

# FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN DI PT.KONDANG BUANA ASRI TAHUN 2020

Naimah<sup>1</sup>, Akhmad Fauzan<sup>2</sup>, Edy Ariyanto<sup>3</sup>,

<sup>1</sup>Mahasiswa Prodi Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari

<sup>2,3</sup>Dosen Prodi Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari  
E-mail: naimahnasir6@gmail.com

## ABSTRAK

Berdasarkan data ILO (*International Labour Organization*) di tahun 2018 bahwa setiap tahunnya ada 2 juta orang meninggal yang disebabkan oleh kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020. Metode penelitian survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah seluruh karyawan sebanyak 40 responden menggunakan teknik Total sampling. Uji statistik menggunakan uji Chi square test. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 23 orang (57,5%), sebagian besar berumur muda < 40 tahun sebanyak 26 orang (65,0%) sebagian besar berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (95,0%) sebagian besar memiliki masa kerja lama > 3 tahun sebanyak 27 orang (67,5%), sebagian besar memiliki beban kerja ringan sebanyak 21 orang (52,5%) ada hubungan usia dengan kelelahan kerja karyawan ( $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ ), tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja karyawan ( $p\text{-value} = 0,608 > 0,05$ ), ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja karyawan ( $p\text{-value} = 0,039 < 0,05$ ), ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan ( $p\text{-value} = 0,005 < 0,05$ ). Diharapkan karyawan dapat menjaga kesehatan sehingga mencegah terjadinya kelelahan kerja.

Kata kunci : Kelelahan Kerja, Usia, Jenis Kelamin, Masa Kerja, Beban Kerja

---

## ABSTRACT

Based on data from the ILO (*International Labor Organization*) in 2018 that every year there are 2 million people die due to work fatigue. This study aims to analyze the factors associated with employee fatigue at PT. Kondang Buana Asri in 2020. The analytical survey research method is cross sectional. The population is all employees as many as 40 respondents using total sampling techniques. Statistical tests using the Chi square test. The results showed that the majority experienced mild work fatigue of 23 people (57.5%), the majority of young people <40 years were 26 people (65.0%) most were male as many as 38 people (95.0%) most have a long service life > 3 years of 27 people (67.5%), most have a light workload of 21 people (52.5%) there is a relationship between age and employee work fatigue ( $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ ), there is no gender relationship with employee fatigue ( $p\text{-value} = 0.608 > 0.05$ ), there is a relationship between work period and employee fatigue ( $p\text{-value} = 0.039 < 0.05$ ), there is a relationship of workload with employee work fatigue ( $p\text{-value} = 0.005 < 0.05$ ). It is expected that employees can maintain health so as to prevent work fatigue.

Keywords: Work Fatigue, Age, Gender, Work Period, Workload

## PENDAHULUAN

Menurut data *World Health Organization* (WHO) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 meramalkan gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung. Hasil penelitian yang dilakukan oleh kementerian tenaga kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 65% pekerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan (WHO, 2018). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan di sebuah negara maju, setiap hari terdapat 10-15% penduduknya yang mengalami kelelahan saat bekerja. Data terkait kelelahan kerja lainnya dapat dilihat pada data ILO (*International Labour Organization*) di tahun 2018 bahwa setiap tahunnya ada 2 juta orang meninggal yang disebabkan oleh kelelahan kerja. Kasus di Indonesia di tahun 2018 dari 847 kasus kecelakaan kerja yang terjadi 36% penyebabnya disebabkan oleh kelelahan sedangkan 64% kasus lainnya disebabkan oleh hal-hal lainnya (Deyulman, 2018).

Faktor - faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja terbagi menjadi dua yaitu faktor Internal meliputi usia, jenis kelamin, status perkawinan dan status gizi sedangkan faktor eksternal meliputi sikap kerja, masa kerja, intensitas lama kerja, beban kerja, shift kerja, pekerjaan monoton, tidak jelasnya tanggung jawab, kondisi kesehatan, kekhawatiran dan konflik batin, lingkungan seperti penerangan, kebisingan dan iklim kerja (Atiqoh, 2014).

