

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kelelahan akibat kerja adalah suatu kondisi yang menyebabkan penurunan efisiensi dan kinerja seseorang. Kelelahan kerja menyebabkan kondisi tenaga kerja yang melemah saat melakukan aktivitas, akibatnya terjadi penurunan efisiensi dan daya tahan tubuh. Menurut *The National Institute for Occupational Safety and Health*, tingkat kelelahan yang tinggi dapat mempengaruhi setiap pekerja di pekerjaan atau industri apa pun, dengan implikasi serius bagi keselamatan dan kesehatan pekerja (NIOSH, 2020).

informasi dari *Internasional Labour Organization (ILO)* menjelaskan bahwa setiap tahun sebesar 2 juta orang meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang diakibatkan oleh kelelahan (ILO, 2018). Menurut BPJS Ketenagakerjaan, ada 114 ribu kecelakaan kerja pada tahun 2019. Sementara jumlah tersebut mengalami peningkatan pada tahun 2020 antara Januari hingga Oktober, BPJS ketenagakerjaan mencatat 177 ribu pekerja mengalami kecelakaan kerja (KEMENAKER, 2021).

Sebuah studi yang dilakukan *National Safety Council (NSC)* terhadap 2.010 tenaga kerja di Amerika Serikat tahun 2017 menunjukkan bahwa sekitar 13% kecelakaan kerja disebabkan oleh kelelahan. Berdasarkan penelitian ini diketahui

bahwa 97% pekerja memiliki setidaknya satu faktor dan lebih dari 80% memiliki dua atau lebih faktor risiko kelelahan kerja. 40% pekerja di Amerika Serikat mengatakan Baha mereka mengalami kelelahan kerja yang menyebabkan lebih banyak ketidakhadiran, produktivitas yang lebih rendah, dan lebih banyak kecelakaan kerja (NSC, 2017).

World Health Organization (WHO) telah mengungkapkan penyebab utama kematian dan kecacatan di seluruh dunia pada tahun 2000-2019, ditemukan bahwa penyakit jantung masih menjadi penyebab kematian nomor 1 di dunia, tetapi gangguan mental seperti kelelahan ekstrem dan depresi termasuk dalam 10 besar penyakit paling mematikan (WHO, 2020). Data dari Departemen Tenaga Kerja Indonesia pada tahun 2013 menunjukkan bahwa 414 pekerja yang mengalami kecelakaan kerja terjadi di setiap harinya, 27,8% diantaranya disebabkan oleh kelelahan yang tinggi, dan dari jumlah tersebut sekitar 9,5% menderita kecacatan (KEMENAKER, 2021).

Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kelelahan umum pada pekerja yaitu monotoninya pekerjaan, intensitas lamanya kerja mental dan fisik, kondisi lingkungan, tanggung jawab yang tidak jelas dan permasalahan penyakit yang diderita. Kelelahan kerja dapat menyebabkan seseorang tidak mampu lagi bekerja, mengganggu kelancaran kerja, dan depresi (Suma'mur, 2020).

Bagian produksi merupakan salah satu aspek terpenting di dalam industri yang menghasilkan suatu produk dan dapat memberikan keuntungan yang maksimal untuk industri tersebut. Pada industri *bakery* yang setiap harinya harus menghasilkan berbagai macam olahan yang berbahan dasar tepung, pekerja bagian

produksi merupakan aspek terpenting yang harus diberikan perlindungan terhadap kesehatan pekerja. Kelelahan merupakan permasalahan yang kerap dirasakan oleh pekerja di bagian produksi yang diakibatkan oleh pekerjaan yang monoton dan lingkungan kerja yang kurang baik. Menurut penelitian yang dilakukan Guspriyono pada tahun 2019 bahwa kelelahan lebih tinggi terjadi pada pekerja di bagian produksi dibandingkan pekerja di bagian pengemasan di suatu industri roti (Guspriyono, 2019).

