

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Majunya perkembangan teknologi mendorong Indonesia hingga mencapai tahap industrialisasi. “Salah satu konsekuensi dari perkembangan industri yang sangat pesat dan persaingan yang ketat antar perusahaan atau instansi di Indonesia adalah proses produksi kerja dalam perusahaan atau instansi agar terus berproduksi atau bekerja selama 24 jam. Sehingga diharapkan terjadi peningkatan kualitas dan kuantitas produksi agar mencapai keuntungan yang maksimal” (Adi dkk 2013).

Menurut Efifana (2010) “tempat kerja dan jenis pekerjaan dapat mengakibatkan kelelahan pada pekerja, hal ini bisa menurunkan kinerja dan meningkatkan kesalahan kerja, sehingga berpeluang terjadinya kecelakaan kerja dalam industri”. Keadaan lelah merupakan keadaan yang sering dialami seseorang setelah melakukan aktivitas. Perasaan lelah, ngantuk, bosan, dan haus biasanya muncul karena adanya gejala kelelahan. “Kelelahan kerja merupakan permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Setiap orang pernah mengalami kondisi lelah baik lelah fisik maupun lelah mental, karena kemampuan tubuh untuk tetap terjaga memiliki batas tertentu. Hampir seluruh orang merasakan kondisi lelah setelah melakukan aktivitasnya seharian. Di Indonesia lebih dari 65% pekerja datang ke poliklinik perusahaan dengan keluhan kelelahan kerja” (Chesnal, 2012).

Risiko dari kelelahan kerja adalah menurunnya motivasi kerja, rendahnya performansi, kualitas kerja yang rendah, terjadinya kesalahan, rendahnya produktivitas kerja, stress, penyakit akibat kerja, cedera serta terjadi kecelakaan kerja (Maharja, 2015). Dampak dari kelelahan kerja yaitu menurunnya prestasi kerja, badan terasa tidak enak, menurunnya semangat kerja, menurunkan produktivitas kerja serta kelelahan kerja menyebabkan terjadi kecelakaan kerja dan salah satu penyebab dari kelelahan kerja adalah beban kerja fisik (Maharja, 2015).

“Data Eurostat (EU, 1999) bahwa di Uni Eropa terjadi kematian akibat kecelakaan kerja. Terdapat 142.400 orang pekerja di Uni Eropa meninggal karena penyakit akibat kerja dan 8900 orang pekerja meninggal akibat kecelakaan kerja setiap tahunnya” (Tarwaka, 2012). “Kelelahan kerja ditandai dengan menurunnya kesiagaan dan kelelahan. Laporan survei yang dilakukan di negara maju yakni 10-50% penduduk mengalami kelelahan akibat kerja. Hal ini ditunjukkan dengan prevalensi kelelahan sekitar 20% pasien yang membutuhkan perawatan” (Tarwaka, 2010).

Data kecelakaan kerja menurut Atiqoh, dkk (2014), “di Indonesia rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% setiap harinya yang disebabkan oleh kelelahan yang cukup tinggi, lebih kurang 9% atau 39 orang mengalami cacat. Kelelahan kerja dapat ditimbulkan akibat dari faktor lingkungan kerja, faktor individu dan pekerjaan itu sendiri”.

Kepolisian Republik Indonesia tahun 2012, dari 847 kasus kecelakaan kerja yang terjadi 36% disebabkan oleh kelelahan, sedangkan 64% kasus lainnya

disebabkan oleh hal-hal lain. Oleh sebab itu, kelelahan kerja harusnya dijadikan prioritas untuk penyelesaiannya sesuai dengan Undang-Undang No. 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan pasal 86 ayat 1 “semua tenaga kerja memiliki hak untuk mendapatkan perlindungan keselamatan dan kesehatan, perlakuan sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan serta nilai-nilai agama.

Menurut Chesnal (2012) “faktor yang menyebabkan terjadinya kelelahan dalam perusahaan sangat bervariasi yang dipengaruhi oleh beban kerja, lingkungan kerja, problem fisik dan kondisi kesehatan selain itu jug dapat dipengaruhi oleh faktor individu seperti umur, sarapan pagi, status kesehatan, status gizi, pola makan, jenis kelamin dan kondisi psikologi. Risiko yang ditimbulkan akibat kelelahan diantaranya menurunnya motivasi kerja, rendahnya performansi, kualitas kerja yang rendah, banyak terjadi kesalahan kerja, menyebabkan stress, penyakit akibat kerja serta kecelakaan akibat kerja”. Hal ini didukung oleh “sebuah penelitian yang dilakukan di tahun 2016 di PT. Karias Tabing Kencana menyatakan bahwa usia dapat mempengaruhi kelelahan kerja. Hal ini terjadi karena semakin bertambahnya usia maka akan semakin besar risiko penurunan sistem fisiologis dan biologis secara bertahap. Ketika seorang berusia 40-49 tahun cenderung akan mengalami penurunan kondisi kesehatan yang ditandai dengan adanya diagnosa penyakit yang selanjutnya di usia 50–55 tahun kapasitas kerja akan semakin menurun” (Budiman dkk, 2016).

Selain itu, “penelitian yang dilakukan oleh risma tahun 2012 pada pekerja wanita bagian Putty PT. Sumalindo Lestari Jaya, Tbk menyatakan bahwa pekerja wanita yang sarapan pagi memiliki tingkat kelelahan lebih rendah jika

dibandingkan dengan pekerja wanita yang tidak melakukan sarapan pagi ” (Indira, 2012). Dari “hasil penelitian Pajow, tentang Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Di PT. Timur Laut Jaya menunjukkan terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja” (Pajow, 2016).

