



---

## **FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA TENAGA KERJA BAGIAN KANDANG DI PT CHAROEN POKPHAND JAYA FARM 3 KECAMATAN KUOK**

**Indrawati<sup>1</sup>, Khairun Nufus<sup>2</sup>**

Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan  
Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai  
[indrawatiigo@yahoo.com](mailto:indrawatiigo@yahoo.com)

---

### **Abstrak**

Kelelahan kerja cenderung menurunkan prestasi maupun motivasi pekerja. Kelelahan kerja bersifat fisik dan psikis dan lebih banyak kaitannya dengan penurunan kinerja fisik, perasaan lelah, penurunan motivasi, dan penurunan produktivitas kerja. Faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja yaitu faktor pekerjaan terdiri dari waktu kerja, beban kerja, *shift* kerja, sikap kerja, faktor individu terdiri dari usia kerja, masa kerja, jenis kelamin, status gizi dan faktor lingkungan terdiri dari kebisingan dan pencahayaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang berhubungan antara masa kerja, waktu kerja, status gizi dengan terjadinya kelelahan kerja pada tenaga kerja bagian kandang di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018. Desain penelitian adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja bagian kandang berjumlah 45 orang, pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data yang diperoleh menggunakan analisis *chi-square* diperoleh hasil tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja dengan  $p=$ value  $0,126 \geq 0,05$ , ada hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan kerja dengan  $p=$ value  $0,008 < 0,05$  dan tidak ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja dengan  $p=$ value  $0,090 \geq 0,05$  pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018. Direkomendasikan perusahaan dapat memberikan batasan jam kerja maksimal 7 jam/hari, menjalankan program *shift* kerja dan meningkatkan pengetahuan tentang pengolahan gizi kerja melalui pelatihan tenaga gizi kerja pada pekerja untuk mengurangi terjadinya kelelahan kerja.

**Kata kunci** : *Masa Kerja, Waktu Kerja, Status Gizi, Kelelahan Kerja.*

**Daftar bacaan** : **24 (2010-2017)**

---

✉Corresponding author :

Address : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang

Email : [indrawatiigo@yahoo.com](mailto:indrawatiigo@yahoo.com)

Phone : 085364845180

## BAB I PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Menurut Cameron (1973) dalam Lientje (2013), kelelahan kerja adalah respon total individu terhadap stress psikososial yang dialami dalam satu periode waktu tertentu dan kelelahan kerja cenderung menurunkan prestasi maupun motivasi pekerja bersangkutan. Kelelahan kerja merupakan kriteria yang lengkap tidak hanya menyangkut kelelahan yang bersifat fisik dan psikis saja tetapi lebih banyak kaitannya dengan adanya penurunan kinerja fisik, adanya perasaan lelah, penurunan motivasi, dan penurunan produktivitas kerja.

Menurut Gurusinga (2013) dalam Nurlifaiz (2014) kelelahan kerja merupakan salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat menjadi faktor risiko terjadinya kecelakaan saat bekerja. Kelelahan kerja disebabkan oleh banyak faktor baik dari faktor individu, dan juga faktor dari luar seperti lingkungan kerja.

Simanjuntak (2010) dalam Nurlifaiz (2014) mengemukakan kelelahan kerja penting untuk diperhatikan, karena kelelahan pada pekerja dapat berdampak terhadap penurunan produktivitas kerja dan penurunan konsentrasi kerja (Damapoli, 2013). Suatu perusahaan yang baik tentu mempunyai sumber daya manusia yang baik. Hal ini dapat terlihat dari kondisi kesehatan fisik dan psikis, keahlian, serta kinerja dan produktivitas dari pekerja itu sendiri.

Pekerjaan PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok harus diperhatikan untuk mencapai kesuksesan dalam perusahaan dan pengembangan industri, karena pekerja yang tepat dan mampu untuk bekerja dengan profesional dapat meningkatkan produktivitas pekerja, kepuasan pekerja dan menurunkan kemangkiran kerja karyawan.

Menurut Tarwaka, dkk (2004) dalam Nurlifaiz (2014), status gizi berhubungan

erat dan berpengaruh pada produktivitas dan efisiensi kerja. Dalam melakukan pekerjaan tubuh memerlukan energi, apabila kekurangan baik secara kualitatif maupun kuantitatif kapasitas kerja akan terganggu. Dapat dilihat pada pola pertumbuhan fisik.

Menurut Ahmad (2007) dalam Bayu Andi Putra (2015), berpendapat bahwa bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi dan digunakan secara efisien akan tercapai status gizi optimal yang memungkinkan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kemampuan kerja, dan kesehatan secara umum pada tingkat setinggi mungkin.

PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 memulai pekerjaan pada jam 06.45 WIB pagi, pada jam 11.30 WIB para pekerja diberikan waktu istirahat sampai jam 13.30 WIB dan pada jam 16.30 WIB pekerja pulang jadi pekerjaan di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 bekerja selama 7.45 menit dalam satu hari yang bekerja selama enam hari dalam satu minggu karena tuntutan tersebut melebihi ketentuan Undang-Undang No. 13 tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, khususnya pasal 77 ayat 1, UU No. 13/2003 mewajibkan setiap pengusaha untuk melaksanakan ketentuan jam kerja. Untuk karyawan yang bekerja 6 hari dalam seminggu, jam kerjanya adalah 7 jam dalam 1 hari dan 40 jam dalam 1 minggu. Sedangkan untuk karyawan dengan 5 hari kerja dalam 1 minggu, kewajiban bekerja mereka 8 jam dalam 1 hari dan 40 jam dalam 1 minggu (Koesparmano, 2016).

Semakin lama masa kerja berpengaruh pada tingkat kelelahan kerja akibat tingkat monoton kerja yang telah terakumulasi selama bertahun-tahun (Gempur, 2004) dalam Annise Banita Nugraheni (2015).

Kurangnya kemampuan fisik, mental dan psikologis seseorang dapat menyebabkan kemampuan untuk melanjutkan pekerjaan kurang optimal sehingga berisiko terjadinya kelelahan kerja (Tarwaka, 2008) dalam Erlina Dwi Hasrtuti (2017).

Menurut Setyawati (2007) kelelahan kerja memberikan kontribusi sebanyak 50% terhadap kejadian kecelakaan kerja.

Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Menurut beberapa peneliti, kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan menurunkan produktivitas.

