

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Tenaga kerja adalah sumber daya manusia yang berperan sebagai pelaku utama dalam pelaksanaan pekerjaan dan dapat dikatakan sebagai ujung tombak pada suatu pekerjaan, sehingga tenaga kerja seharusnya lebih diperhatikan dan dilindungi (Medianto, 2017). Tenaga kerja berperan penting dalam proses penyelenggaraan makanan (Bakri, Bachtiar, Ani Intiyati, 2018). Efisiensi dalam penyelenggaraan makanan sangat bergantung pada kualitas dan profesionalisme tenaga kerja. Tenaga kerja yang memiliki kompetensi dan keterampilan yang memadai dapat meningkatkan produktivitas kerja serta mampu bekerja dengan lebih baik (Oecd, 2022).

Tenaga kerja bersiko mengalami kelelahan kerja. Kelelahan kerja adalah penurunan kondisi fisik akibat aktivitas kerja yang dipengaruhi oleh faktor individu maupun faktor lingkungan (Hidayati et al., 2023). Kelelahan kerja timbul dari mekanisme fisiologis yang menyebabkan rasa lelah dan menurunnya konsentrasi, sehingga seringkali diabaikan oleh tenaga kerja walaupun dapat berdampak negatif pada kesehatan.

Dampak dari kelelahan mencakup penurunan produktivitas, stres kerja, penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja (Hidayati et al., 2023). Penyakit akibat kerja yang umum ditemui adalah migrain dan nyeri pada punggung (Cahyanto et al., 2017). Data dari Badan Penyelenggaraan Jaminan Sosial (BPJS) Ketenagakerjaan 2020 menunjukkan fluktuasi kasus kecelakaan kerja yaitu 221,740 kasus, dimana kelelahan kerja merupakan salah satu penyebab utama kecelakaan kerja di Indonesia (Chairani, dkk., 2023).

Faktor- faktor yang mempengaruhi dengan kelelahan kerja meliputi usia, status gizi, asupan zat gizi, riwayat penyakit, durasi kerja, beban kerja, suhu, lama kerja (Nugroho et al., 2024). Penelitian yang dilakukan pada pekerja pembuat bolu talas di Kujang di Home Industry Kelurahan Bubulak ditemukan bahwa 65,1% pekerja mengalami kelelahan. Mayoritas responden berusia diatas 25 tahun (76,7%) berjenis kelamin perempuan (83,7%), memiliki masa kerja diatas 2 tahun (81,4%), memiliki status gizi tidak ideal (72,1%), bekerja lebih

dari 8 jam sehari (97,7%), dan memiliki beban kerja yang berat (55,8%) (Santriyana, N., Dwimawati, E., & Listyandini, 2022).

Kondisi lingkungan kerja memiliki pengaruh signifikan terhadap efisiensi dan kinerja serta dapat meningkatkan resiko kecelakaan kerja. Salah satu faktor yang mempengaruhi lingkungan kerja adalah suhu ruangan lingkungan kerja. Suhu ruangan lingkungan kerja yang tinggi diketahui berdampak negatif terhadap aktivitas tenaga kerja dan meningkatkan resiko kesalahan kerja serta menyebabkan kelelahan fisik lebih cepat (Saputra & Rahmawati, 2025).

Beban kerja yang diberikan kepada tenaga kerja perlu disesuaikan dengan kemampuan mental dan fisik. Beban kerja ringan atau berat jika tidak disesuaikan dengan kemampuan tenaga kerja maka akan mengakibatkan kelelahan kerja (Anggraeny Yusniar, Russeng S Syamsiar, 2021). Menurut penelitian Nikeghbal et al. (2021), beban kerja yang tinggi akan menyebabkan kelelahan pada tenaga kerja serta mengurangi efisiensi pekerjaan.

Usia lebih dari 25 tahun mengalami resiko kelelahan sebanyak 40,5 kali dibandingkan dengan usia kurang dari 25 tahun. Penelitian pada pembuat bolu talas di Kujang di Home Industry Kelurahan Bubulak mengungkapkan adanya hubungan antara usia dengan kelelahan kerja yang disebabkan oleh peningkatan usia akan mempengaruhi fungsi kekuatan otot yang semakin menurun sehingga akan mempercepat terjadinya kelelahan kerja. Usia seseorang dapat mempengaruhi aktivitas tubuh seseorang (Santriyana, N., Dwimawati, E., & Listyandini, 2022).

Terdapat temuan dari penelitian yang dilakukan oleh Gabriella et al. (2024) bahwa status gizi dapat mempengaruhi kelelahan kerja. Status gizi kurus, normal, gemuk dan obesitas memiliki tingkat kelelahan yang berbeda yaitu 28 (46,7%) dari 30 tenaga kerja yang memiliki status gizi obesitas mengalami kelelahan berat, sedangkan 7 (11,7%) dari 16 tenaga kerja dengan status gizi normal mengalami kelelahan berat.

Kelelahan kerja yang berkelanjutan dapat mengarah pada kualitas kerja yang buruk, sehingga kelelahan kerja perlu dicegah agar tenaga kerja tetap mempunyai kualitas kerja yang baik (Leiter, M. P., & Maslach, 2020). Penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 menunjukkan manajemen beban kerja dan

pemberian waktu istirahat yang cukup efektif dapat mencegah terjadinya kelelahan kerja dan dapat meningkatkan produktivitas kerja (Sonntag, 2020).

Data awal yang diperoleh dari studi pendahuluan di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr Ario Wirawan Salatiga menunjukkan bahwa usia tenaga kerja berkisar antara 18-57 tahun. Suhu pada ruangan pengolahan termasuk tinggi yaitu 31,9°C. Hal ini sejalan dengan penelitian Saputra & Rahmawati (2025) dengan judul Analisis Pengaruh Suhu terhadap Produktivitas Kerja pada Produksi Pipa Baja, bahwa suhu yang tinggi cenderung berdampak negatif terhadap aktivitas tenaga kerja. Status gizi pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan salatiga rata-rata tidak normal (obesitas dan *underweight*). Terdapat penambahan SDM pada bagian Ahli Gizi, Pramumasak dan Pramusaji selama 6 bulan satu tahun terakhir. Kelelahan kerja yang ada di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga tergolong sedang yaitu sebanyak 8 orang dan tergolong rendah sebanyak 7 orang. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja di instalasi gizi Rumah Sakit Paru dr. Ario Wirawan Salatiga.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr Ario Wirawan Salatiga?”

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr Ario Wirawan Salatiga.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan usia pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga

- b. Mendeskripsikan kecukupan energi pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- c. Mendeskripsikan kecukupan protein pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- d. Mendeskripsikan kecukupan lemak pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- e. Mendeskripsikan kecukupan karbohidrat pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- f. Mendeskripsikan kecukupan cairan pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- g. Mendeskripsikan status gizi pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- h. Mendeskripsikan riwayat penyakit pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- i. Mendeskripsikan beban kerja pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- j. Mendeskripsikan suhu ruangan lingkungan kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- k. Mendeskripsikan lama kerja pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga
- l. Menganalisis faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga

#### **D. Manfaat**

##### 1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan kepada tenaga kerja mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga.

##### 2. Bagi Institusi kesehatan

Sebagai tambahan informasi dan menjadi dasar referensi mengenai pentingnya mengetahui faktor dari kelelahan kerja dan dapat digunakan

untuk mempertimbangkan dan menentukan langkah-langkah dalam menangani masalah akibat dari kelelahan kerja.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi penelitian terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga.