

CEK TURNITI SIDANG

by Widya Sabilla

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

Submission date: 06-Aug-2024 01:58PM (UTC+0700)

Submission ID: 2428058337

File name: cek_turnitin_sidang_wid_baru.docx (287.07K)

Word count: 4570

Character count: 30161

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kelelahan adalah sensasi subjektif yang terkait dengan berkurangnya efisiensi internal dan berfungsi sebagai mekanisme pertahanan untuk mencegah kerusakan lebih lanjut, sehingga memungkinkan pemulihan. Kelelahan yang berhubungan dengan pekerjaan pada pekerja konstruksi dapat berasal dari faktor individu dan lingkungan, termasuk aspek fisik seperti kebisingan dan kondisi pencahayaan. (Eka et al., 2019). Kelelahan kerja dapat menurunkan kapasitas kerja dan daya tahan karyawan, yang menyebabkan penurunan kinerja dan meningkatnya insiden kesalahan. Jenis kelelahan ini dapat dikategorikan menjadi kelelahan kerja otot dan kelelahan kerja umum. Kelelahan otot sering kali bermanifestasi sebagai tremor atau kelemahan otot, sedangkan kelelahan umum biasanya ditandai dengan kurangnya motivasi untuk bekerja, yang sering kali didorong oleh faktor psikologis. Meningkatnya kesalahan kerja secara signifikan meningkatkan risiko kecelakaan kerja, terutama pada industri yang melibatkan beban otot statis. Beban otot statis yang berkepanjangan dapat menyebabkan Repetition Strain Injuries (RSI), yang ditandai dengan nyeri otot pada tulang dan tendon akibat tugas yang berulang. Menurut Tenggor dkk. (2019), cedera ini merupakan dampak umum dari berbagai jenis pekerjaan yang berulang.

Pada tahun 2018, data BPJS Ketenagakerjaan mencatat 147.000 kasus kecelakaan kerja, meningkat signifikan dari 80.392 kasus pada tahun 2017. Menurut Organisasi Perburuhan Internasional (ILO, 2013), sekitar 2 juta pekerja mengalami kecelakaan kerja setiap tahun akibat kelelahan. Kelelahan kerja menurunkan kapasitas kerja, sehingga meningkatkan risiko kegagalan kerja. Meireza (2019) menganalisis dampak shift kerja terhadap kelelahan kerja dan menemukan bahwa tingkat kelelahan jauh lebih tinggi, mencapai 39,4%. Penelitian Syahwal (2022) mendukung hal ini, dengan nilai p sebesar 0,032 yang menunjukkan korelasi

signifikan antara shift kerja dan kelelahan kerja.

Menurut data dari Organisasi Perburuhan Internasional (ILO), pada tahun 2019, 32% pekerja di seluruh dunia melaporkan mengalami kelelahan di tempat kerja. Angka ini meningkat signifikan dari tahun 2016, di mana antara 18,3% hingga 27% pekerja melaporkan kelelahan berat, dengan 5% mengalami kelelahan ekstrem. Selain itu, kecelakaan kerja sering dikaitkan dengan masalah kesehatan mental di kalangan pekerja. Undang-undang ketenagakerjaan bertujuan untuk melindungi hak-hak dasar pekerja dan melarang diskriminasi berdasarkan gender. ¹⁰ Konvensi tentang Penghapusan Segala Bentuk Diskriminasi terhadap Perempuan (CEDAW), sebagaimana ditafsirkan oleh Undang-Undang Nomor 7 Tahun 1984, mengamanatkan bahwa tidak boleh ada diskriminasi terhadap perempuan di tempat kerja. Di kawasan industri, yang banyak membutuhkan tenaga kerja, perempuan sering kali dipekerjakan, terkadang hingga larut malam. Untuk memastikan hak-hak mereka terlindungi Undang-Undang Nomor 13, Pasal 76, mengamanatkan agar pekerja malam perempuan mendapatkan jaminan perlindungan. Termasuk mewajibkan perusahaan menyediakan layanan transportasi umum di malam hari untuk menjamin keselamatan dan kenyamanan pekerja. Selain itu, undang-undang melarang pekerja hamil bekerja pada shift malam. Meskipun perempuan pada umumnya diizinkan untuk melakukan semua jenis pekerjaan, ada batasan khusus, seperti menghindari mengangkat beban berat dan membatasi pekerjaan bagi mereka yang sedang hamil. Sebaliknya, laki-laki biasanya memiliki kekuatan fisik yang lebih besar, yang dapat memengaruhi kinerja dan tanggung jawab pekerjaan (Muslim, 2020). Kelelahan merupakan masalah umum di antara karyawan yang tidak dapat diabaikan. Penelitian tentang perlindungan kesehatan pekerja menunjukkan bahwa 80% kesalahan manusia dan 50% dari kesalahan ini disebabkan oleh kelelahan kerja. Oleh karena itu, pengaturan shift kerja dirancang untuk mengurangi risiko kecelakaan terkait pekerjaan dan meningkatkan keselamatan pekerja (Pompa et al., 2022). Salah satu konsekuensi signifikan dari kelelahan kerja adalah berkurangnya kapasitas kerja, yang dapat menyebabkan peningkatan kesalahan, kecelakaan kerja, dan hilangnya

