

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Pengerahan tenaga fisik, mental, atau emosional yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan, yaitu penurunan hampir semua keterampilan fisik, termasuk kekuatan, kecepatan, waktu respons, koordinasi, keseimbangan, dan pengambilan keputusan. Meskipun setiap orang mengalami kelelahan yang berbeda-beda, namun hal tersebut selalu berujung pada penurunan produktivitas, penurunan stamina fisik, dan penurunan kemampuan kerja (Tarwaka, 2020)

Menurut data World Health Organization (WHO, 2020) Setelah penyakit jantung, penyakit psikologis yang bermanifestasi sebagai kelelahan ekstrem yang berujung pada depresi akan menjadi penyebab kematian kedua. Berdasarkan data Menurut penelitian yang dilakukan oleh Kementerian Tenaga Kerja Jepang, yang melibatkan 12.000 perusahaan dan sekitar 16.000 pekerja yang dipilih secara acak, 65% pekerja melaporkan merasa lelah secara fisik dan mental dari pekerjaan rutin mereka, 28% melaporkan merasa lelah secara mental, dan sekitar 7% melaporkan merasa lelah. benar-benar stres dan mengalami pengecualian. Berdasarkan temuan jajak pendapat yang dilakukan di negara maju, 10–15% orang melaporkan merasa lelah saat bekerja setiap hari (WHO, 2020)

Kementerian Ketenagakerjaan (2019) merilis statistik kecelakaan kerja di Indonesia pada tahun 2013. Dari rata-rata 414 kecelakaan kerja yang terjadi setiap harinya, 27,8% disebabkan oleh kelelahan ekstrem, dan 39 orang atau sekitar 9,5% mengalami kecacatan. Sejumlah gejala, antara lain menurunnya performa kerja dan fungsi fisiologis motorik, ketidaknyamanan fisik, dan menurunnya gairah kerja, dapat disebabkan oleh kelelahan kerja. Kecelakaan kerja lebih

mungkin terjadi ketika karyawan merasa lelah dengan pekerjaannya. Hal ini menyebabkan dampak negatif baik bagi pekerja maupun pemberi kerja karena menurunkan produktivitas. Telah dibuktikan bahwa lebih dari 60% kecelakaan kerja disebabkan oleh kelelahan kerja. Prevalensi kelelahan kerja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain lama hari kerja, beban kerja, usia, dan faktor lingkungan (suhu, penerangan, getaran, dan kebisingan), kebiasaan makan, dan masalah kesehatan (Depnaker, 2020).

Pergeseran kerja, kurangnya waktu istirahat, dan lingkungan kerja yang tidak aman merupakan faktor risiko kelelahan karyawan. Menurut Maurits (2019), Setiap pengaturan jam kerja, baik sebagai tambahan atau sebagai pengganti kerja pagi dan sore, disebut dengan kerja shift. Kelelahan disebabkan oleh perpanjangan hari kerja, shift malam, dan rotasi kerja merugikan keselamatan pekerja (Lerman, 2017).

Mengingat tidak ditemukannya korelasi yang jelas antara lama kerja dan kelelahan kerja dalam sebuah studi tentang faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kelelahan pengemudi, maka masa kerja dapat menjadi indikator pengalaman seseorang untuk menjadi ahli di bidangnya (Darmawan, 2019). Berbeda dengan individu dengan pengalaman lebih sedikit, orang dengan pengalaman kerja lebih banyak biasanya tidak memerlukan arahan. Keterampilan kerja seseorang akan meningkat dan pengetahuannya tentang unsur-unsur yang mungkin menyebabkan kelelahan akan meningkat seiring dengan lamanya bekerja (JME, 2016).

Instalasi Gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar merupakan bagian penunjang medik di RSUD Mardi Waluyo Blitar. Pelayanan penelitian dan pengembangan gizi, makanan untuk pasien dan pekerja, serta pelayanan gizi rawat inap dan rawat jalan klinis semuanya termasuk dalam instalasi gizi. Di instalasi nutrisi ditangani seluruh proses administrasi makanan, mulai dari memperoleh komponen makanan,

mengolahnya, memproduksi makanan, hingga akhirnya memberikannya kepada pasien. Pekerja di instalasi nutrisi sangat rentan terhadap kelelahan karena pekerjaan mereka biasanya dinamis dan melibatkan beban kerja yang berat dimana persediaan makanan untuk pasien dan pekerja harus mudah dijangkau, ketegangan berulang pada area otot tertentu, kontak dengan benda tajam pada makanan, seperti pisau dan gunting. panas dari peralatan, paparan panas pada saat mengolah atau memasak, dan bagian pengolahan atau memasak pada proses pengolahan pangan.

