

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PENGENDARA OJEK *ONLINE* DI KOTA SAMARINDA

Muhammad Zulkarnain¹, Dina Lusiana Setyowati², Muhammad Sultan³

Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Universitas Mulawarman^{1,2,3}

muh.zulkarnain2000@gmail.com¹, dinalusiana@fkm.unmul.ac.id²

ABSTRACT

Fatigue is a body mechanism as a form of protection to keep the body from further damage as a result of activity or work. It is recommended that workers always provide a minimum supply of 2.7 liters of mineral water for women and 3.7 liters for men per day, pay attention to rest times, and apply good sleep habits to get good quality sleep. Online ojek drivers are one of the jobs that risk experiencing fatigue and can potentially cause accidents. This study aims to determine factors associated with work fatigue among online ojek riders (Gojek) in Samarinda City. Quantitative research with a cross-sectional approach has been conducted on 98 respondents taken from a population of 2,850 using the purposive sampling technique. Age, work duration, and sleep duration were measured by questionnaire, the anxiety level was measured by the Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire method, and sleep quality was measured by the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) questionnaire. Bivariate analysis in this study used Spearman's Rank test and Cramer's V with a 95% confidence level ($\alpha = 0.05$). The results of this study indicate that the majority of respondents experienced fatigue in the moderate category as many as 69 (70.4%). There is a relationship between the level of anxiety ($p=0.000$) and sleep quality ($p=0.025$) with work fatigue among online taxibike riders (Gojek) in Samarinda City.

Keywords : Anxiety, Sleep Quality, Taxibike Online, Work Fatigue

ABSTRAK

Kelelahan merupakan suatu mekanisme tubuh sebagai bentuk perlindungan untuk menjaga dari kerusakan tubuh lebih lanjut sebagai akibat dari aktivitas atau pekerjaan. Pengendara ojek *online* merupakan salah satu pekerjaan yang mempunyai risiko untuk mengalami kelelahan dan dapat berpotensi sebagai penyebab terjadinya kecelakaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* di Kota Samarinda. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan secara *cross sectional*, telah dilakukan terhadap 98 responden yang diambil dari populasi berjumlah 2.850 dengan menggunakan teknik purposive sampling. Usia, durasi kerja, dan durasi tidur diukur dengan kuesioner, tingkat kecemasan diukur dengan metode kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), dan kualitas tidur diukur dengan kuesioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Analisis bivariate pada penelitian ini menggunakan uji *Rank Spearman* dan *Cramer's V* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden mengalami kelelahan dengan kategori sedang sebanyak 69 (70,4%). Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan ($p=0,000$), dan kualitas tidur ($p=0,025$) dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* di Kota Samarinda. Disarankan kepada pekerja untuk selalu menyediakan persediaan air mineral minimal 2.7 liter untuk wanita dan 3.7 liter untuk laki-laki per harinya dan memperhatikan waktu istirahat serta menerapkan kebiasaan pola tidur yang baik agar mendapatkan kualitas tidur yang baik.

Kata kunci : Kecemasan, Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Ojek Online

PENDAHULUAN

Pada era zaman *modern* saat ini, kendaraan menjadi salah satu kebutuhan

penting yang harus dimiliki, karena dapat membantu dan mempermudah mobilisasi ke suatu tempat. Pada umumnya, masyarakat memilih menggunakan kendaraan roda dua sebagai alat

transportasi untuk memudahkan perjalanan mereka dan sekaligus untuk menghindari kemacetan. Berdasarkan data yang dipublikasikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2019, dari beberapa jenis kendaraan bermotor, sepeda motor merupakan jenis kendaraan yang paling banyak dengan total mencapai 112.771.136 atau sebesar 84% dari total seluruh kendaraan bermotor yang ada di Indonesia. Ojek *online* merupakan salah satu jenis transportasi perorangan yang banyak digunakan oleh masyarakat, terutama di kota-kota besar baik untuk jasa pengiriman barang maupun angkutan orang (Rizal & Elwindra, 2019).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tanriono, Doda & Manimpiring (2019) kelelahan kerja berhubungan dengan kecelakaan kerja pada pengemudi ojek di Kota Bitung dan berisiko 4 kali menyebabkan kecelakaan kerja. Kelelahan kerja khususnya pada pengemudi ojek *online* merupakan salah satu permasalahan serius yang dapat menjadi penyebab terjadinya kecelakaan lalu lintas (Manuel & Wirawan, 2020). Hal tersebut dikarenakan kelelahan kerja dapat mengakibatkan turunnya kewaspadaan, konsentrasi dan ketelitian yang dapat berpotensi menimbulkan terjadinya kecelakaan kerja (Ramdan, 2018). Kelelahan yang terjadi pada pengemudi dapat mengakibatkan keterlambatan dalam merespons pada saat mengemudi yang disertai dengan adanya penurunan kewaspadaan, perhatian dan hambatan persepsi saat berkendara.

