

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan upaya perlindungan tenaga kerja agar terhindar dari risiko kecelakaan dan gangguan kesehatan akibat pekerjaan serta untuk menjamin pekerja tetap sehat dan produktif (PP RI No. 88 Tahun 2019). Secara global, *International Labour Organization* menyatakan bahwa kecelakaan dan penyakit akibat kerja masih menjadi permasalahan yang memengaruhi jutaan pekerja setiap tahunnya (ILO, 2023). Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap kecelakaan kerja adalah kelelahan kerja, yang dapat menurunkan konsentrasi, kewaspadaan, serta kemampuan dalam mengambil keputusan saat bekerja (NSC, 2023).

Kelelahan kerja merupakan kondisi menurunnya kapasitas fisik dan mental akibat aktivitas kerja yang berlebihan sehingga berdampak pada produktivitas dan keselamatan kerja (Suma'mur, 2014). *National Safety Council* melaporkan bahwa sekitar 13% cedera di tempat kerja berkaitan dengan kelelahan dan hampir 97% pekerja terpapar minimal satu faktor risiko kelelahan di lingkungan kerja (NSC, 2023). Di Indonesia, fenomena kerja berlebihan masih ditemukan, dimana data hingga Agustus 2025 menunjukkan bahwa 25,47% pekerja bekerja lebih dari 49 jam per minggu yang berpotensi meningkatkan risiko kelelahan kerja (BPS, 2025). Data tersebut menunjukkan bahwa kelelahan kerja bukan hanya masalah individu, tetapi telah menjadi masalah yang berkaitan dengan pola kerja dan tuntutan pekerjaan.

Menurut Tarwaka, kelelahan kerja merupakan hasil interaksi antara faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal seperti beban kerja dan lama kerja memiliki peran dominan dalam memicu kelelahan, terutama pada pekerjaan dengan aktivitas fisik tinggi dan dilakukan secara berulang. Lama kerja yang panjang menyebabkan paparan terus-menerus terhadap beban kerja sehingga menimbulkan kelelahan kumulatif. Selain itu sikap kerja juga berperan dalam menentukan tingkat kelelahan, sikap kerja mencerminkan bagaimana pekerja merespons tuntutan pekerjaan. Sikap kerja yang kurang baik, seperti bekerja tidak sesuai prosedur, kurang disiplin, atau tidak memperhatikan prinsip ergonomi, dapat menyebabkan penggunaan energi yang tidak efisien sehingga mempercepat terjadinya kelelahan (Tarwaka, 2019).

Secara ergonomi, pekerjaan yang dilakukan secara berulang dalam waktu lama tanpa pengaturan waktu istirahat yang cukup dapat mempercepat terjadinya kelelahan. Beban kerja fisik yang tinggi akan menyebabkan akumulasi asam laktat pada otot sehingga menimbulkan rasa lelah dan nyeri otot. Apabila kondisi ini berlangsung secara terus-menerus tanpa adanya pemulihan yang memadai, maka akan terjadi kelelahan kronis yang berdampak pada penurunan kemampuan kerja (Tarwaka, 2019).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan antara faktor pekerjaan dengan kelelahan kerja. Penelitian oleh Andini (2024) menunjukkan bahwa pekerja dengan lama kerja lebih dari lima tahun memiliki tingkat kelelahan lebih tinggi dibandingkan pekerja dengan lama kerja lebih singkat. Penelitian lain oleh Nugroho et al. (2025) juga menemukan adanya

hubungan signifikan antara lama kerja dengan tingkat kelelahan kerja ($p < 0,05$). Selain itu, penelitian oleh *Global Health Science Group* (2024) menyatakan bahwa faktor individu dan pekerjaan secara konsisten berhubungan dengan tingkat kelelahan kerja pada pekerja sektor informal.

