

KELELAHAN KERJA PADA TENAGA KERJA BIDANG PRODUKSI DI PT. HARDAYA INTI PLANTATIONS BUOL

Evelline Gloria Lambey¹, Lexy Kareba²

Program Studi Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Jaya Palu

Abstrak

Berdasarkan pengambilan data awal dari PT. Hardaya Inti Plantations Buol didapatkan keluhan berupa gangguan tidur, gangguan pencernaan, masalah aktivitas public misalnya kesulitan mengubah waktu bersama keluarga dan masyarakat disekitar tempat tinggal, hingga kecelakaan kerja yang disebabkan oleh kelelahan kerja. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya kelelahan kerja pada tenaga kerja bidang produksi di PT. Hardaya Inti Plantations Buol.

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti yaitu Bagaimanakah Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bidang Produksi Di PT. Hardaya Inti Plantations Buol?

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan kerja pada tenaga kerja bidang produksi tertinggi adalah kategori kelelahan sedang (57,1%), kelelahan rendah (40%), kelelahan tinggi (2,9%), kelelahan sangat tinggi (0%).

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagian besar tenaga kerja bidang produksi mengalami kelelahan sedang. Disarankan bagi PT. Hardaya Inti Plantations Buol untuk memperhatikan kesehatan tenaga kerjautamanya pada tenaga kerja yang bekerja ditempat yang lebih berisiko mengalami kelelahan terjadinya sosialisasi pentingnya K3 dalam lingkungan kerja.

Kata Kunci : Kelelahan, Kerja, Tenaga, Bidang, Produksi.

Pendahuluan

Menurut pasal 1 ayat (2) UU Ketenagakerjaan No. 13 Tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, Tenaga kerja adalah setiap orang yang mampu melakukan pekerjaan guna menghasilkan barang dan/atau jasa baik untuk memenuhi kebutuhan sendiri maupun masyarakat (KEMENPERIN, 2003).

Kesejahteraan merupakan unsur yang dapat mempengaruhi efisiensi kerja. Efisiensi kerja yang besar tergantung pada pekerjaan yang dilakukan melalui strategi kerja dengan kondisi alam kerja yang telah memenuhi persyaratan kerja. Bila salah satu keadaan tidak terpenuhi, maka dapat menyebabkan masalah kesehatan, misalnya kelelahan kerja. Kelelahan kerja merupakan masalah Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) yang apabila tidak diperhatikan akan memicu terjadinya kecelakaan kerja (Suma'mur, 2013)..

Kelemahan kerja adalah salah satu masalah kesejahteraan dan keamanan yang dapat menjadi faktor pertaruhan untuk kecelakaan di tempat kerja.

Kelelahan kerja merupakan respon seluruh tubuh terhadap aktivitas yang dilakukan selama bekerja, saat tubuh melakukan aktivitas selama delapan jam, tubuh beresiko mengalami kelelahan dan menunjukkan gejala seperti sering menguap, haus, dan sulit berkonsentrasi. Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya daya tahan tubuh seseorang dalam bekerja. Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh.

Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3) adalah kegiatan untuk menjamin keselamatan dan kesehatan kerja karyawan melalui upaya pencegahan kecelakaan dan penyakit akibat kerja (Peraturan Menteri Tenaga Kerja Republik Indonesia No. 38 Tahun 2016).

Dari data *International Labour Organization* (ILO) mengatakan kelelahan kerja memberi kontribusi cukup besar terhadap kejadian kecelakaan kerja dan menyebutkan bahwa hampir setiap hari ada 6.300 orang meninggal akibat kecelakaan kerja atau penyakit akibat kerja, selain

itu ada sekitar 374 juta cedera dan penyakit akibat kerja non-fatal setiap tahun banyak diantaranya mengakibatkan kehilangan jam kerja atau ketidakhadiran dalam pekerjaan (ILO,2017).

Hasil dari tinjauan yang dipimpin oleh Layanan Tenaga Kerja di Jepang mengarahkan penelitian di 12.000 organisasi termasuk 16.000 spesialis di negara tersebut memilih secara sembarangan dan muncul pada 65% pekerja yang mengeluhkan kelemahan sebenarnya karena pekerjaan rutin, 28% mengeluh kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat karena tekanan serius. (Salsa, 2017).

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari Dinas Tenaga Kerja, jumlah kecelakaan kerja menunjukkan pola yang meningkat. Pada tahun 2017 jumlah rincian kecelakaan kerja sebanyak 123.041 kasus, sedangkan sepanjang tahun 2018 mencapai 173.105 kasus yang menyatakan terjadi peningkatan jumlah kasus kecelakaan sebesar 50.064 kasus, kasus dengan jabatan tinggi masih kewalahan oleh contoh kecelakaan mobil dan kecelakaan di organisasi di Indonesia. usaha penanganan dan pengembangan. Salah satu variabel penyebab kelelahan tersebut adalah kondisi kelemahan para pekerja (Kemnaker, 2018).

