

ABSTRAK

PT X merupakan perusahaan yang bergerak dibidang jasa analisis lingkungan yang Sebagian besar pekerjanya bekerja sebagai analis laboratorium. PT X mengalami peningkatan sampel diluar periode yang telah ditetapkan, yaitu pada awal tahun 2021 sehingga hal ini berdampak langsung ke analis karena analis merupakan puncak pencapaian suatu jasa lingkungan. Meningkatnya beban kerja berpengaruh pada kelelahan dan aspek K3, maka diperlukan upaya untuk melakukan pencegahan terjadinya kecelakaan kerja. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan teknik wawancara, pengisian kuesioner, dan observasi langsung. Hasil pengisian kuesioner akan diolah menggunakan pengujian Kruskal-Wallis secara statistika nonparametrik. Penelitian ini memberikan hasil terdapat perbedaan pelemahan yang signifikan pada SSRT A, B, dan C. Tingkat kelelahan kerja menurut rata-rata hasil uji berturut-turut adalah SSRT A dengan kategori sedang, SSRT C dengan kategori sedang, dan SSRT B dengan kategori rendah. Tingkat kelelahan tertinggi adalah pada SSRT A atau pelemahan kegiatan. Kelelahan dengan tingkat sedang memiliki potensi bahaya terhadap K3.

Kata Kunci : kelelahan kerja, beban kerja, dan K3

s

ABSTRACT

PT X is a company engaged in environmental analysis services where most of its workers work as laboratory analysts. PT X experienced an increase in samples beyond the predetermined period, namely at the beginning of 2021 so this has a direct impact on analysts because analysts are the peak of achieving an environmental service. Increased workload affects fatigue and K3 aspects, so efforts are needed to prevent work accidents. This study uses a descriptive method with a quantitative approach. Data was collected by using interview techniques, filling out questionnaires, and direct observation. The results of filling out the questionnaire will be processed using the Kruskal-Wallis test with non-parametric statistics. This study shows that there are significant differences in attenuation of SSRT A, B, and C. The level of work fatigue according to the average test results, respectively, is SSRT A in the medium category, SSRT C in the medium category, and SSRT B in the low category. The highest level of fatigue is in SSRT A or activity attenuation. Moderate fatigue has a potential hazard to OHS.

Keywords: *fatigue, workload, and OHS*

RINGKASAN

Waktu kerja yang sudah ditetapkan di Indonesia, yaitu 8 jam dengan 1 jam istirahat. Apabila waktu kerja diperpanjang maka akan menurunkan efisiensi kerja, meningkatkan kelelahan, menyebabkan kecelakaan kerja, dan menyebabkan penyakit akibat kerja. Menurut beberapa peneliti, kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kegiatan kesehatan dan keselamatan kerja (K3), yaitu kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas kerja, yang mana kelelahan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kecelakaan kerja. K3 harus menjadi prioritas baik seseorang yang bekerja dalam pekerjaan berisiko tinggi maupun rendah. Kelelahan dirasakan sebelum, saat, dan setelah bekerja yang menyebabkan meningkatnya angka sakit pada tenaga kerja individual dan kelompok (Suma'mur, 2014).

PT X merupakan perusahaan yang bergerak dibidang jasa analisis lingkungan yang sebagian besar pekerjaannya bekerja sebagai analis laboratorium. PT X memiliki sistem 5 hari kerja *non shift*, yaitu Senin sampai Jum'at dan diberikan hak cuti tahunan. Berdasarkan data perusahaan, PT X mengalami peningkatan sampel uji pada akhir semester, yaitu di pertengahan dan akhir tahun. Tahun 2021, PT X mengalami peningkatan sampel di luar periode sebelumnya, yaitu pada awal tahun 2021 sehingga dengan peningkatan sampel tersebut berdampak pada peningkatan beban kerja. Beban kerja di PT X perlu diperhatikan karena termasuk aspek dari K3. Pekerja mengalami kelelahan, kurangnya konsentrasi yang menyebabkan pekerja menjadi tidak fokus, dan dapat mengalami penyakit akibat kerja akibat beban kerja yang tinggi. Apabila tidak diperhatikan hal ini menjadi masalah bagi perusahaan dan pekerja itu sendiri akibat kelelahan. Pekerja yang mengalami kelelahan akan berdampak pada hasil analisis, alat dan bahan, serta kecelakaan kerja.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, pengisian kuesioner, dan observasi yang dilakukan langsung kepada karyawan PT X. Responden yang akan diteliti berasal dari divisi *technical* dengan berbagai jabatan v

sebanyak 23 orang dengan mengisi kuesioner *subjective self rating test* (SSRT) dari *Industrial Fatigue Management Research* (IFRC) yang memiliki tiga kategori. Wawancara dilakukan kepada responden yang mengalami tingkat kelelahan tinggi akibat beban kerja yang meningkat. Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah variabel bebas berupa kelelahan dan beban kerja. Selain itu, variabel terikat berupa K3. Perhitungan hasil kuesioner akan diuji dengan metode statistika, yaitu Uji Kruskal-Wallis untuk menentukan tingkat kelelahan karyawan PT X.

Penelitian ini mendapatkan hasil simpulan bahwa terdapat perbedaan pelemahan yang signifikan (nyata/bermakna) pada SSRT A, B, C. Tingkat kelelahan kerja menurut rata-rata hasil uji berturut-turut adalah SSRT A dengan kategori sedang, SSRT C dengan kategori sedang, dan SSRT B dengan kategori rendah. Tingkat kelelahan tertinggi adalah pada SSRT A atau pelemahan kegiatan. Kelelahan dengan tingkat sedang memiliki potensi bahaya terhadap K3. Berdasarkan hasil observasi, faktor sumber bahaya, yaitu faktor lingkungan kerja, posisi kerja, tindakan tidak aman (TTA), sikap kerja yang tidak sesuai, bahaya faktor fisik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan yang searah dan kuat antara beban kerja dengan pelemahan kegiatan karyawan di PT X, menyebabkan karyawan mengalami seluruh tanda-tanda yang ada pada kuesioner SSRT A.