

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI TRAVEL DI PT ANNANTA SETUJU GRUP KOTA PEKANBARU TAHUN 2023

Nurul Fitria¹, M. Nizar Syarif Hamidi², Ade Dita Puteri³

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai^{1,2,3}

*Corresponding Author : nuyunfitria@gmail.com

ABSTRAK

Kelelahan kerja adalah salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat menjadi faktor risiko terjadi kecelakaan pada saat bekerja. Mengemudi merupakan pekerjaan yang memiliki risiko cukup tinggi terjadinya kecelakaan. Salah satu penyebab kecelakaan adalah kelelahan pengemudi. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja yaitu jenis kelamin, usia, riwayat penyakit, kebiasaan merokok, waktu istirahat, beban kerja, durasi kerja dan masa kerja. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru tahun 2023. Desain Penelitian ini adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pekerja bagian pengemudi berjumlah 34 orang, pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Data yang diperoleh menggunakan analisis *Fisher's Exact test* diperoleh hasil sebagian besar responden mengalami kelelahan sebanyak 28 orang (82,4%), tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja dengan *p value* ($0,202 > 0,05$), ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja dengan *p value* ($0,031 < 0,05$), tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kelelahan kerja dengan *p value* ($0,205 < 0,05$), tidak ada hubungan yang signifikan antara waktu istirahat dengan kelelahan kerja dengan *p value* ($0,562 > 0,05$). Diharapkan perusahaan agar memberikan peraturan dan prosedur kerja yang lebih menjamin kondisi kesehatan para pekerja baik dalam waktu yang singkat ataupun lama.

Kata kunci : masa kerja, durasi kerja, kebiasaan merokok, waktu istirahat, kelelahan kerja.

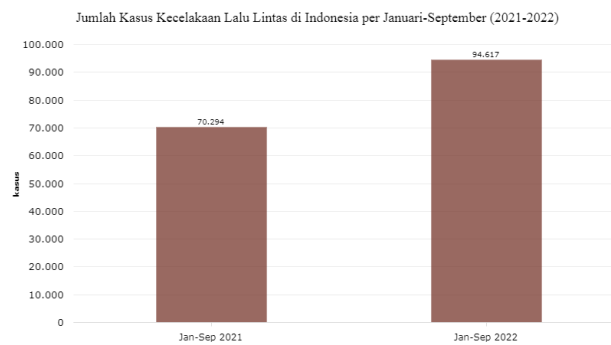
ABSTRACT

*Work fatigue is a health and safety problem that can be a risk factor for accidents at work. Driving is a job that has a high enough risk of an accident. One of the causes of accidents is driver fatigue. Factors related to work fatigue are gender, age, medical history, smoking habits, rest time, workload, work duration and years of service. The purpose of this study was to determine the factors associated with work fatigue in travel drivers at PT Annanta Setuju Pekanbaru City Group in 2023. The study design was cross-sectional. The population in this study were 34 workers in the driver's section, taking samples using total sampling. The data obtained using the Fisher's Exact test analysis showed that most of the respondents experienced fatigue as many as 28 people (82.4%), there was no significant relationship between years of service and work fatigue with a *p value* ($0.202 > 0.05$), there was a significant relationship there is a significant relationship between work duration and work fatigue with a *p value* ($0.031 < 0.05$), there is no significant relationship between smoking habits and work fatigue with a *p value* ($0.205 < 0.05$), there is no significant relationship between rest time and fatigue work with *p value* ($0.562 > 0.05$). It is hoped that the company will provide work regulations and procedures that better guarantee the health conditions of workers both in a short or long time.*

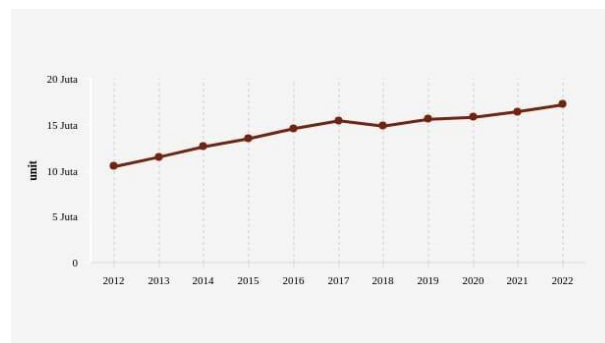
Kata kunci: *length of work, duration of work, smoking habits, rest time, work fatigue.*

PENDAHULUAN

Kecelakaan kerja adalah kecelakaan yang terjadi sehubungan dengan hubungan kerja, termasuk penyakit akibat kerja dan kecelakaan yang terjadi dalam perjalanan dari rumah ke tempat kerja dan dalam perjalanan pulang, yang dapat atau harus diberi ganti kerugian (Peraturan Menteri Tenaga Kerja No 4/Men/1993). Jumlah korban kecelakaan lalu lintas semakin meningkat seiring dengan meningkatnya jumlah kendaraan yang digunakan di Indonesia. Hal ini dapat dilihat pada Gambar 1.1



Gambar 1.1 Data Kecelakaan Lalu Lintas di Indonesia Tahun 2021-2022



Gambar 1.2 Data Jumlah Mobil di Indonesia Tahun 2012-2022

Tingginya jumlah mobil di Indonesia juga karena meningkatnya minat komersial seperti perusahaan travel. Ada risiko kecelakaan lalu lintas di agen travel. Agen travel adalah bisnis yang membutuhkan jam kerja tinggi. Keterbatasan waktu yang tinggi seringkali memaksa pekerja untuk berkendara dengan kecepatan tinggi untuk mencapai tujuan kerja, yang dapat berdampak pada kecelakaan kerja berupa kecelakaan lalu lintas (Astri, 2019). Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya kecelakaan lalu lintas. Dan menurut Kementerian Perhubungan RI, kelelahan pengemudi menjadi faktor dominan terjadinya kecelakaan lalu lintas. Kecelakaan lalu lintas juga dapat disebabkan oleh faktor jalan, seperti marka jalan yang kurang memadai atau rambu-rambu yang mengganggu perhatian pengemudi. Penyebab kecelakaan lainnya adalah kecerobohan pengemudi dengan kendaraannya saat melakukan perawatan rutin. Kendaraan juga berpengaruh terhadap terjadinya kecelakaan lalu lintas, karena kendaraan tidak sesuai sehingga membahayakan penggunaannya (Kamila, 2022). Kelelahan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya kecelakaan lalu lintas. Kelelahan kerja adalah salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat menjadi faktor risiko terjadi kecelakaan pada saat bekerja (Juliana, Mariana. Camelia, Anita. Rahmiwati, 2018).

Kelelahan merupakan masalah yang memerlukan perhatian khusus dalam setiap pekerjaan baik formal maupun informal, karena menurut World Health Organization (WHO) memprediksi bahwa gangguan psikis berupa perasaan lelah yang berat dan berujung pada

depresi akan menjadi pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung (Ajeng, 2020). Menurut International Labour Organization (ILO), 2 juta pekerja meninggal dalam kecelakaan akibat kelelahan. Sebuah studi yang dilakukan oleh International Labour Organization menemukan bahwa 18.828 (32,8%) dari 58.118 sampel mengalami kelelahan dan hal tersebut mempengaruhi produktivitas kerja. Di Indonesia rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja setiap hari dimana 27,8% di antaranya karena kelelahan dan sekitar 9,5% orang mengalami kecacatan (Kadir, 2022). Pekanbaru merupakan salah satu kota yang memiliki kendaraan atau alat transportasi yang cukup padat dimana menurut data Polresta Pekanbaru, terjadi 187 kecelakaan, di antaranya 57 orang meninggal dunia, 43 orang luka berat, dan 174 orang luka ringan, kemudian pada tahun 2018-2022 kecelakaan yang terjadi khususnya pengemudi travel sebanyak 27 kasus dan penyebabnya didominasi akibat kelelahan pengemudi (Riau/hb, 2022).

