FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA BIDANG PERBENGKELAN DI PT. PANCA TEHNIK TAHUN 2026

Venna Anggelica Pramudia[1], Ahmad Zacky Anwary[2], Chandra[3]

[1]Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 2207010129

[2]Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 1127028401

[3]Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan (UNISKA) Muhammad Arsyad Al-Banjari, 1117028902

Email: vennaanggelica@gmail.com

ABSTRAK

Kelelahan kerja merupakan masalah kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat memengaruhi produktivitas serta meningkatkan risiko kecelakaan.. Pekerja di sektor bengkel melakukan berbagai aktivitas yang menuntut kemampuan fisik, konsentrasi, dan ketelitian, sehingga mereka berisiko mengalami kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa hubungan antara usia, beban kerja, masa kerja, serta giliran kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di sektor bengkel PT Panca Tehnik pada tahun 2026. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional.* Penelitian ini melibatkan sampel sebanyak 70 responden. Kelelahan kerja diukur menggunakan kuesioner *Subjective Self-Rating Test (SSRT)* dari *Industrial Fatigue Research Committee (IFRC),* sedangkan wawancara dan dokumentasi digunakan sebagai metode pengumpulan data tambahan. Analisis data mencakup analisis univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square.* Hasil penelitian menunjukkan bahwa 37 responden (52,9%) mengalami kelelahan kerja rendah, 20 responden (28,6%) mengalami kelelahan kerja tinggi, dan 13 responden (18,6%) mengalami kelelahan kerja sedang. Ditemukan hubungan yang signifikan antara kelelahan kerja dengan usia (p = 0,030), beban kerja (p = 0,000), dan shift kerja (p = 0,000). Sementara itu, masa kerja tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja (p = 0,181).

Kata kunci: *Kelelahan Kerja; Usia; Beban Kerja; Masa Kerja; Shift Kerja*

ABSTRACT

Work fatigue is an occupational health and safety problem that can affect productivity and increase the risk of accidents. Workers in the workshop sector perform various activities that require physical ability, concentration, and precision, so they are at risk of experiencing fatigue. This study aims to analyze the relationship between age, workload, working period, and work shifts with work fatigue in workers in the workshop sector of PT Panca Tehnik in 2026. This study uses a quantitative approach with a cross-sectional design. This study involves a sample of 70 respondents. Work fatigue was measured using the Subjective Self-Rating Test (SSRT) questionnaire from the Industrial Fatigue Research Committee (IFRC), while interviews and documentation were used as additional data collection methods. Data analysis included univariate and bivariate analyses using the Chi-Square test. The results showed that 37 respondents (52.9%) experienced low work fatigue, 20 respondents (28.6%) experienced high work fatigue, and 13 respondents (18.6%) experienced moderate work fatigue. A significant relationship was

found between work fatigue with age (p = 0.030), workload (p = 0.000), and work shift (p = 0.000). Meanwhile, the length of service did not show a significant association with work fatigue (p = 0.181).
Keywords: *Work Fatigue; Age; Workload; Length Of Service; Work Shifts*

REFERENSI

Almatsier, S. (2010). Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Ananda, D. E., & Mustopa. (2023). Hubungan Shift Kerja, Lingkungan Fisik, dan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Karyawan Bagian Produksi di PT Medifarma Tahun 2022. Jurnal Ilmiah Kesehatan, 2(1), 76–82.

Caldwell, J. A., Caldwell, J. L., Thompson, L. A., & Lieberman, H. R. (2019). Fatigue and its Management in the Workplace. Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 96, 272–289.

Handayani, S. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan PT. Andalas Agro Industri di Pasaman Barat.

Kaka, J. (2025). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Tenun di Desa Ana Engge Kecamatan Kodi Kabupaten Sumba Barat Daya.

Kinasih, R. W., Kurniawan, B., & Ekawati. (2023). Hubungan Faktor Individu dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja Subjektif pada Petugas Kebersihan Kabupaten Banjarnegara. Jurnal Dinamika Kesehatan Masyarakat, 2(01), 20–30.

Mambu, G. C. (2025). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan Departemen Quality Control di Perusahaan Industri Pangan.

Mustakim, M., & Pratiwi, P. A. (2025). Hubungan Usia, Masa Kerja dan Kualitas Tidur dengan Tingkat Kelelahan pada Tenaga Kerja Bongkar Muat. Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal).

Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.

Putri, A. R., Jusuf, M. I., & Arsad, S. F. M. (2024). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Produksi Bagian Sewing Woven Plastik di PT. Wiharta Karya Agung Gresik.

Ramanda, S. D. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Rawat Inap di Rumah Sakit Umum PKU Muhammadiyah Bantul. Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat, 3(3), 139–148.

Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta.

Tarwaka. (2013). Ergonomi Industri: Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Surakarta: Harapan Press.

Wahyudin. (2024). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Kebersihan di Kota Baubau. Jurnal Kolaboratif Sains, 7(10), 3878–3886.

Wahyuni, S., Syahrul, M., Zulfikar, I., & Ramdan, M. (2026). Pengaruh Shift Kerja terhadap Kelelahan Kerja Karyawan Kopi Kenangan Balikpapan. IDENTIFIKASI: Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Lindungan Lingkungan, 12(1), 206–214.