Semakin tua umur seseorang maka cenderung mengalami kelelahan kerja dibandingkan usia muda dikarenakan kemampuan kerja menurun. Pekerja yang berjenis kelamin perempuan merasa lebih banyak merasa lelah dikarenakan ukuran tubuh dan kekuatan otot dari perempuan kurang jika dibandingkan pria. Masa kerja lama sebagian besar mengalami kelelahan kerja dikarenakan timbulnya kebosanan dan ketahanan tubuh yang berlebihan akibat tekanan yang didapatkan pada proses kerja akan mengakibatkan kelelahan dibandingkan masa kerja baru. Beban kerja berat menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental dan reaksi-reaksi emosional dibandingkan beban kerja ringan.

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 20 Februari 2020 yang dilakukan dengan wawancara di PT.Kondang Buana Asri didapatkan bahwa jumlah pekerja sebanyak 42 orang, 2 orang pekerja mengatakan lama kerja 2 tahun, beban kerja berat dan pernah mengalami sakit selama bekerja karena kelelahan dengan keluhan mudah lelah, badan terasa sakit, pekerjaan tidak fokus dan penurunan kinerja.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk mengambil judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020”.

## TUJUAN PENELITIAN

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020..

## METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020 sebanyak 40 orang dengan sampel dalam penelitian ini sebanyak 40 responden. Ada pun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan cara *Total sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuesioner.

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu variabel bebas (variabel independen) adalah usia pekerja, jenis kelamin, masa kerja dan beban kerja dan Variabel terikat (dependen) adalah kelelahan kerja. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Uji stati stik yang dipakai adalah uji *Chi square test* dengan menggunakan derajat kepercayaan 95%. Jika  $p \leq \alpha$  0,05 maka  $H_0$  ditolak, berarti ada hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Jika  $p > \alpha$  0,05 maka  $H_0$  diterima, berarti tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Responden Menurut pendidikan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020			
No	Pendidikan	N	%
1.	Tamat SD	21	52,5
2.	Tamat SLTP	11	27,5
3.	Tamat SLTA	8	20,0
Total		40	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan tamat SD sebanyak 21 orang (52,5%).

### 2. Analisis Univariat

Analisa univariat adalah analisis yang dilakukan menganalisis tiap variabel dari hasil penelitian.

#### a. Gambaran kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020			
No	Kelelahan Kerja	N	%
1.	Rendah	23	57,5
2.	Sedang	17	42,5
3.	Tinggi	0	0
4.	Sangat Tinggi	0	0
Total		40	100

Berdasarkan tabel 4.2 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 23 orang (57,5%).

#### b. Gambaran usia karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Usia Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020			
No	Usia	N	%
1.	Muda < 40 Tahun	26	65,0
2.	Tua $\geq$ 40 Tahun	14	35,0
Total		40	100

Berdasarkan tabel 4.3 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur muda < 40 tahun sebanyak 26 orang (65,0%).

#### c. Gambaran jenis kelamin karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020			
No	Jenis Kelamin	N	%
1.	Laki-laki	38	95,0
2.	Perempuan	2	5,0
Total		40	100

Berdasarkan tabel 4.4 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (95,0%).

#### d. Gambaran Masa Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.5

Distribusi Frekuensi Masa Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020			
No	Masa Kerja	N	%
1.	Masa Kerja Baru < 3 tahun	13	32,5
2.	Masa Kerja Lama $\geq$ 3 tahun	27	67,5
Total		40	100

Berdasarkan tabel 4.5 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki masa kerja lama  $\geq 3$  tahun sebanyak 27 orang (67,5%).

- e. Gambaran beban kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.6

Distribusi Frekuensi Beban Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

No	Beban Kerja	N	%
1.	Ringan	21	52,5
2.	Berat	19	47,5
Total		40	100

Berdasarkan tabel 4.6 diatas hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki beban kerja ringan sebanyak 21 orang (52,5%).

