

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1. Latar Belakang Masalah

Partisipasi perempuan di dunia kerja bukanlah sesuatu yang jarang ditemui dan jumlahnya mengalami peningkatan. Data dari Badan Pusat Statistik (2023), menunjukkan bahwa tingkat partisipasi perempuan Indonesia di dunia kerja mengalami peningkatan yang semula 53,41% pada tahun 2022 naik menjadi 54,52% pada tahun 2023. Sementara, di Provinsi Sumatera Utara partisipasi perempuan di dunia kerja juga mengalami peningkatan yang semula 55,37% pada tahun 2022 naik menjadi 57,81% pada tahun 2023. Sejalan dengan data sebelumnya yang mengalami peningkatan, partisipasi perempuan di dunia kerja pada tingkat Kabupaten Deli Serdang juga mengalami peningkatan yang semula 48,61% pada tahun 2022 naik menjadi 53,21% pada tahun 2023. Berdasarkan data yang telah tersaji diseluruh lapisan wilayah menunjukkan bahwa telah terjadi peningkatan partisipasi perempuan di dunia kerja.

Meningkatnya tingkat partisipasi di dunia kerja kerap tidak dibarengi dengan usaha suatu industri dalam penerapan Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3). Melihat data dari *International Labour Organization* (2018) memperkirakan sebanyak 2,78 juta seorang pekerja meninggal pertahunnya disebabkan oleh kecelakaan kerja dan penyakit yang timbul akibat kerja. Selain itu, laporan survei terhadap 2000 pekerja di Amerika menunjukkan sebanyak 97% pekerja memiliki satu faktor risiko kelelahan di tempat kerja serta dua bahkan lebih faktor risiko kelelahan di tempat kerja terjadi kepada lebih dari 80% pekerja (*National Safety*

*Council* (NCS), 2017). Data lain datang dari *Work Safe New Zealand* (2021) yang menunjukkan bahwa kebanyakan pekerja sering atau selalu bekerja dalam kondisi lelah dengan persentase 31%. Kelelahan di lokasi kerja ini berpotensi dan dikhawatirkan menimbulkan kecelakaan di tempat kerja karena menurut penelitian Mandagi et al., (2022) yang dilakukan di salah satu PT di Indonesia mengatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat antara kelelahan kerja dengan kecelakaan kerja.

Kelelahan kerja merupakan menurunnya kemampuan untuk beraktivitas selama dan setelah hari kerja (Frone & Tidwell, 2015). Pekerja yang mengalami kelelahan akibat kerja akan menimbulkan gejala seperti mengucek mata, lupa terhadap perintah yang diberikan, menguap, gelisah, kemampuan dalam bekerja menurun, mengantuk sampai ketiduran, ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dan mengingat sesuatu, penurunan motivasi kerja, merasakan pusing, serta sakit kepala (Caldwell et al., 2019). Sementara Suma'mur (2013) mengatakan bahwa ada tiga kelompok besar gejala apabila pekerja mengalami kelelahan yaitu melemahnya kegiatan, melemahnya motivasi, dan melemahnya fisik. Gejala-gejala akibat kelelahan kerja ini berpotensi menimbulkan dampak-dampak merugikan yang tentunya tidak diinginkan.

Banyak penelitian yang mengulas dampak yang akan timbul dari kelelahan kerja. Seperti penelitian Dahlan & Widanarko (2022) mengutarakan bahwa kelelahan kerja secara signifikan berdampak pada kinerja pekerja. Semakin tinggi pekerja yang mengalami kelelahan maka semakin tinggi semakin tinggi juga penurunan dari kinerja. Karena kelelahan berdampak negatif bagi pekerja, maka

perilaku-perilaku yang berisiko yang menyebabkan insiden juga ikut meningkat. Kelelahan juga berdampak pada menurunnya produktivitas kerja, meningkatnya kesalahan kerja, hingga yang paling ditakutkan ialah dapat meningkatkan insiden yang tentu merugikan (Caldwell et al., 2019).

Banyak faktor yang dapat menjadi penyebab terjadinya kelelahan kerja. Menurut Ramdan (2018) terdapat 3 faktor penyebab utama kelelahan kerja yaitu faktor individu pekerja, faktor pekerjaan, dan faktor non pekerjaan. Faktor individu terdiri dari usia, jenis kelamin, status gizi, dan status kesehatan. Faktor pekerjaan yang dapat menjadi penyebab kelelahan kerja yaitu jenis pekerjaan, masa kerja, jam kerja, waktu istirahat, kerja bergilir, keadaan monoton, dan beban kerja. Sementara faktor non pekerjaan yaitu waktu tidur.