Energi secara keseluruhan. Kelelahan kerja ditandai dengan berkurangnya energi dan stamina, yang sering kali diakibatkan oleh kelelahan, stres, atau perasaan kewalahan di tempat kerja. Gejala seperti kesulitan tidur dan kelelahan terus-menerus merupakan gejala umum. Paparan stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan kelelahan fisik, mental, dan emosional, yang selanjutnya memperburuk kelelahan. Dampak pada kinerja ini sering kali mengakibatkan gangguan pada pekerjaan dan produktivitas yang minimal (Aprilia & Novitasari, 2021). Kelelahan dapat menimbulkan beberapa dampak buruk bagi tenaga kerja, termasuk berkurangnya kualitas kerja, meningkatnya kesalahan, menurunnya motivasi, serta meningkatnya insiden kecelakaan dan stres terkait pekerjaan. Namun, dampak negatif ini dapat dikurangi melalui strategi efektif yang ditujukan untuk mencegah dan mengelola kelelahan. Memastikan pemulihan yang tepat dari kelelahan kerja sangat penting, dan pekerja harus memanfaatkan waktu libur yang disediakan oleh perusahaan untuk beristirahat dan memulihkan diri.

Pemanfaatan waktu istirahat ini secara optimal dapat membantu mengurangi kelelahan dan meningkatkan kesejahteraan serta produktivitas secara keseluruhan. Karyawan dapat memperoleh manfaat dari memasukkan peregangan otot dan latihan seluruh tubuh secara teratur ke dalam rutinitas mereka. Peregangan yang konsisten meningkatkan sirkulasi darah dan membantu mencegah postur statis yang berkepanjangan, yang dapat menyebabkan kelemahan dan kelelahan di tempat kerja. Dengan melakukan latihan peregangan secara teratur, pekerja dapat mempertahankan tingkat energi yang lebih tinggi dan menurunkan risiko mengalami kelesuan selama bertugas (Eka et al., 2019).

Aseer (2016) menemukan bahwa teknik kompresi iskemik, yang dipelajari dengan 30 peserta, efektif untuk mengurangi rasa sakit. Menerapkan kompresi maksimum selama 30 detik, dalam durasi 5-10 menit, membantu memulihkan perfusi jaringan dan meredakan rasa sakit. Teknik ini bekerja dengan cara menghalangi aliran darah dan menargetkan titik pemicu untuk mengurangi rasa sakit secara signifikan. Selain itu, teknik peregangan otot juga terbukti membantu mengurangi rasa sakit

(Khadijah et al., 2018). Pendekatan alternatif adalah dengan memastikan istirahat yang cukup dan melakukan peregangan otot, seperti duduk secara berkala dan menggerakkan tubuh, untuk mencegah kekakuan dan mengurangi kelelahan. Istirahat yang cukup dan nyaman dapat membantu pekerja meminimalkan kelelahan yang terkait dengan lingkungan kerja mereka. Istirahat yang berkualitas tinggi memungkinkan pekerja untuk pulih lebih cepat dan efektif dari kelelahan, memastikan mereka tetap efisien dan suportif meskipun beban kerja yang berat.

Istirahat yang cukup sangat penting untuk menjaga produktivitas dan mengurangi dampak negatif kelelahan akibat pekerjaan. Istirahat yang berkualitas sangat penting untuk mencegah risiko, penyakit, dan kecelakaan akibat pekerjaan. Area istirahat yang dirancang dengan baik dapat meningkatkan pemulihan stamina fisik, sehingga pekerja dapat menghadapi tantangan di masa mendatang dengan lebih efektif. Oleh karena itu, penting untuk memberikan edukasi yang menyeluruh dan berkelanjutan kepada pekerja tentang manfaat dan penggunaan area istirahat yang nyaman dengan tepat untuk memastikan pemulihan yang sebaik mungkin (Suyami et al., 2019).

Menurut penelitian awal di Pabrik PC.GKBI yang mempekerjakan 520 orang, terdapat tiga shift kerja, yaitu shift pagi dari pukul 06.00 hingga 14.00, shift sore dari pukul 14.00 hingga 22.00, dan shift malam dari pukul 22.00 hingga 06.00. Penelitian sebelumnya yang dilakukan berdasarkan wawancara dengan pekerja shift pagi mengungkapkan bahwa karyawan sering mengalami kelelahan pada ibu jari. Hal ini disebabkan karena kain yang diproses pada shift pagi lebih tebal daripada kain yang diproses pada shift sore dan malam, sehingga tangan lebih cepat lelah. Sebaliknya, karyawan pada shift siang melaporkan merasa lelah karena volume produksi yang tinggi dan kain yang digunakan agak tebal. Pada shift malam, pekerja sering mengalami pusing, ketegangan otot, dan tekanan untuk memenuhi target produksi. Selain itu, pada malam hari, karyawan terpapar angin dingin di pabrik, yang menyebabkan nyeri tulang dan kesulitan tidur. Kondisi yang keras ini dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang cukup besar dan mengganggu istirahat, yang

berdampak negatif pada kesejahteraan dan produktivitas secara keseluruhan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan diatas, pertanyaan penelitian untuk studi ini adalah bagaimana gambaran tingkat kelelahan di antara karyawan yang bekerja pada shift pagi, sore, dan malam di Pabrik PC.GKBI?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk meneliti dan mendeskripsikan tingkat kelelahan yang dialami oleh karyawan yang bekerja pada shift pagi, siang, dan malam di PC.GKBI.