Dari hasil penjelasan diatas berdasarkan hasil wawancara dan observasi saat Praktik Kerja Lapangan (PKL 2) pada tanggal 10 Mei 2023 dan 20 Mei 2023 diketahui 7 orang yang berbeda shift di Instalasi Gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar mengalami kelelahan kerja.

Dilihat dari keluhan karyawan yang disebabkan oleh shift kerja yang terbagi menjadi 3 shift yaitu shift pagi, siang dan malam. Yaitu pada shift malam melebihi kapasitas kerja yang melebihi 8 jam kerja. Terdapat 3 karyawan yang mengeluh pegal pada kaki dikarenakan saat proses pembuatan makanan kebanyakan berdiri dan dalam waktu yang lama. Hal ini dipengaruhi karena karyawan mempunyai beban kerja yang tinggi dan terlalu banyak pekerjaan yang memerlukan banyak tenaga kerja dari satu orang.

Salah satu cara untuk mengatasi kelelahan kerja yaitu dengan cara mengambil tindakan untuk menghindari kelelahan kerja sangatlah penting mengingat pentingnya pernyataan di atas, karena akan menurunkan produktivitas karyawan dan berdampak pada hasil pekerjaan. Unsur-unsur ini mungkin disebabkan oleh karyawan, pekerjaannya, atau tempat kerja itu sendiri. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti penasaran untuk mengetahui lebih jauh bagaimana masa kerja dan shift mempengaruhi kelelahan karyawan di Instalasi Gizi RS Mardi Waluyo Blitar.

B. Rumusan masalah

1. Bagaimana faktor kelelahan kerja pada karyawan divisi pengolahan di instalasi gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar ?
2. Seberapa besar hubungan masa kerja dengan dengan keluhan kelelahan kerja pada karyawan di Instalasi Gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar ?
3. Seberapa besar hubungan shift kerja dengan dengan keluhan kelelahan kerja pada karyawan di Instalasi Gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar ?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui variabel-variabel yang berkontribusi terhadap kelelahan kerja pada staf bagian pengolahan di instalasi gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menggambarkan faktor kelelahan kerja pada karyawan divisi pengolahan di instalasi gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar
- b. Untuk menganalisis seberapa besar hubungan masa kerja dengan keluhan kelelahan kerja pada karyawan divisi pengolahan di Instalasi Gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar.
- c. Untuk menganalisis seberapa besar hubungan shift kerja dengan dengan keluhan kelelahan kerja pada karyawan divisi pengolahan di Instalasi Gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar.

D. Ruang lingkup

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan shift kerja dan masa kerja dengan keluhan Kelelahan kerja pada divisi pengolahan karyawan instalasi gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei Sampai November 2023 oleh mahasiswa

semester VII Program Studi Sarjana Terapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Jurusan Promosi Kesehatan Poltekkes Kemenkes Malang. Lokasi RSUD Mardi Waluyo Blitar yaitu di Jl. Kalimantan, Blitar, Jawa Timur 66137. Sasaran penelitian adalah karyawan divisi pengolahan instalasi gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar dengan jumlah sampel sebanyak 32 sampel. Desain penelitian yang digunakan adalah cross-sectional dan teknik kuantitatif. Peneliti menggunakan pengukuran langsung untuk mengumpulkan data primer dan Reaction Timer Test terhadap karyawan instalasi gizi untuk variabel dependen, serta wawancara dan kuesioner untuk variabel independen.

E. Manfaat penelitian

1. Bagi Intitusi tempat penelitian (RSUD Mardi Waluyo Blitar)

Dapat menambah khazanah ilmu pengetahuan di RSUD Mardi Waluyo Blitar dan dijadikan umpan balik tentang kelelahan kerja, penyebab yang berkontribusi terhadap kelelahan kerja, dan penilaian kelelahan kerja sebagai tindakan pencegahan untuk menurunkan derajat pengorganisasian, perencanaan, dan pengembangan pada RSUD Mardi Waluyo Blitar. guna meningkatkan produktivitas dan pelayanan pegawai.

