

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA FISIK DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA INDUSTRI PENGOLAHAN IKAN ASIN DI UD. X

SHERLY MUZIKHA YAMAULA-25010116120072
2020-SKRIPSI

Kelelahan kerja merupakan suatu perasaan yang bersifat subjektif yang disertai penurunan efisiensi dan kebutuhan dalam bekerja, salah satu faktor yang mempengaruhi kelelahan adalah kapasitas kerja. Pekerja industri pengolahan ikan asin banyak menggunakan kekuatan fisik untuk bekerja, apabila beban kerja fisik yang diterima pekerja meningkat maka pekerja akan lebih cepat merasa kelelahan. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara karakteristik individu (usia, jenis kelamin, masa kerja, IMT, masalah kesehatan) dan beban kerja fisik dengan kelelahan kerja. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, yang bersifat analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Instrumen penelitian ini adalah menggunakan lembar data responden untuk mengetahui karakteristik individu, SNI 7269:2009 untuk mengukur beban kerja fisik berdasarkan kebutuhan kalori dan Kuesioner IFRC (*Industrial Fatigue Research Commite*) untuk mengukur kelelahan kerja secara subjektif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan populasi dan sampel dalam penelitian yaitu 30 pekerja. Berdasarkan uji statistik dengan *Fisher Exact* didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan usia ($p\text{-value} = 0,638$), jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,431$), masa kerja ($p\text{-value} = 1.000$), IMT ($p\text{-value} = 1.000$), masalah kesehatan ($p\text{-value} = 0,070$) dan terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan beban kerja fisik ($p\text{-value} = 0,010$). Saran bagi pemilik perusahaan agar dapat memperhatikan pekerja yang mengalami kelelahan untuk melakukan istirahat atau peregangan otot. Bagi pekerja sebaiknya melakukan peregangan secara berkala setiap 2 jam sekali.

Kata Kunci : Karakteristik individu, beban kerja fisik, kelelahan kerja