2. Tujuan Khusus

Terdapat beberapa tujuan khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Guna menilai tingkat kelelahan karyawan pada shift pagi di PC.GKBI.
- b. Guna menilai tingkat kelelahan karyawan pada shift sore di PC.GKBI.
- c. Guna menilai tingkat kelelahan karyawan pada shift malam di PC.GKBI.

D. Manfaat Penelitian

Terdapat beberapa manfaat yang diharapkan dapat dipetik dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian yang sudah didapatkan semoga mampu menjadi sumber acuan dalam peningkatan ilmu keperawatan untuk permasalahan kesehatan karyawan pabrik PC.GKBI tentang kelelahan kerja.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Karyawan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran tentang kelelahan akibat pekerjaan dan dampaknya, membantu karyawan menghindari kecelakaan yang disebabkan oleh kelelahan.

14

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan panduan yang berharga untuk penelitian di masa mendatang di bidang ini.

c. Bagi K3 Kesehatan

Diharapkan dapat memberikan panduan dan wawasan tambahan untuk menerapkan praktik kesehatan dan keselamatan yang efektif.

d. Bagi Perusahaan Pabrik

Diharapkan dapat membantu perusahaan manufaktur meningkatkan praktik manajemen shift untuk mengurangi dan mengelola kelelahan akibat pekerjaan secara lebih efektif di pabrik PC.GKBI

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian yang di terapkan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional* yang melibatkan pengumpulan data secara simultan untuk mengevaluasi karakteristik, variabel, atau kondisi subjek pada satu titik waktu. Tujuannya adalah untuk memberikan gambaran umum kelelahan kerja pada karyawan pabrik pada shift pagi, siang, dan malam (Notoatmodjo, 2018). Menurut Prof. Dr. Sugiyono, penelitian kuantitatif bertujuan untuk mendeskripsikan fenomena dengan cara meneliti populasi atau sampel tertentu, memanfaatkan alat penelitian untuk pengumpulan data, dan menganalisis data secara statistik (Prof. Dr. Sugiyono, 2020).

B. Lokasi dan Waktu Kegiatan

1. Lokasi Penelitian

Lokasi pengambilan data dalam penelitian ini akan dilaksanakan di Pabrik Cambic GKBI Sleman.

2. Waktu Kegiatan

Waktu peneliti dalam mengambil data penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2023.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Istilah populasi mengacu pada kelompok yang lebih luas yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki ciri kualitatif dan karakteristik tertentu. Kelompok ini dipilih untuk tujuan penelitian, yang memungkinkan dilakukannya studi terperinci dan perumusan

kesimpulan (Prof. Dr. Sugiyono, 2020). Khusus dalam penelitian ini, populasi yang diteliti terdiri dari 520 karyawan yang bekerja di pabrik PC GKBI.

2. Sampling

11

Sampel mengacu pada bagian dari populasi yang dipilih untuk mewakili seluruh kelompok. Mempelajari seluruh populasi mungkin tidak praktis karena keterbatasan seperti kendala keuangan, tenaga kerja yang tidak mencukupi, atau keterbatasan waktu. Dengan demikian, sampel menyediakan cara yang mudah dikelola untuk mengumpulkan wawasan dan menarik kesimpulan tentang populasi yang lebih luas. Dengan memeriksa sampel, peneliti dapat membuat kesimpulan dan menarik kesimpulan tentang keseluruhan populasi (Prof. Dr. Sugiyono, 2020). Dalam penelitian ini, sampel yang terdiri dari 93 responden digunakan untuk analisis.

1

3. Perhitungan Sampel

Perhitungan besar sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N (d)^2}$$

$$n = \frac{520}{1 + 520 (0.1)^2}$$

$$n = \frac{520}{1 + 520 (0.01)}$$

$$n = \frac{520}{1 + 5.2}$$

$$n = \frac{520}{6.2}$$

$$n = 84 + 9$$

$$n = 93$$

Keterangan :
n : Jumlah sampel
N : Jumlah populasi
d : Tingkat kesalahan (umumnya digunakan 1% atau 0.01, 5% atau 0.05 dan 10% atau 0.1).

Berdasarkan perhitungan yang dilakukan menggunakan rumus Slovin, ukuran sampel untuk penelitian ini terdiri dari 93 karyawan produksi pabrik. Ke-93 responden ini tersebar dalam tiga shift, dengan masing-masing shift terdiri dari 31 orang.

12 4. Teknik pengambilan sampel

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan sampel pada penelitian ini adalah *accidental sampling*. Metode ini melibatkan pemilihan partisipan berdasarkan pertemuan kebetulan, artinya siapa pun responden yang kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dimasukkan ke dalam sampel (Prof. Dr. Sugiyono, 2020).

D. Variabel

Variabel merupakan unsur, baik manusia maupun bukan manusia, yang menentukan ruang lingkup penelitian dan memberikan informasi yang diperlukan untuk menarik kesimpulan. Variabel dapat dikategorikan menjadi dua jenis: variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang berpotensi memengaruhi atau menyebabkan perubahan pada variabel lain. Di sisi lain, variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh atau merespons perubahan pada variabel bebas. Intinya, variabel bebas mendorong perubahan, sedangkan variabel terikat adalah hasil dari perubahan tersebut. (Prof. Dr. Sugiyono, 2020). Dalam penelitian ini, fokus penelitian adalah pada satu variabel, yaitu variabel bebas, yaitu kelelahan kerja pada karyawan pabrik.

E. Definisi Operasional

Definisi operasional menguraikan bagaimana variabel akan diukur dalam sebuah penelitian (Prof. Dr. Sugiyono, 2020). Definisi ini menetapkan prosedur pengukuran setiap variabel dan biasanya disajikan dalam format matriks. Matriks tersebut mencakup beberapa komponen utama: nama variabel, deskripsi variabel, instrumen pengukuran yang digunakan, hasil pengukuran, dan skala pengukuran yang diterapkan, yang dapat mencakup skala ordinal, nominal, rasio, dan interval.

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Skala	Alat Ukur	Hasil Ukur
Kelelahan kerja	Rasa lelah dan tidak seimbang sering kali dimulai dengan rasa lelah dan dapat meningkat menjadi kelelahan mental dan fisik. Tingkat kelelahan ini dapat menghambat kemampuan seseorang untuk melakukan tugas-tugas produktif secara efektif dan dapat mengakibatkan penurunan kinerja secara keseluruhan.	Ordinal	Alat ukur penelitian ini menggunakan kuesioner perasaan kelelahan kerja	<ul style="list-style-type: none">• <23: kurang lelah• 23-31: lelah• >31: sangat lelah (Lientje Setyawati 2015)

F. Alat dan Metode Pengumpulan Data

1. Alat pengumpulan data

Dalam penelitian ini, kuesioner digunakan sebagai alat pengumpulan data primer. Peneliti mengumpulkan informasi dari partisipan dengan meminta mereka menjawab pertanyaan tertulis. Penelitian ini mengandalkan data primer yang diperoleh secara langsung melalui survei menggunakan kuesioner dan

wawancara. Pengumpulan data hanya dilakukan satu kali untuk mengevaluasi dampak kelelahan kerja pada shift pagi, siang, dan malam. Kuesioner terdiri dari tiga puluh pertanyaan terkait kelelahan kerja yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Halizah Cindi Arnani (2019)..

2. Pengumpulan data

Pengumpulan data dalam penelitian ini didapatkan dari data primer yang didapatkan dari karyawan pabrik PC.GKBI. Peneliti pertama-tama meminta izin dari kantor pabrik PC.GKBI. Setelah menerima otorisasi yang diperlukan, peneliti kemudian memperoleh persetujuan dari orang yang bertanggung jawab untuk mengawasi material pabrik. Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penelitian, dan menjadwalkan pertemuan. Setelah pertemuan diatur, peneliti memberikan kuesioner kepada pengawas pabrik, yang membagikannya kepada karyawan untuk mengumpulkan informasi tentang tingkat kelelahan terkait pekerjaan mereka. Selanjutnya, karyawan melengkapi kuesioner, yang diberi waktu sekitar 30 menit untuk diisi. Setelah karyawan selesai mengisinya, pengawas pabrik menyerahkan kuesioner yang telah diisi kepada peneliti. Setelah mengumpulkan data, peneliti memeriksa untuk memastikan bahwa setiap kuesioner telah diisi lengkap. Jika ada kuesioner yang tidak lengkap, responden diminta untuk melengkapinya.

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji validitas

Validitas mengacu pada sejauh mana instrumen pengukuran secara akurat menilai apa yang ingin diukur. Dalam penelitian ini, uji validitas tidak dilakukan karena kuesioner telah divalidasi oleh Halizah (2019). Validasi sebelumnya ini melibatkan korelasi skor setiap variabel dengan skor total. Suatu pertanyaan dianggap valid jika skornya menunjukkan korelasi yang signifikan dengan skor keseluruhan. Menurut hasil uji validitas, ketiga puluh pertanyaan yang terkait

dengan kelelahan kerja dianggap valid, karena nilai korelasi yang dihitung melebihi ambang batas 0,333.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas mengukur konsistensi instrumen pengukuran, yang menunjukkan seberapa baik instrumen tersebut dapat dipercaya untuk menghasilkan hasil yang stabil di berbagai pengukuran subjek yang sama (Notoatmodjo, 2018). Untuk memastikan reliabilitas, validitas instrumen terlebih dahulu diuji. Reliabilitas kemudian dinilai menggunakan metode statistik, seperti rumus korelasi Pearson. Dalam penelitian ini, reliabilitas variabel kelelahan kerja di uji menggunakan *alpha Cronbach*, yang menghasilkan nilai 0,920. Karena nilai ini melebihi ambang batas r-tabel sebesar 0,333, kuesioner penelitian dianggap reliabel (Halizah, 2019).

H. Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Metode pengolahan data

Setelah pengumpulan data selesai, data yang terkumpul diproses dan dianalisis untuk memberikan wawasan yang menjawab tujuan penelitian. Menurut Musni dan St. Malka (2020), prosedur pemrosesan dan analisis data mencakup beberapa langkah penting untuk memastikan bahwa hasilnya akurat dan relevan dengan pertanyaan penelitian.

a. *Editing*

Editing merupakan langkah krusial dalam proses penelitian yang melibatkan evaluasi validitas data yang dikumpulkan. Proses ini meliputi peninjauan konsistensi internal data, pengecekan relevansi respons, dan memastikan kesesuaian pengukuran. Melalui editing, peneliti dapat memverifikasi bahwa data memenuhi standar yang dibutuhkan dan cocok untuk analisis lebih

lanjut.

b. *Coding*

Pengodean adalah proses di mana data dan respons dikategorikan secara sistematis ke dalam kelompok yang telah ditentukan sebelumnya. Langkah ini menyederhanakan pengorganisasian data, sehingga memudahkan pengelompokan dan analisis informasi menurut kategori yang relevan. Dengan menetapkan kode untuk respons yang berbeda, peneliti dapat mengelola dan menginterpretasikan kumpulan data yang besar secara efisien.

1

1) Jenis Kelamin:

- a) Laki-laki : 1
- b) Perempuan : 2

2) Usia

- a) > 20 tahun : 1
- b) 20-30 tahun : 2
- c) 32-40 tahun : 3

3) Shift Kerja

- a) Shift Pagi : 1
- b) Shift Siang : 2
- c) Shift Malam : 3

4) Kelelahan kerja shift pagi dan shift malam

- a) Tidak Pernah : 0
- b) Kurang lelah : 1
- c) Lelah : 2
- d) Sangat lelah : 3

c. *Processing*

Pemrosesan²¹ melibatkan persiapan data untuk analisis. Langkah ini biasanya mencakup memasukkan data yang dikumpulkan dari kuesioner ke dalam format terstruktur, seperti tabel. Dengan mengatur data dengan cara ini, peneliti dapat memfasilitasi analisis selanjutnya dan memastikan bahwa informasi tersebut disusun secara sistematis untuk evaluasi yang akurat.

b. *Cleaning*

Pembersihan adalah tahap saat data ditinjau dan diverifikasi untuk mengidentifikasi dan mengoreksi kesalahan atau ketidakkonsistenan. Proses ini memastikan bahwa kumpulan data akurat dan andal dengan mengatasi kesalahan atau ketidaksesuaian sebelum melanjutkan analisis lebih lanjut.

³
2. **Metode analisis data**

a. Analisis univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan variabel penelitian dan memberikan gambaran umum tentang karakteristiknya sebelum melakukan analisis bivariat yang lebih kompleks. Analisis ini membantu dalam memahami ciri demografi seperti jenis kelamin, usia, dan tingkat pendidikan (Notoatmodjo, 2018). Dalam penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk menghitung persentase tingkat kelelahan kerja di antara karyawan pabrik. Hal ini dicapai melalui teknik distribusi frekuensi, dengan menggunakan rumus khusus untuk menentukan proporsi tingkat kelelahan yang berbeda dalam angkatan kerja:

$$P = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

P : Presentasi

f : Frekuensi

n : Jumlah seluruh observasi

I. Etika Penelitian

Dalam melakukan penelitian, penting untuk mematuhi standar etika yang ditetapkan. Secara umum, etika penelitian kesehatan mencakup prinsip-prinsip yang memandu pelaksanaan penelitian untuk memastikan penelitian dilakukan secara bertanggung jawab dan penuh rasa hormat (Kunci, 2018).

1. *Respect*

Dalam penelitian ini, sangat penting untuk menjunjung tinggi hak dan martabat responden, memastikan mereka memiliki kebebasan untuk berpartisipasi secara sukarela. Peneliti diharuskan untuk menjelaskan dengan jelas tujuan dan sasaran penelitian, menguraikan durasi penelitian yang diharapkan, dan memberi tahu responden tentang hak mereka untuk menarik diri kapan saja. Selain itu, peneliti harus menjamin kerahasiaan identitas responden. Untuk memformalkan partisipasi mereka, responden diminta untuk menandatangani formulir persetujuan yang diinformasikan, yang berfungsi sebagai bukti bahwa keterlibatan mereka bersifat sukarela dan bahwa mereka sepenuhnya menyadari ketentuan penelitian.

2. *Beneficiary*

Peneliti harus mengomunikasikan manfaat penelitian kepada responden, dengan menekankan bagaimana penelitian dapat membantu mereka menilai situasi mereka sendiri. Sebelum memulai penelitian, penting untuk menganalisis dampak potensial atau konsekuensi yang tidak diinginkan.

3. *Justice*

Dalam penelitian ini, penting untuk memastikan keadilan dan menghindari diskriminasi di antara responden. Peneliti harus memperlakukan semua partisipan secara adil, dengan mempertimbangkan keseimbangan perlakuan terkait tujuan penelitian. Pendekatan ini memastikan bahwa desain dan pelaksanaan studi tidak memihak dan bahwa semua responden diberi pertimbangan dan rasa hormat yang sama.

J. Rencana Pelaksanaan Penelitian

Rencana pelaksanaan penelitian yang akan dilakukan dibagi menjadi beberapa tahap antara lain:

1) Tahapan awal

Tahap awal dari proses penelitian meliputi persiapan, di mana semua mekanisme yang diperlukan untuk melakukan penelitian ditetapkan. Ini termasuk menyusun proposal penelitian dan mendapatkan izin penelitian yang diperlukan. Persiapan yang tepat pada tahap ini memastikan bahwa penelitian disiapkan secara efektif dan sesuai dengan peraturan dan pedoman yang relevan.

