

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1.1.1. Letak Geografis

Lokasi penelitian di Jalan Jenderal Ahmad Yani, Desa Pulonas Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara, Provinsi Aceh

Didirikan pada tanggal : Sebelum kemerdekaan 1493

Pemilik : Kementerian Hukum dan Ham RI 16 januari 1982

Kualifikasi : Kelas IIB Kutacane

1.1.2. Demografis

Sebelah Utara : Jln Perumahan Asrama Polres Aceh Tenggara

Sebelah Selatan : Perum Telkom

Sebelah Barat : Jln Jenderal Ahmad Yani

Sebelah Timur : Perumahan Asrama Polres Aceh Tenggara

Kabupaten Aceh Tenggara adalah salah satu kabupaten di provinsi Aceh, Indonesia. Ibu kotanya adalah Kutacane. Kabupaten ini berada di daerah pegunungan dengan ketinggian 1.000 meter di atas permukaan laut, yang merupakan bagian dari pegunungan Bukit Barisan.

1.1.3. Sejarah Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara

Lembaga pemasyarakatan (disingkat LP atau LAPAS) adalah tempat untuk melakukan pembinaan terhadap narapidana dan anak didik pemasyarakatan di Indonesia. Sebelum dikenal istilah lapas di Indonesia, tempat tersebut disebut dengan istilah penjara. Lembaga pemasyarakatan merupakan unit pelaksana teknis

dibawah direktorat jenderal pemasyarakatan kementerian hukum dan hak asasi manusia (dahulu departemen kehakiman). Lapas kelas IIB Kutacane, beralamat di Jalan Jenderal Ahmad Yani, Desa Pulong Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara, Provinsi Aceh. Berdiri diatas tanah seluas 1.883 m², dengan luas bangunan 1.173 m². Lapas Kelas IIB Kutacane merupakan salah satu unit pelaksana teknis dari kementerian hukum dan hak asasi manusia yang mempunyai tugas pokok dan fungsi melakukan pemasyarakatan dan pembinaan terhadap narapidana atau warga binaan pemasyarakatan (WBP). Dengan kapasitas 85 orang penghuni, Lapas Kelas IIB Kutacane memiliki satu buah blok hunian yang terdiri dari 9 (sembilan) kamar untuk narapidana pria dan 1 (satu) kamar untuk narapidana wanita. Ada juga kamar pengasingan atau isolasi yang didalamnya terdapat 2 (dua) ruangan/kamar admisi orientasi (masa pengenalan lingkungan).

1.1.4. Visi dan Misi

Visi:

Visi lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara masyarakat memperoleh kepastian hukum.

Misi:

1. Mewujudkan peraturan Perundang-Undangan yang berkualitas;
2. Mewujudkan pelayanan hukum yang berkualitas;
3. Mewujudkan penegakan hukum yang berkualitas;
4. Mewujudkan penghormatan, pemenuhan, dan perlindungan HAM;
5. Mewujudkan layanan manajemen administrasi Kementerian Hukum dan HAM; serta

6. Mewujudkan aparatur Kementerian Hukum dan HAM yang profesional dan berintegritas.

1.2. Analisa Univariat

1.2.1. Usia Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Usia Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Usia Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Usia	f	%
Beresiko ≥ 30 Tahun	68	93,2
Tidak Beresiko < 30 Tahun	5	6,8
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.1. dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi usia yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dari 73 orang (100%) didapat usia beresiko ≥ 30 tahun sebanyak 68 orang (93,2%), dan usia tidak beresiko < 30 tahun sebanyak 5 orang (6,8%).

1.2.2. Masa Kerja Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Masa Kerja Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Masa Kerja Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Masa Kerja	f	%
Beresiko ≥ 8 Tahun	35	47,9
Tidak Beresiko < 8 Tahun	38	52,1
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.2. dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi masa kerja yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dari 73 orang (100%) didapat masa kerja beresiko ≥ 8 tahun sebanyak 35 orang (47,9%), dan masa kerja tidak beresiko < 8 tahun sebanyak 38 orang (52,1%).