Data *International Labour Organization* (ILO) tahun 2013 menyebutkan bahwa didunia setiap tahun sebanyak 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan, terlihat dari 58.115 sampel, 32,8 % atau sekitar 18.828 sampel diantaranya menderita kelelahan.

Berdasarkan data Kementrian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Indonesia tahun 2013 menyatakan bahwa setiap hari rata-rata terjadi 414 kasus kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Di Indonesia rata-rata pertahun terdapat 99.000 kasus kecelakaan kerja. Dari total tersebut, sekitar 70% berakibat fatal yaitu kematian dan cacat seumur hidup.

Berdasarkan data BPJS Ketenagakerjaan RI, angka kecelakaan kerja di Provinsi Riau dikatakan tergolong tinggi. Pada tahun 2016 terdapat 6.768 kasus atau setara dengan 30,28% dan pada tahun 2017 terjadi kenaikan yaitu 9.628 kasus atau setara dengan 36,78% , dari kasus kecelakaan kerja pada tahun 2016 terdapat kasus kelelahan kerja bagian Kampar yang berjumlah 2.426 kasus kelelahan.

Keselamatan disetiap tempat kerja sebagaimana ketentuan Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1970 dan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang ketenagakerjaan, merupakan kewajiban pengusaha untuk melindungi tenaga kerja dari potensi bahaya yang dihadapi. Kecelakaan kerja tidak saja menimbulkan korban jiwa maupun kerugian materi bagi pekerja dan pengusaha, tetapi juga dapat mengganggu proses produksi secara

menyeluruh, merusak lingkungan pada akhirnya akan berdampak pada masyarakat luas (Kusuma, 2004).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada Maret 2018 di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 dengan karyawan bagian Koordinator Lapangan menjelaskan terdapat beberapa kasus kecelakaan kerja seperti tertabrak lori akibat kelelahan pekerja pendorong, terdapat juga kasus terjatuh dari ketinggian karena kelelahan disaat bekerja ditempat ketinggian sekitar 5 meter kecelakaan terjadi dalam rentang waktu tahun 2015-2017.

Dari dinas perindustrian Bangkinang Kota menyatakan bahwa PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 merupakan Perusahaan satu-satunya perusahaan Peternakan Bibit Ayam Induk di Kabupaten Kampar yang tertera di Data Perusahaan yang memiliki / rekomendasi lingkungan di Kabupaten Kampar.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas terjadinya peningkatan kelelahan kerja di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 yang disebabkan tuntutan pekerjaan dan sifat pekerjaan yang monoton dari tahun ketahun, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui ada tidaknya faktor yang berhubungan antara waktu kerja, masa kerja dan status gizi terhadap kelelahan pada pekerja *Caretaker* dan PL. kandang di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian singkat dalam latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat faktor yang berhubungan antara masa kerja, waktu kerja, status gizi dengan terjadinya kelelahan pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 desa Batu Langkah Kecil Kecamatan Kuok tahun 2018 ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui faktor yang berhubungan antara masa kerja, waktu kerja, status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja

*Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 di Kecamatan Kuok Tahun 2018.

**2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik masa kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik waktu kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.
- d. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik status gizi pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.
- e. Untuk mengetahui hubungan antara faktor masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.
- f. Untuk mengetahui hubungan antara faktor waktu kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.
- g. Untuk mengetahui hubungan antara faktor status gizi pada pekerja

*Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018.

**D. Manfaat Penelitian**

1. Aspek teoritis (keilmuan)  
 Penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu masukkan untuk teori dan menambah hasil informasi ilmiah tentang faktor-faktor penyebab kelelahan kerja.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat sebagai masukkan atau pertimbangan serta pemantauan dalam faktor-faktor penyebab terjadinya kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok dan bagi perusahaan agar dapat mengurangi angka terjadinya kelelahan kerja karyawan.

**BAB III**

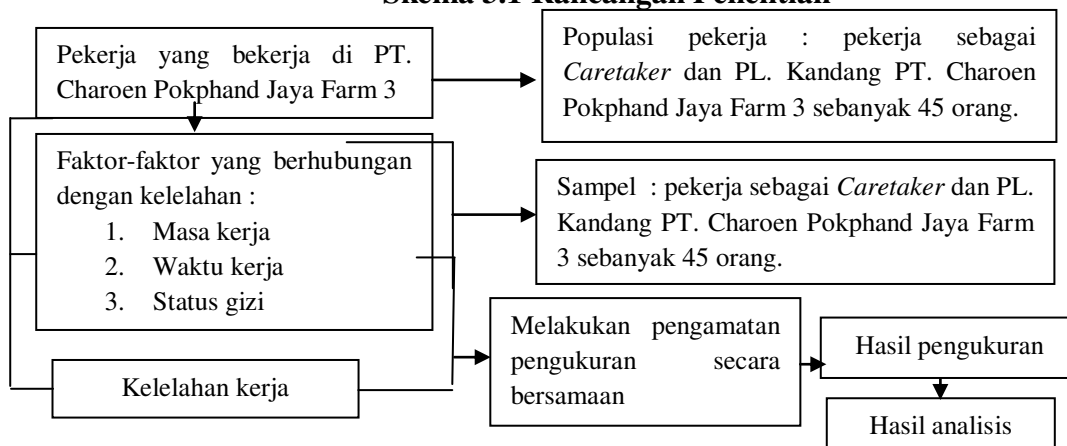
**METODE PENELITIAN**

**A. Desain Penelitian**

**1. Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan pendekatan kuantitatif yang menggunakan rancangan *cross sectional*. Penelitian kuantitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran dengan mempelajari faktor-faktor penyebab kelelahan, menggunakan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmojo, 2010). Rancangan penelitian ini dapat disajikan pada skema berikut :

