

Original Research

FAKTOR RISIKO KELELAHAN KERJA PADA BURUH ANGKUT DI PASAR TRADISIONAL KOTA KUPANG

Yufliyati Yuliana Lona¹, Anderias Umbu Roga², Eryc Z. Haba Bunga³

^aFakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, Indonesia

^bFakultas Kesehatan Masyarakat, Perguruan , Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, Indonesia

^cFakultas Kesehatan Masyarakat, Perguruan , Universitas Nusa Cendana, Kota Kupang, Indonesia

Korespondensi: yufliyati@gmail.com

Abstrak

Buruh angkut merupakan pekerjaan yang perlu mendapatkan perhatian karena proses kerja yang mereka lakukan mengandung risiko kesehatan seperti kelelahan kerja. Kelelahan kerja dapat penurunan proses efisiensi, performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh yang secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan menurunkan produktivitas kerja. Kelelahan kerja disebabkan oleh berbagai faktor yaitu faktor individu terdiri dari umur, jenis kelamin, dan pendidikan. Faktor pekerjaan terdiri dari beban kerja. Faktor lingkungan terdiri dari tekanan panas. Penelitian bertujuan mengetahui faktor risiko kelelahan kerja pada buruh angkut di Pasar Tradisional Kota Kupang Tahun 2022. Jenis penelitian ini adalah survey analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dimulai dari bulan juli sampai agustus di Pasar Kota Kupang Tahun 2022. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 72 responden. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan chi square dengan tingkat kepercayaan sebesar 95% dengan nilai $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel beban kerja (0,001) memiliki hubungan dengan kelelahan kerja dan variabel tekanan panas (0,001) juga memiliki hubungan dengan kelelahan kerja. Diharapkan instansi terkait untuk lebih memperhatikan faktor risiko yang terjadi pada seluruh pekerja buruh angkut agar terhindar dari kelelahan kerja yang diakibatkan dari pekerjaan yang mereka lakukan.

Kata Kunci: Beban Kerja, Tekanan Panas, Kelelahan Kerja, Buruh Angkut

Abstract

Transport workers are jobs that need attention because the work process they carry out carries health risks such as work fatigue. Work fatigue can decrease process efficiency, work performance and reduce body strength or physical endurance which can significantly affect the health of workers and reduce work productivity. Work fatigue is caused by various factors, namely individual factors consisting of age, gender, and education. The work factor consists of workload. Environmental factors consist of heat stress. The purpose of this research is to find out the risk factors for work fatigue among porters at the Kupang City Traditional Market in 2022. This type of research is an analytical survey using a cross-sectional approach. This research starts from July to August at the Kupang City Market in 2022. The sampling technique uses total sampling, where the number of samples in this study is the entire population, namely as many as 72 respondents. Data analysis was performed univariately and bivariately using chi square with a confidence level of 95% with a value of α : (0.05). The results showed that the workload variable (0.001) had a relationship with work fatigue and heat stress variable (0.001) also had a relationship with work fatigue. It is hoped that the relevant agencies will pay more attention to the risk factors that occur in all hauling workers in order to avoid work fatigue caused by the work they do.

Key words: Load Work , Pressure Hot, Tired Work, Worker Laborer Transport

PENDAHULUAN

Produktivitas kerja didasari dengan pekerjaan yang dilaksanakan melalui cara kerja dengan kondisi lingkungan kerja yang telah memenuhi syarat kesehatan. Ketika salah satu syarat yang tidak terpenuhi, maka dapat mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan seperti kelelahan kerja.⁽¹⁾ WHO (World Health Organization) dalam model kesehatan yang dibuat sampai tahun 2020 menyatakan gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada depresi akan menjadi penyakit pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung. Internasional Labour Organization (ILO) 2010, menyatakan setiap tahunnya ada dua juta orang meninggal akibat kelelahan kerja. Penelitian ini menyatakan bahwa dari 58.115 sampel tersebut, 32,8% atau sekitar 18.828 diantaranya menderita kelelahan. Pada survei di USA, kelelahan merupakan masalah yang besar dan ditemukan sebanyak 24% dari seluruh orang dewasa yang datang ke poliklinik menderita kelelahan kronik².

Indonesia merupakan salah satu negara besar di dunia yang memiliki jumlah angkatan kerja nomor 4 di dunia dengan jumlah 111,48 juta jiwa dengan jumlah penduduk usia kerja (penduduk di atas 15 tahun) 165,6 juta orang.⁽³⁾ Pekerjaan sektor informal dari tahun ke tahun semakin meningkat.

