

Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan (Fatigue) Pada Pekerja Perusahaan Manufaktur di PT X Tahun 2024

Pasha, Achmad Abdillah

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=138001&lokasi=lokal>

Abstrak

<div style="text-align: justify;">Fatigue merupakan masalah multifaktor yang kerap dialami pekerja sektor manufaktur disebabkan oleh faktor terkait kerja dan faktor tidak terkait kerja sebagai variabel independen. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara faktor terkait kerja dan tidak terkait kerja dengan kelelahan atau fatigue pada perusahaan manufaktur di PT X Tahun 2024. Faktor terkait kerja yang diteliti meliputi beban kerja, shift kerja, jam kerja panjang, waktu istirahat, dan waktu perjalanan. Sementara itu faktor tidak terkait kerja yang diteliti meliputi usia, aktivitas fisik, penggunaan allohol, dan kualitas dan kuantitas tidur. Penelitian ini menggunakan dengan desain studi cross sectional menggunakan kuesioner yang mengadaptasi kuesioner OFER-15, kuesioner beban kerja, dan PSQI. 96 responden berpartisipasi dalam penelitian ini dengan distribusi pekerja lelah (kategori sedang tinggi-tinggi) sebesar 34,4%. Hasil uji statistik menggunakan chi square menunjukkan bahwa shift kerja, jam kerja panjang, waktu istirahat, waktu perjalanan, usia, aktivitas fisik, penggunaan alkohol dan kualitas dan kuantitas tidur tidak berhubungan signifikan dengan fatigue. Sementara itu, variabel beban kerja berhubungan signifikan dengan fatigue dengan p value = 0,010 ($p < 0,05$) dan OR = 3,500 (95% CI: 1,425 – 8,579) yang bermakna bahwa pekerja dengan beban kerja berat berisiko 3,5 kali lipat mengalami kelelahan kronis. Dapat disimpulkan bahwa hanya variabel beban kerja yang berhubungan signifikan dengan kelelahan kronis dan akut. Oleh karena itu, diperlukan tindak lanjut dari perusahaan berupa penegakkan fatigue risk management system (FRMS) dan pengintegrasian kebijakan terkait kerja, sementara itu saran untuk pekerja berupa pengaturan manajemen tidur, waktu istirahat, dan aktivitas fisik.</div><hr /><div style="text-align: justify;">Fatigue is a multifactor problem often experienced by manufacturing sector workers due to work-related and non-work-related factors as independent variables. This study aims to analyze the relationship between work-related and non-work-related factors and fatigue in manufacturing companies in PT X in 2024. The work-related factors studied include workload, work shifts, long hours, rest time, and travel time. Meanwhile, non-work-related factors studied include age, physical activity, alcohol use, and sleep quality and quantity. This study used a cross-sectional study design, using questionnaires that adapted the OFER-15 questionnaire, workload questionnaire, and PSQI. 96 respondents participated in this study, with a distribution of fatigued workers (medium-high category) of 34.4%. Statistical test results using chi-square showed that work shifts, long working hours, rest time, travel time, age, physical activity, alcohol use, and sleep quality and quantity were not significantly associated with fatigue. Meanwhile, the workload variable was significantly associated with fatigue with a p-value = 0.010 ($p < 0.05$) and OR = 3.500 (95% CI: 1.425 - 8.579), which means that workers with heavy workloads have a 3.5-fold risk of experiencing chronic fatigue. It can be concluded that only the workload variable is significantly associated with chronic fatigue, either acute or chronic. Therefore, follow-up is needed from the company by enforcing the fatigue risk management system (FRMS) and integrating work-related policies, while advice for workers is in the form of sleep management, rest time, and physical activity.</div>