1.2.3. Shift Kerja Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Shift Kerja Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Shift Kerja Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Shift Kerja	f	%
Ada Shift	33	45,2
Tidak Ada Shift	40	54,8
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.3. dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi shift kerja yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dari 73 orang (100%) didapat ada shift sebanyak 33 orang (45,2%), dan tidak ada shift sebanyak 40 orang (54,8%).

1.2.4. Status Perkawinan Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Status Perkawinan Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Status Perkawinan Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Status Perkawinan	f	%
Kawin	70	95,9
Tidak Kawin	3	4,1
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.4. dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi status perkawinan yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dari 73 orang (100%) didapat kawin sebanyak 70 orang (95,9%), dan tidak kawin sebanyak 3 orang (4,1%).

1.2.5. Status Gizi Yang Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Status Gizi Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.5. Distribusi Frekuensi Status Gizi Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Status Gizi	f	%
Tidak Normal (Kurus atau Obesitas)	56	76,7
Normal	17	23,3
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.5. dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi status gizi yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dari 73 orang (100%) didapat status gizi tidak normal (kurus atau obesitas) sebanyak 56 orang (76,7%), dan status gizi normal sebanyak 17 orang (23,3%).

1.2.6. Jawaban Responden Tentang Kelelahan Kerja Pegawai Tahun 2019

Jawaban Responden Tentang Kelelahan Kerja Pegawai Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.6. Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Tentang Kelelahan Kerja Pegawai Tahun 2019

No	Pertanyaan	Sangat Sering		Sering		Kadang-kadang		Tidak Pernah		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	F	%
1.	Apakah saudara mengalami berat dibagian kepala saat bekerja ?	12	16,4	20	27,4	33	45,2	8	11,0	73	100
2.	Apakah saudara mengalami lelah pada seluruh badan saat bekerja ?	16	21,9	29	39,7	23	31,5	5	6,8	73	100
3.	Apakah saudara mengalami berat di kaki saat bekerja ?	11	15,1	34	46,6	27	37,0	1	1,4	73	100
4.	Apakah saudara sering menguap saat bekerja ?	7	9,6	37	50,7	27	37,0	2	2,7	73	100
5.	Apakah saudara mengalami pikiran yang kacau saat bekerja ?	4	5,5	38	52,1	28	38,4	3	4,1	73	100
6.	Apakah saudara mengantuk saat bekerja ?	8	11,0	35	47,9	24	32,9	6	8,2	73	100
7.	Apakah saudara mengalami beban pada mata saat bekerja?	6	8,2	32	43,8	30	41,1	5	6,8	73	100
8.	Apakah saudara mengalami kaku/canggung dalam bergerak saat bekerja ?	3	4,1	33	45,2	31	42,5	6	8,2	73	100
9.	Apakah saudara mengalami berdiri yang tidak stabil setelah bekerja ?	12	16,4	27	37,0	28	38,4	6	8,2	73	100
10.	Apakah saudara ingin berbaring saat bekerja ?	11	15,1	27	37,0	31	42,5	4	5,5	73	100
11.	Apakah saudara susah berfikir saat bekerja ?	4	5,5	37	50,7	27	37,0	5	6,8	73	100
12.	Apakah saudara lelah berbicara saat bekerja ?	8	11,0	26	35,6	31	42,5	8	11,0	73	100
13.	Apakah saudara menjadi gugup saat bekerja ?	13	17,8	28	38,4	25	34,2	7	9,6	73	100
14.	Apakah saudara tidak bisa berkonsentrasi saat bekerja ?	11	15,1	28	38,4	28	38,4	6	8,2	73	100
15.	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa saat bekerja ?	14	19,2	26	35,6	25	34,2	8	11,0	73	100
16.	Apakah saudara cemas terhadap sesuatu saat bekerja?	11	15,1	30	41,1	25	34,2	7	9,6	73	100