BPS (Badan Pusat Statistik) mencatat jumlah sektor pekerja informal pada tahun 2015 sebanyak 66 juta orang dan meningkat menjadi 74 juta orang pada tahun 2019. Kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas.⁽⁴⁾ Kelelahan diklasifikasikan dalam dua jenis, yaitu kelelahan otot dan kelelahan umum. Kelelahan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja yang akan berpeluang menimbulkan kecelakaan kerja.⁽⁵⁾ Buruh angkut merupakan salah satu bagian dari masyarakat yang pekerjaannya perlu mendapat perhatian karena proses kerja yang mereka lakukan banyak mengandung resiko terhadap kesehatan. Pada umumnya pekerja buruh angkut kebanyakan bekerja menggunakan tubuh sebagai alat untuk memikul barang. Pekerja sering mengalami kelelahan kerja akibat aktivitas angkat angkut yang tidak sesuai sehingga timbulnya keluhan Muskuloskeletal. Buruh angkut biasanya banyak terdapat di daerah yang dekat dengan kegiatan ekonomi seperti pasar, pelabuhan maupun sarana lainnya.⁽⁶⁾

Pasar merupakan tempat berlangsungnya kegiatan berdagang antara penjual dan pembeli dari berbagai kabupaten/kecamatan ataupun daerah dengan tujuan meningkatkan ekonomi dalam kehidupan sehari-hari.

Di kota kupang terdapat 4 pasar yaitu pasar inpres (naikoten), pasar oebobo, pasar oeba, dan pasar kuanino. Pada penelitian yang dilakukan oleh Lintau et al., 2019 kepada 10 orang pekerja buruh angkut, semuanya merasakan gejala kelelahan.⁽⁷⁾⁽⁸⁾ Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan, diketahui terdapat 4 pasar kekuatan otot yang memberikan beban pada tubuh. Berdasarkan penjelasan atau uraian diatas dapat menguatkan penulis untuk mengkaji lebih jauh penelitian

METODE PENELITIAN

Penelitian dilakukan dengan teknik kuantitatif menggunakan desain cross sectional, di mana antara variabel sebab (Independent variable) dan variabel akibat (Dependent variable) diteliti secara bersama-sama atau sekaligus.⁽⁹⁾ Penelitian ini dilakukan di Wilayah Pasar Kota Kupang dan waktu pada bulan Mei hingga bulan Agustus 2022. Adapun Populasi

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL PENELITIAN

Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin dan tingkat pendidikan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Buruh Angkut di Wilayah Pasar Kota Kupang

Karakteristik Responden		N	%
Umur	≥ 30 Tahun	41	56,9
	≤ 30 Tahun	31	43,1
Sex	Laki-laki	72	100
	Perempuan	0	0
Pendidikan	SD	27	38
	SMP	14	19
	SMA	10	14
	PT	0	0
	Tidak Sekolah	21	29

di Kota Kupang yang memiliki pekerja buruh angkut dimana masing-masing pasar memiliki pekerja dengan karakteristik individu yang bervariasi seperti usia, jenis kelamin, lama kerja, dan lain- lain. Pekerja buruh angkut di kota kupang merupakan pekerjaan yang berat, karena pekerja melakukan aktivitas dengan membutuhkan tentang Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Buruh Angkut di Pasar Tradisional Kota Kupang Tahun 2022.

dalam penelitian ini meliputi seluruh pekerja Buruh Angkut di Wilayah Pasar Kota Kupang yang berjumlah 72 orang. Dikarenakan populasi dalam penelitian ini kurang dari 100 orang maka teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu total sampling, di mana total keseluruhan dari populasi dijadikan sebagai sampel dalam penelitian yakni sebanyak 72 orang buruh angkut di Wilayah Pasar Kota Kupang.

Tabel 1. Menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan umur paling tinggi berada pada kelompok umur ≥ 30 tahun yaitu sebanyak 41 responden (56.9%) sedangkan umur responden paling rendah berada pada umur ≤ 30 tahun yaitu sebanyak 31 responden (43.1%). Di mana responden semuanya berjenis kelamin laki- laki yaitu sebanyak 72 responden (100%). Berdasarkan pendidikan ditemukan yang terbanyak adalah SD sebanyak 27 orang (38%) dan tidak ada responden dengan tingkat pendidikan perguruan tinggi. Hasil analisis univariat terkait variable penelitian yakni beban kerja dan tekanan panas dapat dilihat pada tabel 2.

Variabel		N	%
Beban Kerja	Berat \geq 100 (denyut/menit)	44	61,1
	Ringan \leq 100 (denyut/menit)	28	38,9
Tekanan Panas	Tidak Memenuhi Standar $>$ 29°C	58	80,6
	Memenuhi Standar \leq 29°C	14	19,4

Hasil analisis Univariat menunjukkan bahwa Responden dengan tingkat beban kerja dengan kategori berat yaitu sebanyak 44 responden

(61.1%), dan kategori ringan sebanyak 28 responden (38.9%). Serta sebagian besar responden bekerja pada tingkat tekanan panas dengan kategori tidak memenuhi standar yaitu sebanyak 55 responden (76.4%), sedangkan kategori memenuhi standar sebanyak 17 responden (23.6%). Hubungan antara beban kerja dan tekanan panas terhadap kelelahan kerja ditunjukkan pada tabel 3 berikut ini

Tabel 3. Analisis Bivariat Beban Kerja dan Tekanan Panas Terhadap Kelelahan Kerja

Faktor Risiko		Kelelahan Kerja				Jumlah		<i>p</i>
		Berisiko		Tidak Berisiko		N	%	
		N	%	N	%			
Beban Kerja	Berat	35	48,6	9	12,5	44	61,1	0,001
	Ringan	11	15,3	17	23,6	28	38,9	
Tekanan Panas	Berisiko	45	62,5	13	18,1	58	80,6	0,000
	Tdk Berisiko	11	11,4	13	18,1	14	19,4	

Tabel 3 secara statistik menunjukkan bahwa beban kerja, serta tekanan panas mempengaruhi kelelahan kerja pada buruh angkut di Wilayah Pasar Kota Kupang dengan nilai *p* value secara berturut-turut 0,001 dan 0,000.

PEMBAHASAN

Beban kerja merupakan salah satu faktor penunjang terjadinya kelelahan kerja sehingga beban kerja yang diterima baik beban fisik maupun mental harus sesuai dengan kemampuan fisik dan mental pekerja.⁽⁶⁾ Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja buruh angkut. Beberapa buruh dengan beban angkat yang berat cenderung mengeluh merasakan lelah. Pekerja buruh angkut juga bekerja di bawah paparan sinar matahari sehingga ketika mengangkat beban yang berat pekerja lebih mudah mengalami kelelahan baik itu kelelahan fisik maupun kelelahan mental. Pada beban kerja fisik melibatkan kerja otot atau mempengaruhi fungsi faal tubuh. Beban kerja fisik yang semakin tinggi dapat menurunkan

kekuatan dan kecepatan kontraksi otot yang menunjukkan kerja otot semakin lemah. Penurunan kerja otot ini dapat menyebabkan kelelahan kerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Andiani, dkk (2018) tentang hubungan umur dan beban kerja terhadap kelelahan kerja pada tenaga kerja bongkar muat di pelabuhan Samudera Bitung, hasilnya beban kerja memiliki hubungan dengan kelelahan kerja.⁽¹⁶⁾ Hasil ini juga sejalan dengan penelitian dari Lumintang dkk (2017) tentang hubungan umur dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada montir perbengkelan di desa Kiawa Kecamatan Kawangkoan Utara Kabupaten Minahasa menyatakan terdapat hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja.⁽¹⁷⁾

Tekanan panas adalah kombinasi antara suhu udara, kelembaban udara, kecepatan gerakan dan suhu radiasi, kombinasi keempat faktor itu dihitung dengan produksi oleh paparan sinar matahari ditempat kerja. Suhu

tubuh manusia dipertahankan hampir tetap akibat keseimbangan diantaranya panas sinar matahari yang dihasilkan dalam tubuh sebagai akibat metabolisme dan pertukaran panas diantara tubuh dan lingkungan. Tekanan panas dari sinar matahari yang berlebihan juga dapat mengakibatkan perubahan fungsional pada organ tubuh manusia serta dapat mengakibatkan rasa letih dan kantuk, mengurangi kestabilan dan mengakibatkan pekerja mengalami kelelahan dalam bekerja sehingga menurunkan efisiensi dalam bekerja.⁽¹⁸⁾

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tekanan panas dengan kelelahan kerja pada pekerja buruh angkut, dimana pengukuran tekanan panas dilakukan 3 kali/hari yaitu pada pagi hari, siang hari, dan juga sore hari sehingga tekanan panas yang diterima pekerja berbeda-beda tergantung waktu kerja dan juga tempat pekerja bekerja. Berdasarkan hasil pengukuran, rata-rata pekerja lebih banyak terpapar sinar matahari pada siang hari dan sore hari yaitu 29-34°C dan termasuk dalam kategori tekanan panas tidak memenuhi standar. Artinya semakin tinggi tekanan panas yang diterima pekerja maka semakin tinggi juga keluhan kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja tersebut. Hasil pengukuran menunjukkan tekanan panas yang diterima pekerja melebihi NAB Tekanan Panas yaitu 29°C menurut Peraturan Menteri Tenaga Kerja dan Transmigrasi No. Per.13/MEN/X/2011 Tahun 2011. Hasil observasi pada saat melakukan penelitian, banyak pekerja yang tidak menggunakan APD seperti baju lengan panjang, penutup kepala (topi) dan juga sering terdapat beberapa pekerja yang menggunakan baju yang tidak dapat merefleksikan panas seperti baju berwarna hitam dan mengakibatkan hawa panas yang

