

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pekerja seringkali merasa lelah dalam bekerja. Kelelahan terjadi dikarenakan beban kerja yang terlalu berat, sehingga para pekerja cepat merasa lelah dalam bekerja. Berdasarkan data tahun 2016 dari *International Labour Organisation (ILO)*, sekitar 32% pekerja di seluruh dunia mengalami kelelahan terkait pekerjaan. Tingkat keparahan kelelahan pada pekerja di seluruh dunia berkisar antara 18,3% hingga 27% dengan prevalensi kelelahan industri sebesar 45% (Hasan et al., 2022).

Banyak faktor yang dapat menyebabkan terjadinya kelelahan kerja diantaranya faktor karakteristik individu, seperti usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, masa kerja, status perkawinan, status gizi dan sebagainya. Faktor pekerjaan, seperti pekerjaan yang monoton, lama kerja, beban kerja, sikap kerja. Faktor psikolog adalah lingkungan kerja seperti iklim kerja, kebisingan dan penerangan. Selain dari beban kerja yang harus ditanggung langsung oleh pekerja, kondisi lingkungan kerja atau tempat kerja dapat menjadi beban tersendiri bagi pekerja tersebut. Beban kerja lebih besar dari pada kemampuan tubuh maka akan terjadi rasa tidak nyaman, kelelahan, kecelakaan, cedera, rasa sakit, penyakit dan produktivitas menurun. Faktor yang mempengaruhi kelelahan adalah intensitas lamanya pembebanan fisik (masa kerja) dan mental (Sari et al., 2021).

Tuntutan-tuntutan tugas yang mengalami peningkatan melebihi dari kapasitas normal individu, maka akan menimbulkan dampak kelelahan. Seperti halnya suatu pekerjaan yang membutuhkan ketrampilan dan kekuatan psikomotor yang lebih besar dari pada yang dimiliki pekerja akan berpotensi menimbulkan kecelakaan

kerja. Selain itu aktivitas kerja yang berlebihan dan waktu istirahat yang tidak cukup pada pekerja menyebabkan ketidakseimbangan antara aktivitas otot dan proses pemulihan, sehingga mudah mengalami kelelahan. Kelelahan kerja berpengaruh pada menurunnya motivasi kerja dan kualitas kerja sehingga berisiko menyebabkan produktivitas pekerja menurun, stress akibat kerja, penyakit akibat kerja, cedera hingga kecelakaan kerja yang dapat berdampak fatal bagi pekerja (Lestari & Wahyuningsih, 2021).

Berdasarkan Laporan *National Institute of Occupational Health and Safety (NIOSH)* menunjukkan bahwa terdapat dua penelitian mengenai tingkat stres kerja ditempat kerja di Amerika, yang pertama hasil survei yang telah dilakukan oleh *Familier and Work Institue* menunjukkan sejumlah 26% pekerja sering mengalami stres ditempat kerja, yang kedua hasil survei yang telah dilakukan oleh *Yale University* menunjukkan sebanyak 20% pekerja mengalami stres kerja. Indonesia dengan jumlah pekerja mencapai 120,4 juta orang menunjukkan timbulnya dampak buruk yang cukup besar akibat dari kejadian stres akibat kerja tersebut (Setiawan, 2019).

Survey yang dilakukan *National Institute for Occupational Safety and Health*(1999) mengenai stress kerja yang disebabkan oleh kebisingan telah dilakukan. Survey yang dilakukan oleh *Northwestern National Life* pada pekerja di Amerika menunjukkan bahwa 40% pekerja dilaporkan mengalami stres di tempat kerja dan seperempat pekerja menganggap pekerjaan mereka sebagai stressor paling utama dalam hidup mereka. Sedangkan survey dari *Families and Work Institute* menunjukkan bahwa 25% pekerja sering kelelahan atau stress dengan pekerjaan mereka. Universitas Yale menunjukkan bahwa 29% pekerja

melaporkan bahwa mereka merasa sangat stres di tempat kerja akibat mesin yang bising (Ningrum, 2022).

Faktor penyebab stres kerja dibagi menjadi tiga yaitu, faktor lingkungan, faktor perbedaan individu, dan faktor organisasi. Perbedaan individu dikaitkan dengan kemampuan individu dalam menangani stres karena terdapat individu yang mampu menangani stres dengan baik, sementara yang lain merasa kewalahan akibat stres. Faktor perbedaan individu terdiri dari persepsi, pengalaman kerja, dukungan sosial, dan kepribadian (Tamara & Wulandari, 2021)

Faktor penyebab stres akibat kerja diantaranya berasal dari dalam diri sendiri atau individual stressor yang berupa usia, jenis kelamin, status gizi, masa kerja, kondisi kesehatan, peran ganda, tipe kepribadian, dan peristiwa atau pengalaman pribadi serta dari group stressor atau stres kerja karena situasi atau keadaan dalam pekerjaan itu sendiri yang berupa beban kerja berlebihan, pengembangan karir serta hubungan yang tidak baik antar rekan kerja, atasan dan bawahan serta stressor keorganisasian (Setiawan, 2019).

Berdasarkan Survey awal yang peneliti lakukan di Depo Lokomotif Medan terdapat masalah kelelahan yang terjadi pada pekerja. Dimana pekerja pada Depo Lokomotif Medan tersebut mengalami kelelahan kerja dikarenakan adanya tugas yang berlebihan yang diakibatkan oleh kurangnya personil (pekerja) di tempat tersebut, adanya pekerjaan yang dikerjakan diluar jam kerja sehingga menyebabkan pekerja kelelahan dan resiko pekerjaan yang tinggi di tempat tersebut. Salah satu contoh resiko yang terdapat pada lokasi tersebut adalah adanya tumpahan oli mesin yang menyebabkan jalan mejadi licin sehingga pekerja terjatuh, banyaknya debu

yang dapat mengakibatkan saluran pernafasan terganggu, terkena percikan las pada saat bekerja yang dapat mengakibatkan luka bakar, dan tersengat listrik.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan hasil survei awal maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah Apakah ada pengaruh stres kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja di Depo Lokomotif Medan?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk membuktikan pengaruh stres kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di Depo Lokomotif Medan.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Menganalisis tingkat stres kerja pada pekerja di Depo Lokomotif Medan.
2. Menganalisis tingkat kelelahan kerja pada pekerja di Depo Lokomotif Medan.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Diharapkan sebagai pembuktian teori bahwa ada pengaruh antara stres kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di Depo Lokomotif Medan.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Sebagai bahan masukan untuk dapat memperbaiki penyebab stres dan kelelahan kerja pada pekerja Depo Lokomotif Medan yang kemudian dapat diaplikasikan pada lokasi tersebut.