

Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Kuli Panggul Perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta

Arfiyanti Diah Witjaksana¹, Sri Darnoto²

¹Kesehatan Masyarakat/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Kesehatan Masyarakat/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

Email: diahwit@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Beban Kerja;
Kelelahan Kerja;
Kuli Angkut
Perempuan

Pasar Legi merupakan salah satu pusat perdagangan dari berbagai komoditi yang dibutuhkan masyarakat yang terletak di Kota Surakarta. Pada pasar tersebut terdapat 92 orang perempuan yang bekerja sebagai kuli panggul, yang rata-rata mengangkat beban sebesar 25-50 kg dalam sekali angkut. Berat beban kerja yang diangkut menjadi salah satu pemicu terjadinya kelelahan pada pekerja kuli panggul perempuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 92 orang. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah Simple Random Sampling dengan jumlah sampel 75 orang. Hasil penelitian dengan uji korelasi rank spearman diperoleh nilai p (Sig) = 0,000 < α = 0,05 dengan nilai r = 0,457 yang berarti ada hubungan. Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja yang signifikan dengan kekuatan hubungan sedang pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta. Saran yang dapat diberikan kepada instansi terkait adalah dengan memberi alat bantu seperti trolley untuk tiap pengangkutan beban yang melebihi batas guna membantu mengurangi beban yang menyebabkan kelelahan pada pekerja kuli panggul perempuan.

1. PENDAHULUAN

Sektor informal merupakan sektor yang tidak resmi, tidak terorganisir, kegiatan yang tidak teratur, tidak memerlukan pendidikan formal dan umumnya dikonsumsi oleh masyarakat menengah ke bawah. Sektor informal ada karena keterbatasannya industri informal dalam merekrut tenaga kerja (Uli, dkk, 2011). Salah satu contoh pekerjaan yang termasuk ke dalam sektor informal adalah Kuli Panggul. Kuli panggul ini sangat mudah ditemukan di daerah yang dekat dengan kegiatan perekonomian seperti pasar, pelabuhan, terminal, maupun tempat lainnya. Mekanisme kerja kuli panggul adalah dengan menjual jasa angkut barang dengan tubuh sebagai penopang beban yang kemudian mengangkut barang tersebut dari satu tempat ke tempat lainnya. Dengan demikian, kuli panggul memiliki risiko beban kerja baik secara fisik maupun mental yang dapat meningkatkan kelelahan kerja. Secara nyata kelelahan kerja dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja, menurunkan produktivitas kerja dan mengakibatkan kecelakaan kerja.

Menurut Setyawati (2010), beban kerja yang diberikan pada pekerja harus sesuai dengan kemampuan fisik dan psikis para pekerja yang bersangkutan, kondisi perjalanan, waktu perjalanan dari satu tempat ke tempat kerja lainnya yang seminimal mungkin dan seaman mungkin berpengaruh terhadap kondisi kesehatan kerja pada umumnya dan kelelahan kerja pada khususnya. Notoatmodjo (2007), menyatakan beban kerja pada tenaga

kerja dapat dikurangi atau diatur dengan cara mendesain suatu alat yang dapat mengurangi beban kerja tersebut.

Septiana (2017) tentang hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada petugas sampah di Kelurahan Sumber Kota Surakarta diketahui nilai $p = 0,008 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Selain itu, Cahyani (2010) tentang hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada buruh angkut Pasar Johar Semarang diketahui bahwa ada hubungan antara berat beban dengan kelelahan buruh angkut dengan nilai $p = 0,018 < 0,05$ yang berarti bahwa ada hubungan yang nyata antara berat beban dengan tingkat kelelahan.

Jumlah kuli panggul perempuan yang terdapat di Pasar Legi Kota Surakarta adalah 92 orang. Survei pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara, rata-rata beban angkut yang dilakukan antara 25-50 kg dalam sekali angkut dan dilakukan selama 8-9 jam kerja. Hal tersebut melebihi beban yang telah ditetapkan oleh Permennakertranskop Nomor 01 Tahun 1978 yaitu untuk beban yang di panggul atau di angkut oleh perempuan dewasa sebesar 10-15 kg dan dengan adanya aktivitas mengangkat beban yang berulang akan memungkinkan terjadinya kelelahan pada kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta.

