

**HUBUNGAN SIKAP KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA  
PEKERJA LAUNDRY DI KECAMATAN PURWOKERTO UTARA  
KABUPATEN BANYUMAS**

**CORRELATION WORKING ATTITUDE WITH WORKING FATIGUE  
IN LAUNDRY WORKERS AT NORTH PURWOKERTO DISTRICT  
BANYUMAS REGENCY**

**Gandung Kartika Tri Nugroho<sup>1)</sup>, Nur Ulfah<sup>2)</sup>, Siti Harwanti<sup>3)</sup>  
Mahasiswa Jurusan Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kedokteran Dan Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Jendral Soedirman**

**ABSTRACT**

Fatigue could significantly degrade performance and increase the error rate of employment. Moreover, fatigue contributed significantly to the occurrence of occupational accidents. Fatigue is characterized by weakening employment of labor in doing the work or activities. Fatigue was influenced by several factors, both internal and external factors. Working attitude was one of the internal factors. The purpose of this study was to determine the relationship of working attitude to the occurrence of working fatigue of workers at *Laundry* on North Purwokerto district in Banyumas. The study was conducted using observational approach by cross sectional research design with the study sample amounted to 150 respondents consisted of 30 samples in 5 section laundry. Analyses of data used are univariate and bivariate analysis(*chi square*). Based on five section working attitude studied are weighing, washing, drying, ironing and packaging, factor associated with work exhausted is the ironing section. The factor that are not associated with work exhausted is weighing, washing, drying and packaging. As a suggestion to reduce the occurrence of fatigue, giving education of ergonomic attitude on laundry workers and more resting time, and giving ergonomic design means working as an ergonomic desk chair for ironing section.

Keywords : Working Fatigue, Working Attitudes, Labor in Laundry

Bibliography : 42 (1988-2011)

*Kesmasindo, Volume 7(3) Juli 2015, Hal. 209-217*

**PENDAHULUAN**

Kelelahan kerja merupakan kriteria yang lengkap tidak hanya menyangkut kelelahan yang bersifat fisik dan psikis saja tetapi lebih banyak berkaitan dengan adanya penurunan kinerja fisik, adanya perasaan lelah, penurunan motivasi,

dan penurunan produktivitas kerja (Budiono *dkk*, 2004). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kementrian Tenaga Kerja Jepang terhadap 12.000 perusahaan yang melibatkan sekitar 16.000 pekerja di negara tersebut yang dipilih secara acak telah menunjukkan hasil bahwa

mengeluhan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluarkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan (Hidayat, 2003).

Ada beberapa faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya kelelahan antara lain kesegaran jasmani, kebiasaan merokok, masalah psikologis, status kesehatan, jenis kelamin, status gizi, waktu kerja, beban kerja, usia, dan masalah lingkungan kerja (Tarwaka, 2004).

Berdasarkan survei Survei pendahuluan terhadap 10 responden pada pekerja *laundry*, 3 responden (30%) tergolong dalam kelelahan berat, 3 responden (30%) tergolong dalam kelelahan sedang, dan 3 responden (30%) tergolong dalam kelelahan ringan. Sikap kerja yang dilakukan, 9 responden melakukan sikap kerja dengan memutar pinggang dan membungkuk pada proses penimbangan, 7 responden tidak berdiri pada posisi yang wajar pada proses pengeringan, 5 responden dengan postur kerja yang statis pada proses penyetricaan.

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Crossectional*. Penelitian dilakukan di Jasa *Laundry* Kecamatan Purwokerto Utara dengan sampel penelitian berjumlah 150 orang terdiri dari 30 pekerja ditiap bagian yaitu penimbangan, pencucian, pengeringan, penyetricaan dan pengemasan. Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diperoleh dari hasil wawancara kepada responden dengan menggunakan kuesioner dan data sekunder yaitu dengan kuesioner KAUPK 2 dan check list sikap kerja.

Variabel penelitian dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas yaitu keluhan perasaan lelah, variabel terikat yaitu sikap kerja disetiap bagian. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat (uji *Chi-Square*).

## **Hasil dan Pembahasan**

1. Hubungan Sikap kerja dengan Kelelahan Kerja dibagian Penimbangan

dengan menggunakan uji chi-square dimana skala data ordinal. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1 Hubungan Sikap kerja dengan Kelelahan dibagian penimbangan

Sikap Kerja	Kelelahan				Total		P Value
	Ringan		Berat		N	%	
	N	%	N	%			
Baik	12	70,6	5	29,4	27	100	0,072
Buruk	4	30,8	9	69,2	13	100	
Total	16		14		30	100	

Hasil Uji *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,072 > \alpha = 0,005$  yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan pada pekerja laundry bagian penimbangan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmala (2008) tentang Hubungan Antara Karakteristik Individu, Sikap Kerja, dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rs. X Gresik, tidak terdapat hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan dengan nilai  $p = 0,031 > \alpha = 0,005$ . Penelitian lain oleh Nurullita (2008) tentang Hubungan Peran Faktor

terhadap Perubahan Tingkat Kelelahan Siswa Sd Negeri Sompok IV Semarang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap kerja dengan perubahan tingkat kelelahan siswa SD Negeri Sompok

IV Semarang dengan nilai  $p=0,134 > \alpha = 0,005$ .