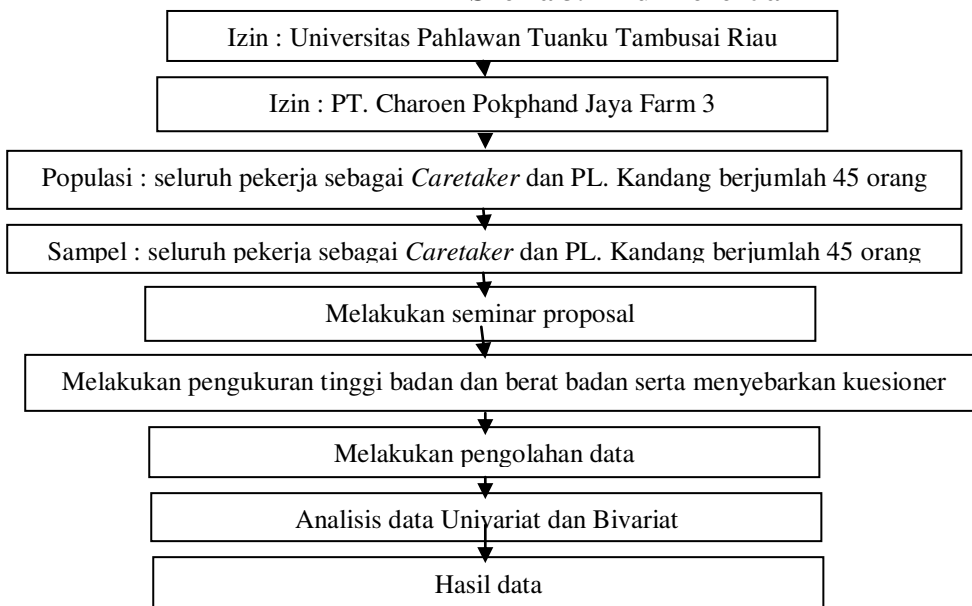
**Skema 3.1 Rancangan Penelitian**



## 2. Alur Penelitian

Penelitian ini menjelaskan tentang tahapan yang dilakukan dalam penelitian. Adapun alur dapat disajikan seperti skema 3.2.

Skema 3.2 Alur Penelitian



## 3. Prosedur Penelitian

Penelitian meliputi beberapa tahapan, yang meliputi tahapan persiapan, pelaksanaan, dan tahap penyelesaian :

### a. Tahap Persiapan

- 1) Melakukan studi pendahuluan melalui referensi buku dan penelitian sebelumnya melalui perpustakaan dan internet.
- 2) Melakukan studi pendahuluan dengan pengambilan data dan wawancara langsung di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 di Kecamatan Kuok.
- 3) Mencari sumber pustaka dari berbagai literature ilmiah seperti jurnal, buku, penelitian terdahulu, melalui perpustakaan dan internet.

### b. Tahap pelaksanaan

- 1) Mengajukan perizinan dan penentuan tanggal pelaksanaan penelitian di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3.
- 2) Melakukan perkenalan terhadap pekerja sekaligus memberikan gambaran mengenai penelitian yang akan dilakukan.

- 3) Melakukan pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner. Pengambilan data dilakukan pada saat jam pulang (16.30 – 18.00) sehingga tidak mengganggu aktivitas kerja responden.

### c. Tahap penyelesaian

- a. Mengolah dan menganalisis data hasil penelitian

## 4. Variabel Penelitian

Variabel independen dalam penelitian ini adalah masa kerja, waktu kerja, status gizi pekerja sedangkan variabel dependennya yaitu kelelahan pekerja.

### B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 09 sampai 14 Juli 2018 di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 desa Batu Langkah Kecil Kecamatan Kuok.

### C. Populasi Dan Sampel Penelitian

#### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja sebagai *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 yang berjumlah 45 orang.

#### 2. Sampel

Sampel pada penelitian ini yaitu pekerja sebagai *Caretaker* dan PL.



Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 dengan kriteria sebagai berikut :

a. Kriteria Sampel

1) Kriteria Inklusi

Pekerja sebagai *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya farm 3 di desa Batu Langkah Kecil Kecamatan Kuok.

2) Kriteria Eksklusi

- a) Pekerja yang tidak hadir saat penelitian.
- b) Pekerja yang sakit pada saat penelitian.
- c) Supervisor, Chief, Cadangan Umum, Mekanik, Koordinator Lapangan, Supir dan PL Chif.

b. Besar Sampel

Adapun jumlah sampel pada penelitian ini adalah 45 orang yang sesuai dengan kriteria.

c. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah Total Sampling, yaitu keseluruhan *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 yang berjumlah 45 orang.

#### D. Alat Pengumpulan Data

Pengumpulan data primer dilakukan dengan cara sebagai berikut :

##### 1. Data Primer

a. Kelelahan kerja

Data kelelahan kerja responden didapati dengan menyebarkan Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja (KAUPK2). Kuesioner ini ditujukan kepada pekerja sebagai *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok. KAUPK2 telah diuji validitas dan reliabilitasnya dalam penelitian Ana Sanja (2016). Hasil uji validitas dan reliabilitas KAUPK2 dari 51 item pertanyaan, keseluruhannya dinyatakan valid.

b. Data Waktu Kerja Pekerja

Data waktu kerja responden didapati dengan menyebarkan

kuesioner kepada pekerja untuk mengetahui waktu bekerja responden sebanyak 1 daftar pertanyaan.

c. Data Status Gizi

Data status gizi memerlukan pengukuran dua variabel yaitu data berat badan dalam kilogram dan tinggi badan dalam senti meter kuadrat. Untuk pengukuran berat badan pekerja diminta untuk menimbang berat badan diatas timbangan injak yang telah disediakan. Sedangkan untuk data tinggi badan, peneliti mengukur dengan menggunakan *stature*. Data hasil berat badan dan tinggi badan kemudian dihitung menggunakan rumus standar IMT (Cecep dan Mitha, 2013).

$$IMT = BB \text{ (kg)} / TB^2 \text{ (m)}$$

d. Data Massa Kerja

Data mengenai massa kerja diperoleh dengan menyebarkan kuesioner kepada responden yang terdiri dari 1 pertanyaan.

#### 2. Data Sekunder

Pengumpulan data sekunder meliputi gambaran umum lokasi dan jumlah *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok.

#### E. Prosedur Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian ini, peneliti akan mengumpulkan data melalui prosedur sebagai berikut :

1. peneliti memohon izin kepada Meneger PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok.
2. Peneliti akan memberikan informasi secara lisan dan tulisan tentang manfaat dan etika penelitian serta menjamin kerahasiaan responden.
3. Jika calon responden bersedia menjadi responden, maka mereka harus menandatangani surat persetujuan menjadi responden yang diberikan peneliti.
4. Setelah responden menjawab semua pertanyaan dan bersedia melakukan

pengukuran tinggi badan dan berat badan maka kuesioner dikumpulkan

kembali untuk dikelompokkan.