Di Indonesia, berdasarkan data dari Kepolisian Republik Indonesia divisi Lalu Lintas (2018) melaporkan bahwasanya total angka kecelakaan di jalan raya mencapai 109.079 kasus, dimana jenis kendaraan yang mendominasi angka kecelakaan adalah kendaraan roda dua. Berdasarkan hasil dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, dari seluruh kasus cedera akibat kecelakaan lalu lintas, sebesar 72,7% merupakan pengendara

sepeda motor (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Di Provinsi Kalimantan Timur sendiri, pada tahun 2020, berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Kalimantan Timur, angka kecelakaan lalu lintas mencapai angka 448 kasus, dimana Kota Samarinda merupakan Kota dengan angka kecelakaan lalu lintas tertinggi dengan total 96 kasus (Badan Pusat Statistik Kalimantan Timur, 2020).

Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Manuel & Wirawan, 2020), terkait faktor risiko kelelahan kerja pada pengendara ojek daring di Jabodetabek dan Denpasar, umur berhubungan dengan kelelahan kerja. konteks keselamatan dalam berkendara utamanya seperti kecelakaan pada saat berkendara, dimana baik usia muda maupun tua memiliki potensi untuk mengalami kecelakaan dalam berkendara (Haryanto, 2016).

Sebagai Ibukota Provinsi Kalimantan Timur, Kota Samarinda merupakan pusat pemerintahan juga perdagangan. Hal tersebut mengakibatkan tingginya mobilitas dari berbagai jenis transportasi. Tingginya mobilitas kendaraan di jalan, menjadi salah satu faktor risiko penyebab kecelakaan lalu lintas. Menurut (Marsaid et al., 2013) laju pertumbuhan kendaraan yang semakin meningkat dapat menimbulkan beberapa dampak negatif seperti meningkatnya angka kemacetan maupun angka kecelakaan lalu lintas.

Kecelakaan lalu lintas atau kecelakaan kerja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya ialah kelelahan kerja. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 pengendara ojek *online* di Kota Samarinda, diperoleh hasil bahwasanya sebesar 70% responden mengalami kelelahan sedang, 20% mengalami kelelahan tinggi dan sisanya mengalami kelelahan ringan. Sehingga, berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukan penelitian untuk melihat faktor-faktor apa saja yang ada hubungannya dengan kelelahan kerja, khususnya bagi

pengemudi ojek *online*. Oleh karena itu, penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi ojek *online* di Kota Samarinda.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui prevalensi tingkat kelelahan kerja dan faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* di Kota Samarinda.

METODE

Jenis penelitian yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan untuk melihat faktor-faktor seperti usia, durasi tidur, kecemasan, kualitas tidur dan durasi kerja yang berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja) pada pengendara ojek *online* di Kota Samarinda tahun 2022. Pengambilan sampling menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada subjek penelitian ini adalah antara lain : 1) Pengendara ojek *online* (go-ride), 2) bersedia menjadi responden. Kemudian, kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah : 1) Tidak bersedia menjadi responden penelitian, 2) Pengendara ojek *online* non Go-jek, 3) Pengendara ojek online Go-jek (Go-car).

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *cross sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 98 responden. Data diambil menggunakan kuesioner *IFRC* untuk mengukur kelelahan kerja, kuesioner *HARS* untuk mengukur kecemasan dan kuesioner *PSQI* untuk mengukur kualitas tidur. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat untuk mendeskripsikan setiap variabel dalam penelitian yang akan dilihat dari rerata standar deviasi, 95% *Confidence Interval For Mean* serta nilai minimum dan maksimum. Kemudian analisis bivariat menggunakan uji *Cramer's V* untuk variabel durasi kerja dan uji *rank*

spearman untuk variabel usia, durasi tidur, kualitas tidur dan kecemasan dengan tingkat signifikansi 95% ($\alpha=0,05$) agar dapat mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur. Sebagai ibukota Provinsi Kalimantan Timur, membuat tingginya angka mobilitas dari berbagai jenis kendaraan. Kepadatan lalu lintas di Kota Samarinda dipenuhi oleh berbagai macam transportasi, baik konvensional maupun non-konvensional, salah satunya ialah ojek *online*.