Hal ini dikarenakan sikap kerja yang dilakukan pada bagian penimbangan hanya sesaat, dengan proses kerja yang singkat sehingga waktu istirahat menjadi banyak. Istirahat bersifat katabolitis yaitu membangun tubuh kembali. Istirahat yang cukup dapat memberikan kesempatan kepada tubuh untuk melakukan pemulihan. Pada keadaan istirahat atau relaksasi, bahan-bahan yang diperlukan oleh sel-sel otot dapat sampai kepada jaringan dan sel-sel otot (Suma'mur, 1989).

## 2. Hubungan Sikap Kerja dengan Kelelahan Kerja dibagian Pencucian

Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji chi-square dimana skala data ordinal. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 2

Tabel 2 Hubungan Sikap kerja dengan Kelelahan dibagian pencucian

Sikap Kerja	Kelelahan				Total		P Value	$\alpha$
	Ringan		Berat		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	8	66,7	4	33,3	12	100	0,156	0,05
Buruk	6	33,3	12	66,7	18	100		
Total	14		16		30	100		

Hasil Uji *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,156 > \alpha = 0,005$  yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan pada pekerja laundry bagian pencucian. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Herlina dan Ratna (2007) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara sikap kerja lama duduk pada pengemudi bis trans jogja dengan kelelahan dengan nilai  $p = 1,000$  atau  $p > 0,05$ . Penelitian lain oleh Wulandari (2006) tentang Hubungan Sikap

Kerja Duduk dengan Kelelahan yang dialami oleh Tenaga Kerja Bagian Penjahitan Pt. Sai Apparel Industries Semarang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan sikap kerja duduk dengan kelelahan pada tenaga kerja bagian penjahitan di PT. Sai Apparel Industries Semarang.

### 3. Hubungan Sikap Kerja dengan Kelelahan Kerja dibagian Pengeringan

Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji chi-square dimana skala data ordinal. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 3

Tabel 3 Hubungan Sikap kerja dengan Kelelahan dibagian pengeringan

Sikap Kerja	Kelelahan				Total		P Value	$\alpha$
	Ringan		Berat		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	9	56,2	7	43,8	16	100	0,448	0,05
Buruk	5	35,7	9	64,3	14	100		
Total	14		16		30	100		

Hasil Uji *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,448 > \alpha = 0,005$  yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan pada pekerja laundry bagian pengeringan. Proses kerja bagian pengeringan dinamis dinamakan pekerja membawa cucian ketempat pengeringan. Menurut Tarwaka (2004) untuk mengurangi tingkat kelelahan maka harus dihindarkan sikap kerja yang bersifat statis dan diupayakan sikap kerja yang lebih dinamis. Hal ini dapat dilakukan dengan merubah sikap kerja yang statis menjadi sikap kerja yang lebih bervariasi atau dinamis. Sehingga sirkulasi darah dan oksigen dapat berjalan normal ke seluruh anggota tubuh.

penelitian Akhadia (2008) tentang Hubungan Antara Postur Kerja dengan Kelelahan Perawat di Ruang Igd, Icu dan Ibs Rumah Sakit "X" Gresik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara postur kerja dengan kelelahan dengan nilai  $p=0,278$ . Penelitian lain oleh Mentari dkk (2012) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan sikap kerja angkat-angkut dengan kelelahan pada pemanen kelapa sawit di PT. Perkebunan Nusantara IV (Persero) Unit Usaha Adolina Tahun 2012 dengan nilai  $p=0,134$ .

4. Hubungan Sikap Kerja dengan Kelelahan Kerja dibagian Penyetrikaan

Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji chi-square dimana skala data ordinal. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 4

Tabel 4 Hubungan Sikap kerja dengan Kelelahan dibagian penyetrikaan

Sikap Kerja	Kelelahan				Total		P Value	$\alpha$
	Ringan		Berat					
	N	%	N	%	N	%		
Baik	12	80	3	20	15	100	0,003	0,05
Buruk	3	20	12	80	15	100		
Total	15		15		30	100		

Hasil Uji *Chi Square* diperoleh nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$  yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan pada pekerja laundry bagian penyetricaan.

Pada saat tubuh berada dalam posisi statis maka akan terjadi penyumbatan aliran darah dan mengakibatkan pada bagian tersebut kekurangan oksigen dan glukosa dari darah. Hal ini apabila terjadi terus-menerus akan menimbulkan kelelahan (Setyowati, 2011).

Penelitian ini sejalan dengan Eni (1998) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap kerja tidak ergonomis dengan kelelahan pada pekerja sanding CV. Citra Jepara Divisi Karangjati Kabupaten Semarang. Pekerja yang melakukan pekerjaan dengan sikap kerja tinggi siku yang terlalu tinggi

dari meja kerja akan mengalami kelelahan yang lebih besar dibandingkan dengan pekerja yang bekerja dengan sikap kerja dengan siku yang tidak terlalu tinggi dari meja kerja. Penelitian lain oleh Susetyo dan Titin (2009) menunjukkan bahwa keluhan subyektif kelelahan pada perajin perak di Desa Singapadu Kabupaten Gianyar disebabkan oleh sikap kerja yang kurang alamiah dan intensitas lingkungan kerja yang kurang memadai.

