

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lama bekerja seseorang dapat memberikan dampak yang baik maupun buruk terhadap kinerjanya. Ketika seseorang bekerja dalam jangka waktu yang lama, mereka biasanya mendapatkan pengalaman berharga yang bisa meningkatkan kinerja mereka. Namun di sisi lain, kerja yang berkepanjangan juga dapat membawa risiko, seperti masalah kesehatan akibat tekanan dan kelelahan dari pekerjaan yang tanpa henti. Maka dari itu, penting untuk mengevaluasi pengaruh lama bekerja dari segi kinerja individu secara menyeluruh, mempertimbangkan baik manfaat positif maupun risiko negatif yang mungkin muncul (Rahayu Mardikaningsih *et al.*, 2022). Waktu kerja normal per hari biasanya 6 hingga 8 jam. Sisa waktu 16 hingga 18 jam dihabiskan untuk kehidupan berumah tangga, bermasyarakat, bersantai, beristirahat dan sebagainya. Menambah jam kerja melebihi karakteristik ini sering kali tidak efisien. Secara umum, dapat menurunkan kinerja dan tingginya tingkat kelelahan, gangguan kesehatan dan kejadian yang tidak diinginkan di tempat kerja. Akan tetapi, waktu kerja di luar jam istirahat dibatasi maksimal 2 jam jika pekerjaan membutuhkan ketelitian mata yang lebih besar. Melihat detail-detail kecil dan sulit melebihi 2 jam menyebabkan gangguan pada penglihatan.

penelitian yang dilakukan (Purwaningtyas, 2021) menunjukkan bahwa semakin lama seseorang penjahit bekerja, semakin besar keluhan kelelahan yang dialami mata mereka. Selain itu, penelitian lain oleh (Mirna *et al.*, 2020) juga membuktikan adanya pengaruh antara lama bekerja yang menyebabkan kelelahan mata bagi penjahit.

Masa kerja dapat berdampak pada kesehatan mata yang bisa menimbulkan masalah penglihatan pada penjahit. Pekerjaan yang dilakukan dalam waktu yang lama berpotensi

menyebabkan mata lebih mudah lelah. Gejala mata lelah sering dialami para pekerja seperti mata yang mengeluarkan air mata berlebihan, sakit pada kepala, mata kering dan gatal serta nyeri otot leher, punggung dan pada bahu. Selain itu, kondisi ini bisa juga mengakibatkan mata menjadi merah dan penglihatan yang kabur. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas penjahit telah bekerja melebihi 5 tahun. Masa kerja yang panjang dapat menyebabkan kelelahan pada mata.

Pencahayaan adalah potensi penglihatan manusia yang memanfaatkan cahaya untuk mengenali objek. Oleh karena itu, pencahayaan melibatkan berbagai usaha untuk meningkatkan penglihatan kita, serta pengaruhnya terhadap lingkungan sekitar. Kriteria utama yaitu pencahayaan yang baik memudahkan dan mempercepat proses melihat dengan akurat, untuk menciptakan kemudahan, kesejahteraan dan suasana yang menyehatkan mata (Pabala *et al.*, 2021). Untuk menghemat energi dianjurkan menggunakan pencahayaan alami, namun penerangan buatan wajib tersedia di setiap tempat kerja. Ini untuk mengatasi situasi di mana mendung atau saat bekerja di malam hari.

Kelelahan mata yang dialami oleh penjahit dapat disebabkan oleh kondisi penerangan di lingkungan kerja penjahit. Sebuah penelitian yang dilakukan (Purwaningtyas, 2021), menjelaskan bahwa terdapat hubungan erat dengan mata lelah dan pencahayaan. Selain itu, peneliti lain yang dilakukan (Mindayani *et al.*, 2022), juga menjelaskan kaitan antara kelelahan mata dan pencahayaan yang digunakan dalam proses menjahit.

Setiap jenis pekerjaan mengandung risiko yang berpotensi mengakibatkan Penyakit Akibat Kerja (PAK) serta insiden di tempat kerja (Subagyo, 2023) bentuk kecelakaan kerja yang dapat muncul disebabkan oleh mata lelah. Masalah mata lelah merupakan isu serius yang dihadapi banyak orang, khususnya para pekerja karena dapat mengurangi produktivitas dan berpotensi memicu kecelakaan di tempat kerja. Kelelahan mata sering kali di jumpai di kalangan dari sektor pekerja formal dan non-formal. Di sisi lain, dalam

sektor pekerjaan non-formal termasuk dalam bidang dengan masalah kesehatan yang serius. Hal ini ditimbulkan oleh kurangnya perhatian yang diberikan oleh pengusaha maupun kebijakan pemerintah dalam rangka pemenuhan hak kesehatan dan keselamatan kerja (Harahap, 2023).

Berdasarkan penelitian (Pabala *et al.*, 2021) dilakukan survei di kalangan penjahit di wilayah kuanino di kota kupang mengungkapkan adanya gangguan kesehatan terkait pekerjaan yang berhubungan dengan mata lelah. Hasil survei terhadap 20 orang pekerja mengungkapkan 16 di antaranya (80%) merasa mata lelah setelah menyelesaikan pekerjaan. Hasil penelitian (Pabala *et al.*, 2021) menemukan bahwa 36 pekerja penjahit (70,6%) masih mengalami kelelahan mata karena pencahayaan, dan bahwa ada korelasi antara mata lelah dan kepadatan pencahayaan pada pekerja penjahit.

Tingkat pencahayaan minimum untuk penjahit adalah 200 lux, sesuai dengan Peraturan Menteri Ketenagakerjaan RI No. 5 Tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Lingkungan Kerja. Pencahayaan kurang dari yang telah ditetapkan bisa memperlambat pekerjaan dan menyebabkan kelelahan, terutama pada mata.

Penelitian ini hanya meneliti prevelensi kelelahan mata dan tidak menjelajahi faktor-faktor lain yang berkontribusi, kecuali pencahayaan serta hubungan antara pencahayaan dan kelelahan mata, tanpa memperhitungkan faktor-faktor seperti lama bekerja. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti berencana melakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan pencahayaan dengan judul “Hubungan Lama Bekerja, Masa Kerja dan Tingkat Pencahayaan Terhadap Kelelahan Mata Pada Penjahit”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, masalah yang menjadi fokus penelitian ini adalah “Hubungan lama bekerja, masa kerja dan tingkat pencahayaan terhadap kelelahan mata pada penjahit di kelurahan tanjung mulia hilir kota medan”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui lama bekerja, masa kerja dan tingkat pencahayaan terhadap kelelahan mata pada penjahit di kelurahan tanjung mulia hilir kota medan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan lama bekerja terhadap kelelahan mata pada penjahit
2. Menganalisis pengaruh tingkat pencahayaan dengan kelelahan mata pada penjahit
3. Menganalisis hubungan masa kerja dengan kelelahan mata pada penjahit

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memperluas pemahaman dan memberikan informasi agar membangun dan meningkatkan kemampuan penelitian terkait dengan lama bekerja, masa kerja dengan tingkat pencahayaan terhadap kelelahan mata, dapat menjadi sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis serta diharapkan mampu menjadi referensi bagi studi yang lebih menyeluruh.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan pemahaman dan pengalaman terhadap penelitian mengenai lama bekerja, masa kerja dan tingkat pencahayaan terhadap mata lelah pada penjahit.

2. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi referensi yang membantu memahami pentingnya manajemen waktu kerja dan pentingnya pencahayaan saat bekerja.