- a. Merumuskan masalah penelitian dan menetapkan judul penelitian, serta menentukan pembimbing.
- b. Membahas judul penelitian yang diusulkan dengan pembimbing dan menguraikan langkah-langkah yang diperlukan untuk menyiapkan proposal penelitian.
- c. Memulai penelitian hanya setelah mendapat persetujuan dari Fakultas.
- d. Memperoleh izin dari kepala departemen PC.GKBI untuk melanjutkan penelitian..
- e. Penelitian melakukan studi pendahuluan terlebih dahulu.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

2) Tahap pelaksanaan penelitian

- a. Peneliti meminta izin kepada manajer pabrik untuk melakukan pengumpulan data dengan responden..
- b. Setelah izin diberikan, peneliti melanjutkan pertemuan dengan responden.
- c. Peneliti menguraikan manfaat dan tujuan penelitian, menetapkan jadwal dengan responden, dan meyakinkan mereka bahwa identitas mereka akan dirahasiakan.
- d. Setelah menyetujui jadwal, peneliti membagikan formulir persetujuan kepada responden dan meminta mereka untuk mengisinya.
- e. Peneliti harus menemui responden untuk memperoleh tanda tangan mereka pada formulir persetujuan yang telah diisi, yang mengonfirmasi kesediaan mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian.
- f. Responden harus diberi kesempatan untuk mengajukan pertanyaan apa pun yang mungkin mereka miliki tentang pengisian kuesioner untuk memastikan mereka memahami sepenuhnya prosesnya.
- g. Kuesioner dibagikan kepada responden, yang kemudian diberi waktu tiga puluh menit untuk mengisinya.
- h. Setelah tiga puluh menit, peneliti harus meninjau kuesioner yang telah diisi untuk memastikan kuesioner diisi dengan benar dan menyeluruh.
- i. Setelah menyelesaikan kegiatan penelitian, peneliti dapat memberikan cinderamata kepada responden sebagai tanda terima kasih dan kenang-kenangan atas partisipasi mereka..

3) Penyusunan Laporan

- a. Setelah semua data terkumpul, data tersebut akan disunting, dikode, ditabulasi, dan dimasukkan. Selanjutnya, akan dilakukan uji statistik menggunakan perangkat lunak komputer untuk menganalisis data.
- b. Setelah selesai mengumpulkan dan mengolah data, peneliti dapat melanjutkan dengan menyusun BAB IV dan BAB V yang berisi

pemaparan hasil penelitian dan pembahasannya. Setelah itu, peneliti akan menulis simpulan dan rekomendasi, menyusun daftar pustaka, dan menyiapkan lampiran yang diperlukan.

- c. Setelah semua bab selesai, peneliti harus berkonsultasi dengan pembimbing untuk mendapatkan umpan balik dan melakukan revisi yang diperlukan. Setelah memasukkan perubahan tersebut, peneliti dapat melakukan tinjauan akhir terhadap hasil, menyelesaikan revisi tambahan jika diperlukan, dan menyerahkan tesis..

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

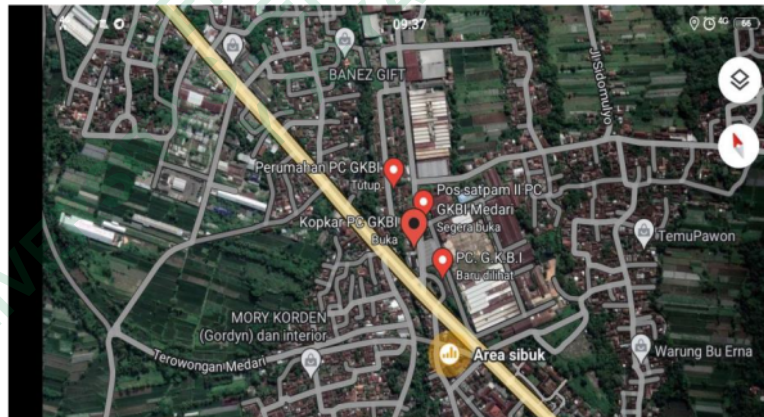
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di PC.GKBI Yogyakarta yang beralamat di Jl. Magelang No.KM, RW.5, Sebayu, Medari, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55242. PC.GKBI adalah salah satu tempat produksi batik terkemuka di Yogyakarta yang secara resmi dikenal dengan nama PABRIK KAMBRIK KOPERASI BATIK INDONESIA, atau disingkat PC. GKBI.

Perusahaan yang berdiri pada tanggal 17 Juli 1962 ini bergerak di bidang industri tekstil. Pabrik PC.GKBI memiliki beberapa divisi produksi dan mempekerjakan sekitar 520 orang pekerja produksi yang terbagi dalam tiga shift: pagi, siang, dan malam.