Menurut (Nanda, 2018) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan pada pengemudi travel di PT. NTV Nurul Hiqmah Transport Pekanbaru dengan hasil penelitian dari 55 responden terdapat hubungan yang signifikan antara durasi kerja, nyeri punggung bawah dengan kelelahan kerja didapati p value (0,000) dan (0,020). Dan tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dan usia dengan kelelahan kerja didapati p value (0,060) dan (0,836). Hasil survey awal yang dilakukan di PT Annanta setuju Grup adalah salah satu perusahaan yang berdiri dibidang transportasi darat dengan perjalanan Pekanbaru-Padang, dan Pekanbaru-Bukit tinggi begitu sebaliknya dan merupakan agent kredibel atau kepercayaan yang pernah mengalami kecelakaan lalu lintas terbesar pada tahun 2018 yang mengakibatkan pengemudi dan 2 penumpangnya meninggal dunia. Setelah di telurusi lebih lanjut penyebab dari kecelakaan tersebut adalah kelalaian pengemudi akibat kelelahan. Pengemudi yang lelah akan sulit berkonsentrasi dan kurang waspada. Pengemudi yang lelah biasanya tidak menyadari bahwa dirinya sedang mengalami kelelahan. Padahal reputasi sebagai agen terpercaya diperoleh dari komitmen Annanta Travel yang selalu mengedepankan keselamatan penumpang. Annanta Travel juga merekrut pengemudi yang cakap serta telah mengikuti pelatihan mengemudi. Mempunyai pekerja terlatih dan tersertifikasi serta difasilitasi alat kerja yang terstandarisasi dan terawat tidak menutup kemungkinan PT Annanta Setuju Grup adalah agen travel yang terlibat dalam kecelakaan lalu lintas. Ada 3 kecelakaan serius dan kurang lebih 112 kali kecelakaan ringan yang terjadi dari tahun 2015-2023 yang disebabkan oleh faktor pengemudi dan faktor kendaraan tersebut. Kecelakaan terberat yang terjadi disebabkan kelalaian pengemudi dalam mengendarai kendaraan akibat kelelahan. Tujuan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel di PT Annanta Setuju Grup pada tahun 2023.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru pada tanggal 19-22 Juni tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja di bagian pengemudi di PT Annanta Setuju Grup berjumlah 34 orang. Sampel dalam penelitian ini seluruh pekerja bagian pengemudi di PT Annanta Setuju Grup berjumlah 34 orang dengan menggunakan Teknik *total sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran instrumen kuesioner yang terdiri dari 19 pertanyaan. Variabel independen yaitu masa kerja, durasi kerja, kebiasaan merokok dan waktu istirahat. Variabel terikat yaitu kelelahan kerja. Analisis data hasil penelitian menggunakan analisis univariat dan bivariat (*fisher's exact test*).

HASIL**Analisis Univariat**

Karakteristik responden adalah usia dan Faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja diperoleh dari kuesioner penelitian yaitu masa kerja, durasi kerja, kebiasaan merokok, dan waktu istirahat. Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia di PT Annanta Setuju Grup Tahun 2023

Usia	F	Persentase (%)
Usia 17-25 tahun	8	23,5
Usia 26-35 tahun	23	67,6
Usia 36-45 tahun	3	8,8
Total	34	100,00

Berdasarkan tabel 1 di atas diperlihatkan bahwa mayoritas supir di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru memiliki usia 26- 35 tahun sebanyak 23 responden (67,6%), sedangkan yang paling sedikit usia 36-45 tahun sebanyak 3 responden (8,8%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja di PT Annanta Setuju Grup Tahun 2023

Variabel	F	Persentase (%)
A Masa kerja		
1. Berisiko (> 3 tahun)	20	58,8
2. Tidak berisiko (\leq 3 tahun)	14	41,2
B Durasi kerja		
1. Tidak memenuhi standar (> 8 jam/hari)	25	73,5
2. Memenuhi standar (\leq 8 jam/hari)	9	26,5
C Kebiasaan merokok		
1. Perokok	29	85,3
2. Tidak perokok	5	14,7
D Waktu istirahat		
1. Tidak baik (< 1 jam/rute perjalanan)	6	17,6
2. Baik (\geq 1 jam/rute perjalanan)	28	82,4
Total	34	100

