

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Bekerja merupakan aktivitas manusia untuk memenuhi kebutuhannya. Dengan bekerja, manusia berharap akan memperoleh suatu keadaan yang lebih memuaskan dari pada keadaan sebelumnya. Dalam memilih pekerjaan, pertimbangan kesehatan dan kenyamanan dalam bekerja masih kurang diperhatikan, karena masalah yang lebih sering disoroti adalah masalah upah, padahal kesehatan dan kenyamanan dalam bekerja merupakan persoalan penting dan akan mempengaruhi produktivitas dan kepuasan karyawan dalam bekerja.

Pemeliharaan dan peningkatan kondisi kesehatan tenaga kerja mutlak diperlukan agar tenaga kerja dapat terlindungi dari dampak negatif dalam melaksanakan pekerjaan. Kesehatan merupakan hak dasar (asasi) manusia dan merupakan salah satu faktor yang sangat menentukan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Kesehatan dan keselamatan bagi masyarakat pekerja memiliki korelasi terhadap produktivitas dan kesejahteraan tenaga kerja. Oleh karena itu perlu dipelihara dan ditingkatkan kualitasnya sehingga pada akhirnya dapat memberikan sumbangan nyata dalam meningkatkan daya saing bangsa.

Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Menurut beberapa peneliti, kelelahan

secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menurunkan produktivitas. Investigasi di beberapa negara menunjukkan bahwa kelelahan (*fatigue*) memberi kontribusi yang signifikan terhadap kecelakaan kerja.

Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar terhindar dari kerusakan yang lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Kelelahan diatur secara sentral oleh otak. Pada susunan saraf pusat terdapat sistem aktivasi (bersifat simpatis) dan inhibisi (bersifat para simpatis). Istilah kelelahan biasanya menunjukkan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara kepada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh (Tarwaka, 2010).

Salah satu faktor yang menjadi penyebab terjadinya kelelahan kerja adalah lamanya waktu kerja. Menurut Maurits (2011) waktu istirahat dan waktu bekerja yang proporsional dapat menurunkan derajat kelelahan kerja. Lama dan ketepatan waktu beristirahat sangat berperan dalam mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja.

Hubungan antara waktu bekerja dan istirahat menentukan efisiensi dan produktivitas kerja. Menurut Suma'mur (2009) jika diteliti dari suatu pekerjaan yang biasa, tidak terlalu ringan atau berat, produktivitas mulai menurun sesudah 4 jam bekerja. Keadaan ini terutama sejalan dengan menurunnya kadar gula di dalam darah. Maka dari itu, istirahat setengah jam setelah 4 jam kerja terus menerus sangat penting artinya. Beberapa kali

melakukan istirahat pendek akan memberikan hasil yang jauh lebih baik dari pada melakukan istirahat satu kali dalam jangka waktu yang panjang (Wignjosoebroto, 1995).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sutajaya (1998) kepada 30 orang pematung yang dilakukan selama 2 minggu di Desa Peliatan, menunjukkan bahwa pemberian istirahat pendek 3-5 menit setiap 1 jam kerja dapat mengurangi denyut nadi kerja yang bermakna sebesar 4,96% dan keluhan subjektif pada sistem muskuloskeletal menurun sebesar 18,39%. Seirama dengan penurunan tersebut, terjadi peningkatan bermakna sebesar 17,55% pada produktivitas pekerja.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Adiatmika, dkk (2007) yang melakukan perbaikan kondisi kerja dengan pendekatan ergonomi total dengan salah satu perbaikan yang dilakukan adalah memberikan istirahat singkat kepada 24 karyawan pengecatan logam di Kediri, menunjukan terjadi penurunan kelelahan sebesar 6,79%.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan pada tenaga kerja bagian produksi PT Djitoe diketahui bahwa tenaga kerja adalah pekerja borongan, terbagi atas pekerja bagian linting, bagian potong dan pengepakan pekerja bekerja selama 6 hari yaitu dari hari Senin sampai Sabtu. Setiap harinya harus bekerja selama 7 jam mulai bekerja jam 07.00 WIB sampai jam 14.00 WIB dan bekerja tanpa waktu istirahat. Tenaga kerja bagian linting bertugas membuat rokok dalam bentuk batangan dengan menggunakan peralatan sederhana sesuai dengan target

perusahaan, yaitu sehari sebanyak 3500 batang rokok yang harus dihasilkan oleh setiap tenaga kerja. Pekerjaan pada bagian pelintingan merupakan jenis pekerjaan yang memerlukan ketelitian dan termasuk pekerjaan yang monoton karena hanya mengerjakan satu jenis pekerjaan sehingga hal ini dapat mempercepat timbulnya kelelahan. Selain itu peneliti juga menerima laporan dari pekerja bahwa mereka sering mengalami keluhan-keluhan berupa sakit di kepala dan anggota badan.

Berdasarkan semua uraian yang telah dijelaskan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai pengaruh penambahan waktu istirahat pendek terhadap kelelahan kerja pelinting rokok di PT. Djitoe Indonesian Tobacco.

B. Masalah penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka masalah penelitian adalah sebagai berikut:

Apakah ada pengaruh penambahan waktu istirahat pendek terhadap kelelahan kerja pelinting rokok di PT. Djitoe Indonesian Tobacco tahun 2012?

C. Tujuan penelitian

1. Untuk mengetahui pengaruh penambahan waktu istirahat pendek terhadap kelelahan kerja pada tenaga kerja pelinting rokok di PT. Djitoe Indonesian Tobacco tahun 2012.

2. Untuk mengetahui perbedaan tingkat kelelahan tenaga kerja setelah penambahan waktu istirahat pendek dibandingkan dengan tenaga kerja tanpa waktu istirahat pendek.

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Perusahaan

Sebagai masukan kepada pihak perusahaan mengenai pentingnya waktu istirahat terhadap tingkat kelelahan yang dialami tenaga kerja pelinting rokok di PT. Djitoe Tobacco Indonesia.

2. Bagi Peneliti Lain

Sebagai data dasar bagi penelitian selanjutnya untuk menggali dan melakukan penelitian berikutnya.

3. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan bagi penulis mengenai pengaruh penambahan waktu istirahat pendek terhadap kelelahan kerja pada tenaga kerja pelinting rokok di PT. Djitoe Tobacco Indonesia.