**F. Definisi Operasional**

**Tabel 3.1 Definisi Operasional**

No	Variabel	Defenisi	Alat Ukur	Skala	Hasil Ukur
Dependen					
1	Kelelahan Kerja	Kombinasi dari gejala-gejala termasuk melemahnya motivasi, melemahnya kegiatan yang menyebabkan kelelahan.	Kuesioner. Terdapat 51 pertanyaan yang telah teruji validitas dan reabilitasnya (AnaSanjaya, 2016).	Ordinal	0 = Terjadi kelelahan, jika nilai $\geq$ mean ( $\geq 128$ ) 1 = Tidak terjadi kelelahan, jika nilai $<$ mean ( $< 128$ )
Independen					
1	Masa Kerja	Masa yang pernah dilalui karyawan sejak bekerja di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 kecamatan Kuok.	Kuesioner	Nominal	0 = lama (Apabila $>$ 5 tahun bekerja) 1 = Baru (Apabila $\leq$ 5 tahun bekerja) (Fitriana, 2012).
2	Waktu Kerja	Lamanya waktu yang dipergunakan karyawan untuk bekerja dan tidak termasuk waktu istirahat dalam satu hari bekerja.	Kuesioner	Nominal	0 = Tidak Normal (Apabila $>$ 7 jam kerja) 1 = Normal (Apabila $\leq$ 7 jam kerja)
3	Status Gizi	Suatu kondisi yang menggambarkan keadaan gizi pada orang dewasa dengan memperhitungkan indeks masa tubuh (IMT)	Timbangan Injak dan Stature.	Nominal	0 = Tidak Normal (Apabila 17,5 - 18,5 & $>$ 25 ) 1 = Normal (Apabila 18,5 -25 )

**G. Analisis Data**

Analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu :

**1. Analisis Univariat**

Analisis Univariat yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel, sehingga diketahui variasi dari masing-masing variabel independen yaitu masa kerja, waktu kerja, status gizi dan variabel dependen kelelahan kerja.

Dengan rumus :

$$P = \frac{f}{N} \times 100$$

Keterangan :

P = Presentase

F = Frekuensi

N = Jumlah Seluruh Observasi

**2. Analisis Bivariat**

Analisis bivariat digunakan untuk mencari hubungan variabel dependen (Kelelahan Kerja) dengan variabel independen (Masa Kerja, Waktu Kerja, Status Gizi). Analisis bivariat akan menggunakan uji *chi-square*, menggunakan tingkat kepercayaan 95%.

Dengan rumus :

$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Berdasarkan perbandingan uji *chi square* dan tabel :

- a. Jika  $x^2$  hitung > dari  $x^2$  tabel maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak (signifikan).
- b. Jika  $x^2$  hitung < dari tabel maka  $H_a$  tidak terbukti dan  $H_0$  gagal ditolak (tidak signifikan).

Berdasarkan perbandingan probabilitas

:

- a. Jika probabilitas  $(p) < \alpha$  (0,05)  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.
- b. Jika probabilitas  $(p) \geq \alpha$  (0,05)  $H_a$  tidak terbukti dan  $H_0$  gagal ditolak.

## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Gambaran Umum Tempat Penelitian

PT. Charoen Pokphand didirikan pada tahun 1921 di Bangkok, Thailand. Perusahaan ini memiliki beberapa cabang di Negara Singapura dan Indonesia. Perusahaan ini pertama kali membuka cabang di Indonesia ada di Jakarta pada tahun 1972. Cabang perusahaan di Indonesia sebanyak 152 unit perusahaan yang bergerak diberbagai bidang usaha. Bidang usaha tersebut antara lain pertanian dan peternakan, pengolahan makanan, komunikasi dan teknologi. Kegiatan yang diusahakan pada peternakan meliputi pembibit, pakan ternak, peralatan peternakan dan pengolahan makanan.

PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 desa Batu Langka Kecil Kecamatan Kuok merupakan salah satu perusahaan yang bergerak di bidang peternakan ayam ras penghasil telur. PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 berdiri pada tahun 2010. Luas area perusahaan 24 hektar yang memiliki 20 unit kandang setiap kandang memiliki kurang lebih 8.000 ekor ayam betina dan kurang lebih sekitar 1000 ekor ayam jantan yang dipegang 2 *Caretaker* atau yang bertanggung jawab dalam 1 kandang menyelesaikan pekerjaannya yang dalam satu kandang kurang lebih menghasilkan telur dalam satu hari sebanyak 7000 butir telur ayam.

Luas kandangnya adalah 120 meter dan lebar 12 meter. Kandang dibagi menjadi 4 *flok* dan setiap 1 *flok* terdiri dari 5 kandang. Struktur organisasi dalam perusahaan terdiri dari GM Area, Maneger, Koordinator Lapangan, *Chif Security*, *Chif Mekanik*, *Supervisor*, *Foreman*, Statistik, PGA Unit, Driver, Security, Mekanik, *Chif Flock*, *Caretaker* (anak kandang), Kepala Gudang, Kepala Kantin dan menyediakan fasilitas sarana komunikasi berupa telepon, sarana transportasi berupa truck, sarana gedung berupa kantor, ruang medicine, mess, kantin dan pos satpam, sarana gudang berupa gudang *flock*, gudang sekam, gudang pakan, gudang peralatan dan sarana genset.

#### B. Analsis Univariat

Analisis univariat terdiri dari Masa Kerja, Waktu Kerja, Status Gizi dan Kelelahan. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel berikut :

##### 1. Masa Kerja

Untuk frekuensi masa kerja responden, peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini.

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja Pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

NO	MASA KERJA	F	(%)
1	LAMA	25	55,6
2	BARU	20	44,4
	TOTAL	45	100

*Sumber : Penyebaran Kuesioner*

Dari tabel 4.1 dapat dilihat bahwa dari 45 responden sebagian besar masa kerja responden lama ( $> 5$  tahun) yaitu sebanyak 25 orang (55,6 %).

##### 2. Waktu Kerja

Untuk frekuensi waktu kerja responden, peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini :



**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Waktu Kerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

NO	WAKTU ERJA	F	(%)
1	TIDAK NORMAL	27	60
2	NORMAL	18	40
	TOTAL	45	100

Sumber : Penyebaran Kuesioner

Dari tabel 4.2 dapat dilihat bahwa dari 45 responden sebagian besar waktu kerja responden tidak normal ( > 7 jam ) yaitu sebanyak 27 orang (60%).