No	Pertanyaan	Sangat Sering		Sering		Kadang-kadang		Tidak Pernah		Total	
		f	%	f	%	f	%	f	%	F	%
17.	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap saat bekerja?	10	13,7	38	52,1	22	30,1	3	4,1	73	100
18.	Apakah saudara mengalami sakit di kepala ?	6	8,2	34	46,6	29	39,7	4	5,5	73	100
19.	Apakah saudara mengalami kaku di bagian bahu setelah bekerja ?	10	13,7	27	37,0	33	45,2	3	4,1	73	100
20.	Apakah nafas saudara tertekan saat bekerja ?	7	9,6	26	35,6	35	47,9	5	6,8	73	100
21.	Apakah saudara sangat haus setelah bekerja ?	4	5,5	29	39,7	36	49,3	4	5,5	73	100
22.	Apakah suara saudara menjadi serak setelah bekerja ?	1	1,4	32	43,8	34	46,6	6	8,2	73	100
23.	Apakah saudara mengalami pusing setelah bekerja ?	3	4,1	29	39,7	38	52,1	3	4,1	73	100
24.	Apakah kelopak mata saudara menjadi tegang saat bekerja ?	2	2,7	27	37,0	36	49,3	8	11,0	73	100
25.	Apakah anggota badan saudara bergetar (tremor) saat bekerja ?	0	0	34	46,6	33	45,2	6	8,2	73	100

Berdasarkan tabel 4.6. dapat diketahui bahwa distribusi jawaban responden tentang kelelahan kerja didapat 73 orang (100%) mayoritas menjawab sering sebanyak 38 orang (52,1%) dan minoritas menjawab sangat sering 0 (0%).

1.2.7. Kelelahan Kerja Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Kelelahan Kerja Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.7. Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Kelelahan Kerja	f	%
Kelelahan	62	84,9
Tidak Kelelahan	11	15,1
Total	73	100

Berdasarkan tabel 4.7. dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dari 73

orang (100%) didapat kelelahan sebanyak 62 orang (84,9%), dan tidak kelelahan sebanyak 11 orang (15,1%).

1.3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat berguna untuk mengetahui kemaknaan hubungan usia, masa kerja, shift kerja, status perkawinan, dan status gizi dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara dengan menggunakan *Chi-square*.

1.3.1. Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.8. Tabulasi Silang Antara Usia dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

No	Usia	Kelelahan Kerja						p (value)
		Ya		Tidak		Jumlah		
		f	%	f	%	F	%	
1.	Beresiko ≥ 30 Tahun	60	82,2	8	11,0	68	93,2	0,022
2.	Tidak Beresiko < 30 Tahun	2	2,7	3	4,1	5	6,8	
Total		62	84,9	11	15,1	73	100	

Berdasarkan tabel 4.8. dapat diketahui bahwa dari 73 orang pegawai yang berada pada usia beresiko ≥ 30 tahun mengalami kelelahan sebanyak 60 orang (82,2%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 8 orang (11,0%), yang berada pada usia tidak beresiko < 30 tahun yang mengalami kelelahan sebanyak 2 orang (2,7%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 3 orang (4,1%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,022. Didapatkan hasil bahwa *p value* 0,022 $<$ 0,05 sehingga

memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kelelahan kerja.

1.3.2. Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.9. Tabulasi Silang Antara Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

No	Masa Kerja	Kelelahan Kerja						p (value)
		Ya		Tidak		Jumlah		
		f	%	f	%	F	%	
1.	Beresiko ≥ 8 Tahun	33	45,2	2	2,7	35	47,9	0,069
2.	Tidak Beresiko < 8 Tahun	29	39,7	9	12,3	38	52,1	
Total		62	84,9	11	15,1	73	100	

Berdasarkan tabel 4.9. dapat diketahui bahwa dari 73 orang pegawai yang berada pada masa kerja beresiko ≥ 8 tahun yang mengalami kelelahan sebanyak 33 orang (45,2%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 2 orang (2,7%), yang berada pada masa kerja tidak beresiko < 8 tahun yang mengalami kelelahan sebanyak 29 orang (39,7%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 9 orang (12,3%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,069. Didapatkan hasil bahwa *p value* 0,069 $>$ 0,05 sehingga memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja.