Petugas kebersihan jalan merupakan salah satu kelompok pekerja sektor informal yang memiliki risiko tinggi mengalami kelelahan kerja. Aktivitas pekerjaan yang dilakukan setiap hari seperti menyapu jalan, berjalan dalam jarak jauh, serta mengangkut sampah merupakan pekerjaan fisik yang berat dan dilakukan secara berulang dalam waktu yang lama. Selain itu, pekerjaan ini dilakukan di ruang terbuka dengan paparan panas matahari, debu, dan polusi kendaraan, serta seringkali dilakukan di area lalu lintas aktif yang membutuhkan kewaspadaan tinggi. Kondisi tersebut menyebabkan petugas kebersihan rentan mengalami kelelahan fisik maupun mental.

Petugas kebersihan sering bekerja dalam durasi yang panjang dengan waktu istirahat yang terbatas, serta tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan setiap hari. Dalam kondisi tersebut, sikap kerja menjadi faktor penting yang memengaruhi tingkat kelelahan. Petugas yang bekerja tidak sesuai prinsip ergonomi, seperti posisi kerja yang salah, ritme kerja yang tidak teratur, atau kurang memperhatikan keselamatan kerja, cenderung lebih cepat mengalami kelelahan. Sebaliknya, sikap kerja yang baik dapat membantu pekerja mengatur energi dan beban kerja sehingga mengurangi risiko kelelahan (Suma'mur, 2018).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada petugas kebersihan oleh Hidayat (2023) diketahui bahwa terdapat hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja dengan nilai $p\text{-value} = 0,018$ ($p > 0,05$). Selanjutnya penelitian Pratama (2024) didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan sikap kerja dengan kelelahan kerja pada petugas kebersihan di Kota Pekanbaru $p\text{ value} = 0,022$ ($p > 0,05$).

Kelelahan kerja yang tidak terdeteksi sejak dini dapat berkembang menjadi kelelahan kronis yang berdampak pada penurunan kualitas hidup pekerja serta meningkatnya risiko penyakit akibat kerja, seperti gangguan *muskuloskeletal*, gangguan tidur, dan penurunan sistem imun (ILO, 2023). Selain itu, kelelahan kerja juga dapat meningkatkan risiko kesalahan kerja (*human error*) yang berpotensi menyebabkan kecelakaan, terutama pada pekerjaan yang dilakukan di area lalu lintas aktif seperti pekerja kebersihan jalan (NSC, 2023).

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari Dinas Lingkungan Hidup (DLH) Kota Padang bahwa setiap bulan bisa mengalami satu kecelakaan kerja sehingga masih belum termasuk ke dalam *zero accident*. Petugas kebersihan di Kota Padang berjumlah 251 orang, yang tersebar di 11 wilayah kecamatan kota padang yaitu :Kecamatan Bungus Teluk Kabung, Kecamatan Koto Tangah, Kecamatan Kuranji, Kecamatan Lubuk Begalung, Kecamatan Lubuk Kilangan, Kecamatan Nanggalo, Kecamatan Padang Barat, Kecamatan Padang Selatan, Kecamatan Padang Timur, Kecamatan Padang Utara dan Kecamatan Pauh.

Petugas kebersihan jalan di Kota Padang merupakan bagian dari tenaga kerja sektor informal/harian yang memiliki peran penting dalam menjaga kebersihan dan keindahan kota. Secara umum, pekerjaan ini lebih banyak melibatkan tenaga fisik sehingga membutuhkan kondisi tubuh yang cukup prima dari segi jam kerja, petugas kebersihan jalan umumnya bekerja sekitar 8 jam per hari, bahkan pada kondisi tertentu dapat melebihi waktu tersebut tergantung beban kerja dan wilayah tugas. Waktu kerja petugas kebersihan yaitu pagi hari (sekitar pukul 06.30–11.00 WIB) dan siang hari (sekitar pukul 13.00–17.00 WIB).

