

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Tingkat kesehatan pekerja dan kenyamanan kerja dapat mencerminkan keseriusan suatu perusahaan dalam memperhatikan kesejahteraan. Ditinjau dari sisi ergonomi, suatu pekerjaan yang dilakukan oleh pekerja harus sesuai dengan kemampuan pekerja itu sendiri. Lebih tepatnya energi yang dikeluarkan harus seimbang dengan energi yang dimiliki (dikonsumsi).

Asupan kalori bagi tenaga kerja ditujukan untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan serta mengupayakan daya kerja yang optimal, untuk itu kebutuhan harus sesuai dengan beban kerjanya. Pekerja yang bekerja dengan beban kerja berat tentunya membutuhkan asupan makanan dan waktu istirahat yang berbeda dengan pekerja yang bekerja dengan beban kerja ringan. Apabila asupan makanan dan lamanya waktu istirahat tidak sesuai dengan beban kerja yang diberikan akan menyebabkan pekerja berada dalam kondisi yang tidak optimal.

Apabila asupan makanan dan lamanya waktu istirahat tidak sesuai dengan beban kerja yang diberikan akan menyebabkan pekerja berada dalam kondisi yang belum optimal. PT. Nurza Bersama Sejahtera merupakan perusahaan industri yang bergerak dalam bidang pengolahan Tepung Tapioka. Dalam memproduksi Tepung Tapioka tetap adanya memerlukan tenaga manusia. Kondisi kerja pada pekerja perusahaan tepung tapioka membutuhkan energi yang banyak untuk melakukan pekerjaan ini, apalagi pekerjaan tersebut dilakukan secara terus menerus tanpa

adanya waktu istirahat yang cukup bagi pekerja pada bagian proses produksi. Hal ini dapat memungkinkan timbulnya beban kerja yang tinggi sehingga menimbulkan kelelahan bagi tubuh yang menyebabkan tingkan perfomansi kinerja pekerja tersebut dapat menurun, maka perlu diperhatikan beban kerja pekerja agar tidak melebihi standar *Cardiovascular Load (CLV)* diatas 30 %.

Pada bagian proses produkski di pabrik ini pekerja melakukan pekerjaan dalam waktu yang sangat panjang yaitu selama 8 jam dengan waktu istirahat hanya 1 jam waktu untuk melaksanakan sholat dan makan siang. Keadaan seperti ini akan menimbulkan kelelahan dini jika tidak disertai dengan asupan energi serta jadwal kerja yang sesuai dengan kondisi fisik pekerja. Kelelahan yang berkepanjangan yang dialami pada pekerja dapat mengakibatkan hal-hal yang negatif seperti, hilangnya konsentrasi dalam bekerja, pekerja cenderung merasa letih dan lemas, kecelakaan kerja dan akhirnya dapat menurunkan produktivitas kerjanya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka diperlukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui jumlah kalori dan mengatur jadwal istirahat yang sesuai dengan beban kerja pekerja.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas maka ada beberapa rumusan masalah dalam penelitian adalah:

1. Apakah waktu istirahat kerja sudah sesuai dengan beban kerja pekerja?
2. Bagamainakah menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan kalori yang di keluarkan?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui waktu istirahat pendek yang sesuai dengan beban kerja pekerja.
2. Mengetahui menu makanan sesuai dengan kebutuhan kalori yang dikeluarkan pekerja.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Perusahaan

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai pertimbangan dalam menganalisa penggunaan “energi kerja” dan peningkatan kesehatan kerja serta untuk pengaturan istirahat pekerja dan kebutuhan asupan kalori pekerja.

2. Mahasiswa

Penelitian ini bermanfaat untuk memberikan pengalaman dalam menerapkan teori yang didapat di perguruan tinggi kedalam lingkungan industri secara nyata dalam menyelesaikan suatu permasalahan.

3. Jurusan Teknik Industri

Penelitian bermanfaat sebagai tambahan referensi yang dapat memperkaya laporan-laporan penelitian Teknik Industri serta dapat digunakan sebagai acuan bagi penelitian-penelitian selanjutnya.