2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif *observasional analitik* dengan rancangan penelitian *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas yaitu beban kerja dengan variabel terikat yaitu kelelahan kerja. Penelitian ini telah memenuhi deklarasi Helsinki 1975 dan Pedoman nasional etik penelitian kesehatan Departemen Kesehatan RI 2004 dengan nomor surat komite etik 834/B.1/KEPK-FKUMS/XII/2017.

Populasi penelitian ini semua pekerja kuli panggul perempuan yang berjumlah 92 orang dan diperoleh sampel sebanyak 75 orang, teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu dengan *simple random sampling*. Pengambilan data variabel bebas yaitu beban kerja menggunakan perhitungan kebutuhan kalori berdasarkan aktivitas pekerja dengan alat ukur timbangan berat badan, selanjutnya pengukuran variabel terikat kelelahan kerja menggunakan alat ukur kuesioner kelelahan subjektif dan variabel pengganggu umur menggunakan hasil ukur jumlah tahun responden sampai dengan penelitian dilakukan, masa kerja menggunakan hasil ukur jumlah tahun responden bekerja dan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan hasil ukur kondisi status gizi saat penelitian dilakukan dengan menghitung berat badan dalam kilogram dan tinggi badan dalam meter kuadrat. Analisis data menggunakan program statistik komputerisasi yang meliputi :

2.1 Analisis Univariat

Analisis yang dilakukan terhadap masing-masing variabel bebas, variabel terikat dan variabel pengganggu yang menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase setiap variabel.

2.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat yang menggunakan uji korelasi *rank spearman*, yaitu hipotesis nol (H_0). Jika $p\text{ value} < 0,05$ maka H_0 ditolak dan jika $p\text{ value} \geq 0,05$ maka H_0 diterima.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Analisis Univariat

3.1.1. Karakteristik Responden

Karakteristik responden meliputi usia, masa kerja, dan indeks masa tubuh (IMT) dari pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta adalah sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentase (%)	Mean	SD
Usia				
Dewasa Awal (26-35 tahun)	7	9,3		
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	22	29,3		
Lansia Awal (46-55 tahun)	35	46,7		
Lansia Akhir (56-65 tahun)	10	13,3	47,55	9,312
Manula (> 65 tahun)	1	1,3		
Total	75	100		
Indeks Masa Tubuh				
Kurus Berat (< 17,0)	2	2,7		
Kurus Ringan (17,0-18,5)	2	2,7		
Normal (>18,5-25,0)	24	32,0	25,6105	4,00645
Gemuk Ringan (> 25,0-27,0)	18	24,0		
Gemuk Berat (> 27,0)	29	38,7		
Total	75	100		
Masa Kerja				
Baru (≤ 5 tahun)	7	9,3	18,63	10,210
Lama (> 5 ta n)	68	90,7		
Total	75	100		

Jenis kelamin responden pada penelitian ini 100% berjenis kelamin perempuan. Distribusi pekerja kuli panggul perempuan Pasar Legi Kota Surakarta dewasa awal (9,3%), dewasa akhir (29,3%), lansia awal (46,7%), lansia akhir (13,3%) dan manula (1,3%). Usia adalah jumlah tahun yang dihitung sejak seseorang dilahirkan. Usia merupakan faktor yang dapat mempengaruhi kelelahan, usia yang meningkat akan mengalami proses degenerasi organ yang akan menyebabkan penurunan kemampuan organ tersebut (Grandjean, 2000). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Utami (2008), tidak ada hubungan antara umur dengan kelelahan kerja.

Masa kerja pekerja kuli panggul perempuan Pasar Legi Kota Surakarta baru (9,3%) dan lama (90,7%). Masa kerja merupakan waktu pekerja yang dihiung saat mulai bekerja hingga saat ini. Menurut Setyawati (2010), semakin lama masa kerja seseorang maka semakin tinggi tingkat kelelahannya, kelelahan tersebut terjadi akibat masa kerja yang lama dapat menimbulkan kejenuhan pada pekerja dalam melakukan pekerjaannya.