1.3.3. Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.10. Tabulasi Silang Antara Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

No	Shift Kerja	Kelelahan Kerja						p (value)
		Ya		Tidak		Jumlah		
		f	%	f	%	F	%	
1.	Ada Shift	33	45,2	0	0,0	33	45,2	0,003
2.	Tidak Ada Shift	29	39,7	11	15,1	40	54,8	
	Total	62	84,9	11	15,1	73	100	

Berdasarkan tabel 4.10. dapat diketahui bahwa dari 73 orang pegawai yang ada shift yang mengalami kelelahan sebanyak 33 orang (45,2%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 0 (0,0%), yang tidak ada shift yang mengalami kelelahan sebanyak 29 (39,7%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 11 orang (15,1%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,003. Didapatkan hasil bahwa *p value* 0,003 < 0,05 sehingga memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

1.3.4. Hubungan Status Perkawinan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Hubungan Status Perkawinan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.11. Tabulasi Silang Antara Status Perkawinan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

No	Status Perkawinan	Kelelahan Kerja						p (value)
		Ya		Tidak		Jumlah		
		f	%	f	%	F	%	
1.	Kawin	61	83,6	9	12,3	70	95,9	0,057
2.	Tidak Kawin	1	1,4	2	2,7	3	4,1	
Total		62	84,9	11	15,1	73	100	

Berdasarkan tabel 4.11. dapat diketahui bahwa dari 73 orang pegawai yang kawin yang mengalami kelelahan sebanyak 61 orang (83,6%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 9 orang (12,3%), yang tidak kawin yang mengalami kelelahan sebanyak 1 orang (1,4%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 2 orang (2,7%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,057. Didapatkan hasil bahwa *p value* 0,057 > 0,05 sehingga memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja.

1.3.5. Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019 dapat dilihat

Tabel 4.12. Tabulasi Silang Antara Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kutacane Aceh Tenggara Tahun 2019

No	Status Gizi	Kelelahan Kerja						P (value)
		Ya		Tidak		Jumlah		
		f	%	f	%	F	%	
1.	Tidak Normal (Kurus atau Obesitas)	56	76,7	0	0,0	56	76,7	0,000
2.	Normal	6	8,2	11	15,1	17	23,3	
Total		62	84,9	11	15,1	73	100	

Berdasarkan tabel 4.12. dapat diketahui bahwa dari 73 orang pegawai yang berada pada status gizi tidak normal (kurus atau obesitas) yang mengalami kelelahan sebanyak 56 orang (76,7%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 0 (0,0%), yang berada pada status gizi normal yang mengalami kelelahan sebanyak 6 (8,2%), dan yang tidak mengalami kelelahan sebanyak 11 orang (15,1%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,000. Didapatkan hasil bahwa *p value* 0,000 < 0,05 sehingga memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja.

1.4. Pembahasan

1.4.1. Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara

Pada penelitian ini diperoleh ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,022, sehingga memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara usia dengan kelelahan kerja.

Rata-rata usia pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara yaitu >30 tahun, usia yang lebih tua sangat berpengaruh di lapas, karena usia yang lebih tua cenderung akan mudah lelah dan tidak bergerak dengan besit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerja, apalagi pekerjaan di lapas yaitu melakukan pembinaan terhadap narapidana, yang belum tentu mudah dilakukan.

Semakin tua usia seseorang maka akan semakin besar tingkat kelelahan yang dirasakan. Davis menyatakan bahwa pekerja yang berumur diatas 35 tahun memiliki kelemahan saat melakukan pekerjaan dengan temperatur panas dibandingkan dengan pekerja yang lebih muda. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa semakin tua usia seseorang, maka akan semakin besar tingkat kelelahan yang dirasakan. Pemikiran terkini menekankan bahwa fenomena dasar adanya penuaan adalah hilangnya fungsi otot, terjadinya penurunan curah jantung, dan hilangnya kapasitas kerja seseorang. Suma'mur juga menyatakan bahwa kelelahan yang terjadi sejalan dengan meningkatnya umur seseorang disebabkan oleh adanya perubahan fungsi faal pada tubuh yang kemudian mempengaruhi ketahanan tubuh dan kapasitas kerja seseorang (15).