Berdasarkan hasil survey melalui wawancara dan angket yang telah diberikan kepada 10 orang karyawan *bakery* bagian produksi untuk survey awal, didapatkan 8 dari 10 orang tersebut mengalami gejala kelelahan kerja seperti yang ditandai dengan menguap, mengantuk, ingin berbaring, lelah berbicara, tidak dapat berkonsentrasi dan haus, gejala ini disebabkan oleh lingkungan kerja yang tertutup dan ditambah lagi dengan pekerjaan monoton yang dilakukan setiap harinya. Hasil dari penelitian Saputra,dkk pada tahun 2019 menyebutkan bahwa adanya korelasi kerja yang monoton dengan tingkat kelelahan pada pekerja, dengan nilai p-value 0,0001 dengan $r = 0.867$.

Hasil *survey* juga menunjukkan bahwa 7 dari 10 karyawan *bakery* di bagian produksi juga merasakan kelelahan fisik seperti nyeri punggung dan lelah seluruh tubuh diakibatkan oleh pekerjaan mereka yang statis seperti berdiri sepanjang proses pembuatan roti. Deyulmar & dkk, mengatakan bahwa postur tubuh akan mempengaruhi kelelahan kerja, bekerja dengan postur tubuh statis akan menyebabkan seseorang mengerahkan setengah kekuatan otot maksimumnya (Deyulmar & dkk, 2018). Oleh karena itu, postur dinamis merupakan postur tubuh yang baik dalam bekerja .

Meminimalisir kelelahan dapat dilakukan melalui berbagai cara pendekatan yang bersifat umum seperti mengatur kondisi dan lingkungan yang berada di tempat kerja. Banyak hal yang dapat dilakukan, misalnya pelaksanaan jam kerja dan waktu istirahat yang sesuai dengan aturan yang berlaku, pengaturan cuti yang sesuai, penataan ruang istirahat yang mengutamakan kesegaran jasmani dan keselarasan psikis mental, pada pekerjaan monoton yang mengakibatkan kelelahan dapat diminimalisir dengan cara pemberian desain ruangan termasuk desain warna pada lingkungan kerja, dan memutar musik saat bekerja di lingkungan kerja (Suma'mur,2020).

Musik merupakan salah satu cara untuk mengurangi rasa lelah dalam bekerja. Menurut penelitian Alifiah Akbar (2018) yang memeriksa 30 karyawan (15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol) dalam divisi keuangan di bank BCA bahwa musik dapat mempengaruhi kelelahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa musik latar sangat signifikan mempengaruhi terhadap kelelahan karyawan divisi keuangan BCA (Akbar, 2018). Dari latar belakang tersebut, maka saya tertarik untuk melakukan kajian tentang pengaruh musik pengiring terhadap kelelahan kerja pada karyawan *bakery* bagian produksi.

1.2. Rumusan Masalah

Belاندaskan latar belakang masalah yang sudah dijabarkan diatas, maka rumusan masalah yang akan dikemukakan dalam penelitian ini adalah, apakah musik pengiring kerja mempengaruhi kelelahan kerja pada karyawan *bakery* bagian produksi?.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilaksanakan pada karyawan bakery dibagian produksi di kecamatan Padangsidempuan Utara bertujuan untuk mengetahui pengaruh musik pengiring terhadap kelelahan kerja pada karyawan *bakery* dibagian produksi.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Diketuainya pengaruh musik pengiring kerja terhadap tingkat kelelahan pada karyawan bakery dibagian produksi.
2. Diketuainya tingkat kelelahan yang dialami oleh karyawan bakery bagian produksi di Kecamatan Padangsidempuan Utara sebelum dan sesudah diberinya musik pengiring.

1.4. Manfaat

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan pertimbangan terhadap perusahaan untuk lebih memperhatikan dan mempertimbangkan masalah kelelahan kerja untuk dapat meningkatkan produktivitas pekerja.

2. Manfaat Teoritis

Semoga penelitian ini bisa meningkatkan cara berfikir pembaca dan sebagai pengetahuan bagi mahasiswa FKM UINSU terutama mahasiswa peminatan

K3.