Jenis kelamin dapat menjadi faktor penyebab kelelahan kerja. Hal ini dikarenakan terdapat perbedaan kekuatan otot fisik antara laki-laki dan perempuan. Menurut Ramdan (2018) perempuan memiliki kemampuan fisik atau kekuatan otot hanya 2/3 dari laki-laki. Selain itu, perempuan memiliki oksigen maks ( $VO_2$ ) 15-30% lebih rendah jika dibandingkan dengan laki-laki, memiliki persentase lemak tubuh yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki, dan konsentrasi hemoglobin darahnya juga lebih rendah dibandingkan laki-laki, sehingga perempuan berisiko lebih tinggi untuk lebih cepat lelah dibandingkan laki-laki (Tarwaka et al, 2004 dalam Santriyana et al., 2023). Penelitian tentang hubungan ini telah dilakukan dan hasilnya jenis kelamin dan kelelahan kerja memiliki hubungan signifikan. Perempuan lebih mudah mengalami kelelahan kerja karena adanya siklus biologis di tubuhnya setiap bulan sehingga memiliki dampak pada

fisik dan kinerjanya (Aminah & Porusia, 2024; Lestari et al., 2021; Rahmawati & Afandi, 2019).

Faktor individu lain yang dapat menyebabkan kelelahan kerja adalah status gizi. Menurut Par'i et al., (2017) status gizi ialah suatu kondisi yang disebabkan oleh keseimbangan antara penyerapan zat gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk metabolisme tubuh. Sementara Fernández-Lázaro & Seco-Calvo (2023) mengatakan bahwa status gizi merupakan hasil dari asupan makanan dan kebutuhan gizi, serta zat gizi harus tersedia untuk mempertahankan simpanan dan menggantikan kehilangan simpanan/cadangan makanan. Status gizi ini akan mempengaruhi seseorang dalam bekerja. Pekerja dengan malnutrisi, baik itu gizi kurang dan lebih cenderung lebih cepat lelah dan kurang produktif (Maedah et al., 2023).

Penelitian terkait kelelahan kerja dan status gizi telah dilakukan pada penelitian sebelumnya. Seperti penelitian Mallapiang & Adha (2023) yang meneliti kelelahan kerja pada penenun menggunakan kuesioner *Industrial Fatigue Research Committee* (IFRC) menunjukkan bahwa sebanyak 5% penenun mengalami kelelahan kerja sangat tinggi dan sebanyak 61,7% penenun mengalami kelelahan kerja pada kategori tinggi. Menurut Tarwaka (2019) apabila kelelahan masuk dalam kategori tinggi maka diperlukan tindakan perbaikan dengan segera dan jika kelelahan masuk dalam kategori sangat tinggi diperlukan tindakan menyeluruh sesegera mungkin. Penelitian lain datang dari Sari & Muniroh (2017) yang mengatakan bahwa persentase kelelahan kerja kategori tinggi sebesar 27,3% dan dari persentase tersebut, sebesar 83,3% diantaranya mengalami obesitas.

Penelitian tersebut juga mengatakan bahwa semakin tinggi Indeks Massa Tubuh (IMT) maka akan semakin tinggi tingkat kelelahannya. Sementara Sumardiyono (2018) mengatakan bahwa status gizi lebih (obesitas) akan meningkatkan kelelahan kerja pada pekerja perempuan di industri tekstil. Beberapa penelitian tersebut menunjukkan adanya keterkaitan antara status gizi pekerja dengan kelelahan yang dialami pekerja.

Desa Kolam adalah salah satu desa yang terletak di Kecamatan Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang. Data tahun 2023 menunjukkan mayoritas mata pencarian masyarakat Desa Kolam adalah karyawan dengan persentase 25%. Hal ini bergeser dari dahulunya dimana petani merupakan mata pencarian mayoritas masyarakat di desa tersebut. Semakin bertambah tahun, Desa Kolam semakin berkembang dengan adanya home industri salah satunya home industri sarang burung walet yang terletak di Jalan Pendidikan Dusun IV.

Home industri sarang burung walet mengelola produksi sarang burung walet dari tahap awal hingga tahap akhir. Sarang burung walet yang semula kotor akibat kotoran, bulu, dan benda-benda lain selanjutnya dilakukan proses pensortiran dan pembersihan, pencabutan bulu dan benda benda lain yang terdapat di sarang burung walet, proses pencucian, kemudian dilakukan penyortiran kembali hingga tahap terakhir proses pencetakan. Melihat prosedur kerja pada home industri tersebut yang membutuhkan ketelitian yang lebih membuat seluruh pekerjanya merupakan berjenis kelamin perempuan yang memang sesuai dengan karakteristiknya.

