

# DETERMINAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN PADA SALAH SATU PERUSAHAAN *FAST FOOD* DI INDONESIA TAHUN 2022

Dina Amalia

## Abstrak

Kelelahan kerja adalah persoalan yang kerap kali terjadi pada pekerja yang disebabkan oleh banyak faktor. Kelelahan kerja bisa berdampak pada ketidaknyamanan, menurunnya kinerja, dan meningkatnya potensi terjadinya kesalahan kerja. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis determinan kelelahan kerja pada karyawan gudang PT Azka Cahaya Putera. Metode penelitian adalah analitik kuantitatif dengan desain studi potong lintang. Subjek penelitian merupakan seluruh karyawan gudang (produksi dan logistik) PT Azka Cahaya Putera yang berjumlah 85 orang dengan metode *total sampling*. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Chi Square* dan *Fisher Probability Exact Test*. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok ( $p$ -value=0,021; POR=9,06), durasi tidur ( $p$ -value=0,041; POR=3,11), beban kerja ( $p$ -value=0,038; POR=3,11), dan durasi kerja ( $p$ -value=0,021; POR=9,06) dengan kelelahan kerja. Oleh sebab itu, karyawan disarankan untuk mengurangi konsumsi rokok, mengatur pola waktu tidur, dan menyempatkan untuk melakukan peregangan saat bekerja sehingga tidak menimbulkan kekakuan serta menjaga tubuh agar tetap bugar selama bekerja.

**Kata kunci :** Industri Makanan, Karyawan Gudang, Logistik, Makanan Cepat Saji, Produksi

# **DETERMINANTS OF EMPLOYEES WORK FATIGUE AT AN INDONESIAN FAST FOOD COMPANY IN 2022**

**Dina Amalia**

## **Abstract**

Work fatigue is a problem that often occurs in workers caused by many factors. Work fatigue can have an impact on discomfort, decreased performance, and the potential for work errors. The purpose of this study was to analyze the determination of work fatigue in warehouse employees of PT Azka Cahaya Putera. The method was quantitative analytic with a cross-sectional study design. The subjects were all warehouse employees (production and logistic) at PT Azka Cahaya Putera with a total of 85 people using the total sampling method. The statistical test used is the Chi Square test and Fisher Probability Exact Test. The results showed a significant association between smoking habits ( $p$ -value=0,021; POR=9,06), sleep duration ( $p$ -value=0,041; POR=3,11), workload ( $p$ -value=0,038; POR=3,11), and work duration ( $p$ -value=0,021; POR=9,06) with work fatigue. Therefore, employees are advised to reduce cigarette consumption, regulate sleep patterns, and take time to stretch while working so it does not cause stiffness and keep the body fit while working.

**Keywords:** Fast Food, Food Industry, Logistic, Production, Warehouse Employees