### 3. Status Gizi

Untuk frekuensi status gizi responden, peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini :

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

NO	STATUS GIZI	F	(%)
1	TIDAK NORMAL	28	62,2
2	NORMAL	17	37,8
	TOTAL	45	100

Sumber : Pengukuran Tinggi Badan Dan Berat Badan

Dari tabel 4.5 dapat dilihat bahwa dari 45 responden sebagian besar status gizi responden tidak normal ( ≤ 17.5 – 18,5 dan > 25 ) yaitu sebanyak 28 orang (62,2%).

### 4. Kelelahan

MASA KERJA	KELELAHAN KERJA				TOTAL		P Value	POR 95% CI
	Terjadi Kelelahan		Tidak Terjadi Kelelahan		N	%		
	N	%	N	%				
LAMA	18	72	7	28	25	100	0.126	3,143 (0,909-10,863)
BARU	9	45	11	55	20	100		
Jumlah	27	60	18	40	45	100		

Sumber : Pengolahan Data

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa 25 responden dengan masa kerja lama yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 7 orang (28%). Sedangkan dari 20 responden dengan masa kerja baru yang mengalami kelelahan sebanyak 9

Untuk frekuensi kelelahan responden, peneliti sajikan dalam bentuk tabel berikut ini :

**Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelelahan Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

NO	KELELAHAN KERJA	F	(%)
1	TERJADI KELELAHAN	27	60
2	TIDAK TERJADI KELELAHAN	18	40
	TOTAL	45	100

Sumber : Penyebaran Kuesioner

Dari tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 45 responden sebagian besar mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 27 orang (60 %).

### C. Analisis Bivariat

#### 1. Hubungan Masa Kerja Dengan Terjadinya Kelelahan Pada Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.

Untuk mengetahui hubungan antara masa kerja dengan kelelahan pekerja bagian kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3, peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini.

**Tabel 4.5 Hubungan Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

orang (45%). Berdasarkan uji statistik diperoleh nilai p = 0,126 (p ≥ 0,05), sehingga Ha tidak terbukti, dengan demikian secara statistik tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja Caretaker

dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3. Diperoleh *Prevalance Odds Ratio* (POR) = 3,143 (95% CI = 0,909 – 10,863). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mempunyai masa kerja lama (> 5 tahun) berisiko sebesar 3,143 kali untuk mengalami kelelahan dibandingkan dengan responden yang mempunyai masa kerja baru ( $\leq 5$  tahun).

**2. Hubungan Waktu Kerja Dengan Terjadi Kelelahan Pada Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT.**

WAKT U KERJA	KELELAHAN KERJA				TOTAL		P Value	POR
	Terjadi Kelelahan		Tidak Terjadi Kelelahan		N	%		
	N	%	N	%				
Tidak Normal	21	77,8	6	22,2	27	100	0.008	7 (1,841- 26,613)
Normal	6	33,3	12	66,7	18	100		
<b>Jumlah</b>	<b>27</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>40</b>	<b>45</b>	<b>100</b>		

Sumber : Pengolahan Data

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa 27 responden dengan waktu kerja tidak normal yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 6 orang (22,2%). Sedangkan dari 18 responden dengan waktu kerja normal yang mengalami kelelahan sebanyak 6 orang (33,3%). Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  diterima, dengan demikian secara statistik terdapat hubungan waktu kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3. Diperoleh *Prevalance Odds Ratio* (POR) = 7 (95% CI = 1,841 – 26,613). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mempunyai waktu kerja tidak normal (> 7 jam) berisiko sebesar 7 kali untuk

**Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

Untuk mengetahui hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan pekerja bagian kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3, peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini.

**Tabel 4.6 Hubungan Waktu Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

mengalami kelelahan dibandingkan dengan responden yang mempunyai waktu kerja normal ( $\leq 7$  jam).

**3. Hubungan Status Gizi Dengan Terjadinya Kelelahan Pada Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kelelahan pekerja bagian kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3, peneliti sajikan dalam bentuk tabel dibawah ini.

**Tabel 4.7 Hubungan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

STATUS GIZI	KELELAHAN KERJA				TOTAL		P Value	POR
	Terjadi Kelelahan		Tidak Terjadi Kelelahan		N	%		
	N	%	N	%				
Tidak Normal	20	71,4	8	28,6	28	100	0.090	3,6 (1,006- 12,679)
Normal	7	41,2	10	58,8	17	100		
<b>Jumlah</b>	<b>27</b>	<b>60</b>	<b>18</b>	<b>40</b>	<b>45</b>	<b>100</b>		

Sumber : Pengolahan Data

Berdasarkan tabel 4.7 dapat dilihat bahwa 28 responden dengan status gizi tidak normal yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 8 orang (38,6%). Sedangkan dari 17 responden dengan status gizi normal yang mengalami kelelahan sebanyak 7 orang (41,2%). Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai  $p = 0,090$  ( $p \geq 0,05$ ), sehingga  $H_0$  tidak terbukti, dengan demikian secara statistik tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3. Diperoleh *Prevalance Odds Ratio* (POR) = 3,6 (95% CI = 1,006 – 12,679). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mempunyai status gizi tidak normal berisiko sebesar 4,4 kali untuk mengalami kelelahan dibandingkan dengan responden yang mempunyai status gizi normal.

## BAB V PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja bagian kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok tahun 2018, setelah dilakukannya penyebaran kuesioner dan pengukuran tinggi badan dan berat badan, data tersebut dianalisis secara univariat dan bivariat, maka diperoleh hasil sebagai berikut :

### A. Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 45 responden di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok, dapat dilihat sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 27 orang (60%). Menurut Sumamur (2009) bahwa kelelahan kerja merupakan penurunan ketahanan daya tahan tubuh untuk melakukan pekerjaan, sehingga kelelahan kerja dapat menyebabkan terjadinya kecelakaan kerja (Setyawati, 2010).

Menurut Sumamur (2009) bahwa kecelakaan kerja membawa kerugian bagi tempat kerja, baik dari segi biaya, waktu,

produktivitas maupun tenaga pekerja (Setyawati, 2010).

