) experienced severe fatigue and 3 workers (30%) experienced moderate fatigue. This study aims to determine the factors associated with work fatigue in workers at PT.X West Jakarta in 2023. This study used a cross-sectional study design with a sample size of 53 workers at PT.X. The sampling technique was simple random sampling with data analysis using the chi-square test, which was conducted from April to August 2023. The univariate results showed the highest proportion of work fatigue, namely 30 people (56.6%), 29 people at risk age (54.7%), working time 39 people (73.6%). Body Mass Index (BMI) 34 people (64.2%), workload 37 people (69.8%). While the bivariate results showed no relationship between age and work fatigue (PR 0.946 95% CI = 0.590 – 1.515), there was a relationship between working time and work fatigue (PR 2.333 95% CI = 0.990 – 5.500), there was a relationship between Body Mass Index (BMI) with work fatigue (PR 2.235 95% CI=1.114 – 4.486), and there is a relationship between workload and work fatigue (PR 2.162 95% CI=1.011 – 4.625). The conclusion in this study is that there is no relationship between age and work fatigue, there is a relationship between working time, BMI, and workload and work fatigue. Therefore it is hoped that PT.X will continue to carry out periodic health checks, carry out BMI checks, make health promotions for workers, arrange schedules or add human resources for subcontractors so that the workload will feel lighter if carried out with a sufficient number of workers.

Keywords: Work Fatigue, Age, Working Time, Body Mass Index (BMI), Workload