Umumnya keluhan otot skeletal mulai dirasakan pada usia kerja yaitu 25-65 tahun. Karena usia seseorang akan mempengaruhi kondisi tubuhnya. Seseorang yang berusia muda sanggup melakukan pekerjaan berat dan sebaliknya jika seseorang berusia lanjut maka kemampuan untuk melakukan pekerjaan berat akan menurun, pekerja yang telah berusia lanjut akan merasa cepat lelah dan tidak bergerak dengan besit ketika melaksanakan tugasnya sehingga mempengaruhi kinerjanya.

Kelelahan kerja termasuk suatu kelompok gejala yang berhubungan dengan adanya penurunan efisiensi kerja, keterampilan serta peningkatan kecemasan atau kebosanan. Kelelahan kerja ditandai oleh adanya perasaan lelah, output menurun, dan kondisi fisiologis yang dihasilkan dari aktivitas yang berlebihan. Kelelahan akibat kerja juga sering kali diartikan sebagai menurunnya performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan yang harus dilakukan (8).

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Bambang Hermawan, Widodo Haryono dan Soebijanto yang berjudul Sikap, Beban Kerja dan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pabrik Produksi Aluminium di Yogyakarta Tahun 2017 menyatakan ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada Pekerja Pabrik Produksi Aluminium di Yogyakarta. Didapat nilai p value $< \alpha$ usia 0,024 sehingga memperlihatkan ada hubungan usia dengan kelelahan kerja (12).

Menurut asumsi peneliti, usia sangat berhubungan pada kelelahan kerja alasannya karena semakin tingginya usia seseorang maka organ tubuh pada manusia juga akan semakin melemah dan hilangnya fungsi otot serta kemampuan dalam melakukan pekerjaan ringan atau pekerjaan berat akan mengalami penurunan. Terlebih dilapas rata-rata usia pegawai adalah 30 tahun keatas. Jika usia pekerja yang telah berusia lanjut seperti 30 tahun keatas akan merasa cepat lelah dibandingkan dengan usia pekerja yang lebih muda dikarenakan usia yang telah lanjut lebih cepat mengalami penurunan produktivitas kerja dan kelelahan kerja.

1.4.2. Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara

Pada penelitian ini diperoleh tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,069, sehingga memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja.

Rata-rata masa kerja pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara yaitu >8 tahun, di lapas sendiri pegawai yang masa kerjanya mencapai 15 tahun keatas akan bertanggung jawab lebih untuk melakukan pembinaan terhadap narapidana, karena sudah lebih berpengalaman dan lebih mengetahui tentang lapas.

Masa kerja juga berpengaruh karena berdampak positif dimana semakin lama seseorang bekerja, akan semakin berpengalaman dalam melakukan pekerjaannya, masa kerja juga dapat berdampak negatif karena dapat menimbulkan kebosanan dan kelelahan kerja. Hal tersebut pastinya sangat berpengaruh, dikarenakan adanya pembebanan otot secara statis (*static muscular loading*) yang jika dipertahankan dalam waktu lama akan menyebabkan RSI (*Repetition Strain Infuries*) yaitu nyeri otot tulang, tendon dan sebagainya yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat berulang dan monoton. Hubungan masa kerja dengan kelelahan kerja dilihat secara statistik terdapat hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja (13).

Kelelahan kerja termasuk suatu kelompok gejala yang berhubungan dengan adanya penurunan efisiensi kerja, keterampilan serta peningkatan kecemasan atau kebosanan. Kelelahan kerja ditandai oleh adanya perasaan lelah,

output menurun, dan kondisi fisiologis yang dihasilkan dari aktivitas yang berlebihan. Kelelahan akibat kerja juga sering kali diartikan sebagai menurunnya performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan yang harus dilakukan (8).

