

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Kesehatan dan keselamatan kerja adalah faktor utama dalam melindungi pekerja dalam rangka meningkatkan produktivitas. Salah satu aspek yang perlu diperhatikan adalah perlindungan terhadap pekerja melalui Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). Program Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) memastikan bahwa setiap pekerja dan orang di tempat kerja aman dari risiko kecelakaan kerja yang mungkin terjadi. Setiap pekerja harus mendapatkan perlindungan diri dari berbagai masalah yang ada disekitarnya tempat kerja dan hal-hal yang dapat menimpa dirinya atau mengganggu dalam menjalankan tugasnya sehari-hari. NS perlindungan tenaga kerja yang bertujuan untuk menjamin agar para pekerja dapat menjalankan tugasnya sehari-hari dengan rasa aman sehingga beban kerja yang diterima disesuaikan (Taufik dan Indah, 2020)

Berdasarkan data dari Indonesia Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS), jumlah kecelakaan kerja di Indonesia cenderung meningkat. 2017 tercatat sebanyak 123 ribu kasus kecelakaan kerja yaitu hampir 27,8% karena kurang konsentrasi pekerja akibat kelelahan kerja (Detik Finance, 2018). Tarwaka et al., mengatakan bahwa 63% pekerja yang menderita kelelahan dapat mengakibatkan kecelakaan kerja (Tarwaka dkk, 2004).

Data dari ILO menyebutkan bahwa setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Penelitian tersebut menyatakan dari 58.115 sampel, 32,8% diantaranya atau sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan. Menurut Departemen Tenaga Kerja dan Transmigrasi (Depnakertrans), data mengenai kecelakaan kerja pada tahun 2004 di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi, kurang lebih 9,5% atau 39 orang mengalami cacat (Januar Atiqoh, dkk., 2014).

Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya efisiensi dan ketahanan seseorang dalam bekerja (Suma'mur, 2014). Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh (Nurmianto, 2003).

Kelelahan secara luas digambarkan sebagai perasaan lelah, lelah, atau kekurangan energi. Di tempat kerja, biasanya dikaitkan dengan jadwal yang tidak standar, seperti kerja shift malam dan jam kerja yang diperpanjang, yang mengganggu atau mempersingkat waktu tidur. Kelelahan juga dapat dikaitkan dengan faktor tempat kerja lain seperti stres, tugas yang menuntut fisik atau mental, atau bekerja di lingkungan yang panas. Ini dapat berasal dari sejumlah faktor yang berbeda dan efeknya melampaui rasa kantuk. Kelelahan dapat memperlambat waktu reaksi, mengurangi perhatian atau konsentrasi, membatasi memori jangka pendek dan merusak penilaian (CDC, 2020).

Tingkat kelelahan yang tinggi dapat mempengaruhi setiap pekerja dalam pekerjaan atau industri apa pun dengan konsekuensi serius bagi keselamatan dan kesehatan pekerja. Mempelajari risiko kejadian terkait kelelahan, mengidentifikasi

sumber kelelahan, dan menggunakan strategi untuk mengelola kelelahan akan membantu menjaga pekerja tetap aman dan sehat. Kelelahan pekerja dapat disebabkan oleh berbagai sumber, seperti kurang tidur, jam kerja yang panjang, aktivitas fisik, dan stres. Kelelahan dapat memperlambat waktu reaksi, mengurangi perhatian atau konsentrasi, membatasi memori jangka pendek, dan merusak penilaian, mempengaruhi kesehatan dan keselamatan pekerja dan rekan kerja mereka (Kyla Retzer, dkk, 2021).

Kelelahan pekerja telah berkontribusi pada peristiwa kecelakaan kerja, hilangnya nyawa. Memprediksi atau mendeteksi kelelahan dapat memungkinkan pencegahan kejadian kritis keselamatan terkait kelelahan. Pengusaha yang memprioritaskan masalah ini beralih ke teknologi pemantauan dan deteksi kelelahan (FMDT) sehingga langkah-langkah dapat diambil untuk memastikan kesehatan dan keselamatan pekerja mereka (Kyla Retzer, dkk, 2021).

Kelelahan dapat mengurangi konsentrasi, memperlambat waktu reaksi dan merusak keterampilan pengambilan keputusan yang mengakibatkan peningkatan risiko masalah kesehatan dan masalah keselamatan bagi pekerja. Diperkirakan satu dari lima kecelakaan kerja yang fatal di AS dapat dikaitkan dengan kelelahan. Selain itu, pekerja dengan masalah tidur 62% lebih mungkin mengalami cedera terkait pekerjaan. Sementara efek buruk dari kelelahan sudah diketahui dengan baik, sumber kelelahan dapat dikaitkan dengan sejumlah faktor yang berbeda, sehingga sulit untuk dideteksi dan dikelola. Untuk mengatasi masalah ini, telah terjadi peningkatan pesat dalam perangkat pendeteksi kelelahan yang saat ini tersedia di pasar komersial (Imelda Wong dkk, 2021).