Berdasarkan tabel 2 di atas memperlihatkan bahwa faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja yang mendominasi pada pengemudi travel di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023 adalah responden yang memiliki masa kerja berisiko (> 3 tahun) sebanyak 20 responden (58,8%), durasi kerja yang tidak memenuhi standar (> 8 jam/hari) sebanyak 25 responden (73,5%), memiliki kebiasaan merokok sebagai perokok sebanyak 29 responden (85,3%), dan dengan waktu istirahat yang baik (\geq 1 jam/rute perjalanan) sebanyak 28 responden (82,4%)

Tabel 3 Distribusi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja di PT Annanta Setuju Grup Tahun 2023

Kelelahan Kerja	f	Persentase (%)
Mengalami Kelelahan Kerja	28	82,4
Tidak Mengalami Kelelahan Kerja	6	17,6
Total	34	100,0

Berdasarkan Tabel 3 di atas memperlihatkan bahwa mayoritas supir di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru mengalami kelelahan kerja sebanyak 28 responden (82,4%).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini memberikan gambaran tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023. Analisis ini menggunakan *fisher's exact test.*, sehingga dapat dilihat hubungan kedua variable tersebut. Hasil analisis disajikan pada tabel sebagai berikut :

Masa Kerja

Tabel 4 Hubungan Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja Di PT Annanta Setuju Grup Tahun 2023

Masa kerja	Kelelahan kerja		Total	POR(CI 95%)	p Value
	Mengalami kelelahan kerja	Tidak mengalami kelelahan kerja			
Berisiko	18 (90%)	2 (10%)	20 (100%)	3,600 (0,558-23,244)	0,202
Tidak berisiko	10 (71,4%)	4 (28,6%)	14 (100%)		
Total	28 (82,4%)	6 (17,6%)	34 (100%)		

Sumber : Hasil Pengolahan Data Spss, 2023

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang memiliki masa berisiko terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 2 responden (10%). Sedangkan dari 14 responden yang memiliki masa kerja tidak berisiko terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 10 responden (71,4%).

Dari hasil fisher's exact test antara masa kerja dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai p value = 0,202 dimana $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023. Selain itu, diperoleh nilai POR sebesar 3,600. Dapat disimpulkan bahwa pengemudi dengan masa kerja berisiko mempunyai risiko 3,6 kali lebih besar untuk mengalami kelelahan kerja dibandingkan dengan pengemudi yang memiliki masa kerja tidak berisiko.

Durasi Kerja

Tabel 5 : Hubungan Durasi Kerja Dengan Kelelahan Kerja Di PT Annanta Setuju Grup Tahun 2023

Durasi kerja	Kelelahan kerja		Total	POR(CI 95%)	p Value
	Mengalami kelelahan kerja	Tidak mengalami kelelahan kerja			
Tidak memenuhi standar	23 (92%)	2 (8%)	25 (100%)	9,200 (1,304-64,895)	0,031
Memenuhi standar	5 (55,6%)	4 (44,4%)	9 (100%)		
Total	28 (82,4%)	6 (17,6%)	34 (100%)		

Sumber : Hasil Pengolahan Data Spss, 2023

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 25 responden yang memiliki durasi kerja tidak memenuhi standar terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 2 responden (8%). Sedangkan dari 9 responden yang memiliki durasi kerja memenuhi standar terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 5 responden (55,6%).

Dari hasil fisher's exact test antara durasi kerja dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai p value = 0,031 dimana $p < 0,05$ artinya ada hubungan yang signifikan antara durasi

kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023. Selain itu, diperoleh nilai POR sebesar 9,200. Dapat disimpulkan bahwa pengemudi dengan durasi kerja yang tidak memenuhi standar mempunyai risiko 9,2 kali lebih besar mengalami kelelahan kerja dibandingkan dengan pengemudi yang durasi kerjanya yang memenuhi standar.