Ojek *online* yang ada di Kota Samarinda terdiri dari berbagai jenis, salah satunya ialah Go-jek. Go-jek memiliki koordinator wilayah (korwil) di setiap daerah. Untuk di Kota Samarinda, memiliki 35 koordinator wilayah, dimana seluruh korwil yang ada di Samarinda maupun tetangga bergabung dalam satu induk cabang yang dinamakan BUDGOS (Bubuhan Driver Gojek Samarinda).

Analisis Univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Umur	Remaja Akhir (17-25)	10 10.2%
	Dewasa awal (26-35)	50 51%
	Dewasa Akhir (36-45)	34 34.7%
	Lansia awal (46-55)	3 3.1%
	Lansia akhir (56-65)	1 1%
Durasi Kerja	≤ 8 Jam/hari	25 25.5%
	> 8 Jam/hari	73 74.5%

Jenis Kelamin	Laki-laki	88	89.8%
	Perempuan	10	10.2%

Berdasarkan tabel 1, dapat diketahui bahwa mayoritas responden berusia pada kategori dewasa awal (26-35 tahun) sebesar 51%. Usia termuda ialah 21 tahun dan tertua ialah 56 tahun. Mayoritas responden bekerja lebih dari 8 jam per hari, sebanyak (74.5%). Selain itu, dapat diketahui pula mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebesar 89.8%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi data tingkat Kelelahan Kerja

No	Kelelahan Kerja	Frekuensi	Persentase
1	Rendah	9	9.2%
2	Sedang	69	70.4%
3	Tinggi	20	20.4%
4	Sangat tinggi	0	0%
Total		98	100%

Berdasarkan tabel 2, dapat diketahui bahwa (70.4%) responden mengalami kelelahan tingkat sedang dan (9.2%) responden mengalami kelelahan tingkat rendah.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi data durasi tidur

No	Durasi tidur	Frekuensi	Persentase
1	≥ 7 Jam	86	87.8%
2	< 7 Jam	12	12.2%
Total		98	100%

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui mayoritas responden, yakni sebanyak (87.8%) memiliki durasi tidur yang cukup (≥ 7 Jam).

Berdasarkan tabel 4, didapatkan hasil bahwa (56.1%) responden tidak mengalami kecemasan, (4.1%) dan 3.1% responden mengalami kecemasan berat sekali.

Tabel 7 Hubungan umur dengan kelelahan kerja

Umur	Kategori kelelahan						Total	r	P value	
	Tinggi		sedang		Rendah					
	n	%	n	%	n	%				
17-25	3	30	6	60	1	10	10	100	0.031	0.762
26-35	10	20	36	72	4	8	50	100		
36-45	6	17.6	25	73.5	3	8.8	34	100		
46-55	0	0	2	66.7	1	33.3	3	100		
56-65	1	100	0	0	0	0	1	100		

Tabel 4. Distribusi Frekuensi data kecemasan

No	Kecemasan kerja	Frekuensi	Persentase
1	< 14 (Tidak ada kecemasan)	55	56.1%
2	14-20 (Ringan)	18	18.4%
3	21-27 (Sedang)	18	18.4%
4	28-41 (Berat)	4	4.1%
5	42-56 (Berat Sekali)	3	3.1%
Total		98	100%

Analisis Bivariat

Analisis merupakan uji statistik yang digunakan untuk melihat hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi data kualitas tidur

No	Kualitas Tidur	Frekuensi	Persentase
1	≤ 5 (baik)	16	16.3%
2	> 5 (buruk)	82	83.7%
Total		98	100%

Berdasarkan tabel 5, didapatkan hasil distribusi frekuensi variabel kualitas tidur, sebanyak (83.7%) responden memiliki kualitas tidur yang buruk.

Tabel 6. Hubungan durasi kerja dengan kelelahan kerja

No	Variabel	Value	Sig	N
1	Durasi Kerja	0.168	0.249	98

Variabel durasi kerja dianalisis menggunakan uji *cramer's V*. Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi pada variabel durasi kerja adalah 0.249, sehingga variabel durasi kerja tidak berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda.

Berdasarkan kelompok usia maka dapat kita ketahui bahwa responden pada kelompok usia 17-25 tahun mengalami kelelahan pada kategori tinggi yaitu (30%) dan kelompok usia 36-45 tahun paling sedikit mengalami kelelahan pada kategori kelelahan tinggi yaitu (17.6%).

Hasil penelitian diperoleh hasil p-value = 0.762 yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan antara umur dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda.

Tabel 8 Hubungan durasi tidur dengan Kelelahan kerja

Durasi Tidur	Kategori kelelahan						Total	r	P value	
	Tinggi		sedang		Rendah					
	n	%	n	%	n	%				
< 7 Jam	2	16.7	9	75	1	8.3	12	100	0.026	0.802
≥ 7 Jam	18	20.9	60	69.8	8	9.3	86	100		

Berdasarkan tabel 8, dapat diketahui bahwa proporsi responden mengalami kelelahan kerja tinggi sebanyak (16.7%) lebih sedikit dibandingkan dengan responden yang memiliki durasi tidur lebih dari 7 jam (20.9%).

Hasil penelitian diperoleh hasil p-value = 0.802 yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan antara durasi tidur dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda.

Tabel 9 Hubungan kecemasan dengan Kelelahan Kerja

Kecemasan	Kategori kelelahan						Total	R	P value	
	Tinggi		sedang		Rendah					
	n	%	n	%	n	%				
Berat sekali	2	66.7	1	33.3	0	0	3	100	0.389	0.000
Berat	2	50	2	50	0	0	4	100		
Sedang	6	33.3	11	61.1	1	5.6	18	100		
Ringan	7	38.8	10	55.6	1	5.6	18	100		
Tidak cemas	3	5.5	45	81.8	7	12.7	55	100		

Berdasarkan tabel 9, dapat diketahui bahwa frekuensi responden yang memiliki kelelahan dengan kategori tinggi dari berbagai tingkat kecemasan antara lain kecemasan berat sebanyak 2 (50%), kecemasan sedang sebanyak 6 (33.3%), kecemasan ringan sebanyak 7 (38.8%) dan yang tidak mengalami kecemasan sebanyak 3 (5.5%) responden.

terdapat hubungan antara kecemasan dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda. Koefisien (r) = 0.389 yaitu memiliki korelasi yang lemah dan koefisien bertanda positif, yang memiliki makna bahwa jika tingkat kecemasan semakin berat, maka tingkat kelelahan yang dirasakan oleh pengendara ojek *online* akan semakin tinggi.

Hasil penelitian, diperoleh hasil p-value = 0.000. Sehingga diartikan bahwa

Tabel 10. Hubungan kualitas tidur dengan Kelelahan Kerja

Kualitas Tidur	Kategori kelelahan						Total	r	P value	
	Tinggi		Sedang		Rendah					
	n	%	n	%	n	%				
Buruk	18	22	57	69.5	7	8.5	82	100	0.227	0.025
Baik	2	12.5	12	75	2	12.5	16	100		

Berdasarkan tabel 10, dapat diketahui bahwa sebanyak 82 responden memiliki kualitas tidur yang buruk, dimana 18 (22%) responden mengalami kelelahan tingkat tinggi. Sedangkan, sisanya yakni 16 responden memiliki kualitas tidur yang baik, dimana 2 (12.5%) responden mengalami kelelahan tingkat tinggi. Hasil penelitian, diperoleh hasil $p\text{-value} = 0.025$. Sehingga diartikan bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda. Koefisien (r) = 0.227 yaitu memiliki korelasi yang lemah dan koefisien bertanda positif, yang memiliki makna bahwa jika kualitas tidur semakin buruk, maka tingkat kelelahan yang dirasakan oleh pengendara ojek *online* akan semakin tinggi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara umur dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda ($p\text{-value} = 0.762$). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizal & Elwindra, (2019) dengan nilai $p\text{-value} = 0,210$, bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* di Jakarta Timur Tahun 2018.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Setyowati yang menunjukkan bahwa kelelahan kerja dipengaruhi oleh faktor usia (Setyowati et al., 2014). Dari hasil penelitian diketahui bahwa pengendara ojek *online* setiap kategori usia, semuanya mengalami kelelahan kerja, baik kategori rendah, sedang maupun tinggi. Hal tersebut dapat terjadi dikarenakan usia dan kelelahan subjektif yang dirasakan oleh para pekerja mudah untuk dirasakan oleh siapa saja,

baik usia tua atau muda karena hal tersebut menyangkut fisik sehat atau tidaknya seseorang, sistem kerja yang diterapkan serta durasi istirahat yang dibutuhkan oleh setiap orang berbeda-beda.