Hal ini tidak sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Sari Narulita Purwati Ningsih dan Neffrety Nilamsari yang berjudul Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Dipo Lokomotif PT. Kereta Api Indonesia (Persero) Tahun 2018 menyatakan ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada Pekerja Dipo Lokomotif PT. Kereta Api Indonesia (Persero). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja $pvalue (0,03) \leq 0,05$ (5).

Menurut asumsi peneliti, masa kerja tidak berhubungan pada kelelahan kerja alasannya karena semakin lama seseorang bekerja disuatu instansi, akan semakin berpengalaman dan mahir dalam melakukan pekerjaannya dan tau bagaimana sistem pekerjaan disuatu instansi. Terlebih dilapas rata-rata masa kerja pegawai adalah dibawah 8 tahun dan tidak akan berdampak pada kelelahan. Akan tetapi masa kerja juga berdampak negatif pada pekerja, karena semakin lama seseorang bekerja disuatu instansi dia akan merasa sangat monoton saat bekerja, seorang akan cenderung bosan dan bisa mengalami kelelahan kerja serta dapat menyebabkan RSI (Repetition Strain Infuries) yaitu nyeri otot tulang, tendon dan sebagainya yang diakibatkan oleh jenis pekerjaan yang bersifat berulang dan monoton.

1.4.3. Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara

Pada penelitian ini diperoleh ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,003, sehingga memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja.

Pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara yang mempunyai shift kerja terdapat 33 orang, yang mempunyai shift kerja malam akan cenderung lebih mudah kelelahan karena pegawai yang lagi dinas malam akan bertanggung jawab lebih dengan situasi keamanan di lapas, dan lebih memperketat penjagaan saat di malam hari.

Shift kerja adalah periode waktu dimana suatu kelompok pekerja dijadwalkan bekerja pada tempat kerja tertentu. Dalam upaya menghasilkan produksi yang berkesinambungan, suatu perusahaan terkadang memperkerjakan karyawannya dalam sistem shift selama 24 jam. Adapun yang termasuk dalam kriteria kerja shift adalah apabila terdapat pekerjaan yang dilakukan diluar jam kerja yang normal. Shift kerja memiliki berbagai macam dampak negatif yang salah satunya adalah kelelahan. Kelelahan karena pengaruh shift kerja dapat menyebabkan kesulitan konsentrasi dalam bekerja, meningkatkan resiko kesalahan (*human error*), berdampak kepada kualitas kerja dan kecepatan kerja, dan akhirnya menyebabkan kecelakaan kerja (15).

Kelelahan kerja termasuk suatu kelompok gejala yang berhubungan dengan adanya penurunan efisiensi kerja, keterampilan serta peningkatan

kecemasan atau kebosanan. Kelelahan kerja ditandai oleh adanya perasaan lelah, output menurun, dan kondisi fisiologis yang dihasilkan dari aktivitas yang berlebihan. Kelelahan akibat kerja juga sering kali diartikan sebagai menurunnya performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan yang harus dilakukan (8).

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Sari Narulita Purwati Ningsih dan Neffrey Nilamsari yang berjudul Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Dipo Lokomotif PT. Kereta Api Indonesia (Persero) Tahun 2018 menyatakan ada hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja pada Pekerja Dipo Lokomotif PT. Kereta Api Indonesia (Persero). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara shift kerja dengan kelelahan kerja $pvalue (0,000) \leq 0,05$ (5).

