

HUBUNGAN BEBAN KERJA FISIK DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PETUGAS PENGANGKUT SAMPAH DI KOTA BEKASI TAHUN 2019

Kunti Amalina Utami

Abstrak

Kelelahan dapat terjadi diantaranya karena beban kerja yang tinggi. Jika rasio tuntutan tugas lebih besar dari kemampuan maka dapat menimbulkan ketidaknyamanan, kelelahan, cedera dan rasa sakit. Petugas pengangkut sampah manual berisiko mengalami kelelahan karena harus menggunakan tenaga fisik untuk mengangkut beban yang cukup berat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan beban kerja fisik dengan kelelahan kerja pada petugas pengangkut sampah di Kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*, populasi adalah seluruh petugas pengangkut sampah di beberapa TPSS di Kecamatan Rawalumbu, Bekasi Timur, dan Mustika Jaya dari bulan Februari – Juni 2019 dengan besar sampel sebanyak 78 orang. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner IFRC, *stopwatch*, stature meter, dan timbangan badan. Analisis data dalam penelitian ini yaitu, analisis univariat, bivariat dengan *chi Square*, dan multivariat dengan regresi logistik berganda. Hasil analisis didapatkan bahwa terdapat hubungan antara usia ($p=0,047$), status gizi ($p=0,003$), dan beban kerja fisik ($p=0,032$) dengan kelelahan kerja. Sedangkan kebiasaan merokok ($p=0,148$), masa kerja ($p=0,356$), dan lama kerja ($p=0,809$) tidak berhubungan dengan kelelahan kerja. Variabel yang mengontrol antara beban kerja fisik dengan kelelahan kerja yaitu usia dan status gizi. Untuk mengurangi tingkat kelelahan kerja dapat dilakukan dengan melakukan peregangan otot dan memanfaatkan waktu istirahat dengan maksimal.

Kata Kunci : Beban Kerja Fisik, Kelelahan Kerja, Petugas Pengangkut Sampah

THE RELATIONSHIP OF PHYSICAL WORKLOADS WITH FATIGUE OF WORK IN GARBAGE TRANSPORT OFFICERS IN BEKASI CITY YEAR 2019

Kunti Amalina Utami

Abstract

Fatigue can occur due to a high workload. If the task demand ratio is greater than the ability it can cause discomfort, fatigue, injury, and pain. Manual waste transport officers were at risk of experiencing fatigue because they have to use physical energy to carry heavy loads. The purpose of this study was to determine the relationship between physical workload and work fatigue in garbage transport officers in Bekasi City. This study used the Cross-Sectional approach, the population is all officers transporting garbage in several TPSS in Rawalumbu District, Bekasi Timur, and Mustika Jaya from February to June 2019 with a sample size of 78 people. The research instruments used were the IFRC questionnaire, stopwatch, stature meter, and scales. Data analysis in this study were, univariate, bivariate with chi-square analysis, and multivariate with multiple logistic regression. The results of the analysis showed that there was a relationship between age ($p=0.047$), nutritional status ($p=0.003$), and physical workload ($p=0.032$) with work fatigue. While smoking habits ($p=0.148$), work period ($p=0.356$), and length of work ($p=0.809$) are not related to work fatigue. The variables that control the physical workload with work fatigue are age and nutritional status. To reduce the level of work fatigue can be done by stretching the muscles and utilizing the maximum rest time.

Keyword : physical workload, work fatigue, garbage transport officer