Anoraga (2009) mengatakan bahwa kelelahan erat kaitannya dengan perasaan bosan akibat pekerjaan yang monoton. Pekerjaan sama yang dilakukan berulang-ulang dari hari ke hari tanpa adanya variasi dapat menimbulkan rasa jemu, bosan dan cecak lelah, sedangkan menurut Numianto (2008), mengatakan bahwa kondisi kerja yang berulang-ulang dapat menimbulkan suasana monoton yang berakumulasi menjadi rasa bosan, dimana rasa bosan dikategorikan sebagai kelelahan (Lience Verawati, 2015).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Mediato (2017) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan pada tenaga kerja bongkar muat di pelabuhan Tanjung Emas Semarang dengan hasil sebanyak 58,3% pekerja yang mengalami kelelahan.

Hasil penelitian ini juga sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurlifaiz (2014) dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan pada pekerja bagian operator SPBU di Kecamatan Ciputat tahun 2014 dengan hasil sebanyak 52,4% pekerja yang mengalami kelelahan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat sebagian besar responden yang memiliki masa kerja lama ( $> 5$  tahun) yaitu sebanyak 25 orang (55,6%). Sedangkan responden yang memiliki masa kerja baru ( $\leq 5$  tahun) yaitu sebanyak 20 (44,4%).

Menurut Tarwaka (2014) masa kerja akan mempengaruhi stamina tubuh pekerja, sehingga akan menurunkan ketahanan tubuh. Pengalaman kerja seseorang akan mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja, karena semakin lama masa kerja berpengaruh pada tingkat kelelahan kerja akibat kelelahan tingkat monoton kerja yang terakumulasi selama bertahun-tahun (Gempur, 2004) dalam Annise Banita Nugraheni (2015). Pendapat ini sejalan dengan Setyawati, (2010) yang

mengemukakan bahwa pegalaman kerja seseorang mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja disebabkan karena semakin lama seseorang bekerja dalam suatu perusahaan, maka selama itu perasaan jenuh akan pekerjaannya mempengaruhi tingkat kelelahan yang dialaminya.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden bekerja dengan waktu kerja tidak normal ( $> 7$  jam) yaitu sebanyak 27 orang (60%). Sedangkan responden dengan waktu kerja normal sebanyak 18 orang (40%).

Menurut Sukami (2011) waktu kerja merupakan faktor penyebab terjadinya kecelakaan kerja. Lama bekerja lebih dari 7 jam sehari dapat menyebabkan kelelahan dan resiko kecelakaan kerja meningkat. Tarwaka (2015) berpendapat bahwa jam kerja yang berlebihan di luar batas kemampuan dapat mempercepat timbulnya kelelahan, menurunkan ketepatan, kecermatan serta ketelitian kerja. UUD Ketenagakerjaan No. 13 tahun 2003 menjelaskan bahwa pengusaha yang memperkerjakan tenaga kerja melebihi waktu kerja harus memenuhi syarat antara lain ada persetujuan dari tenaga kerja yang bersangkutan serta waktu kerja lembur hanya dapat dilakukan maksimal 3 jam dalam 1 hari dan 14 jam dalam 1 minggu.

Kelelahan dapat disebabkan oleh lama kerja atau waktu yang digunakan seorang untuk bekerja dalam sehari. Hal ini terjadi karena adanya *Circardium rhythm* (keadaan alamiah tubuh) yang terganggu seperti tidur, kesiapan untuk bekerja, dan banyak proses otonom lainnya hal ini akan meningkatkan asam laktat dalam tubuh dan menimbulkan kelelahan kerja. Semakin lama seorang bekerja semakin seorang tersebut mengalami kelelahan tanpa adanya upaya pencegahan untuk mengurangi timbulnya kelelahan (Setyawati, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui sebagian besar status gizi responden tidak normal yaitu sebanyak 28 orang (62,2%). Sedangkan responden

dengan status gizi normal sebanyak 17 orang (37,8%).

Menurut Suma'mur (1994) dalam Pauliah (2015), status gizi juga merupakan salah satu faktor kapasitas kerja dimana keadaan gizi yang baik akan dapat bekerja dengan baik. Pada keadaan gizi yang buruk dengan beban kerja yang berat akan mengganggu kerja dan menurunkan efisiensi serta timbul kelelahan. Selain itu, tingkat gizi untuk pekerja berat dan kasar, makanan bagi tenaga kerja tersebut ibarat bensin pada kendaraan bermotor.

Menurut Notoatmojo (2012) mengatakan bahwa agar makanan dapat berfungsi dengan baik maka makanan yang kita makan sehari-hari tidak hanya sekedar makanan. Makanan harus mengandung zat-zat tertentu sehingga memenuhi fungsi tersebut. Makanan yang kita makan sehari-hari harus dapat memelihara dan dapat meningkatkan kesehatan.

Sedangkan menurut Suhardjo (2007), tubuh akan cepat mengalami kelelahan apabila mengkonsumsi zat makanan secara berlebihan yang disebabkan oleh kelebihan energi oleh tubuh sehingga menimbun asam laktat sehingga dapat menyebabkan daya tenaga kerja yang kurang optimal bahkan kinerja menjadi menurun (Lience Verawati, 2015).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Medianto (2017) dengan judul Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja bongkar muat (TKBM) di pelabuhan Tanjung Emas Semarang dengan  $p$  value (0,029).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Eralisa (2009) pada pekerja bongkar muat di pelabuhan tapak tuan. Hasilnya menunjukkan terdapat hubungan antara status gizi tidak normal dengan kelelahan kerja dengan nilai  $p= 0,009 < 0,05$  dengan uji statistik *Chi square*.

## B. Analisis Bivariat

### 1. Hubungan Masa Kerja Dengan Terjadinya Kelelahan Pada Pekerja Caretaker dan PL. Kandang Di PT.

### **Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 25 responden dengan masa kerja lama yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 7 orang (28%). Sedangkan dari 20 responden dengan masa kerja baru yang mengalami kelelahan sebanyak 9 orang (45%). Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai  $p = 0,126$  ( $p \geq 0,05$ ), sehingga  $H_0$  tidak terbukti, dengan demikian secara statistik tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3. Diperoleh *Prevalance Odds Ratio* (POR) = 3,143 (95% CI = 0,909 – 10,863). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mempunyai masa kerja lama ( $> 5$  tahun) berisiko sebesar 3,143 kali untuk mengalami kelelahan dibandingkan dengan responden yang mempunyai masa kerja baru ( $\leq 5$  tahun).

Masa kerja ini dapat berpengaruh pada kelelahan kerja khususnya kelelahan kronis, semakin lama seorang tenaga kerja bekerja pada lingkungan kerja yang kurang nyaman dan menyenangkan maka kelelahan pada orang tersebut akan menumpuk terus dari waktu ke waktu. (Monica Lidia, 2010) dalam Fitriana (2012).

Masa kerja adalah panjangnya waktu dihitung mulai pertama kali masuk kerja hingga saat penelitian. Tekanan melalui fisik (beban kerja) pada suatu waktu tertentu mengakibatkan berkurangnya kinerja otot, gejala yang ditunjukkan juga berupa pada makin rendahnya gerakan. Keadaan ini tidak hanya disebabkan oleh suatu sebab tunggal seperti terlalu beratnya beban kerja, namun juga oleh tekanan-tekanan yang terakumulasi setiap harinya pada suatu masa yang panjang (Moch. Noval Mauludi, 2010) dalam Fitriana (2012).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriana (2012) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan bagian produksi PT. Eastern Pearl Flour Mills EPFM), menjelaskan tidak adanya hubungan antara masa kerja pekerja dengan kelelahan dengan nilai  $p = 0,111 \geq 0,05$ .

Dari hasil penyebaran kuesioner dan wawancara, responden sering merasakan kelelahan disaat bekerja hingga ketiduran, keluhan yang dirasakan karyawan karena kurang istirahat dan kurangnya tidur yang disebabkan karena bergadang. Banyak karyawan yang mengalami kelelahan sebelum bekerja salah satu penyebabnya adalah faktor jarak antara tempat tinggal dan tempat bekerja yang dihadapi setiap hari.

Menurut asumsi, peneliti responden yang memiliki masa kerja lama yang tidak mengalami kelelahan karena responden yang terbiasa dengan pekerjaan yang dilakukannya setiap hari sedangkan responden yang memiliki masa kerja baru tetapi mengalami kelelahan disebabkan oleh responden dengan usia muda yang belum terbiasa bekerja dengan ketentuan waktu yang ditetapkan perusahaan.

### **2. Hubungan Waktu Kerja Dengan Terjadinya Kelelahan Pada Pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.**

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 27 responden dengan waktu kerja tidak normal yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 6 orang (22,2%). Sedangkan dari 18 responden dengan waktu kerja normal yang mengalami kelelahan sebanyak 6 orang (33,3%). Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai  $p = 0,008$  ( $p < 0,05$ ), sehingga  $H_0$  diterima, dengan demikian secara statistik terdapat hubungan waktu kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja



*Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3. Diperoleh *Prevalance Odds Ratio* (POR) = 7 (95% CI = 1,841 – 26,613). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mempunyai waktu kerja tidak normal (> 7 jam) berisiko sebesar 7 kali untuk mengalami kelelahan dibandingkan dengan responden yang mempunyai waktu kerja normal ( $\leq 7$  jam).

Kelelahan dapat disebabkan waktu kerja yang dilakukan dalam sehari, hal ini terjadi karena adanya ritme sirkadian yang terganggu seperti waktu tidur yang tidak teratur, waktu istirahat yang kurang, dan aktivitas lainnya yang menuntut kerja lembur (Maurits, 2011) dalam Ator Nataria Frely (2017).

Menurut Suma'mur (1987) dalam M. Faras (2015), lamanya seseorang bekerja yang optimal dalam sehari pada umumnya berkisaran 6-8 jam. Memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan tersebut biasanya terjadi penurunan produktivitas terkait kondisi kelelahan, kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Anggi A. Malonda (2015), dengan judul hubungan antara umur, waktu kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja di bagian produksi PT. Sari Usaha Mandiri Bitung. Hasil penelitian didapati pekerja yang memiliki waktu kerja > 7 jam sebanyak 42 responden (80,8%) mengalami kelelahan.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nancy S.H (2015), di kompleks Gedung President Pasar 45 Kota Manado menunjukkan bahwa ada hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan pada pekerja penjahit, hasil uji statistik ini didapat dengan menggunakan *uji spearman*  $p=0,01$  ( $p < 0,05$ ).

Menurut asumsi peneliti, responden dengan waktu kerja tidak normal yang tidak mengalami kelelahan disebabkan

karena adanya gaji tambahan yang diberikan perusahaan terhadap responden sehingga responden bersemangat atau termotivasi dengan *reward*. Sedangkan responden dengan waktu kerja normal tetapi mengalami kelelahan disebabkan karena pekerjaan responden yang monoton dilakukan setiap hari.

### 3. Hubungan Status Gizi Dengan Terjadinya Kelelahan Pada Pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang Di PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok Tahun 2018.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 28 responden dengan status gizi tidak normal yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 8 orang (38,6%). Sedangkan dari 17 responden dengan status gizi normal yang mengalami kelelahan sebanyak 7 orang (41,2%). Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai  $p = 0,090$  ( $p \geq 0,05$ ), sehingga  $H_0$  tidak terbukti, dengan demikian secara statistik tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja *Caretaker* dan PL. Kandang PT. Charoen Pokphand Jaya Farm 3. Diperoleh *Prevalance Odds Ratio* (POR) = 3,6 (95% CI = 1,006 – 12,679). Hal ini menunjukkan bahwa responden yang mempunyai status gizi tidak normal berisiko sebesar 4,4 kali untuk mengalami kelelahan dibandingkan dengan responden yang mempunyai status gizi normal.

Menurut Suma'mur (2009) dalam Bayu Andi Pranoto (2014), salah satu penyebab kelelahan kerja adalah status gizi. Kesehatan dan daya kerja sangat erat dan kaitannya dengan tingkat gizi seseorang. Tubuh memerlukan zat-zat dari makanan untuk pemeliharaan tubuh, perbaikan kerusakan sel dan jaringan. Zat makanan tersebut diperlukan juga untuk bekerja dan meningkat sepadan dengan lebih beratnya pekerjaan.

Sedangkan menurut Tarwaka (2015), adanya kelelahan kerja dapat dikurangi

antara lain dengan kebutuhan kalori yang seimbang. Kebutuhan kalori yang seimbang dapat tercukupi jika asupan gizi terpenuhi dengan baik.