2. Denah Lokasi Penelitian

<https://maps.app.goo.gl/P1Ggxn241N34eCfa6>



Gambar 4 1 Denah Lokasi Penelitian

3. Analisis Hasil

a. Karakteristik Responden

Tabel di bawah ini menampilkan karakteristik responden yang dikategorikan berdasarkan jenis kelamin, usia, dan giliran kerja

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Kategori		Frekuensi	Prosentase %
Jenis Kelamin	Laki-Laki	73	78.5
	Perempuan	20	21.5
	Total	93	100.0
Usia	20-30 Tahun	47	50.5
	>30 Tahun	46	49.5
	Total	93	100.0
Shift	Pagi	30	32.3
	Siang	30	32.3
	Malam	33	35.5
	Total	93	100.0

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan Tabel 4.1, terdapat perbedaan yang mencolok dalam distribusi gender responden. Laki-laki merupakan 78,5% responden, sedangkan perempuan sebesar 21,5%. Sebaliknya, kategori usia dan shift menunjukkan variasi yang minimal: 32,3% responden berusia 20-30 tahun, dan 49,5% berusia di atas 30 tahun. Shift pagi dan sore masing-masing mewakili 32,2% responden, sedangkan shift malam mencakup 35,5%.

b. Analisis Univariat

Analisis Univariat pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kelelahan kerja. Hasilnya sebagai berikut :

Tabel 4.2 Kelelahan Kerja

Kategori	Frekuensi	Prosentase %
Kurang Lelah	9	9.7
Lelah	47	50.5
Sangat Lelah	37	39.8
Total	93	100.0

Sumber : data primer 2023

Berdasarkan Tabel 4.2, distribusi responden berdasarkan kelelahan kerja menunjukkan bahwa sebagian besar responden masuk dalam kategori lelah, yakni sebanyak 47 responden (50,5%). Responden paling sedikit berada pada kategori kurang lelah, yakni sebanyak 9,7%, sedangkan responden yang masuk dalam kategori sangat lelah sebanyak 39,8%.

Tabel 4.3 Kelelahan Kerja Berdasarkan Shift

Kelelahan Kerja		Kurang lelah	Lelah	Sangat lelah	Total
Shift Pagi	Frekuensi	4	19	7	30
	Presentase%	4.3%	20.4%	7.5%	32.3%
Shift Siang	Frekuensi	5	15	10	30
	Presentase%	5.4%	16.1%	10.8%	32.3%
Shift Malam	Frekuensi	0	13	20	33
	Presentase%	0.0%	14.0%	21.5%	35%
Total	Frekuensi	9	47	27	93
	Presentase%	9.7%	50.47%	39.8%	100%

Sumber : Data primer 2023

Berdasarkan Tabel 4.3, distribusi kelelahan kerja berdasarkan shift kerja menunjukkan bahwa tingkat kelelahan tertinggi, yang dikategorikan sangat lelah, dialami oleh 20 responden (21,5%) pada shift malam. Sebaliknya, tingkat kelelahan terendah, yang dikategorikan kurang lelah, dilaporkan oleh 5 responden (5,4%) pada shift siang.

B. Pembahasan

1. Shift Kerja

Tingkat kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja shift pagi dapat dipengaruhi oleh peregangan otot yang tidak memadai. Sangat penting untuk melakukan latihan peregangan selama istirahat atau di sela-sela tugas, karena hal ini membantu menjaga kelenturan otot dan meredakan ketegangan (Kementerian Kesehatan, 2018). Pekerja shift pagi biasanya menggunakan waktu istirahat satu jam mereka untuk mencari makan dan bersantai, yang mungkin menyisakan sedikit waktu untuk melakukan aktivitas peregangan yang penting. Banyak pekerja shift pagi juga menggunakan waktu istirahat mereka untuk menyelesaikan tugas. Sering kali, para pekerja ini menghadapi beban kerja yang berlebihan karena, setelah beberapa karyawan menyelesaikan tugas mereka, atasan menugaskan mereka tanggung jawab tambahan. Akibatnya, pekerja shift pagi biasanya bekerja lembur atau bahkan pindah ke shift sore untuk menangani tugas baru yang diberikan kepada mereka.

Pencahayaan, sebagai faktor fisik di tempat kerja, memiliki dampak yang signifikan terhadap kelelahan pekerja (Suma'mur, 2019). Pekerjaan yang membutuhkan ketelitian dan perhatian membutuhkan pencahayaan yang memadai untuk mendukung pekerjaan yang lebih efektif dan nyaman. Pencahayaan yang tepat membantu mengurangi ketegangan dan kelelahan, sehingga pekerja dapat menjalankan tanggung jawabnya dengan lebih efisien. Kelelahan mata yang terjadi saat bekerja dapat menyebabkan beberapa konsekuensi negatif. Di antaranya adalah beban kerja yang meningkat, rasa lelah yang meningkat, dan kebutuhan akan waktu istirahat yang lebih lama. Kelelahan mata juga dapat mengakibatkan hilangnya jam kerja, menurunnya kualitas kerja, dan meningkatnya frekuensi kesalahan. Selain itu, kelelahan mata dapat mengganggu konsentrasi pekerja dan mengurangi produktivitas

kerja secara keseluruhan (Ni Made, 2022).

Menurut penelitian Hastuti (2015), lamanya waktu kerja berpengaruh signifikan terhadap tingkat kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja konstruksi. Penelitian ini menemukan bahwa sifat pekerjaan yang repetitif yang dilakukan oleh pekerja turut menyebabkan kelelahan yang dialami oleh pekerja, sebagaimana yang diamati selama penelitian di lapangan oleh peneliti.

2. Kelelahan kerja

Berdasarkan karakteristik responden terkait kelelahan kerja, mayoritas responden masuk dalam kategori "lelah", dengan 47 responden mewakili 50,5% dari total responden. Tingkat kelelahan kerja yang dialami responden ini berdampak pada kenyamanan dan efisiensi mereka di tempat kerja, yang berujung pada gangguan dan penurunan aktivitas kerja mereka secara keseluruhan. Secara tidak langsung, kelelahan ini memengaruhi produktivitas secara keseluruhan dalam memenuhi tanggung jawab pekerjaan (Atiqoh, 2019). Pekerja pada shift pagi biasanya memiliki jam kerja yang lebih panjang dibandingkan dengan pekerja pada shift sore. Jam kerja yang panjang merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap peningkatan kelelahan kerja pada karyawan tersebut.