Berdasarkan hasil pelaksanaan studi pendahuluan pada Agustus 2024 di Home Industri Sarang Burung Walet Desa Kolam dilakukan wawancara dengan beberapa pekerja perempuan di sana. Pada saat bekerja, pekerja sering merasakan lelah di badan, menguap, mengucek mata, dan mengantuk. Selain itu, kadang-kadang pekerja juga merasakan berat dibagian kepala, keinginan untuk tidur meningkat, adanya nyeri punggung, dan kadang merasakan pusing. Padahal pada saat awal bekerja keluhan-keluhan tersebut tidaklah dirasakan. Selain itu, pekerja mengaku pernah mengalami insiden seperti jari tertusuk pinset, terkena pisau, lupa mengenai tugas pekerjaannya, melakukan kesalahan dalam melakukan pekerjaan, serta tidak menyelesaikan pekerjaan sesuai target yang diberikan.

Studi pendahuluan juga dilakukan untuk melihat kelelahan kerja subjektif dan status gizi kepada 15 pekerja menggunakan kuesioner *Industrial Fatigue Research Committee*. Sebanyak 33,3% pekerja mengalami kelelahan kategori tinggi, 46,7% pekerja mengalami kelelahan kategori sedang, dan sisanya 20% mengalami kelelahan kategori rendah serta tidak ditemukan pekerja yang mengalami kelelahan kategori sangat tinggi. Berdasarkan wawancara dengan pemilik home industri, belum pernah dilakukan pengukuran kelelahan kerja sebelumnya. Studi pendahuluan juga terlihat gambaran status gizi pekerja dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan kepada 15 pekerja yang kemudian dilakukan perhitungan Indeks Massa Tubuh. Hasilnya, ditemukan sebanyak 46,7% dari 15 pekerja mengalami malnutrisi baik itu berat badan yang berlebih dan juga berat badan yang kurang yang dialami pekerja Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam.

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk melanjutkan temuan-temuan ini ke penelitian. Hadirnya penelitian ini diharapkan berguna dalam antisipasi kelelahan kerja pada pekerja perempuan home industri sarang burung walet karena pekerja memiliki hak untuk memperoleh perlindungan atas keselamatan dan kesehatan kerja yang tertuang dalam Undang-Undang No. 13 Tahun 2003. Maka dari itu, peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam”.

### **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka identifikasi masalah di penelitian ini yaitu:

1. Kelelahan kerja masih dikerap dialami pekerja padahal berpotensi menimbulkan kecelakaan kerja.
2. Pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet kerap mengeluhkan beberapa gejala akibat kelelahan kerja.
3. Hasil studi pendahuluan menunjukkan sebanyak 33,3% pekerja dari 15 pekerja berada pada kategori kelelahan tingkat tinggi.
4. Pengukuran kelelahan kerja dan upaya perbaikannya belum pernah dilakukan oleh pemilik home industri.
5. Temuan hasil studi pendahuluan menunjukkan 46,7% dari 15 pekerja mengalami masalah gizi (malnutrisi) baik itu gizi lebih dan kurang.

### 1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini memiliki batasan masalah yaitu:

1. Penelitian dilakukan di Home Industri Sarang Burung Walet Desa Kolam
2. Kelelahan kerja diukur dengan metode *Subjective Feelings of Fatigue* dari *Industrial Fatigue Research Committee* (IFRC)
3. Status gizi ditentukan dengan Indeks Massa Tubuh (IMT)

### 1.4. Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana karakteristik (usia, status pernikahan, pendidikan terakhir, dan bagian kerja) pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam?
2. Bagaimana status gizi pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam?
3. Bagaimana tingkat kelelahan kerja pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam?
4. Apakah terdapat hubungan status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam?

### 1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui dan menganalisis:

1. Karakteristik (usia, status pernikahan, pendidikan terakhir, dan bagian kerja) pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam
2. Status gizi pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam

3. Tingkat kelelahan kerja pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam
4. Hubungan status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja perempuan Home Industri Sarang Burung Walet di Desa Kolam

#### **1.6. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian dibagi kedalam manfaat teoritis dan praktis.

##### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini nantinya akan memberikan referensi rujukan terkait ada atau tidaknya suatu hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pemilik industri, penelitian ini bermanfaat untuk mencegah dan mengantisipasi kelelahan kerja sehingga produktivitas pekerja tetap baik
- b. Bagi pekerja, penelitian ini bermanfaat untuk menambah informasi terkait status gizi dan kelelahan kerja sehingga pekerja dapat mencegah dan mengantisipasi demi kesehatannya