

ABSTRACT

Fatigue is a body's protective mechanism to avoid further. Fatigue can cause decreased work power and endurance to work. Fatigue is caused by age, gender, smoking habits, nutritional status, medical history, work environment, workload, work hours, and rest periods. The purpose of this study was to analyze the factors associated with work fatigue on PT. X dome installation workers.

This research is a descriptive observational research with cross sectional research design. The sample in this study were all employees of PT. X dome installation (33 people) using total population. The variables in this study are individual factors (age, nutritional status, smoking habits, and medical history), work environment factors (heat exposure perception), and work factors (work hours) as independent variables, while the dependent variable of this study is work fatigue. The data collection instrument used was a questionnaire. The data analysis used was a univariable analysis to determine the frequency distribution of each variable and bivariable analysis with the contingency coefficient test to find out the strong relationship between variables.

The results showed that the workers of PT. X on the dome installation section (81.8%) experienced mild work fatigue. Based on statistical tests, the strong value of the relationship between work fatigue and age is 0.258, nutritional status is 0.217, smoking habits is 0.191, medical history is 0.066, heat exposure perception is 0.277, and work hours is 0.052.

The conclusion of this study is that the relationship between age, nutritional status, and heat exposure perception with work fatigue is weak, while smoking habits, medical history, and work hours with work fatigue are very weak. Suggestions for companies are provide drinking water near workplaces, provide shady places for rest, pay attention to age factors during the recruitment process, provide lunch facilities, and provide health promotion.

Keywords: individual factors, heat exposure perception, work hours, work fatigue

ABSTRAK

Kelelahan merupakan mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan yang lebih lanjut. Kelelahan dapat menyebabkan daya kerja menurun dan ketahanan tubuh untuk bekerja berkurang. Kelelahan disebabkan oleh usia, jenis kelamin, kebiasaan merokok, status gizi, riwayat penyakit, lingkungan kerja, beban kerja, waktu kerja, dan waktu istirahat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja pemasangan kubah PT. X.

Penelitian ini termasuk jenis penelitian observasional deskriptif dengan rancang bangun penelitian *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah semua pekerja PT. X pada bagian pemasangan kubah sebanyak 33 orang dengan menggunakan total populasi. Penelitian ini memiliki variabel yang terdiri dari variabel independen yang meliputi faktor individu (usia, status gizi, kebiasaan merokok, dan riwayat penyakit), faktor lingkungan kerja (persepsi paparan panas), dan faktor pekerjaan (waktu kerja) serta variabel dependen yang meliputi kelelahan kerja. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariabel untuk mengetahui distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariabel dengan uji koefisien kontingensi untuk mengetahui kuat hubungan antar variabel.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pekerja PT. X pada bagian pemasangan kubah sebanyak 27 orang (81,8%) mengalami kelelahan kerja rendah. Berdasarkan uji statistik, nilai kuat hubungan kelelahan kerja dengan usia sebesar 0,258, status gizi sebesar 0,217, kebiasaan merokok sebesar 0,191, riwayat penyakit sebesar 0,066, persepsi paparan panas sebesar 0,277, dan waktu kerja sebesar 0,052.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu hubungan usia, status gizi, dan persepsi paparan panas dengan kelelahan kerja adalah lemah, sedangkan kebiasaan merokok, riwayat penyakit, dan waktu kerja dengan kelelahan kerja adalah sangat lemah. Saran bagi perusahaan menyediakan air minum di dekat tempat kerja, menyediakan tempat istirahat yang teduh, memperhatikan faktor usia saat proses rekrutmen, menyediakan fasilitas makan siang, dan memberikan promosi kesehatan.

Kata kunci: faktor individu, persepsi paparan panas, waktu kerja, kelelahan kerja