

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kelelahan adalah perasaan lelah yang menghasilkan penurunan kinerja mental maupun fisik. Kelelahan umum yang bersifat psikologis sering dikaitkan dengan kekurangan motivasi, minat, bahkan penurunan kapasitas. Kelelahan pada pengemudi dapat menurunkan kewaspadaan dan menyebabkan kecelakaan. Kelelahan adalah suatu proses dimana kemampuan tubuh untuk melakukan, hasil kerja dan daya tahan/kekuatan fisik untuk melanjutkan aktivitas yang dilakukan menurun (Tarwaka, 2014).

Kelelahan dipengaruhi oleh beberapa faktor penyebab kelelahan, yaitu: faktor kerja (keadaan monoton, beban dan durasi kerja fisik dan mental, kondisi) faktor lingkungan kerja (iklim, kerja, pencahayaan dan kebisingan tempat kerja, keadaan pikiran, kekhawatiran atau konflik) dan faktor individu yang berkaitan dengan karakteristik individu pegawai (usia, masa kerja, tinggi dan berat badan) dan faktor eksternal yang berkaitan dengan pekerjaan dan lingkungan kerja. Untuk mengukur tingkat kelelahan, kuesioner Komite Penelitian Kelelahan Industri Jepang (IFRC) digunakan untuk mengukur kelelahan kerja. Kuesioner berisi daftar 30 pertanyaan yang berkaitan dengan gejala kelelahan. Faktor individu, seperti usia, memiliki hubungan yang signifikan dengan perkembangan terhadap terjadi kelelahan kerja (Suma'mur, 2009). Sebuah penelitian yang dilakukan di Jepang menunjukkan bahwa

pekerja berusia 40-an dan 50-an mengalami kelelahan lebih cepat dibandingkan pekerja yang relatif lebih mudah (Hidayat, 2003).

Data dari *International Labour Organization* (ILO) dalam (Wiyarso, 2018) menyatakan bahwa setiap tahun hingga dua juta pekerja meninggal karena cedera terkait pekerjaan. Peneliti menemukan bahwa dari 58.155 sampel, sekitar 18.828 sampel mengalami kelelahan, yang merupakan sekitar 32,8% dari sampel yang diperiksa. Kelelahan pengemudi masih menjadi salah satu penyebab kecelakaan di sektor transportasi dengan tingkat kematian yang tinggi.

Menurut data WHO (*World Health Organization*) menemukan bahwa negara-negara dengan pendapatan per kapita tinggi, seperti Amerika, menduduki peringkat ke-14 dalam tingkat kematian akibat jalan raya, dengan rata-rata tingkat kematian 15,0 per 100.000 orang, dibandingkan dengan 11,2 per 100.000 orang di Eropa, negara dengan pendapatan lebih tinggi dan tingkat per kapita rendah. Prevalensinya biasanya lebih tinggi, peringkat ke-10 di antara penyebab kematian 1,2. Indonesia termasuk dalam sepuluh negara dengan jumlah kecelakaan lalu lintas tertinggi di dunia dan menyumbang 62% dari semua kecelakaan di seluruh dunia (Sarsina, 2019).

Salah satu masalah K3 (keselamatan dan kesehatan kerja) yang dapat menyebabkan kecelakaan kerja adalah kelelahan. Kelelahan kerja merupakan suatu kondisi dimana kemampuan dan daya tahan seseorang dalam bekerja menurun. Istilah kelelahan mengacu pada kondisi yang mempengaruhi kemampuan tenaga kerja untuk melakukan suatu tugas, yang mengakibatkan berkurangnya kapasitas dan daya tahan kerja (Gaol et al., 2018).

Kelelahan merupakan masalah yang selalu terjadi di tempat kerja, baik formal maupun informal. Masalah ini merupakan faktor yang erat kaitannya dengan penurunan kinerja dan produktivitas. Selain itu, efek lanjut lainnya dapat menyebabkan penyakit akibat kerja (PAK) dan cedera terkait pekerjaan (Deyulmar, 2018). Penelitian menunjukkan bahwa secara klinis ada korelasi antara status gizi seseorang dengan kinerja tubuh secara keseluruhan. Orang yang berada dalam keadaan gizi buruk, yaitu nutrisi tubuh lebih rendah dari biasanya, lebih mudah lelah saat bekerja (Oentoro, 2004).

Trans Padang adalah layanan angkutan massal bus rapid transit (BRT) di Kota Padang yang mulai beroperasi pada Februari 2014, dengan jumlah bus 10 unit dan koridor berjumlah 5. Rute Trans Padang adalah Pasar Raya Padang-Lubuk Buaya dengan jarak 33 KM dalam satu trayek dengan halte utama adalah halte Imam Bonjol. Seiring dengan kebutuhan penumpang, halte Trans Padang terus ditambah sehingga halte bus Trans Padang sampai Juni 2015 berjumlah 71 halte (UPT Trans Padang, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mangalik, 2016) Mengenai hubungan antara faktor ergonomis dengan kelelahan pada pengemudi bus jurusan Makassar-Palopo tahun 2015 didapatkan informasi yang dikumpulkan dari 40 responden yaitu paling sedikit 18 responden (45%), sedangkan persentase responden terbanyak adalah. Dengan 22 responden (55%) pada kategori tanpa kelelahan, data ini menunjukkan bahwa pengemudi yang mengalami kelelahan lebih sedikit dari pada yang tidak mengalami kelelahan.