Indeks masa tubuh pekerja kuli panggul perempuan Pasar Legi Kota Surakarta kurus berat (2,7%), kurus ringan (2,7%), normal (32,0%), gemuk ringan (24,0%) dan gemuk berat (38,7%).

3.1.2. Beban Kerja

Berdasarkan hasil penelitian bahwa dari 75 responden sebanyak 5 (6,7%) mengalami beban kerja ringan, sebanyak 60 (80,0%) mengalami beban kerja sedang dan sebanyak 10 (13,3%) mengalami beban kerja berat.

Tabel 2. Beban Kerja

Beban Kerja	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Ringan	5	6,7
Sedang	60	80,0
Berat	10	13,3
Total	75	100

Menurut Meshkati dalam Tarwaka (2015), beban kerja merupakan suatu perbedaan antara dua komponen yaitu kapasitas pekerja dengan tuntutan pekerjaan yang harus dihadapi oleh setiap para pekerja. Nilai beban kerja responden diperoleh dari hasil pengukuran kebutuhan kalori berdasarkan aktivitas pekerja. Aktivitas pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta umumnya hanya mengangkut beban, naik dan turun tangga serta duduk istirahat. Untuk mengetahui kebutuhan kalori pekerja per jam harus melakukan pengukuran berat badan terlebih dahulu, kemudian data kebutuhan kalori berdasarkan aktivitas dan berat badan yang diperoleh dihitung dengan menggunakan rumus Badan Standar Nasional Kebutuhan Kalori untuk mengetahui kebutuhan kalori individu.

3.1.3. Kelelahan Kerja

Data kelelahan kerja diukur menggunakan kuesioner kelelahan subjektif sejumlah 30 pertanyaan. 10 pertanyaan pertama tentang pelemahan kegiatan, 10 pertanyaan kedua tentang pelemahan motivasi dan 10 pertanyaan terakhir tentang gambaran fisik. Data yang diperoleh adalah sebagai berikut :

Tabel 3. Kelelahan Kerja

Kelelahan Kerja	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Rendah	24	32,0
Sedang	44	58,7
Tinggi	7	9,3
Total	75	100

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa dari 75 responden sebanyak 24 (32,0%) mengalami kelelahan kerja rendah, sebanyak 44 (58,7%) mengalami kelelahan kerja sedang dan sebanyak 7 (9,3%) mengalami kelelahan kerja tinggi.

Kelelahan sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari. Kelelahan umumnya merupakan suatu kondisi melemahnya tenaga untuk melakukan aktivitas. Kelelahan pada individu berbeda-beda. Pengukuran kelelahan pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta dilakukan dengan menggunakan kuesioner kelelahan subjektif. Kuesioner kelelahan subjektif memiliki 30 butir pertanyaan. 10 butir pertanyaan pertama merupakan pelemahan fisik, 10 butir pertanyaan kedua merupakan pelemahan motivasi dan 10 butir pertanyaan terakhir merupakan gambaran fisik. Dari 75 pekerja kuli panggul perempuan yang menjadi responden, sebagian besar responden yaitu 44 orang (58,7%) mengalami kelelahan sedang. Hal ini diakibatkan responden sebelumnya telah melakukan pekerjaan selama 4-5 jam.

3.2 Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Hasil analisis bivariat dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. Hasil Analisis Bivariat Hubungan Antara
Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja

	<i>p – value</i>	Koefisien Korelasi
Beban Kerja	0,000	0,457
Kelelahan Kerja		

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh hasil uji statistik korelasi *Rank Spearman* dengan nilai *p-value* 0,000 dimana $p < 0,05$ dengan koefisien korelasi sebesar (r) 0,457, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta dengan kekuatan hubungan sedang, dimana nilai koefisien korelasi (r) berada di rentang 0,40-0,599 (sedang). Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Nurmiyanto (2008) yang menyatakan bahwa beban kerja tinggi yang tidak dapat dilaksanakan dalam kondisi aerobik akan berakibat pada meningkatnya kandungan asam laktat sedangkan asam laktat merupakan manifestasi dari terjadinya kelelahan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Wati (2011), bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja secara nyata dengan nilai *p-value* 0,000 < 0,05. Hal ini diakibatkan karena semakin besar tingkat beban kerja pada pekerja maka akan meningkatkan risiko kelelahan kerja.