3. Analisis Bivariat

- a. Hubungan usia dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.7

Hubungan Usia Dengan Kelelahan Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

No	Usia	Kelelahan Kerja				N	%
		Rendah		Sedang			
		n	%	n	%		
1.	Muda < 40 tahun	21	80,8	5	19,2	26	100
2.	Tua $\geq 40$ tahun	2	14,3	12	85,7	14	100
Total		23	57,5	17	42,5	40	100

$p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui bahwa dari 26 responden yang berumur muda < 40 tahun sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 21 orang (80,0%), dari 14 responden yang berumur tua  $\geq 40$  tahun sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 12 orang (85,7%). Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak artinya secara statistik ada hubungan usia dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

- b. Hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Tabel 4.8

Hubungan Jenis Kelamin Dengan Kelelahan Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

No	Jenis Kelamin	Kelelahan Kerja				N	%
		Rendah		Sedang			
		n	%	n	%		
1.	Laki-laki	21	55,3	17	44,7	38	100
2.	Perempuan	2	100	0	0,0	2	100
Total		23	57,5	17	42,5	40	100

$p\text{-value} = 0,608 > \alpha 0,05$

Berdasarkan tabel 4.8 diketahui bahwa dari 38 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 21 orang (55,3%), dari 2 responden yang berjenis kelamin perempuan mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 2 orang (100,0%).

Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,608 > \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di terima artinya secara statistik tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

- c. Hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020  
Tabel 4.9

No	Masa Kerja	Kelelahan Kerja				N	%
		Rendah		Sedang			
		n	%	n	%		
1.	Masa Kerja Baru < 3 tahun	11	84,6	2	15,4	13	100
2.	Masa Kerja Lama $\geq$ 3 tahun	12	44,4	15	55,6	27	100
Total		23	57,5	17	42,5	40	100
<i>p-value</i> = 0,039 < $\alpha$ 0,05							

Berdasarkan tabel 4.9 diketahui bahwa dari 13 responden yang memiliki masa kerja baru sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 11 orang (84,6%), dari 27 responden yang memiliki masa kerja lama sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 15 orang (55,6%).

Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai *p-value* = 0,039 <  $\alpha$  0,05 maka  $H_0$  di tolak artinya secara statistik ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

- d. Hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020  
Tabel 4.10

No	Beban Kerja	Kelelahan Kerja				N	%
		Ringan		Sedang			
		n	%	n	%		
1.	Ringan	17	81,0	4	19,0	21	100
2.	Berat	6	31,6	13	68,4	19	100
Total		23	57,5	17	42,5	40	100
<i>p-value</i> = 0,005 < $\alpha$ 0,05							

Berdasarkan tabel 4.10 diketahui bahwa dari 21 responden yang memiliki beban kerja rendah sebagian besar mengalami kelelahan kerja ringan sebanyak 17 orang (81,0%), dari 19 responden yang memiliki beban kerja berat sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 13 orang (68,4%).

Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai *p-value* = 0,005 <  $\alpha$  0,05 maka  $H_0$  di tolak artinya secara statistik ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

## PEMBAHASAN

### 1. Kelelahan Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 23 orang (57,5%). Hal ini dikarenakan sebagian besar responden memiliki usia yang masih muda, memiliki jenis kelamin laki-laki, masa kerja lama, dan melakukan pekerjaan dengan beban kerja yang masih ringan. Namun dalam penelitian ini responden sebagian kecil mengalami kelelahan sedang hal ini dikarenakan usia responden yang udah tua, masa kerja baru belum dapat menyesuaikan dengan pekerjaan dan beban kerja yang dirasakan berat.

Faktor - faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja terbagi menjadi dua yaitu faktor Internal meliputi usia, jenis kelamin, status perkawinan dan status gizi sedangkan faktor eksternal meliputi sikap kerja, masa kerja, intensitas lama kerja, beban kerja, *shift* kerja, pekerjaan monoton, tidak jelasnya tanggung jawab, kondisi kesehatan, kekhawatiran dan konflik batin, lingkungan seperti penerangan, kebisingan dan iklim kerja (Atiqoh, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Penelitian Syarif Usman (2019) menunjukkan bahwa ada sebesar 56% pekerja yang mengalami kelelahan kerja tinggi dan 44 % pekerja rendah mengalami kelelahan kerja dengan beban kerja rendah sebesar 32% dan beban kerja tinggi sebesar 64%. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Mulyadi (2018) menunjukkan bahwa responden yang mengalami

kelelahan berat sebanyak 24 orang (39,3%) sedangkan responden yang mengalami kelelahan ringan sebanyak 37 orang (60,7%).