Kebiasaan Merokok

Tabel 6 : Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kelelahan Kerja di PT Annanta Setuju Grup 2023

Kebiasaan merokok	Kelelahan kerja		Total	POR(CI 95%)	p Value
	Mengalami kelelahan kerja	Tidak mengalami kelelahan kerja			
Perokok	25 (86,2%)	4 (13,8%)	29 (100%)	4,167	0,205
Tidak perokok	3 (60%)	2 (40%)	5 (100%)	(0,522-	
Total	28 (82,4%)	6 (17,6%)	34 (100%)	33,263)	

Sumber : Hasil Pengolahan Data Spss, 2023

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa dari 29 responden yang memiliki kebiasaan merokok sebagai perokok terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 4 responden (13,8%). Sedangkan dari 5 responden yang memiliki kebiasaan merokok sebagai tidak perokok terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 3 responden (60%).

Dari hasil fisher's exact test antara kebiasaan merokok dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai p value = 0,205 dimana $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023. Selain itu, diperoleh nilai POR sebesar 4,167. Dapat disimpulkan bahwa pengemudi dengan kebiasaan merokok sebagai perokok mempunyai risiko sebesar 4,1 kali lebih besar mengalami kelelahan kerja dibandingkan dengan pengemudi tidak perokok.

Waktu Istirahat

Tabel 7 : Hubungan Waktu Istirahat Dengan Kelelahan Kerja Di PT Annanta Setuju Grup Tahun 2023

Waktu istirahat	Kelelahan kerja		Total	POR(CI 95%)	p Value
	Mengalami kelelahan kerja	Tidak mengalami kelelahan kerja			
Tidak baik	6 (100%)	0 (0%)	6 (100%)	1,273 (1,049-	0,562
Baik	22 (78,6%)	6 (21,4%)	28(100%)	1,544)	
Total	28 (82,4%)	6 (17,6%)	34 (100%)		

Sumber : Hasil Pengolahan Data Spss, 2016

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa dari 6 responden yang melakukan waktu istirahat dengan tidak baik tidak terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja. Sedangkan dari 28 responden yang melakukan istirahat dengan baik terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 22 responden (78,6%).

Dari hasil fisher's exact test antara waktu istirahat dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai p value = 0,562 dimana $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara waktu istirahat dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023. Selain itu, diperoleh nilai POR sebesar 1,273. Dapat disimpulkan bahwa pengemudi yang memiliki waktu istirahat dengan tidak baik mempunyai risiko 1,2 kali lebih besar mengalami kelelahan kerja dibandingkan dengan pengemudi yang memiliki waktu istirahat dengan baik.

PEMBAHASAN

Hubungan Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang memiliki masa berisiko terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 2 responden (10%). Sedangkan dari 14 responden yang memiliki masa kerja tidak berisiko terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 10 responden (71,4%). Dengan hasil *fisher's exact test* antara masa kerja dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai *p value* = 0,202 dimana $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti dari 20 responden dengan masa kerja berisiko sebanyak 2 responden (10%) yang tidak mengalami kelelahan kerja, dimana responden dengan masa kerja berisiko tetapi tidak mengalami kelelahan kerja karena terjadinya kelelahan kerja dipengaruhi oleh pekerjaan atau pengalaman kerja responden. Semakin berpengalaman seseorang dalam pekerjaannya, semakin efisien pekerjaannya, sehingga responden dapat mengatur jumlah energi yang dikeluarkannya, karena sering melakukan pekerjaan yang sama. Selain itu, pekerja mengetahui posisi kerja yang paling baik atau nyaman bagi dirinya untuk menjaga produktivitas. Masa kerja adalah waktu yang dibutuhkan seseorang untuk memahami pekerjaannya dan melakukannya dengan baik. Masa kerja dapat berdampak pada penurunan efisiensi otot yang dapat dilihat sebagai pengurangan rentang gerak. Bukan hanya karena satu hal seperti beban kerja yang berlebihan, tapi juga karena ketegangan yang menumpuk setiap hari dalam waktu yang lama. Semakin lama seseorang bekerja, semakin lelah dan semakin terpapar bahaya lingkungan kerja (Nanda, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rachman et al., 2022) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Pengangkut Semen Curah PT. Prima Karya Manunggal (PKM) Kab. Pangkep. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* mendapatkan *p value* (0,015) yaitu $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja.

