

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan
Skripsi, 23 Maret 2025
Brilliant Brizkipriasmara 024211026

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA FISIK DENGAN KEJADIAN KELELAHAN KERJA PADA PROFESI GARDENER DAN SAPU JALANAN DI KAWASAN INDUSTRI KENDAL

ABSTRAK

Latar Belakang: Kelelahan kerja sering kali dialami oleh para pekerja, hal itu disebabkan karena beratnya tekanan beban kerja fisik yang tinggi. Kelelahan kerja bisa menjadi ancaman kecelakaan kerja bagi para pekerja. Pada tahun 2021, jumlah kasus kecelakaan kerja di Indonesia sebanyak 234.370, dengan kasus kematian sebanyak 6.552 orang dan jika dibandingkan pada tahun 2020, lebih meningkat sebesar 5,7% salah satu penyebab terjadinya kecelakaan kerja adalah adanya kelelahan kerja. Penyebab kelelahan kerja meliputi Lingkungan kerja, massa kerja, status gizi, usia, dan jenis kelamin. Dengan hasil survei terdapat 19 pekerja (61,3%) dengan beban kerja ringan dan 12 pekerja (38,7%) dengan beban kerja agak berat, terdapat 8 pekerja (25,8%) dengan masa kerja baru dan 23 pekerja (74,2%) dengan masa kerja lama, terdapat 26 pekerja (83,87%) dengan usia muda dan 5 pekerja (16,13%) dengan usia tua, terdapat 11 pekerja (35,48%) berjenis kelamin Laki-laki serta 20 pekerja (64,52%) berjenis kelamin Perempuan. Hasilnya ada hubungan beban kerja, dengan kelelahan kerja. Hal ini membuktikan bahwa Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara beban kerja fisik dengan kejadian kelelahan kerja pada pekerja profesi gardener dan sapu jalanan di Kawasan Industri Kendal

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Data dikumpulkan melalui observasi langsung dan kuesioner yang diberikan kepada 100 pekerja gardener dan sapu jalanan. Analisis data dilakukan menggunakan uji chi square untuk mengetahui hubungan antara beban kerja fisik dengan kejadian kelelahan kerja.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja memiliki beban kerja fisik dalam kategori normal (7%) dan tinggi (93%). Mayoritas pekerja juga mengalami kelelahan kerja dengan tingkat normal (5%) dan tinggi (95%). Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik dengan kelelahan kerja ($p\text{-value} = 0,000 < 0,05$), dengan H_0 ditolak. Artinya, semakin tinggi beban kerja yang dirasakan, semakin tinggi risiko kelelahan kerja yang dialami pekerja.

Kesimpulan: Penelitian ini menemukan adanya hubungan yang signifikan dan kuat antara beban kerja fisik dengan kelelahan kerja pada pekerja gardener dan sapu jalanan di Kawasan Industri Kendal. Oleh karena itu, disarankan bagi pihak perusahaan untuk melakukan manajemen beban kerja agar kesejahteraan pekerja meningkat dan produktifitas terjaga.

Kata Kunci : Beban Kerja Fisik, Kelelahan kerja.

Ngudi Waluyo University
Public Health Study Program, Faculty of Health
Thesis, 23 March 2025
Brilliant Brizkipriasmara 024211026

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL WORKLOAD AND WORK FATIGUE
AMONG GARDENERS AND STREET SWEEPERS IN THE KENDAL INDUSTRIAL
AREA
ABSTRACT**

Background: Work fatigue is often experienced by workers due to the heavy pressure of a high physical workload. Work fatigue can pose a threat and increase the risk of occupational accidents among workers. In 2021, the number of occupational accident cases in Indonesia reached 234,370, with 6,552 fatalities — an increase of 5.7% compared to 2020. One of the contributing factors to occupational accidents is work fatigue itself. The causes of work fatigue include the work environment, length of employment, nutritional status, age, and gender. Based on a survey, there were 19 workers (61.3%) with a light workload and 12 workers (38.7%) with a moderately heavy workload; 8 workers (25.8%) had shorter work tenure and 23 workers (74.2%) had longer tenure; 26 workers (83.87%) were in the younger age group, while 5 workers (16.13%) were older; and 11 workers (35.48%) were male, while 20 workers (64.52%) were female. The results show that workload, are related to work fatigue. This confirms that this study aims to determine the relationship between physical workload and the incidence of work fatigue among gardeners and street sweepers in the Kendal Industrial Area.

Methods: This study employed a quantitative approach with a cross-sectional design. Data were collected through direct observation and questionnaires distributed to 100 gardeners and street sweepers. The data were analyzed using the Chi-Square test to examine the relationship between physical workload and work fatigue.

Results: The findings indicate that most workers had a normal physical workload (7%) and a high physical workload (93%). Additionally, the majority of workers experienced normal fatigue (5%) and high fatigue (95%). Statistical analysis confirmed a significant relationship between physical workload and work fatigue ($p\text{-value} = 0.000 < 0.05$), leading to the rejection of the null hypothesis (H_0). This implies that higher physical workload correlates with an increased risk of work fatigue.

Conclusion: This study establishes a strong and significant relationship between physical workload and work fatigue among gardeners and street sweepers in the Kendal Industrial Area. Therefore, companies should implement workload management strategies to improve worker well-being and maintain productivity.

Keywords : Physical Workload, Work Fatigue, Occupational Health.