diterima pekerja semakin tinggi sehingga menyebabkan pekerja lebih mudah mengalami kelelahan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fardela (2018) bahwa pekerja yang terpapar pada lingkungan yang panas cenderung kelelahan, dan gejala kelelahan mereka meningkat dengan tingkat paparan panas. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Nur'Aida H, 2004) juga menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara tekanan panas dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja bagian finishing di PT sari warna asli III Karanganyar.⁽²⁰⁾

SIMPULAN

Terdapat hubungan antara beban kerja dan tekanan panas terhadap kelelahan kerja pada buruh angkut di Wilayah Pasar Kota Kupang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih tak terhingga kepada Bapak Dr. Anderias Uumbu Roga, S.Pd., M.Kes selaku Pembimbing I, Bapak Eryc Z. Haba Bunga, S.KM., M.Epid selaku Pembimbing II

DAFTAR PUSTAKA

1. Suma'mur. Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja. Jakarta: Sagung Seto; 2013.
2. ILO. Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Di Tempat Kerja. Swiss: International Labour Office.; 2010.
3. Depkes RI. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta; 2013.
4. Safdi Family SR. Faktor Penyebab Terjadinya Kelelahan Kerja Pada Pekerja PT. Dungo Reksa di Minas. Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas. 2021;1(1):32–37.

5. Mahardika P. FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA PENGISIAN TABUNG DEPOT LPG PT. PERTAMINA (PERSERO) MOR VII MAKASSAR TAHUN 2017. 2017.
6. Reppi, G. C., Suoth, L. F., & Kandou GD. Hubungan antara Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Industri Pembuatan Mebel Kayu di Desa Leilem Satu. *Med Scope Journa* [Internet]. 2019;1(1):21–25. Available from:<https://doi.org/10.35790/msj.1.1.2019.26629>
7. Lintau, K., Utara, B. U. O., & Barat S. Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Pada Pekerja Buruh Angkut Di Pasar Balai Tangah Kecamatan Lintau Buo Utara, Sumatera Barat. *J Kesehat Masy* (e-Journal. 2019;7(1):358–364.
8. Atiqoh, J., Wahyuni, I., & Lestantyo D. Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan Di Cv. Aneka Garment Gunungpati Semarang. *J Kesehat Masy Univ Diponegoro*. 2014;2(2):119–126.
9. Notoatmodjo. *Metodo Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2018.
10. Medianto D. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat (TKBM) Di Pelabuhan Tanjung Emas Semarang. 2017.
11. Budiman, A., Husaini, & Arifin S. Hubungan antara umur dan indeks beban kerja dengan kelelahan pada pekerja di PT. Karias Tabing Kencana 1. *Jurnal Berkala Kesehatan*.
12. Suma'mur. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*. Yogyakarta: Sagung Seto; 2014.
13. Febriani. Hubungan lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja pabrik tahu di Kelurahan Bara-Baraya Timur Makassar. Skripsi [Internet]. 2016;154. Available from: <http://lib.unnes.ac.id/23122/1/6411411206.pdf>
14. Syaputra, B., & Lestari WP. Pengaruh Waktu Kerja Terhadap Kelelahan Pada Pekerja Konstruksi Proyek X Di Jakarta Timur. *J K3 Univ Binawan*. 2019;1(2):1–5.
15. Virgy S. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Instalasi Gizi Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Pasar Rebo Jakarta Tahun 2011. 2021.
16. Andiani, I. P., Tawatu, P. A. ., & Ratag BT. Hubungan antara Beban Kerja Dan Asupan Kalori dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Bongkar Muat di Pelabuhan Samudera Bitung. *J Kesehat Masy*. 7(4):1–8.
17. Lumintang, M. F., Kawatu, P. A. T., Warouw, M., & Ratulangi S. Hubungan umur dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada montir perbengkelan di desa Kiawa Kecamatan Kawangkoan Utara Kabupaten Minahasa. 2017;1–9.
18. Suma'mur. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto; 2009.
19. Fardela T. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja di Lingkungan Kerja Panas Pada Pekerja Dapur Catering Seruni Pusat Bonto Duri Kota Makassar Tahun 2018. Vol. 53(9). 2018.

20. Nur'Aida. Hubungan Tekanan Panas dan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja bagian Finishing di PT. Sari Warna Asri III Karang Anyar. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat. 2004;5(2):102-21