Pekerja melaporkan bahwa sifat monoton dari tugas mereka menyebabkan kebosanan, yang pada gilirannya berkontribusi terhadap kelelahan kerja mereka. Terlibat dalam tugas yang berulang-ulang dalam jangka waktu yang lama dapat secara signifikan memicu dan memperburuk perasaan kelelahan kerja (Winanda, L .A R., 2017). Beberapa pekerja shift pagi di lokasi melaporkan merasa kepanasan karena terpapar langsung dengan terik matahari. Beban kerja yang berlebihan semakin memperparah masalah ini, karena beban kerja yang lebih tinggi meningkatkan kemungkinan mengalami kelelahan kerja. Semakin besar tuntutan yang diberikan kepada

pekerja, semakin parah kelelahan yang mungkin terjadi. Pekerja pada shift sore bekerja selama 5 jam, dari pukul 5 sore hingga pukul 10 malam. Selama waktu tersebut, mereka memiliki waktu istirahat selama satu jam untuk menyelesaikan tugas. Namun, pekerja sering kali tidak memanfaatkan waktu istirahat mereka secara maksimal, karena mereka menyadari keterbatasan jam kerja dan merasa tertekan untuk menyelesaikan tugas yang tersisa dari shift pagi. Pekerja yang bekerja pada shift sore melaporkan mengalami rasa kantuk sesekali selama bekerja. Ketika mereka memaksakan diri untuk menyelesaikan tanggung jawab mereka, mereka sering merasa lemah dan cepat lelah. Menurut Tarwaka (1999) sebagaimana dikutip dalam Safar (2018), 63% pekerja mengalami kelelahan, yang secara signifikan dipengaruhi oleh bagaimana waktu kerja dialokasikan.

Penelitian menunjukkan bahwa kelelahan kerja bervariasi tergantung pada alokasi waktu kerja. Sebagian besar responden melaporkan mengalami tingkat kelelahan yang tinggi selama shift malam, dengan 20 responden (21,5%) mengkategorikan kelelahan mereka sebagai "sangat lelah." Kelelahan yang meningkat ini disebabkan oleh pencahayaan yang tidak memadai di tempat kerja pada malam hari, di mana hanya satu sumber cahaya yang digunakan. Pencahayaan yang tidak memadai ini gagal menerangi ruang kerja secara memadai, sehingga menyulitkan pekerja untuk melihat dengan jelas dalam kegelapan.

Sedangkan, pencahayaan yang tidak memadai, yang gagal menerangi ruang kerja secara memadai, dapat menyebabkan peningkatan kelelahan mata, sehingga memperburuk kelelahan pekerja secara keseluruhan dibandingkan dengan kondisi siang hari (Odi, K. D., Purimahua, S. L & LIK, 2018). Pencahayaan yang tidak memadai, yang gagal menerangi ruang kerja secara memadai, dapat menyebabkan peningkatan kelelahan mata, sehingga memperburuk kelelahan pekerja secara keseluruhan dibandingkan dengan kondisi siang hari.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

CEK TURNITI SIDANG

ORIGINALITY REPORT

25%
SIMILARITY INDEX

15%
INTERNET SOURCES

5%
PUBLICATIONS

20%
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1 Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II
Student Paper **18%**

2 repository.uinjkt.ac.id
Internet Source **1%**

3 repository.unjaya.ac.id
Internet Source **1%**

4 repositori.uin-alauddin.ac.id
Internet Source **1%**

5 repository.uinsu.ac.id
Internet Source **1%**

6 ejournal.unsrat.ac.id
Internet Source **<1%**

7 eprints.umm.ac.id
Internet Source **<1%**

8 docplayer.info
Internet Source **<1%**

9 jurnal.stiebankbpdjateng.ac.id
Internet Source **<1%**

10	ms-aceh.go.id Internet Source	<1 %
11	id.gadget-info.com Internet Source	<1 %
12	rama.unimal.ac.id Internet Source	<1 %
13	jurnal.stiepas.ac.id Internet Source	<1 %
14	scholar.unand.ac.id Internet Source	<1 %
15	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %
16	pt.scribd.com Internet Source	<1 %
17	www.scribd.com Internet Source	<1 %
18	123dok.com Internet Source	<1 %
19	Arni Juliani, Habibi Habibi, Sitti Saleha, Muhammad Akbar Salcha. "STUDI CROSS SECTIONAL : DETERMINAN PERILAKU PENGGUNAAN ALAT PELINDUNG DIRI PETANI KELAPA KOPRA DI DESA TOARI", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2023 Publication	<1 %

20 arsip-fank.blogspot.com <1 %
Internet Source

21 digilib.unila.ac.id <1 %
Internet Source

22 fr.scribd.com <1 %
Internet Source

23 iqoptionwiki.com <1 %
Internet Source

24 www.digilib.ui.ac.id <1 %
Internet Source

Exclude quotes Off

Exclude bibliography Off

Exclude matches Off

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
UNIVERSITAS YOGYAKARTA