Hubungan Durasi Kerja Dengan Kelelahan Kerja

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 25 responden yang memiliki durasi kerja tidak memenuhi standar terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 2 responden (8%). Sedangkan dari 9 responden yang memiliki durasi kerja memenuhi standar terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 5 responden (55,6%). Dengan hasil *fisher's exact test* antara durasi kerja dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai *p value* = 0,031 dimana $p < 0,05$ artinya ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti dari 25 orang responden dengan durasi kerja tidak memenuhi standar sebanyak 2 responden (8%) yang tidak mengalami kelelahan kerja, dimana responden yang memiliki durasi kerja tidak memenuhi standar tetapi tidak mengalami kelelahan kerja responden biasanya mengemudikan kendaraannya dengan kecepatan yang sedang sedang saja dan didukung oleh kondisi jalan aman dan lancar terhindar dari suasana macet dan mengatur rute pengantaran penumpang sehingga dapat mengatur waktu perjalanan yang akan ditempuh dan dapat menyelesaikan pekerjaan tepat waktu dan waktu yang tersisa dapat dipergunakan untuk beristirahat dan diimbangi dengan mengkonsumsi suplemen atau vitamin sebelum melakukan pekerjaan agar tubuh terasa lebih fit. Adanya tambahan upah yang diberikan kepada responden oleh perusahaan agar responden lebih semangat atau termotivasi dengan penghargaan. Durasi kerja adalah lamanya perjalanan dari keberangkatan sampai tiba di tempat tujuan. Jam kerja dikelompokkan menjadi dua bagian, yaitu. pekerjaan standar jika □

8 jam sehari dan pekerjaan tidak standar jika > 8 jam sehari. Waktu kerja menentukan efisiensi dan produktivitas seseorang. Waktu seseorang dapat bekerja dengan baik biasanya \square 8 jam, sisa 16-18 jam dihabiskan untuk istirahat, tidur, hubungan keluarga dan sosial, dll. Peningkatan waktu kerja keterampilan dasar seorang karyawan menyebabkan penurunan produktivitas kerja dan kecenderungan kelelahan, sakit, dan kecelakaan. Seseorang biasanya dapat bekerja 40-50 jam seminggu (Suwandi, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nanda, 2018) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Angkutan Umum Travel Di PT. NTV Nurul Hiqmah Transport Pekanbaru dengan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Chi Square mendapatkan p value (0,000) yaitu $p < 0,05$ yang artinya ada hubungan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja.

Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kelelahan Kerja

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa dari 29 responden yang memiliki kebiasaan merokok sebagai perokok terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja sebanyak 4 responden (13,8%). Sedangkan dari 5 responden yang memiliki kebiasaan merokok sebagai tidak perokok terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 3 responden (60%). Dengan hasil *fisher's exact test* antara kebiasaan merokok dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai p value = 0,205 dimana $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti dari 29 responden yang memiliki kebiasaan sebagai perokok sebanyak 4 responden (13,8%) yang tidak mengalami kelelahan kerja, dimana responden yang memiliki kebiasaan merokok sebagai perokok tetapi tidak mengalami kelelahan kerja dikarenakan mereka mengkonsumsi rokok hanya sekedar keperluan mengisi waktu yang kosong bukan sebagai pecandu rokok berat yang menjadikan rokok sebagai penyemangat saat bekerja. Ketika mengatur keadaan tubuhnya dari kebiasaan merokok dapat menjaga kesehatan pekerja baik dalam jangka waktu pendek ataupun panjang. Kandungan yang ada di dalam rokok sangat berbahaya dan memiliki dampak yang besar bagi kesehatan. Jangan menjadikan kebiasaan merokok itu motivasi dalam bekerja karena kesehatan itu mahal dan mencegah lebih baik dari pada mengobati.