2. Bagi karyawan Instalasi Gizi

Memperoleh pemahaman yang benar tentang unsur-unsur yang menyebabkan kelelahan kerja sehingga karyawan dapat mengendalikannya dan mencegah terjadinya kelelahan yang akan berakibat pada rendahnya output dan kesalahan dalam bekerja.

3. Bagi Program Studi Keselamatan dan kesehatan kerja poltekkes kemenkes malang

Sebagai cara untuk memperkuat informasi bagi siswa dengan meminta mereka menerapkan apa yang telah mereka pelajari di tempat kerja. Sumber daya untuk memperluas pemahaman K3 dan media untuk membimbing lulusan D4 memasuki dunia kerja.

Selain menyediakan lebih banyak sumber daya dan mendorong kemajuan ilmiah jangka panjang, khususnya dalam penelitian selanjutnya yang bersifat sama.

4. Bagi Peneliti

Mampu mempraktikkan pengetahuan tentang keselamatan dan kesehatan kerja yang dipelajari di perkuliahan di lingkungan kerja dunia nyata. Selain itu juga dapat menambah wawasan dan pengalaman, khususnya dalam bidang penelitian, serta dapat menambah pengetahuan, bakat, dan keterampilan dalam menilai permasalahan unsur-unsur yang berkaitan dengan kelelahan kerja. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan informasi bagi peneliti di masa depan.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penelitian	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan dengan Penelitian yang dilakukan
1.	Virgy, Sulistya (2011)	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Instalasi Gizi Rumah Sakit Umum Daerah (Rsud) Pasar	Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan pendekatan Cross Section	Berdasarkan hasil penelitian, pada tahun 2011, 17 orang pegawai Instalasi Gizi RSUD Pasar Rebo masuk dalam kategori kelelahan kerja berat. 53,1%. Karyawan yang merasakan kelelahan akibat pekerjaan setelah bekerja seringkali menunjukkan gejala	Penelitian ini meneliti shift kerja dan masa kerja dengan sasaran penelitian yaitu karyawan instalasi gizi sedangkan peneliti meneliti keseluruhan factor kelelahan kerja

		Rebo Jakarta		menguap (97%), kelelahan fisik (94%), dan mengantuk (91%). Variabel beban kerja (Pvalue 0,035) dan gender (Pvalue 0,036) menunjukkan adanya hubungan dengan kelelahan kerja.	
2.	Hendro Renaldi Oksandi, Achmad Karbita (2020)	Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di RSUD dr.H.BOB Bazar Kalianda Kabupaten Lampung Selatan	Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Desain dalam penelitian ini, peneliti menggunakan survei analitik dan peneliti menggunakan pendekatan cross sectional	Berdasarkan temuan uji statistik, karakteristik yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada perawat RSUD Dr.H.Bob Bazar Kalianda Tahun 2018 adalah sebagai berikut: beban kerja (0,032), status gizi (0,038), usia (0,014), dan jenis kelamin (0,016).	Penelitian ini meneliti kelelahan kerja pada perawat sedangkan penelitian yang akan dilakukan adalah meneliti karyawan instlasi gizi RSUD Mardi Waluyo Blitar
3.	Rayi Trinofiandy, Atik Kridawati, Puri Wulandari (2018)	Analisis Hubungan Karakteristik Individu, Shift Kerja, dan Masa Kerja dengan	pengukuran kelelahan kerja dengan kuesioner yang disesuaikan dari Komite Penelitian kelelahan Internasional Asosiasi	Temuan menunjukkan bahwa 77,8% perawat melaporkan merasa lelah di tempat kerja, dan perawat dengan gizi buruk lebih rentan terhadap masalah ini (p	Penelitian ini menggunakan analisis data uji Chi Square, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan uji

		Kelelahan Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit X Jakarta Timur	Kesehatan Industri Jepang. Analisis data uji Chi Square digunakan untuk menguji hubungan antara kelelahan kerja dengan variabel risiko yang mempengaruhinya.	value 0,034 OR 8,5) seperti halnya perawat dengan riwayat kesehatan (p value 0,012 OR 0,083).	statistic yaitu “Uji Spearman Rank Corellation”
--	--	---	--	---	---