Menurut asumsi peneliti, shift kerja sangat berhubungan pada kelelahan kerja alasannya karena shift kerja merupakan suatu penjadwalan kerja dalam upaya menghasilkan produksi yang berkesinambungan. Terlebih dilapas rata-rata pegawai yang mempunyai shift kerja akan lebih bertanggung jawab terhadap keamanan narapidana. Shift kerja dapat mengakibatkan dampak buruk bagi seorang pekerja, misalnya seorang pekerja ada acara keluarga dipagi hari dan acara keluarga tersebut sangat penting, akan tetapi dia juga ada jadwal kerja shift pagi, dia harus menghadiri acara keluarga tersebut, dan seorang pekerja tersebut harus membayar utang shift kerja dan itu bisa membuat seorang pekerja cepat mengalami lelah, terlebih jika shift kerja pada malam hari itu akan lebih rentan

mengalami kelelahan kerja, karena pada saat malam hari seharusnya seseorang itu harus beristirahat dan tidur yang cukup.

1.4.4. Hubungan Status Perkawinan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara

Pada penelitian ini diperoleh tidak ada hubungan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,057, sehingga memperlihatkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja.

Rata-rata pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara sudah menikah (mempunyai keluarga), berarti pegawai lapas memiliki tanggung jawab yang besar dan lebih. Pegawai lapas yang sudah menikah akan bertanggung jawab atas keluarganya dan juga pekerjaannya.

Seseorang yang sudah menikah dan memiliki keluarga maka akan mengalami kelelahan akibat kerja dikarenakan waktu setelah bekerja digunakan untuk melayani anak dan istrinya, bukan untuk beristirahat. Selain itu, pekerja yang memiliki tanggung jawab khusus, dalam hal ini seorang suami atau istri akan memiliki tanggung jawab lebih dalam memenuhi kebutuhan keluarga (15).

Kelelahan kerja termasuk suatu kelompok gejala yang berhubungan dengan adanya penurunan efisiensi kerja, keterampilan serta peningkatan kecemasan atau kebosanan. Kelelahan kerja ditandai oleh adanya perasaan lelah, output menurun, dan kondisi fisiologis yang dihasilkan dari aktivitas yang berlebihan. Kelelahan akibat kerja juga sering kali diartikan sebagai menurunnya

performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan yang harus dilakukan (8).

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Amelia Marif yang berjudul Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan pada Pekerja Pembuatan Pipa dan Menara Tambat Lepas Pantai (EPC3) di Proyek Banyu Urip PT Rekayasa Industri, Serang-Banten Tahun 2013 menyatakan tidak ada hubungan antara status perkawinan dengan kelelahan pada pekerja pembuatan pipa dan menara tambat lepas pantai (EPC3) di proyek banyu urip PT Rekayasa Industri, Serang-Banten Tahun 2013. Dilihat dari hasil uji statistik, didapatkan Pvalue sebesar 0,387 yang artinya pada $\alpha = 5\%$ dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status perkawinan dengan kelelahan pada pekerja pembuatan pipa dan menara tambat lepas pantai (EPC3) di proyek Banyu Urip PT Rekayasa Industri, Serang-Banten Tahun 2013 (15).

Menurut asumsi peneliti, status perkawinan tidak berhubungan pada kelelahan kerja alasannya karena seorang yang sudah menikah pada umumnya akan lebih dewasa dalam menghadapi segala sesuatu permasalahan, baik permasalahan didalam rumah tangga atau pun ditempat dia bekerja. Seseorang yang sudah menikah juga akan lebih termotivasi untuk bekerja lebih giat karena didukung oleh pasangan. Terlebih dilapas rata-rata pegawai sudah menikah. Akan tetapi status perkawinan juga berdampak negatif pada pekerja, karena seseorang yang sudah menikah akan memiliki tanggung jawab yang besar yaitu tanggung jawab ditempat kerja dan tanggung jawab terhadap kebutuhan keluarga, terlebih waktu setelah bekerja digunakan untuk melayani anak, suami atau istri. Dalam hal

ini seorang suami atau istri akan memiliki tanggung jawab lebih dalam memenuhi kebutuhan keluarga dan ditempat dia bekerja.

1.4.5. Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara

Pada penelitian ini diperoleh ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-square* $\alpha = 0,05$ diperoleh *p value* 0,000, sehingga memperlihatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja.