2. Usia Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur muda < 40 tahun sebanyak 26 orang (65,0%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden masih dalam usia produktif, PT. Kondang Buana Asri adalah sebuah perusahaan yang memproduksi beton yang memerlukan pekerja yang masih muda yang memiliki kekuatan otot lebih besar dibandingkan usia tua yang kemampuan kerja menurun dikarenakan penuaan. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tua umur seseorang maka cenderung mengalami kelelahan kerja dibandingkan usia muda dikarenakan kemampuan kerja menurun.

Usia berkaitan dengan kelelahan karena semakin meningkatnya usia proses degenerasi organ juga meningkat sehingga dapat menurunkan kemampuan organ sehingga mudah mengalami kelelahan (Ningsih, 2018). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Mulyadi (2018) menunjukkan bahwa usia dewasa muda sebanyak 45 orang (73,7%), sedangkan dewasa tua sebanyak 16 orang (26,3%).

3. Jenis Kelamin Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (95,0%). Hasil penelitian ini menunjukkan di PT. Kondang Buana Asri sebagian besar karyawan laki-laki hanya 2 orang karyawan perempuan sebagai administrasi. Pekerja yang berjenis kelamin perempuan merasa lebih banyak merasa lelah dikarenakan ukuran tubuh dan kekuatan otot dari perempuan kurang jika dibandingkan pria namun pada penelitian ini karyawan perempuan hanya 2 orang.

Jenis kelamin adalah perbedaan bentuk, sifat, dan fungsi biologi laki-laki dan perempuan yang menentukan perbedaan peran mereka dalam menyelenggarakan upaya meneruskan garis keturunan. Perbedaan ini terjadi karena mereka memiliki alat-alat untuk meneruskan keturunan yang berbeda, yang disebut alat reproduksi (Ariani, 2014).

4. Masa Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki masa kerja lama sebanyak 27 orang (67,5%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karyawan di PT.Kondang Buana Asri memiliki masa kerja lama hal ini dikarenakan karyawan sudah bekerja > 3 tahun.

Masa kerja adalah jangka waktu atau lamanya seseorang bekerja pada suatu instansi, kantor, dan sebagainya (Koesindratmono, 2011). Berdasarkan penelitian Izza Amalia (2019) menunjukkan bahwa masa kerja < 6 tahun sebanyak 3 orang (7,5%) masa kerja sedang 6-10 tahun sebanyak 16 orang (40,0%) dan masa kerja > 10 tahun sebanyak 21 orang (52,5%).

5. Beban Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki beban kerja ringan sebanyak 21 orang (52,5%). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki beban kerja ringan hal ini dikarenakan beban pekerjaan yang diberikan masih dalam kapasitas yang mampu dikerjakan selain itu responden menyatakan mampu menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan ketentuan perusahaan, tidak pernah merasakan pekerjaan yang dibebankan perusahaan melebihi kemampuan, merasa tugas yang diberikan sesuai dengan tanggungjawab kerja yang harus diselesaikan, ketika masuk waktu istirahat maka istirahat, perusahaan menghitung kelebihan waktu kerja sebagai waktu lembur, tidak pernah diberikan tugas yang tidak sesuai dengan tugas utama, pekerjaan tidak sering menumpuk, merasa kesehatan tidak terganggu karena beban pekerjaan terlalu berat dan merasa masih bersemangat dalam bekerja.

Beban kerja adalah beban yang ditanggung tenaga kerja yang sesuai dengan jenis pekerjaannya. Beban kerja adalah volume pekerjaan baik berupa fisik ataupun mental yang dibebankan pada pekerja dan menjadi tanggung jawabnya. Pekerjaan yang bersifat berat membutuhkan waktu istirahat yang lebih sering dan waktu kerja yang lebih pendek agar tidak terjadi kelelahan kerja (Suma'mur, 2010). Berdasarkan penelitian Izza Amalia (2019) menunjukkan bahwa beban kerja sedang sebanyak 21 orang (52,5%) sedangkan beban kerja berat sebanyak 19 orang (47,5%).