Keadaan kesegaran tubuh seseorang dan konsentrasi zat berbahaya dalam asap rokok mungkin memiliki efek sinergis, memicu nyeri otot yang parah di tempat kerja. Semakin lama dan semakin sering Anda merokok, semakin Anda menyadari adanya masalah otot. Kebiasaan merokok mempengaruhi volume paru-paru. Dengan demikian, jumlah oksigen dalam tubuh berkurang, akibatnya tingkat kesegaran tubuh menurun, yang berdampak pada kelelahan akibat rendahnya kandungan oksigen dalam darah, lambatnya pembakaran karbohidrat, dan penumpukan asam laktat (Narpati, J. R., Ekawati, E., & Wahyuni, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu & Effendi, 2017) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Di Departement Area Produksi MCD PLANT M, PT "X". Dengan hasil uji statistik *Chi Square* mendapat p value (0,045) yaitu $p < 0,05$ maka kebiasaan merokok memiliki hubungan yang penting, menurutnya kebiasaan merokok menurunkan kapasitas paru-paru sehingga menyebabkan penurunan kemampuan untuk mengkonsumsi oksigen dan akibatnya kondisi tubuh memburuk. Ketika seseorang harus melakukan tugas yang menuntut, kelelahan mudah terjadi.

Hubungan Waktu Istirahat Dengan Kelelahan Kerja

Berdasarkan tabel 7 dapat dilihat bahwa dari 6 responden yang melakukan waktu istirahat dengan tidak baik tidak terdapat yang tidak mengalami kelelahan kerja. Sedangkan