Faktor-faktor lainnya yang dapat menimbulkan terjadinya kelelahan kerja pada responden yaitu lingkungan fisik tempat kerja yang kurang mendukung, lingkungan kerja dengan iklim yang panas, akibat aktivitas kerja fisik yang panjang dan tanggung jawab yang besar dalam pekerjaannya.

Selain melakukan pengukuran beban kerja dan kelelahan kerja, Indeks Masa Tubuh (IMT) pekerja kuli panggul perempuan juga diukur sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya kelelahan (Suma'mur, 2009). IMT dihitung dengan rumus berat badan dibagi tinggi badan dengan satuan kg/m^2 . Adapun hasil analisis bivariat antara IMT dengan kelelahan kerja pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta adalah sebagai berikut :

Tabel 5. Hasil Analisis Bivariat Variabel Pengganggu IMT dengan
Variabel Terikat Kelelahan Kerja

	<i>p – value</i>	Koefisien Korelasi
Indeks Masa Tubuh (IMT)	0,005	0,323
Kelelahan Kerja		

Berdasarkan tabel 5, hasil penelitian diperoleh hasil uji statistik korelasi *Rank Spearman* dengan nilai *p-value* 0,005 dimana $p < 0,05$ dengan koefisien korelasi sebesar (r) 0,323, hal ini menunjukkan bahwa IMT memiliki keterkaitan dengan kelelahan kerja pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta dengan kekuatan hubungan lemah, dimana nilai koefisien korelasi (r) berada di rentang 0,20-0,399 (lemah). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Pranoto (2014), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja dengan nilai signifikansi (*p-value*) sebesar $0,000 < 0,05$.

Salah satu penyebab terjadinya kelelahan kerja adalah status gizi. Kesehatan dan daya kerja erat kaitannya dengan tingkat gizi seseorang. Tubuh memerlukan zat-zat dari makanan untuk pemeliharaan tubuh, perbaikan kerusakan sel dan jaringan. Zat makanan tersebut diperlukan juga untuk bekerja dan meningkat sepadan dengan lebih beratnya pekerjaan (Suma'mur, 2009).

4 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan pada penelitian ini bahwa, ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja kuli panggul perempuan di Pasar Legi Kota Surakarta dengan nilai signifikan ($p\text{-value}$) = 0,000 < 0,05 dengan koefisien korelasi (r) 0,457.

REFERENSI

- Cahyani, DW. (2010). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Buruh Angkut di Pasar Johar Semarang. *Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi*. Vol. 19.
- Grandjean, E. (2000). *Fitting The Task To The Man : An Ergonomic Approach*. London : Tylor and Francis.
- Notoatmodjo, S. (2007). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Nurmianto, E. (2008). *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya : Prima Printing.
- Pranoto, AB. (2014). *Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Weaving di PT. Iskandar Indah Printing Textile Surakarta*. Naskah Publikasi. Surakarta : Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Peraturan Menteri Tenaga Kerja, Transmigrasi dan Koperasi Nomor 01 Tahun 1978 Tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja dalam Penebangan dan Pengangkutan Kayu. Jakarta.
- Septiana, WS. (2017). *Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Sampah di Kelurahan Sumber Kota Surakarta*. Skripsi. Surakarta : Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Setyawati, LKM. (2010). *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta : Amara Books.
- Uli, P.S., Asfinawati & Gatot. (2011). *Pekerja Sektor Informal : Berjuang Untuk Hidup*. Jakarta: Lembaga Bantuan Hukum Jakarta.
- Utami, NN. (2008). *Hubungan Antara Karakteristik Individu, Sikap Kerja dan Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat RS. X Gersik*. Skripsi. Semarang : Universitas Diponegoro.
- Wati, Murleni & Widodo. (2011). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Karyawan Laundry di Kelurahan Warungboto Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol. 5. No. 3.