6. Hubungan Usia Dengan Kelelahan Kerja Karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 26 responden yang berumur muda < 40 tahun sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 21 orang (80,0%), dari 14 responden yang berumur tua > 40 tahun sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 12 orang (85,7%). Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak artinya secara statistik ada hubungan usia dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020. Pada penelitian ini sebagian besar karyawan yang berumur muda < 40 tahun mengalami kelelahan kerja ringan namun masih ada yang mengalami kelelahan kerja sedang hal ini dikarenakan karyawan masih belum dapat menyesuaikan pekerjaan, kurangnya pengalaman dalam bekerja dan merasakan pekerjaan yang diberikan berat sehingga mudah mengalami kelelahan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan karyawan berusia  $> 40$  tahun sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang hal ini dikarenakan kemampuan kerja menurun karena merasa cepat lelah dan tidak bergerak dengan gesit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya namun masih ada juga yang masih mengalami kelelahan kerja ringan hal ini dikarenakan responden dapat menyesuaikan dengan pekerjaan yang ada meskipun usia sudah tua tapi pengalaman kerja lama membantu karyawan untuk mudah melakukan pekerjaan. Maka semakin tua usia maka akan semakin berisiko mengalami kelelahan kerja dibandingkan usia muda. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Nio Salasa (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan kelelahan kerja pada pekerja di Bagian Loining PT. Sinar Pure Foods Internasional Bitung  $p\text{-value} = 0,001$ .

7. Hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 38 responden yang berjenis kelamin laki-laki sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 21 orang (55,3%), dari 2 responden yang berjenis kelamin perempuan mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 2 orang (100,0%). Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,608 > \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di terima artinya secara statistik tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki mengalami kelelahan kerja rendah hal ini dikarenakan laki-laki memiliki kekuatan otot dan kemampuan dalam melakukan pekerjaan yang berat namun masih ada yang mengalami kelelahan sedang dikarenakan usia yang tua, masa kerja baru dan beban kerja yang dirasakan berat. Pada penelitian ini karyawan yang berjenis kelamin perempuan sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah dikarenakan pekerjaan yang dilakukan sebagai administrasi lebih ringan dibandingkan pekerjaan produksi sehingga tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyu Kusgiyanto (2017) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan tingkat kelelahan kerja pada pekerja bagian pembuatan kulit lumpia di Kelurahan Kranggan Kecamatan Semarang Tengah diperoleh nilai  $p\text{-value} 0,233$ .

8. Hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 13 responden yang memiliki masa kerja baru sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 11 orang (84,6%), dari 27 responden yang memiliki masa kerja lama sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 15 orang (55,6%). Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,039 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak artinya secara statistik ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

Hasil penelitian ini menunjukkan responden yang memiliki masa kerja lama cenderung mengalami kelelahan kerja rendah dibandingkan masa kerja baru hal ini dikarenakan responden yang masa kerja lama mampu beradaptasi dengan pekerjaan yang diberikan dibandingkan masa kerja baru. Namun pada penelitian ini masih ada responden yang masa kerja lama namun mengalami kelelahan kerja sedang hal ini dikarenakan usia yang tua dan merasakan bahwa beban kerja yang diberikan berat dan timbulnya kebosanan sehingga mengalami kelelahan kerja sedang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wulan Rilam Sari (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian penyadap karet di PT. Perkebunan Nusantara Vriaud dengan  $p\text{-value} = 0,035$ . Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Izza Amalia (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja unit pengerolan besi PT. X. ( $P\text{-value} = 0,008$ ).

9. Hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 21 responden yang memiliki beban kerja ringan sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 17 orang (81,0%), dari 19 responden yang memiliki beban kerja berat sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 13 orang (68,4%). Hasil uji statistik dengan *Chi-square* di dapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,005 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  di tolak artinya secara statistik ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki beban kerja ringan mengalami kelelahan kerja rendah dikarenakan tuntutan yang dirasakan karyawan tidak memberatkan sehingga karyawan dapat bekerja dengan baik sehingga kelelahan pun semakin rendah dirasakan, namun dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki beban kerja ringan namun mengalami kelelahan kerja sedang hal ini dikarenakan usia yang tua dan masa kerja yang baru sehingga belum dapat beradaptasi dengan pekerjaan yang ada sehingga menimbulkan kelelahan kerja sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Izza Amalia (2019) menunjukkan bahwa ada ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja unit pengerolan besi PT. X. ( $P\text{-value} = 0,001$ ). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Syarif Usman (2019) menunjukkan bahwa

ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja pada karyawan produksi PT.Gerbang Sarana BajaJakarta Utara dengan  $p$  value 0,001.

