

ABSTRAK

ANALISIS PENGARUH BEBAN KERJA DAN TINGKAT KELELAHAN KERJA TERHADAP KEJADIAN PENYAKIT ASAM LAMBUNG PADA KURIR PT JNE EXPRESS KANTOR CABANG UTAMA MEDAN 2024

Penelitian ini membahas masalah kelelahan kerja dan beban kerja yang dialami kurir JNE Express serta hubungannya dengan kejadian penyakit asam lambung (gastritis). Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh beban kerja dan tingkat kelelahan kerja terhadap kejadian penyakit asam lambung pada kurir PT JNE Express Kantor Cabang Utama Medan. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Lokasi penelitian di PT JNE Express Cabang Utama Medan, Maret 2025. Sampel adalah kurir JNE Express (50 orang). Data dikumpulkan melalui kuesioner, wawancara, dan observasi, lalu dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji chi-square. Hasil uji chi-square menunjukkan bahwa 52,9% responden dengan beban kerja fisik kategori dalam waktu singkat mengalami penyakit asam lambung, sedangkan sebesar 81,8% responden dengan beban kerja fisik yang memerlukan tindakan segera mengalami asam lambung. Terdapat pengaruh yang signifikan antara beban kerja fisik dengan kejadian penyakit asam lambung ($p\text{-value} = 0,047$). Pada beban kerja mental, 25,0% responden dengan usaha kecil mengalami asam lambung, 60,0% dengan usaha cukup besar, 73,1% dengan usaha sangat besar, dan 100,0% dengan usaha sangat besar sekali mengalami asam lambung. Pengaruh beban kerja mental terhadap kejadian asam lambung juga signifikan ($p\text{-value} = 0,022$). Untuk kelelahan kerja, 40,0% responden dengan kelelahan kerja rendah mengalami asam lambung, 0,0% pada kelelahan sedang, dan 100,0% pada kelelahan tinggi serta sangat tinggi mengalami asam lambung. Pengaruh kelelahan kerja terhadap kejadian asam lambung sangat signifikan ($p\text{-value} = 0,000$) pada kurir PT JNE Express Kantor Cabang Utama Medan. Kesimpulan: Beban kerja dan tingkat kelelahan kerja berpengaruh signifikan terhadap kejadian penyakit asam lambung pada kurir PT JNE Express Kantor Cabang Utama Medan. Saran: Kurir disarankan menjaga pola makan, istirahat cukup, menghindari stres. Perusahaan perlu mengatur beban kerja kurir, memberikan istirahat cukup, dan fasilitas kesehatan. Peneliti selanjutnya dianjurkan memperluas sampel dan variabel penelitian.

Kata Kunci: Beban Kerja, Kelelahan Kerja, Asam Lambung, Kurir, JNE Express

ABSTRACT

Analysis of the Influence of Workload and Work Fatigue Levels on the Incidence of Gastric Acid Disease Among Couriers at PT JNE Express Main Branch Office Medan in 2024

This study discusses the issues of work fatigue and workload experienced by JNE Express couriers and their relationship with the occurrence of acid reflux disease (gastritis). The purpose of this study is to analyze the effect of workload and work fatigue level on the incidence of acid reflux disease in couriers at PT JNE Express Medan Main Branch Office. This research uses an observational analytic method with a cross-sectional approach. The research location was PT JNE Express Medan Main Branch, March 2025. The sample consisted of 50 JNE Express couriers. Data were collected through questionnaires, interviews, and observation, then analyzed using univariate and bivariate analysis with the chi-square test. The chi-square test results show that 52.9% of respondents with a physical workload of short duration experienced acid reflux disease, while 81.8% of respondents with a physical workload requiring immediate action experienced acid reflux. There is a significant effect between physical workload and acid reflux disease occurrence ($p\text{-value}=0.0047$). For mental workload, 25.0% of respondents with small effort experienced acid reflux, 60.0% with moderate effort, 73.1% with large effort, and 100.0% with very large effort experienced acid reflux. The effect of mental workload on the incidence of acid reflux is also significant ($p\text{-value}=0.022$). Regarding work fatigue 40.0% of respondents with low fatigue experienced acid reflux, 0.0% with moderate fatigue, and 100.0% with high and very high fatigue experienced acid reflux. The effect of work fatigue on acid reflux occurrence is highly significant ($p\text{-value}=0.000$) among couriers at PT JNE Express Medan Main Branch. In conclusion, workload and work fatigue level significantly affect the incidence of acid reflux disease in couriers at PT JNE Express Medan Main Branch Office. It is recommended that couriers maintain a proper diet, get enough rest, and avoid stress. The company should regulate courier workload, provide sufficient rest, and healthcare facilities. Future researchers are advised to expand the sample size and study variables.

Keywords: Workload, Work Fatigue, Gastric Acid, Courier, JNE Express