Rata-rata status gizi pegawai lapas kelas IIB kutacane aceh tenggara yaitu mengalami berat badan berlebih (obesitas), itu bisa dilihat dari rumus IMT yaitu Berat badan dibagi dengan Tinggi badan. Status gizi pegawai sangat berhubungan dengan kelelahan kerja.

Keadaan gizi merupakan salah satu faktor individu yang menyebabkan kelelahan pada pekerja. Seorang pekerja dengan keadaan gizi yang baik akan memiliki kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang lebih baik, begitu juga sebaliknya. Pada keadaan gizi buruk, dengan beban kerja berat akan mengganggu kerja dan menurunkan efisiensi dan ketahanan tubuh sehingga mudah terjangkit penyakit dan mempercepat timbulnya kelelahan (15).

Kelelahan kerja termasuk suatu kelompok gejala yang berhubungan dengan adanya penurunan efisiensi kerja, keterampilan serta peningkatan kecemasan atau kebosanan. Kelelahan kerja ditandai oleh adanya perasaan lelah, output menurun, dan kondisi fisiologis yang dihasilkan dari aktivitas yang berlebihan. Kelelahan akibat kerja juga sering kali diartikan sebagai menurunnya

performa kerja dan berkurangnya kekuatan atau ketahanan fisik tubuh untuk terus melanjutkan yang harus dilakukan (8).

Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Putri Mahardika yang berjudul Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pengisian Tabung Depot LPG PT. Pertamina (Persero) MOR VII Makassar Tahun 2017 menyatakan ada hubungan indeks masa tubuh dengan kelelahan kerja pada pekerja pengisian tabung Depot LPG PT. Pertamina (Persero) MOR VII. Dari hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai $p = 0.004$ ($p < 0.05$), maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan status gizi (IMT) dengan kelelahan kerja pada pekerja pengisian tabung di Depot LPG PT. Pertamina (Persero) Kota Makassar (17).

Menurut asumsi peneliti, status gizi sangat berhubungan pada kelelahan kerja alasannya karena keadaan gizi merupakan salah satu faktor individu yang menyebabkan kelelahan pada pekerja. Terlebih dilapas rata-rata pegawai memiliki status gizi yang tidak normal. Seorang pekerja dengan keadaan gizi yang tidak normal seperti terlalu kurus atau berat badan berlebih dia akan cenderung mengalami kelelahan disuatu tempat kerja karena jika seorang pekerja terlalu kurus energi yang digunakan untuk bekerja akan cepat habis, karena kurangnya asupan gizi yang cukup, begitu juga dengan pekerja yang berat badan berlebih, lemak ditubuh membuat pergerakan seorang pekerja lambat dan membuat seorang pekerja mengalami malas serta cepat mengalami kelelahan. Dan sebaliknya, jika

status gizi pekerja normal dan cukup akan mempengaruhi kapasitas kerja yang baik dan ketahanan tubuh yang lebih baik.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

1.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara didapat:

1. Ada Hubungan Usia dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara.
2. Tidak Ada Hubungan Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara.
3. Ada Hubungan Shift Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara.
4. Tidak Ada Hubungan Status Perkawinan dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara.
5. Ada Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara.

1.2. Saran

1. Bagi Pegawai Lapas

Disarankan bagi Pegawai Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh Tenggara agar menjaga pola hidup yang sehat, mengkonsumsi makanan yang bergizi, tidur yang cukup agar tidak mudah merasakan kelelahan saat bekerja.

2. Bagi Kantor Lapas Kelas IIB

Disarankan bagi Lapas Kelas IIB Kutacane Aceh tenggara agar dapat menyediakan ruang beristirahat untuk pegawai lapas.

3. Bagi Institut Kesehatan Helvetia

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa-mahasiswi khususnya Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Helvetia Medan tentang Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Semoga hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan untuk penelitian selanjutnya agar dapat mengembangkan dan memperbanyak variabel yang akan diteliti serta menggunakan metode penelitian dan tempat penelitian yang berbeda.