Tidak terdapatnya hubungan antara durasi tidur dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* pada penelitian ini ($p\text{-value} = 0.802$), sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Marselina, 2019) yang menyatakan tidak ada hubungan durasi tidur dengan kelelahan kerja dengan nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,750.

Menurut Kenanti (2012) kebutuhan jumlah jam tidur diperlukan agar dapat bermanfaat untuk optimalisasi kinerja. Berdasarkan hasil yang diperoleh, diketahui bahwasanya sebanyak 86 responden memiliki durasi tidur yang baik dan sebanyak 12 responden memiliki durasi tidur yang buruk. Menurut (Carlos dkk., 2016) kurang berkualitasnya waktu tidur seseorang berisiko untuk menyebabkan kelelahan kerja, akan tetapi durasi waktu tidur tidak berpengaruh pada kelelahan saat bekerja.

Tidak adanya hubungan antara durasi tidur dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online*, dikarenakan mayoritas responden memiliki durasi tidur yang cukup serta jenis pekerjaan yang tidak monoton, terutama ketika terjadi kekosongan orderan, maka hal tersebut dapat dimanfaatkan oleh para pengendara ojek *online* untuk dapat beristirahat.

Pada penelitian ini terdapat hubungan antara kecemasan dengan kelelahan kerja pada pengendara ojek *online* (gojek) di Kota Samarinda, dimana $p\text{-value} = 0.000$. Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maulana & Nurdalisa, 2019) yang, dimana diperoleh tingkat signifikansi sebesar 0.000 dan nilai koefisien korelasi variabel Psikososial sebesar 0.613, sehingga variabel psikososial berpengaruh terhadap variabel kelelahan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian

Setyowati yang menyatakan bahwa kelelahan kerja dipengaruhi langsung oleh konflik kerja dan stress kerja (Setyowati et al., 2014).

Faktor psikososial merupakan suatu istilah yang digunakan untuk menggambarkan hubungan antara kondisi sosial seseorang dengan kesehatan mental ataupun emosionalnya. Terdapat berbagai dampak atau konsekuensi psikologis yang dapat terjadi antara lain seperti perasaan kesepian dan terpinggirkan, pasrah dan merasa kurang atau tidak dihargai dengan pantas, perasaan jenuh dan lelah yang berlebihan, timbulnya *learned helplessness*, turunnya motivasi kerja, kinerja yang buruk serta penurunan produktivitas kerja (Maulana & Nurdalisa, 2019).

Berdasarkan hasil dari penelitian ini, kualitas tidur juga berhubungan dengan kelelahan kerja (p -value = 0.025). Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Marselina, 2019) dengan nilai p -value = 0,019.

Menurut hasil penelitian, dapat diketahui meskipun mayoritas responden memiliki durasi tidur yang baik, akan tetapi memiliki kualitas tidur yang buruk. Hal ini dapat diakibatkan karena dalam pekerjaannya, pengemudi ojek *online* sangat bergantung dengan gadget dalam penggunaan aplikasi. Menurut *National Sleep Foundation*, penggunaan gadget atau telepon mempengaruhi seseorang untuk sulit tertidur. Kebiasaan untuk menyimpan gadget atau ponsel dalam keadaan aktif juga merupakan salah satu faktor yang dapat mengganggu tidur seseorang (Sulistiyani, 2012).

Pada penelitian ini diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi ojek *online* (Gojek) di Kota Samarinda, dengan p -value sebesar 0,187. Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rizal & Elwindra, 2019) dengan nilai p -value = 0,447, sehingga tidak ada hubungan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi ojek *online* di Jakarta Timur tahun 2018.