Suma'mur (2009) dalam Setyawati (2013), menyatakan status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat kelelahan pekerja karena status gizi berkaitan dengan kesehatan dan daya kerja.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh M. Farras Handayani dan Fitria (2015) bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kelelahan kerja pada petani di desa Munca Kabupaten Pesawaran dengan hasil uji statistik didapati nilai 0,478 ( $p = 0,478 \geq 0,05$ ).

Menurut asumsi peneliti, responden dengan status gizi tidak normal yang tidak mengalami kelelahan karena responden yang memiliki daya tahan tubuh yang kuat dan memiliki semangat tinggi untuk bekerja. Sedangkan responden dengan status gizi normal tetapi mengalami kelelahan disebabkan karena beban kerja yang berlebihan dan ditambah lagi banyaknya responden yang tidak sarapan sebelum bekerja karena diburu waktu kerja. Jadi secara otomatis tenaga atau energi responden tidak akan maksimal untuk melakukan pekerjaannya, karena kesehatan daya kerja sangat erat kaitannya dengan tingkat gizi seseorang, zat makanan dan kalori yang ditimbulkan berperan penting untuk memenuhi energi agar pekerjaan dapat dilakukan dan banyaknya energi dapat menyesuaikan dengan beratnya pekerjaan.

## DAFTAR PUSTAKA

Annies, B, N, dkk. (2015). "*Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Produksi Tulangan Beton Di PT Wijaya Karya Beton Tbk. PPB*

*Majalengka*". Laporan Penelitian. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Anggi, A, M, dkk, (2015). "*Hubungan Antara Umur, Waktu Kerja Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Di Bagian Produksi PT Sari Usaha Mandiri Bitung*". Laporan Penelitian. Universitas Sam Ratulangi Manado.

Ana sanjaya, (2016). "*Hubungan Shift Kerja Pagi Dan Shift Kerja Malam Dengan Terjadinya Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Pengolahan Kelapa Sawit Di PT PKS Mitra Buni Bangkinang Tahun 2016*". Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.

Ator Nataria. F, (2017). "*Hubungan Antara Masa Kerja Dan Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Truk Tangki Di Terminal Bahan Bakar Minyak (BBM) PT. Pertamina Bitung*", Laporan Penelitian. Universitas Sam Ratulani Maddusa.

Bayu A, P, dkk. (2014). "*Hubungan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Weaving Di PT. Iskandar Indah Printing Textile Surakarta*". Laporan Penelitian. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Cecep, T, dan Mitha, E, P., 2013 "*Kesehatan Lingkungan dan K3*". Yogyakarta : Nuha Medika

Dewi, M, (2017), "*Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat (TKBM) Di Pelabuhan Tanjung Emas Semarang*", <http://lib.unimus.ac.id.pdf>. Diperoleh tanggal 04 Maret 2018.

Dyah Dewi Hastuti (2015). "*Hubungan Antara Lama Kerja Dengan Kelelahan Pada Pekerja Kontruksi Di PT Nusa Raya Cipta Semarang*". Jurnal MIPA, Universitas Negeri Semarang.

Erlina Dwi Hastuti (2017). "*Hubungan Kelelahan Kerja Dengan Kejadian Kecelakaan Kerja Pada Pekerja Bagian Lambung Di Sebuah Perusahaan Konstruksi Semarang*". Jurnal MIPA, Universitas Diponegoro Semarang.

- Muhammad Farras Handayan dan Fitri Saftarina (2015). *“Hubungan Usia, Lama Kerja, Masa Kerja Dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Terhadap Kejadian Low Back Pain (LBP) Pada Petani Di Desa Munca Kabupaten Pesawaran”*. Jurnal MIPA Universitas Lampung.
- Fahmi Umar, 2014 *“Kesehatan Masyarakat Teori Dan Aplikasi”*, Jakarta : Rajawali Pers.
- Fitriana (2012). *“Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT Eastern Pearl Flour Mills (EPFM)”*. Jurnal MIPA, Universitas Islam Negeri Alauddin Gowa.
- Harianto Ridwan., 2012 *“Buku Ajar Kesehatan Kerja”*. Jakarta : EGC
- Irma. Mr, dkk. (2014), *“Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Unit Produksi Paving Block Cv.Sumber Galian Kecamatan Biringkanaya Kota Makasar City”*. Laporan Penelitian. FKM Universitas Hasanuddin.
- Lience Verawati, (2014) *“Hubungan Tingkat Kelelahan Subjektif Dengan Produktivitas Pada Tenaga Kerja Bagian Pengemasan Di CV Sumber Barokah”*. Laporan Penelitian, IAKMI Provinsi Jawa Timur.
- Nurjannah, dkk (2014). *“Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian CUTTING PT. DAN LIRIS BANARAN Kabupaten Sukoharjo”*. Laporan Penelitian. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nurulfah, dkk, (2015). *“Hubungan Sikap Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Laundry di Kecamatan Purwokerto Utara Kabupaten Banyumas”*. Laporan Penelitian. Universitas Jendral Soedirman.
- Nurlifaiz, (2014). *“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Operator SPBU di Kecamatan Ciputat Tahun 2014”*. <http://jos.unsoed.ac.id.pdf>. Diperoleh tanggal 10 maret 2018.
- Notoatmodjo Soekidjo, 2012 *“Kesehatan Masyarakat : Ilmu Dan Seni”*. Jakarta, Rineka Cipta.
- Paulina dan Salbiah. (2015). *“Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Pada Pekerja di PT Kalimantan Steel”*. Jurnal MIPA, Poltekes Kemenkes Pontianak.
- Rejeki Sri, 2015 *“Sanitasi Hygiene Dan K3”*. Bandung, Rekayasa Sains
- Rida Zuraida, dkk. *“Analisis Beban Kerja Dan Kelelahan Kerja Karyawan Front Liner Di Institusi ‘X’*. Laporan Penelitian. Binus University.
- Setyawati Lientje., 2013 *“Selinta Tentang Kelelahan Kerja”*. Bandung, Amara Books.
- \_\_\_\_\_, 2010 *“Selintas Tentang Kelelahan Kerja”*. Yogyakarta, Amara Book.
- Tarwaka., 2015 *“Keselamatan, Kesehatan Kerja Dan Ergonomic (K3E) Dalam Prespektif Bisni”*. Surakarta, Harapan Press.