Universitas Negeri Gorontalo merupakan satu-satunya kampus dengan akreditasi A di Gorontalo. Hal ini tentunya tidak lepas dari faktor kepemimpinan dan faktor-faktor pendukung. Salah satu dari faktor pendukung adalah *cleaning service* yang menjaga kebersihan dilingkungan Universitas Negeri Gorontalo.

Selain itu Universitas Negeri Gorontalo terbagi menjadi 4 kampus dan memiliki 10 fakultas. Kondisi lingkungan bisa dikatakan bersih, tetapi ketika dilaksanakan acara ataupun seminar, sampahnya menumpuk di depan gedung auditorium. Luasnya lingkungan Universitas Negeri Gorontalo mendorong produktivitas kerja dari *cleaning service*.

Observasi data awal yang dilakukan pada *cleaning service*, didapatkan bahwa jumlah keseluruhan *cleaning service* yang ada di UNG adalah 159 orang. *Cleaning service* wanita sebanyak 108 orang (67,9%) dan *cleaning service* pria sebanyak 51 orang (32,1%).

Beberapa *cleaning service* yang berada dilingkungan Universitas Negeri Gorontalo terlihat mereka sering istirahat, selain itu *cleaning service* sering terlihat sering duduk, merenggangkan badan dan menunjukkan bahwa mereka sedang mengalami gejala kelelahan kerja. Selain itu, dalam perekrutan *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo batasan umur tidak menjadi persyaratan

dalam perekrutan. Sehingga terdapat beberapa *cleaning service* yang berusia di atas 40 tahun yang cenderung lebih mudah mengalami kelelahan kerja.

Hasil wawancara yang dilakukan pada 10 (sepuluh) pekerja *cleaning service*, didapatkan 5 pekerja *cleaning service* (50%) memiliki usia lebih dari 45 tahun yang termasuk dalam kategori lansia awal menurut Depkes RI (2009) dan mereka cenderung lebih cepat merasa lelah dibandingkan dengan pekerja lainnya yang berusia di bawah 45 tahun. Sedangkan untuk kebiasaan sarapan pagi oleh pekerja *cleaning service* didapatkan 4 pekerja *cleaning service* (40%) jarang sarapan pagi dan cenderung mengalami kelelahan setelah beberapa jam mereka bekerja. Sedangkan 6 pekerja (60%) lainnya selalu sarapan pagi. Untuk beban kerja didapatkan 8 pekerja *cleaning service* (80%) mengeluh memiliki beban kerja berat dan mengalami kelelahan kerja. Sedangkan 2 pekerja (20%) lainnya memiliki beban kerja yang ringan. Hal ini dapat menurunkan kualitas kerja dari para pekerja itu sendiri.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Pengaruh Umur, Sarapan Pagi dan Beban Kerja Terhadap Kelelahan pada Pekerja *Cleaning Service* Di Universitas Negeri Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah, yakni:

1. Di Indonesia rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% setiap harinya yang disebabkan oleh kelelahan yang cukup tinggi, lebih kurang 9% atau 39 orang mengalami cacat.
2. Kepolisian Republik Indonesia tahun 2012, dari 847 kasus kecelakaan kerja yang terjadi 36% disebabkan oleh kelelahan, sedangkan 64% kasus lainnya disebabkan oleh hal-hal lain
3. Observasi data awal yang dilakukan pada survivor *cleaning service*, didapatkan bahwa jumlah keseluruhan *cleaning service* yang ada di Universitas Negeri Gorontalo adalah 159 orang. *Cleaning service* wanita sebanyak 108 orang (67,9%) dan *cleaning service* pria sebanyak 51 orang (32,1%).
4. Hasil wawancara yang dilakukan pada 10 (sepuluh) pekerja *cleaning service*, didapatkan 5 pekerja *cleaning service* (50%) memiliki usia lebih dari 45 tahun dan mereka cenderung lebih cepat merasa lelah dibandingkan dengan pekerja lainnya yang berusia di bawah 45 tahun.
5. Hasil wawancara kebiasaan sarapan pagi oleh pekerja *cleaning service* didapatkan 4 pekerja *cleaning service* (40%) jarang sarapan pagi dan cenderung mengalami kelelahan setelah beberapa jam mereka bekerja. Sedangkan 6 pekerja (60%) lainnya selalu sarapan pagi.

6. Hasil wawancara beban kerja didapatkan 8 pekerja *cleaning service* (80%) mengeluh memiliki beban kerja berat dan mengalami kelelahan kerja. Sedangkan 2 pekerja (20%) lainnya memiliki beban kerja yang ringan.

1.3 Rumusan Masalah

1. Apakah ada pengaruh umur terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo?
2. Apakah ada pengaruh sarapan pagi terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo?
3. Apakah ada pengaruh beban kerja terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh umur, sarapan pagi dan beban kerja terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui pengaruh umur terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo
2. Untuk mengetahui pengaruh sarapan pagi terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo
3. Untuk mengetahui pengaruh beban kerja terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Dengan adanya penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang ilmu kesehatan masyarakat khususnya mengenai pengaruh umur, sarapan pagi dan beban kerja terhadap kelelahan pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi institusi

Diharapkan bagi pihak instansi untuk dapat memperhatikan para pekerja baik sebelum bekerja maupun sesudah bekerja.

2. Bagi pekerja

Sebagai bahan referensi dalam memperhatikan kebiasaan sarapan pagi serta faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai sumber informasi dan pengetahuan dalam penelitian lebih lanjut serta sebagai bahan literatur.