#### 5. Hubungan Sikap Kerja dengan Kelelahan Kerja dibagian Pengemasan

Analisis bivariat dilakukan dengan menggunakan uji chi-square dimana skala data yang digunakan adalah ordinal. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 4.10.

Tabel 4.10. Hubungan Sikap kerja dengan Kelelahan dibagian pengeringan

Sikap Kerja	Kelelahan				Total		P Value	$\alpha$
	Ringan		Berat		N	%		
	N	%	N	%				
Baik	11	68,8	5	31,2	16	100	0,067	0,05
Buruk	4	28,6	10	71,4	14	100		
Total	15		15		30	100		

Hasil Uji Chi Square diperoleh nilai  $p = 0,067 > \alpha = 0,05$  yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan pada pekerja laundry bagian pengemasan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Umiyati (2009) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang antara postur kerja dengan kelelahan pada pekerja penjahit sektor usaha informal di wilayah Ketapang Cipondoh Tangerang dengan nilai  $p=0,146$ .

Penelitian lain oleh Sulistia (2011) menunjukkan bahwa resiko ergonomi pekerjaan tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan kejadian kelelahan pada karyawan di instalasi gizi Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Pasar Rebo Jakarta dengan nilai  $p = 0,723 > \alpha = 0,05$

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

1. Karakteristik sikap dan kelelahan tiap bagian laundry.
  - a. Pekerja dibagian penimbangan melakukan sikap kerja ergonomi 17 pekerja (56,7%) dan tidak ergonomi 13 pekerja (43,3%). Pekerja yang

mengalami kelelahan ringan 16 pekerja ( 53,3%) dan lainnya mengalami kelelahan berat 14 pekerja (46,7%).

- b. Pekerja dibagian pencucian melakukan sikap kerja tidak ergonomi 18 pekerja (60%) dan sikap kerja ergonomi 12 pekerja (40%). Pekerja yang mengalami kelelahan berat 16 pekerja ( 53,3%) dan lainnya mengalami kelelahan ringan 14 pekerja (46,7%).
- c. Pekerja dibagian pengeringan melakukan sikap kerja ergonomi 16 pekerja (53,3%) dan tidak ergonomi 14 pekerja (46,7%). Pekerja yang mengalami kelelahan berat 16 pekerja ( 53,3%) dan lainnya mengalami kelelahan ringan 14 pekerja (46,7%).
- d. Pekerja dibagian penyetrikan memiliki melakukan sikap kerja ergonomi maupun tidak ergonomi 15 pekerja (50%) dan pekerja yang mengalami kelelahan ringan maupun berat 15 pekerja (50%).
- e. Pekerja yang melakukan sikap kerja ergonomi baik 16 pekerja

(53,3%) dan ergonomi buruk 14 pekerja (46,7%). Pekerja yang mengalami kelelahan ringan maupun berat 15 pekerja ( 50%).

2. Tidak ada hubungan antara sikap kerja dibagian penimbangan, pencucian, pengeringan dan penyetricaan dengan kelelahan di bagian penimbangan.
3. Ada hubungan antara sikap kerja dengan kelelahan di bagian penyetricaan.

#### DAFTAR PUSTAKA

ILO. 2007. *Encyclopedia of Occupational Health and Safety*. 4th edition Vol 1-2-4.

Joko Susetyo, Titin Isna Oes, Suyasning Hastiko Indoneisani. 2008. Prevalensi Keluhan Subjektif atau Kelelahan Karena Sikap Kerja yang Tidak Ergonomis pada Pengrajin Perak. *Jurnal Teknologi-Volume 1/ No. 2/ 2008*

#### Saran

1. Disarankan adanya penyuluhan tentang sikap ergonomis pada pekerja *laundry*.
2. Mendesain sarana kerja yang ergonomis seperti meja kursi yang ergonomis untuk bagian penyetricaan.
3. Tenaga kerja diharapkan lebih memperhatikan waktu istirahat terutama pada bagian penyetricaan.

Manuba, A. 2000. *Ergonomi kesehatan dan Kesekamatan Kerja*. Guna Widya. Surabaya.

Setyawati, Lintje Kusuma Maurits. 2011. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Amara Books, Yogyakarta.

Suma'mur, P.K. 1989. *Ergonomi untuk Produktivitas Kerja*. PT. Toko Gunung Agung, Jakarta.

\_\_\_\_\_. 2009. *Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. PT. Toko Gunung Agung, Jakarta.

Tarwaka, Solichun HA. Bakri, Lilik  
Sudajeng. 2004. *Ergonomi  
untuk keselamatan, Kesehatan  
Kerja dan Produktivitas*. Uniba  
Press, Surakarta.