Menurut *World Health Organization* dan *International Labour Organization*, jutaan pekerja di dunia mengalami gangguan kesehatan yang disebabkan oleh faktor risiko di tempat kerja, seperti paparan fisik, kimia, biologis, dan ergonomik. Penyakit akibat kerja merupakan gangguan kesehatan yang timbul akibat paparan bahaya di lingkungan kerja dan masih menjadi masalah penting di berbagai sektor pekerjaan. Salah satu penyakit akibat kerja yang sering dialami pekerja adalah gangguan muskuloskeletal (*Musculoskeletal Disorders/MSDs*), yaitu keluhan pada otot, sendi, tendon, ligamen, dan tulang akibat aktivitas kerja yang berulang, postur kerja yang tidak ergonomis, serta durasi kerja yang panjang. Petugas kebersihan jalan di Kota Padang memiliki risiko mengalami gangguan *muskuloskeletal* karena melakukan aktivitas menyapu, membungkuk, mengangkat, dan memindahkan sampah secara berulang dalam waktu yang lama. Kondisi tersebut dapat

menyebabkan nyeri pada leher, bahu, punggung, pinggang, lengan, maupun tungkai yang pada akhirnya dapat menurunkan produktivitas kerja

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti pada hari Rabu tanggal 29 April 2026 terhadap 10 petugas kebersihan jalan di Kota Padang menggunakan kuesioner IFRC, diperoleh bahwa 7 orang (70%) mengalami kelelahan kerja berdasarkan keluhan seperti lelah, mengantuk, dan nyeri otot, sedangkan 3 orang (30%) tidak mengalami kelelahan. Berdasarkan lama kerja, sebanyak 6 orang (60%) termasuk kategori berisiko (≥ 8 jam/hari). Berdasarkan sikap kerja sebanyak 4 orang (40%) menunjukkan adanya postur kerja kurang nyaman saat bekerja. Sebanyak 2 orang (20%) menunjukkan posisi kerja yang lebih membebani tubuh. Selain itu, 1 orang (10%) yang menunjukkan postur kerja paling membebani tubuh dibandingkan pekerja lainnya. Hasil tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat petugas kebersihan dengan sikap kerja yang kurang ergonomis sehingga dapat menyebabkan kelelahan dan keluhan *musculoskeletal*.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa lama kerja dan sikap kerja merupakan faktor yang berpotensi mempengaruhi tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan. Oleh karena itu, peneliti tertarik ingin melakukan penelitian mengenai **“Hubungan Lama dan Sikap Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Petugas Kebersihan Kota Padang Tahun 2026”**.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan lama dan sikap kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan lama dan sikap kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat kelelahan kerja pada kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.
- b. Diketahui distribusi frekuensi Lama kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.
- c. Diketahui distribusi frekuensi Sikap kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.
- d. Diketahui hubungan lama kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.
- e. Diketahui hubungan sikap kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi peneliti

Meningkatkan wawasan ilmu pengetahuan serta mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama di bangku perkuliahan dan pengalaman bagi peneliti mengenai hubungan lama kerja dan sikap kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan Jalan Kota Padang tahun 2026.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti lain serta dapat dijadikan sebagai pedoman untuk penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan faktor individu dan faktor kelelahan kerja.

2. Praktis

a. Bagi Dinas Lingkungan Hidup Kota Padang

Sebagai sumber referensi dan masukan bagi Dinas Lingkungan Hidup Kota Padang sebagai data dasar yang bermanfaat serta dapat memberikan informasi mengenai faktor risiko lama dan sikap kerja terhadap tingkat kelelahan kerja pada pekerja kebersihan jalan.

b. Bagi Universitas Alifah

Sebagai sumber referensi dan menambah kepustakaan mengenai hubungan lama kerja sikap lama kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang hubungan lama dan sikap kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan Kota Padang tahun 2026. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah tingkat kelelahan kerja pada petugas kebersihan, sedangkan variabel independen adalah lama kerja dan sikap kerja. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret sampai Agustus tahun 2026 dimana pengumpulan data dilakukan pada tanggal 26 Juli – 1 Agustus 2026 di Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petugas kebersihan jalan yang berada di bawah Dinas Lingkungan Hidup Kota Padang tahun 2026 sebanyak 251 orang dan sampel sebanyak 72 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *Accidental Sampling* dengan cara wawancara menggunakan kusioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.