Berdasarkan data BPJS Ketenagakerjaan pada tahun 2021 mencatat jumlah kecelakaan kerja di Indonesia sebanyak 234.270 kasus. Jumlah tersebut naik 5,65% dari tahun 2020 dengan jumlah kasus sebanyak 221.740 (BPJS Ketenagakerjaan, 2022).

PT. Hardaya Inti Plantations salah satu organisasi yang berpartisipasi dalam industri penanganan produk alam sawit menjadi *Crude Palm Oil* (CPO) dan Kernel. Perusahaan ini berlokasi di Kabupaten Buol, Sulawesi Tengah, untuk memproduksi produk-produk tersebut PT. Hardaya Inti Pantations telah memiliki pabrik pengolahan sendiri.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 12 Juli 2022 yang dilakukan oleh peneliti pada 3 karyawan bagian produksi, PT. Hardaya Inti Plantations didapatkan keluhan berupa gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan kehidupan sosial seperti sulit untuk menyesuaikan waktu dengan keluarga dan masyarakat disekitar tempat tinggal, hingga kecelakaan kerja yang disebabkan oleh kelelahan kerja. Mereka juga mengatakan bahwa pekerjaan akan lebih sulit dan semakin mudah lelah jika buah kelapa sawit yang masuk atau yang akan diproduksi berjumlah banyak dengan waktu istirahat yang kurang karena beberapa karyawan lebih memilih untuk mengeluh waktu istirahat agar pekerjaan bisa cepat selesai yang mengakibatkan menambah beban kerja.

PT. Hardaya Inti Plantations khususnya pada bidang produksi memiliki 3 shift kerja, yaitu shift 1 (pagi), shift 2 (sore) dan shift 3 (malam) dengan waktu kerja 8 jam kerja dan waktu istirahat 2 kali yaitu jam 12.00 dan 18.00. Para pekerja yang bekerja pada shift 3 cenderung lebih mudah lelah dengan keluhan sering menguap, mudah mengantuk, ingin berbaring, dan merasa ada beban pada mata.

Data awal yang didapatkan dari Klinik Khusus Pekerja Bidang Produksi, jumlah tenaga kerja yang mengalami kecelakaan kerja dalam 1 bulan terakhir berjumlah 8 kasus yang disebabkan karena pekerja mengantuk, tidak fokus dalam bekerja, pening serta tidak menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) sesuai prosedur. Dari 8 kasus tersebut 5 diantaranya tenaga kerja yang bekerja di bagian penyortiran dimana pekerja bekerja di lapangan dengan kondisi terpapar sinar matahari langsung sehingga lebih mudah untuk merasakan kelelahan.

Metode Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi dalam masyarakat (Notoatmodjo,2010). Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui kelelahan kerja pada tenaga kerja bidang produksi di PT. Hardaya Inti PlantationsBuol.

Hasil Penelitian

A. Karakteristik Responden

1. Umur

Karakteristik umur responden dalam penelitian ini dikelompokkan berdasarkan klasifikasi umur menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2009), yaitu 20-25 tahun (masa remaja akhir) 26-35 tahun (masa dewasa awal), 36-45 tahun (masa dewasa akhir), 46-55 tahun (masa lansia awal) dan 56-65 (masa lansia akhir) seperti yang ada pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Tenaga Kerja Bidang Produksi Menurut Umur di PT. Hardaya Inti Plantations Buol.

No	Umur Tenaga Kerja	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	26-33 Tahun	18	51,4%
2	36-43 Tahun	14	40%
3	47-48 Tahun	2	5,7%
4	58 Tahun	1	2,9%
	Total	35	100%

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 35 Tenaga Kerja pada penelitian ini, kategori terbanyak adalah umur 26-33 tahun (masa dewasa awal) dengan persentase 51,4%, dan jumlah kategori umur yang sedikit adalah umur 58 tahun (masa lansia akhir) dengan persentase 2,9%.

2. Jenis Kelamin

Karakteristik jenis kelamin dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi 2 yaitu laki-laki dan perempuan. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Tenaga Kerja Bidang Produksi Menurut Jenis Kelamin di PT. Hardaya Inti Plantations Buol.

No	Jenis Kelamin Tenaga Kerja	Frekuensi(f)	Persentase (%)
1	Laki-laki	28	80%
2	Perempuan	7	20%
	Total	35	100%

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 35 Tenaga Kerja pada penelitian ini, tenaga kerja yang berjenis kelamin laki-laki 80% dan tenaga kerja yang berjenis kelamin perempuan 20%.