Pekerjaan apa pun menyebabkan kelelahan. Kelelahan kerja mengurangi kinerja dan meningkatkan jumlah kesalahan kerja. Meningkatnya kesalahan kerja menawarkan peluang terjadinya kecelakaan kerja, ketegangan otot statis yang berkepanjangan menyebabkan RSI (*Repetitive Strain Injuries*), yaitu. otot, tulang, tendon dan rasa sakit lainnya yang disebabkan oleh bentuk pekerjaan yang berulang (Nurmianto, 2004).

Trans Padang merupakan salah satu strategi Pemkot Padang untuk membenahi sistem transportasi khususnya angkutan umum yang telah beroperasi sejak tahun 2014. Armada Trans Padang ber-AC beroperasi setiap hari mulai pukul 06.00 WIB. sampai jam 20:00 malam WIB. Seperti Trans Jakarta, Trans Padang memiliki halte yang terpisah di lokasi yang berbeda. Bedanya, Trans Padang tidak memiliki koridor sendiri seperti Trans Jakarta, namun masih bercampur dengan kendaraan lain. Berdasarkan informasi dari Dinas Perhubungan Kota Padang, diketahui jumlah armada angkutan umum Trans Padang memiliki 55 unit armada. Rinciannya, 25 unit untuk Koridor I, 10 unit untuk Koridor IV, 10 unit untuk Koridor V, dan 10 unit untuk Koridor VI. Bus Trans Padang memiliki kapasitas penumpang sebanyak 40 orang, dengan rincian 20 orang duduk dan 20 orang berdiri dengan pegangan tangan, serta dilengkapi fasilitas tempat duduk prioritas untuk para penumpang lanjut usia, ibu hamil, dan penumpang dengan anak serta penumpang berkebutuhan khusus. Jumlah driver transpadang berjumlah 23 orang. Untuk membayar Trans Padang, bisa pakai kartu uang elektronik (Brizzi, TapCash, Flazz, dll.), QRIS (via aplikasi e-wallet seperti GoPay, OVO, LinkAja, ShopeePay), atau

kartu Debit/Kredit dari semua bank, cukup tap atau scan di mesin pembayaran yang disediakan pramugara bus.

Pekerja transmigrasi seperti supir bus Trans Padang umumnya membutuhkan tenaga kerja yang kuat dan tahan lama. Namun, pekerja transmigrasi seringkali belum terbiasa dengan jenis pekerjaan tersebut sehingga mereka lebih rentan mengalami kelelahan. Selanjutnya, Pola makan pekerja transmigrasi juga dapat berubah setelah mereka pindah. Mereka mungkin tidak lagi memiliki akses ke makanan yang biasa mereka konsumsi di daerah asal. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya malnutrisi atau kekurangan gizi. Malnutrisi dapat menyebabkan tubuh menjadi lemah dan mudah lelah. Dan pekerja transmigrasi juga dapat mengalami perubahan pola hidup setelah mereka pindah. Mereka harus tinggal di tempat yang jauh dari keluarga dan teman-teman. Hal ini dapat menyebabkan stres dan kecemasan. Stres dan kecemasan dapat memperburuk kelelahan (Deyulmar, 2018).

Pemerintah dan perusahaan perlu memperhatikan masalah transmigrasi dalam hubungannya dengan hubungan masa kerja, status gizi, dan kelelahan kerja. Pemerintah dan perusahaan perlu memberikan dukungan kepada pekerja transmigrasi dalam hal pelatihan kerja, akses ke makanan yang bergizi, dan program-program untuk mengurangi stres dan kecemasan (Oentoro, 2004).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan menetapkan judul yaitu **“Hubungan Masa Kerja dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Supir Bus Trans Padang Tahun 2025”**.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah ada hubungan masa kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja pada supir bus trans Padang tahun 2025.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan masa kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja pada supir bus trans Padang tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kelelahan kerja pada supir bus trans Padang tahun 2025.
- b. Diketahui distribusi frekuensi masa kerja pada supir bus trans Padang tahun 2025.
- c. Diketahui distribusi frekuensi status gizi pada supir bus trans Padang tahun 2025.
- d. Diketahui hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja pada supir bus trans Padang tahun 2025.
- e. Diketahui hubungan status gizi dengan kelelahan kerja pada supir bus trans Padang tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini memberikan pengalaman berharga kepada peneliti didalam penyusunan tugas akhir dimana peneliti mencoba

mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama diperguruan tinggi .serta memperluas wawasan dan pengetahuan peneliti tentang hubungan masa kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat digunakan sebagai sumbangan pikiran dan sebagai acuan dalam mengatasi permasalahan kelelahan kerja untuk pengemudi jarak jauh.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini bisa dijadikan informasi dan tersedianya data bagi Universitas Alifah Padang.

b. Bagi Pengemudi

Sebagai bahan masukan dan informasi tambahan bagi pengemudi mengenai faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada supir bus di Indonesia.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas hubungan masa kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja pada supir bus trans Padang. Variabel dependen pada penelitian ini yaitu kelelahan kerja dan variabel independen yaitu masa kerja dan status gizi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional study*. Penelitian ini telah dilaksanakan di Terminal Anak Air Lubuk Buaya Kota Padang pada bulan Maret 2025 sampai Agustus 2025. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 19 sampai dengan 25 Agustus 2025.

Populasi penelitian ini seluruh pengemudi bus Trans Padang berjumlah 69 orang dengan jumlah sampel sebanyak 69 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner melalui wawancara. Analisa data menggunakan analisa univariat berdasarkan distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan uji *chi-square*.