Faktor penyebab kelelahan di industri sangat bervariasi. Lingkungan kerja dapat mempengaruhi kinerja pekerja, misalnya kebisingan, iklim kerja panas, pencahayaan yang buruk dan vibrasi dapat mengakibatkan ketidaknyamanan dalam bekerja. Apabila bekerja dengan kondisi tidak nyaman lama kelamaan akan menimbulkan kelelahan (Setyawati, 2006). Selain dari faktor fisik lingkungan kerja, Suma'mur memprediksi beberapa faktor utama yang signifikan terhadap kelelahan yang meliputi jenis kelamin, usia, status gizi, beban kerja, ukuran tubuh dari pekerja yang bersangkutan serta waktu yang digunakan dalam bekerja (Suma'mur, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Juliana dkk (20218) tentang Analisis faktor risiko kelelahan kerja pada karyawan bagian produksi pt. Arwana anugrah keramik, tbk menunjukkan hasil terdapat hubungan lingkungan kerja panas ( $p\text{-value}=0,004$ ) dengan kelelahan kerja. Dalam proses bekerja para karyawan bekerja dengan suhu lingkungan terendah 28,5 dan tertinggi 29,5 °C hal ini mengakibatkan karyawan cepat mengalami pergantian ion tubuh (keringat) namun tanpa dibarengi dengan istirahat hal ini menyebabkan para karyawan cepat mengalami kelelahan ((Juliana dkk, 2018 ).

Penelitian terkait hubungan lingkungan kerja dengan kelelahan kerja juga telah dilakukan oleh Gurdani dkk (2020) dengan judul Hubungan antara Lingkungan Fisik dengan Kelelahan Kerja Pegawai Produksi di Pabrik Tahu Sutera Galih Berbeda. Hasil penelitian diperoleh terdapat hubungan antara

kebisingan dan pencahayaan sedangkan tekanan panas tidak berhubungan dengan kelelahan kerja.

Pengetahuan Pekerja sebagai faktor predisposisi yang dapat membentuk perilaku pekerja dalam mengurangi keluhan kelelahan. Pengetahuan yang baik akan kelelahan kerja akan mendukung pelaksanaan aspek-aspek pencegah kelelahan, dan sebaliknya pengetahuan yang kurang baik akan berdampak negatife terhadap kelelahan tersebut (Adliyani et al., 2017; Notoatmodjo, 2003). Pengetahuan yang baik biasanya dipengaruhi oleh tingkat pendidikan yang tinggi. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka orang tersebut akan semakin aktif dalam mencari informasi-informasi kesehatan terutama terkait kelelahan kerja (Notoatmodjo, 2003; Putri, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan pada Juni 2021 yang dilakukan dengan wawancara pada Pekerja Kantor Pengembangan Sumber Daya Manusia didapatkan bahwa jumlah pekerja sebanyak 40 orang, 3 orang pekerja mengatakan lama kerja 2 tahun, beban kerja berat dan pernah mengalami sakit selama bekerja karena kelelahan dengan keluhan mudah lelah, badan terasa sakit, pekerjaan tidak fokus dan penurunan kinerja. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Pengetahuan Pekerja Terhadap Kelelahan Pekerja Kantor Pengembangan Sumber Daya Manusia, Tahun 2021”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah adakah pengaruh lingkungan kerja dan pengetahuan pekerja terhadap kelelahan pekerja kantor pengembangan sumber daya manusia, tahun 2021?.

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh lingkungan kerja dan pengetahuan pekerja terhadap kelelahan pekerja kantor pengembangan sumber daya manusia, tahun 2021.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pengaruh lingkungan terhadap kelelahan pekerja kantor pengembangan sumber daya manusia, tahun 2021.
2. Untuk mengetahui pengetahuan pekerja terhadap kelelahan pekerja kantor pengembangan sumber daya manusia, tahun 2021.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1. Bagi Institusi Terkait

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada pembuat kebijakan dalam mengurangi masalah kelelahan kerja pada pekerja.

### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan referensi tambahan bagi civitas akademik Fakultas Ilmu Kesehatan

Masyarakat Universitas Prima Indonesia terkhusus bidang Kesehatan Lingkungan kerja maupun Kesehatan dan Keselamatan kerja.

3. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi untuk meningkatkan pengetahuan responden terkait masalah kelelahan kerja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Memberikan manfaat bagi peneliti untuk memperdalam pengetahuan, wawasan serta kemampuan dalam pengaplikasian ilmu tentang manajemen kesehatan dan keselamatan kerja terutama mengenai kelelahan kerja pada pekerja.