3. Pendidikan

Karakteristik pendidikan responden dalam penelitian ini dikelompokkan menurut undang-undang sistem pendidikan nasional Nomor 20 Tahun 2003 yaitu SD,SMP, Dan SMA. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Tenaga Kerja Bidang Produksi Menurut Pendidikan di PT. Hardaya Inti Plantations Buol.

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	SD	14	40%
2	SMP	9	25,7%
3	SMA	12	34,3%
	Total	35	100%

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 35 Tenaga Kerja pada penelitian ini, kategori terbanyak adalah pendidikan SD 40%, kemudian pendidikan SMA 34,4% dan pendidikan SMP 25,7%.

B. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan yaitu untuk mengetahui distribusi, frekuensi variabel yang diteliti yaitu Kelelahan Kerja pada tenaga kerja bidang produksi.

1. Kelelahan Kerja

Kelelahan kerja dalam penelitian ini dibedakan menjadi empat kategori yaitu kelelahan rendah (jika total jawaban responden 30-52), kelelahan sedang (jika total jawaban responden 53-75), kelelahan tinggi (jika total jawaban responden 76-98) dan kelelahan sangat tinggi (jika total jawaban responden 99-120), seperti yang ada pada tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bidang Produksi di PT. Hardaya Inti Plantations Buol.

No	Kelelahan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Rendah	14	40%
2	Sedang	20	57,1%
3	Tinggi	1	2,9%
4	Sangat Tinggi	0	0%
	Total	35	100%

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 4 menunjukkan distribusi kelelahan dari 35 tenaga kerja yang mengalami kelelahan rendah 40%, kelelahan sedang 57,1%, kelelahan tinggi 2,9% dan tenaga kerja yang mengalami kelelahan sangat tinggi 0%.

Pembahasan

Hasil penelitian pada tabel 3 menunjukkan kelelahan kerja pada tenaga kerja bidang produksi tertinggi adalah kategori kelelahan sedang dengan persentase 57,1%, kelelahan rendah dengan persentase 40%, kemudian kelelahan tinggi dengan persentase 2,9%, dan terendah untuk kelelahan sangat tinggi dengan persentase 0%.

Dilihat dari hasil penelitian, sebagian besar responden mengalami kelelahan dengan keluhan ingin berbaring, susah berkonsentrasi, sakit kepala, nyeri pada pinggang, dan haus. Selain itu, tenaga kerja pada proses penyortiran yang bekerja di lapangan Sortas diharuskan untuk fokus memilih kualitas buah karena mempengaruhi hasil produksi yang menyebabkan tenaga kerja lebih mudah untuk merasakan haus dan sakit kepala akibat paparan sinar matahari langsung.

Menurut asumsi peneliti tenaga kerja yang mengalami kelelahan sedang disebabkan oleh umur responden karena sebagian besar yang mengalami kelelahan sedang berumur 30 tahun keatas. Pada penelitian ini juga didapatkan 1 kasus kelelahan dengan kategori kelelahan tinggi dengan umur 58 tahun hal ini disebabkan karena umur seseorang akan mempengaruhi kondisi tubuhnya, seseorang yang berusia muda akan sanggup melakukan pekerjaan berat dan sebaliknya jika seseorang berusia tua maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun. Tenaga kerja yang masuk pada kategori dewasa akhir tidak dapat bergerak secara gesit ketika melaksanakan tugasnya dan cepat merasa lelah sehingga dapat mempengaruhi kinerjanya.

Kemudian menurut peneliti jenis kelamin juga mempengaruhi kelelahan karena secara umum perempuan hanya mempunyai kekuatan fisik 2/3 dari kemampuan fisik atau kekuatan otot laki-laki, tetapi dalam hal tertentu perempuan lebih teliti dari laki-laki. Dengan demikian untuk mendapatkan hasil kerja yang sesuai, maka harus diusahakan pembagian tugas antara laki-laki dan perempuan. Hal ini harus disesuaikan dengan kemampuan, kebolehan dan batasan masing-masing.

Kemudian pendidikan juga menjadi salah satu faktor penyebab kelelahan kerja karena pendidikan tinggi dan rendah mempunyai prinsip yang berbeda dalam suatu hal yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja, semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin mudah memahami cara mencegah dan mengurangi risiko terjadinya kelelahan.