dari 28 responden yang melakukan istirahat dengan baik terdapat yang mengalami kelelahan kerja sebanyak 22 responden (78,6%). Dengan hasil *fisher's exact test* antara waktu istirahat dengan kelelahan kerja dapat diketahui nilai $p\text{ value} = 0,562$ dimana $p > 0,05$ artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara waktu istirahat dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti dari 6 responden yang melakukan waktu istirahat dengan tidak baik tidak terdapat yang responden yang tidak mengalami kelelahan dikarenakan waktu istirahat sangat penting dalam melakukan pekerjaan karena dengan kita memiliki waktu istirahat dan dimanfaatkan dengan baik dan benar dapat mengembalikan tenaga yang telah kita keluarkan saat bekerja dan membuat tubuh kita kembali bersemangat untuk melakukan pekerjaan. Perpanjangan jam kerja dapat mengurangi waktu istirahat yang seharusnya menjadi kebutuhan tubuh manusia setelah melakukan aktivitas. Bekerja dalam waktu lama tanpa istirahat menyebabkan kelelahan otot. Peningkatan waktu mengemudi dalam posisi monoton meningkatkan kelelahan, waktu reaksi melambat, perhatian menurun dan kemungkinan tertidur saat bekerja meningkat. UU lalu lintas No. 22 Tahun 2009 Pasal 90 ayat 3 mengatur bahwa setiap pengemudi kendaraan umum harus beristirahat sekurang-kurangnya setengah jam setelah 4 (empat) jam terus menerus mengemudikan kendaraannya. Selain itu, waktu kerja maksimal 8 jam per hari dan sering istirahat 5-15 menit setiap 1-2 jam dapat mengurangi resiko dan kesalahan atau kecelakaan, terutama bagi pekerja yang rawan (Kamila, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Kamila, 2022) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Di PT X. Hasil uji statistik *Chi Square* mendapat $p\text{ value}$ (1,774) yaitu $p > 0,05$ maka tidak adanya hubungan waktu istirahat dengan kelelahan kerja. Karena pengemudi memiliki waktu istirahat yang tidak menentu setiap harinya. Jam istirahat diatur oleh pengelola jadwal yang menyesuaikan dengan kondisi penumpang dan jumlah armada yang tersedia.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dengan melihat faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi travel bahwa sebagian besar responden memiliki masa kerja berisiko sebanyak 20 responden (58,8%), durasi kerja tidak memenuhi standar sebanyak 25 responden (73,5%), memiliki kebiasaan merokok sebagai perokok sebanyak 29 responden (85,3%), dan melakukan waktu istirahat dengan baik sebanyak 28 responden (82,4%). Dan diketahui sebagian besar responden mengalami kelelahan sebanyak 28 responden (82,4%) pada pengemudi travel di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023. Terdapat adanya hubungan antara durasi kerja ($p\text{ value} = 0,031 < 0,005$) dengan kelelahan kerja dan terdapat tidak adanya hubungan antara masa kerja ($p\text{ value} = 0,202 > 0,005$), kebiasaan merokok ($p\text{ value} = 0,205 > 0,005$), dan waktu istirahat ($p\text{ value} = 0,562 > 0,005$) dengan kelelahan kerja pada kerja pada pengemudi travel di PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru Tahun 2023.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada PT Annanta Setuju Grup Kota Pekanbaru yang sudah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini dan terimakasih kepada karyawan bagian pengemudi yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini serta ucapan terimakasih kepada semua pihak yang sudah memberi bantuan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng, R. (2020). *Penentuan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pengemudi Bus PO. XYZ Trayek Bojonegoro-Osowilanguan* [Skripsi, Universitas Internasional Semen Indonesia]. <https://repository.uisi.ac.id/880/>
- Astri, S. M. S. (2019). *Hubungan Faktor Individu dan Faktor Pekerjaan dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pengemudi Truk Tangki BBM di PT X Jakarta Tahun 2019*. Skripsi [Universitas Binawan]. <https://repository.binawan.ac.id/773/1/k3 - astri sofia marselina s - 2019 repo.pdf>
- Juliana, Mariana. Camelia, Anita. Rahmiwati, A. (2018). *Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik, Tbk*. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 53–63.
- Kadir, M. (2022). *Hubungan Beban Kerja, Durasi Kerja, dan Stress Kerja dengan Kelelahan Kerja Karyawan Bank x Tahun 2021* [Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju].
- Kamila, R. S. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Di PT X Tahun 2022* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta].
- Nanda, I. V. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Pada Pengemudi Travel di PT.NTV Nurul Hiqmah Trasnport Pekanbaru Tahun 2018*. Skripsi. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
- Narpati, J. R., Ekawati, E., & Wahyuni, I. (2019). *Hubungan Beban Kerja Fisik, Frekuensi Olahraga, Lama Tidur, Waktu Istirahat dan Waktu Kerja dengan Kelelahan Kerja*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 337–344.
- Puteri, A. D., & Nisa, A. M. (2020). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Safety Driving Pada Supir Travel Di Pt. Libra Wisata Transport*. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(1), 1-10.
- Peraturan Menteri Tenaga Kerja No 4/Men/1993. tentang Jaminan Kecelakaan Kerja.
- Rachman, I., Septiyanti, & Mahmud, N. U. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Pengangkut Semen Curah PT.Prima Karya Manunggal (Pkm) Kab.Pangkep*. *Window of Public Health Journal*, 2(4), 1498–1506. <https://doi.org/10.33096/woph.v2i4.791>
- Rahayu, R. P., & Effendi, L. (2017). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja di Department Area Produksi Mcd, Plant M, PT “X” Tahun 2017*. *Environmental Occupational Health and Safety Journal*, 1(1), 51–60.
- Riau/hb, M. (2022). *Info Jumlah Orang yang Tewas Gegara Kecelakaan Lalulintas di Pekanbaru*. <https://www.riau.go.id/home/content/2022/12/09/13538-info-jumlah-orang-yang-tewas-gegara-kecelakaan-lalulintas-di>
- Suwandi. (2022). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Kelelahan Kerja (Fatigue) pada Pengemudi Bus Antar Kota Palopo-Makassar*. *Mega Buana Journal of Noursing*, 1(2), 73–83.