

ABSTRAK

Industri pertambangan termasuk industri yang memiliki risiko dan bahaya yang cukup besar dikarenakan durasi kerja yang tinggi dengan medan yang sulit sehingga menyebabkan risiko kelelahan kerja pada pekerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada Pekerja Departemen Produksi di PT. Sentosa Laju Sejahtera *site* AMINDO. Sampel berjumlah 50 orang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan desain *Cross Sectional*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuisioner gejala kelelahan yang bersumber dari Industrial Fatigue Research Committee (IFRC). Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pekerja berusia kurang dari 40 tahun (72%) memiliki status gizi normal (60%) dengan sebagian besar memiliki kebiasaan merokok (72%) dan jam tidur yang tidak normal (62%) serta memiliki beban kerja dalam kategori diperlukan perbaikan dan bekerja dalam waktu singkat (66%). Untuk hasil kelelahan ditemukan 68% mengalami kelelahan kerja dalam kategori sedang dan 32% mengalami kelelahan dalam kategori rendah. Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara usia ($p\text{-value} = 0,004$), kebiasaan merokok ($p\text{-value} = 0,000$), jam tidur ($p\text{-value} = 0,000$), beban kerja ($p\text{-value} = 0,000$) dan tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi ($p\text{-value} = 0,138$) dengan kelelahan kerja pada pekerja Departemen Produksi PT. Sentosa Laju Sejahtera *site* AMINDO. Saran untuk perusahaan yaitu melakukan tes kelelahan kerja (*fatigue check*) dan kesiapan sebelum bekerja secara rutin, menyediakan tempat istirahat yang sesuai, dan melakukan penyuluhan tentang dampak merokok dan durasi tidur yang tidak normal terhadap kelelahan kerja serta melakukan peregangan setiap selesai bekerja untuk memberi rasa nyaman pada tubuh.

Kata Kunci : Pertambangan, Kelelahan Kerja, Faktor Kelelahan Kerja

ABSTRACT

The mining industry is an industry that has considerable risks and dangers due to the high duration of work with difficult terrain, causing the risk of fatigue in workers. This study aims to determine the factors associated with job fatigue in Production Department Workers at PT Sentosa Laju Sejahtera AMINDO site. The sample amounted to 50 people. This study uses descriptive quantitative method with Cross Sectional design. The research instrument used is a questionnaire of fatigue symptoms sourced from the Industrial Fatigue Research Committee (IFRC). The results showed that the majority of workers aged less than 40 years (72%) had normal nutritional status (60%) with most having a smoking habit (72%) and abnormal sleeping hours (62%) and had a workload in the category needed improvement and worked in a short time (66%). For fatigue results, 68% experienced moderate fatigue and 32% experienced low fatigue. The results of this study indicate there were significant relationship between age ($p\text{-value} = 0.004$), smoking habits ($p\text{-value} = 0.000$), sleep hours ($p\text{-value} = 0.000$), workload ($p\text{-value} = 0.000$). There was no significant relationship between nutritional status ($p\text{-value} = 0.138$) with work fatigue in workers of the Production Department of PT. Sentosa Laju Sejahtera AMINDO site. Suggestions for companies are to conduct fatigue checks and readiness before work regularly, provide appropriate rest areas, and conduct counseling on the impact of smoking and abnormal sleep duration on work fatigue and stretching after each work to provide a sense of comfort to the body.

Keywords: Mining, Work Fatigue, Work Fatigue Factors