Hal ini sejalan dengan teori menurut Suma'mur, 1996 kemampuan seseorang dalam melakukan tugasnya di pengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya umur. Umur seseorang akan mempengaruhi kondisi tubuh. Orang berumur muda sanggup melakukan pekerjaan yang berat dan sebaliknya jika seorang berumur lanjut maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan dengan yang berat akan menurun. Kemudian menurut teori yang dikemukakan Setyawati, 2010 bahwa makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah seorang berpikir secara luas dan makin mudah pula untuk menemukan cara-cara yang efisien guna menyelesaikan pekerjaannya dengan baik.

Hasil penelitian Herlina (2020) di PT. Martadinata Indah Tambang Alindau Kabupaten Donggala, menunjukan sebgaiian besar responden yang berumur kurang dari atau sama dengan 44 tahun dengan persentase 90% mengalami kelelahan sedang.

Hasil penelitian berbeda didapatkan oleh Yola (2019) di PT PAL Indonesia (Persero) yang menunjukan bahwa kelelahan sedang dialami oleh

tenaga kerja yang berumur 24-32 tahun dengan persentase 57,1%.

Kemudian hasil penelitian oleh Nesya (2018) pada Operator Container Crane di PT. X menunjukan sebagian besar responden mengalami kelelahan ringan sebanyak 90,2% dan kelelahan sedang sebanyak 9,8%.

Kesimpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kelelahan kerja pada tenaga kerja bidang produksi di PT. Hardaya Inti Plantations Buol dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tenaga kerja bidang produksi mengalami kelelahan sedang.

Saran bagi PT. Hardaya Inti Plantations Buol diharapkan pihak manajemen perusahaan untuk memperhatikan kesehatan tenaga kerja dengan mengadakan pemeriksaan berkala utamanya pada tenaga kerja yang bekerja ditempat yang lebih berisiko mengalami kelelahan kerja dan sosialisasi pentingnya K3 dalam lingkungan kerja.

Bagi tenaga kerja Bidang Produksi PT. Hardaya Inti Plantations Buol diharapkan para pekerja lebih memperhatikan lagi pola hidup dan istirahat yang cukup setelah bekerja, diharapkan para pekerja untuk minum diwaktu sela-sela mengerjakan pekerjaan untuk menggantikan cairan tubuh yang dikeluarkan saat bekerja, serta memakai pakaian yang nyaman dan mudah menyerap keringat untuk pekerja yang bekerja pada bagian penyortiran.

Bagi peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan metode dan variabel yang berbeda agar dapat mendalami hal-hal yang berkaitan dengan kelelahan kerja.

Daftar Pustaka

- Arfani, Yola. 2019. *Gambaran Faktor Internal dan Eksternal Kelelahan Kerja Subjektif Pada Pekerja Pelayanan Dock Gali Divisi Pemeliharaan dan Perbaikan PT. PAL Indonesia (Persero)*. Universitas Airlangga.
- Depkes RI. 2009. *Klasifikasi Umur Menurut Kategori*. Jakarta: Ditjen Yankes.
- Indonesia, Kementerian Ketenagakerjaan, 2018. *Peraturan Menteri Ketenagakerjaan No. 5 Tahun 2018 Tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Lingkungan Kerja*, Jakarta.

KEMENPERIN. 2003. Undang-Undang RI No 13 Tahun 2003. *Ketenagakerjaan*, (1).

Marif, A. 2015. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pembuatan Pipa Dan Menara Tambat Lepas Pantai (Epc3) Di Proyek Bau Urip PT. Rekayasa Industri Serang-Banten*, UIN Syarif Hidayatullah.

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta.

Organization, International Labour, 2017. Meningkatkan Keselamatan dan Kesehatan Pekerja Muda. In *Kantor Perburuhan Internasional, CH-1211 Geneva 22*. Switzerland.

Panggabean P, Wartana K, Sirait E, AB Subardin, Rasiman N.B, Pelima R.V. 2021. *Pedoman penulisan proposal/skripsi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Jaya*. Palu

Peraturan Menteri Ketenagakerjaan RI No. 38 Tahun 2016 (p. 126). 2016.

Setyawati, 2010. *Selintas tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara Books.

Setyowati, D.L., Shaluhiah, Z. & Widjasena, B. 2014. *Penyebab Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel*. Kesmas: *National Public Health Journal*, 8, 386-392.

Soedirman dan Suma'mur P.K, 2014. *Kesehatan Kerja dalam Perspektif Hiperkes dan Keselamatan Kerja*, Erlangga, Magelang.

Suma'mur, P. K. 2013. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto.

_____. 1996. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.

Sunuh, Herlina. 2020. *Gambaran Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Karakteristik Pada Supir di PT. Martadinata Indah Tambang Alindau Kabupaten Donggala*. Palu.

Tarwaka, 2015. *Ergonomi Industri: Dasar-dasar Pengetahuan dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.