## PENUTUP

### a. Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja rendah sebanyak 23 orang (57,5%) di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.
2. Sebagian besar responden berumur muda < 40 tahun sebanyak 26 orang (65,0%) di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.
3. Sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 38 orang (95,0%) di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.
4. Sebagian besar responden memiliki masa kerja lama > 3 tahun sebanyak 27 orang (67,5%) di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.
5. Sebagian besar responden memiliki beban kerja ringan sebanyak 21 orang (52,5%) di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020.
6. Ada hubungan usia dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020 dengan nilai  $p$ -value = 0,000 < 0,05.
7. Tidak ada hubungan jenis kelamin dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020 dengan nilai  $p$ -value = 0,608 > 0,05.
8. Ada hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020  $p$ -value = 0,039 < 0,05.
9. Ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan di PT.Kondang Buana Asri Tahun 2020  $p$ -value = 0,005 < 0,05

### b. Saran

1. Bagi Perusahaan  
Diharapkan pihak perusahaan melakukan pembagian pekerjaan sesuai dengan *job description* serta keahlian dari karyawan dan melakukan pemeriksaan kesehatan serta mewajibkan karyawan untuk mengikuti *medical check up* sehingga kesehatan karyawan dapat terpantau.
2. Bagi Karyawan  
Di harapkan karyawan dapat menjaga kesehatan sehingga mencegah terjadinya kelelahan kerja.
3. Bagi Peneliti selanjutnya  
Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel yang berbeda tentang kelelahan kerja seperti sikap pekerja dan lingkungan kerja.

## REFERENSI

- Amalia, Izza. 2019. *Analisa Kelelahan Kerja Secara Obyektif Berdasarkan Reaction Timer pada Tenaga Kerja Unit Pengerolan Besi PT. X*. Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. di akses 15 Februari 2020.
- Ariani. 2014. *Gender dan Keluarga: Konsep dan Realita di Indonesia*. Bogor: ITB Press.
- Atiqoh. 2014. *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kelelahan kerja pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan di CV. Aneka Garment Gunungpati Semarang*. di akses 15 Februari 2020.
- Deyulman. 2018. *Improving Our Safety Culture*. Jakarta : Gramedia.
- Koesindratmono. 2011. *Hubungan masa kerja dengan perbedaan psikologis pada karyawan PT. Perkebunan Nusantara X (persero)*. Universitas Airlangga Surabaya. di akses 20 Februari 2020.
- Mulyadi. 2018. *Analisis Faktor Penyebab Kelelahan Pekerja Di PT. Top Saba Mandiri Food Makassar*. Jurnal Sulolipu : Media Komunikasi Sivitas Akademika dan Masyarakat. di akses 15 Februari 2020.
- Ningsih. 2018. *Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan pada Pekerja Dipo Lokomotif PT. Kereta Api Indonesia (Persero)*. Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health. di akses 20 Februari 2020.



PT.Kondang Buana Asri. 2020. *Profil PT. Kondang Buana Asri Tahun 2020*.

Salasa, Nio. 2017. *Hubungan Antara Umur, Masa Kerja Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Di Bagian Loining PT. Sinar Pure Foods Internasional Bitung*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. di akses 15 Februari 2020.

Sari, Wulan Rilam. 2019. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Penyadap Karet Di PT. Perkebunan Nusantara Vriau*. Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan. di akses 15 Februari 2020.

Suma'mur. 2010. *Hiegiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja*. Jakarta : CV Sagung Seto.

Syahdianto. 2012. *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Lapangan Bagian Produksi PT. J Resources Bolaang Mongondow*. Bidang Minat Kesehatan Lingkungan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. di akses 20 Februari 2020.

Usman, Syarif. 2019. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Produksi PT.Gerbang Sarana Baja Jakarta Utara*. Universitas Muhammad Husni Thamrin. di akses 15 Februari 2020.