Tidak berhubungannya durasi kerja dengan kelelahan pada pengemudi ojek *online* pada penelitian ini, dapat dipengaruhi oleh jam kerja yang relatif fleksibel dalam melakukan pekerjaan yang diselingi dengan waktu istirahat di posko masing-masing korwil, sehingga tidak monoton dengan posisi kerja statis secara terus menerus.

Menurut (Hikmah, 2020) waktu mengemudi dan waktu istirahat memiliki pengaruh yang signifikan dengan kinerja pengemudi dan pemulihan pengemudi. Waktu istirahat dengan durasi 15 menit dapat memulihkan kinerja persepsi dan reaksi serta tingkat kelelahan subyektif. Istirahat dengan frekuensi yang sering antara 5 hingga 15 menit setiap 1-2 jam cukup mampu untuk mengurangi kelelahan, meningkatkan produktivitas serta mengurangi risiko dari kesalahan ataupun kecelakaan, terutama bagi pekerjaan yang monoton (Lerman dkk., 2012).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden mengalami kelelahan kerja tingkat sedang, yaitu sebanyak 69 (70.4%) responden. Faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi ojek *online* adalah kecemasan dan kualitas tidur. Apabila tingkat kecemasan semakin berat dan kualitas tidur semakin buruk, maka kelelahan kerja akan semakin meningkat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan terima kasih banyak kepada semua pengemudi ojek *online* (Gojek) yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahri Isnaeni, L. M., & Gustrianda, E. (2021). Hubungan Intensitas Kebisingan Dengan Kejadian Keluhan Kelelahan Subjektif Pada Pekerja Bagian Produksi DI PKS. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 434–439.
<https://doi.org/10.31004/prepotif.v5i1.1640>
- Badan Pusat Statistik Kalimantan Timur. (2020). *Jumlah Kecelakaan Lalu Lintas 2018-2020*.
- Carlos, D., Yasnani, & Afa, J. R. (2016). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Pengemudi Truk Tangki Di Terminal BBM PT. Pertamina (Persero) Kec. Latambaga Kab. Kolaka Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 1(4), 1–10.
- Haryanto, H. C. (2016). Keselamatan dalam Berkendara : Kajian Terkait dengan Usia dan Jenis Kelamin Pada Pengendara. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7, 92–106.
- Hikmah, I. N. (2020). Tingkat Kebugaran dan Kelelahan Kerja terhadap Kejadian Kecelakaan pada Pengemudi Bus. *Higeia Journal Of Public Health Reseach And Development*, 4(4), 543–554.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Hasil Utama RISKESDAS*.
- Kenanti, E. P. (2012). *Analisis Tingkat Risiko kelelahan pada Pengemudi Truk PT X Plant Lenteng Agung*. Universitas Indonesia.
- Lerman, S. E., Eskin, E., Flower, D. J., George, E. C., Gerson, B., Hartenbaum, N., Hursh, S. R., & Moore Ede, M. (2012). Fatigue Risk Management In The Workplace. *Journal Of Occupational and Enviromental Medicine*, 54, 231–258.
- Manuel, J. A., & Wirawan, I. made A. (2020). *Faktor Risiko Kelelahan pada Pengendara Ojek Daring di Jabodetabek dan Denpasar*. 16(2).
- Marsaid, Hidayat, M., & Ahsan. (2013). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kecelakaan Lalu Lintas Pada Pengendara Sepeda Motor Di Wilayah Polres Kabupaten Malang*. 1(2).
- Marselina, A. S. (2019). *Hubungan Faktor Individu Dan Faktor Pekerjaan Dengan Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Truk Tangki BBM Di PT x Jakarta Tahun 2019*. Universitas Binawan.
- Maulana, M. R., & Nurdalisa. (2019). Pengaruh Psikososial Terhadap Risiko Mengemudi Yang Dimediasi Oleh Kelelahan Pada Supir Mini Bus Di Banda Aceh – Langsa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Ekonomi Manajemen*, 4(4), 700–714.
- Ramdan, I. M. (2018). *Kelelahan Kerja Pada Penenun Tradisional Sarung Samarinda*. UWAIS.
- Setyowati, D. L., Shaluhiyah, Z., & Widjasena, B. (2014). Penyebab Kelelahan Kerja pada Pekerja Mebel. *Kesmas: National Public Health Journal*, 8(8), 386.
<https://doi.org/10.21109/kesmas.v8i8.409>
- Sulistiyani, Ci. (2012). Beberapa Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(2).