

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kelelahan merupakan kondisi yang kerap dialami oleh individu saat menjalankan aktivitas kerja. Secara alami, tubuh memiliki mekanisme untuk memberi sinyal bahwa kapasitas fisik atau mental telah mencapai batas tertentu, dan sinyal tersebut muncul dalam bentuk kelelahan. Kondisi ini biasanya dapat mereda setelah tubuh mendapatkan waktu istirahat yang cukup. Namun, tingkat dan bentuk kelelahan dapat berbeda-beda pada setiap orang, tergantung pada beban kerja, daya tahan tubuh, dan faktor lingkungan. Dalam dunia kerja, kelelahan sering kali menjadi penanda awal adanya gangguan kesehatan yang dialami oleh tenaga kerja selama menjalankan tugasnya.

Kelelahan kerja merupakan masalah yang umum ditemukan di lingkungan kerja. Istilah kelelahan (*fatigue*) menggambarkan kondisi fisik maupun mental yang berbeda-beda, namun keduanya berdampak pada menurunnya kemampuan bekerja serta berkurangnya daya tahan tubuh dalam melakukan aktivitas. Menurut *World Health Organization* (WHO), dalam model kesehatan yang dirumuskan hingga tahun 2020, gangguan psikologis berupa rasa lelah yang berat yang dapat berujung pada depresi diprediksi menjadi penyebab kematian kedua terbesar setelah penyakit jantung. Sementara itu, data *International Labour Organization* (ILO) menunjukkan bahwa setiap tahunnya sekitar 2 juta pekerja di seluruh dunia

meninggal akibat kecelakaan kerja yang dipengaruhi oleh kelelahan. Dari 58.155 sampel yang diteliti, sebanyak 32,8% atau sekitar 18.828 pekerja mengalami kelelahan kerja (Anugrah, dkk. 2022)

Kelelahan kerja (*work fatigue*) merupakan salah satu isu penting dalam bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), khususnya pada sektor jasa perbaikan sepeda motor yang menuntut aktivitas fisik intensif. Kondisi ini dapat timbul sebagai akibat dari tuntutan pekerjaan yang berat, gerakan kerja berulang, postur tubuh yang kurang ergonomis, serta paparan lingkungan kerja yang tidak optimal seperti suhu tinggi, kebisingan, dan bahan kimia tertentu. Situasi tersebut banyak dialami oleh pekerja bengkel yang setiap hari melakukan pekerjaan pembongkaran hingga perbaikan komponen sepeda motor dengan durasi kerja yang panjang serta tempo kerja yang tinggi (Hunusalela, dkk. 2023)

Fenomena ini menjadi penting untuk diperhatikan karena kelelahan kerja terbukti dapat mengurangi kemampuan fisik dan konsentrasi pekerja, sehingga meningkatkan potensi terjadinya kecelakaan kerja, kesalahan dalam prosedur, serta berbagai gangguan kesehatan seperti keluhan *muskuloskeletal*. Berbagai penelitian internasional di sektor otomotif juga menunjukkan bahwa aspek ergonomi dan kondisi lingkungan kerja memiliki keterkaitan yang kuat dengan tingkat kelelahan. Studi mengungkapkan bahwa postur kerja yang tidak sesuai, aktivitas yang bersifat repetitif, dan tingginya beban kerja merupakan faktor yang secara signifikan memicu kelelahan dan keluhan muskuloskeletal pada pekerja

industri otomotif (Zhao, dkk. 2022). Temuan ini sejalan dengan tinjauan yang menyebutkan bahwa gerakan berulang, postur statis yang bertahan lama, serta durasi kerja yang panjang merupakan faktor penentu utama dalam timbulnya kelelahan fisik pada pekerja dengan beban aktivitas tinggi (Massie dkk., 2018)

Bengkel Inti Jaya Motor, merupakan bengkel yang setiap hari melayani jumlah pelanggan yang cukup besar dengan kisaran 20- 30 motor setiap harinya dengan jumlah pekerja 5 orang. Tingginya arus kendaraan yang datang membuat beban kerja mekanik meningkat, sehingga mereka dituntut untuk bekerja secara cepat, presisi, dan tetap memenuhi standar kualitas yang telah ditetapkan. Berdasarkan pada hasil survei awal peneliti di Bengkel Inti Jaya Motor, karyawan yang bekerja sering merasakan gejala seperti pusing ringan, pegal di kaki dan kram tangan serta bahu, sehingga pekerjaan harus dihentikan. Selain beban kerja utama, pekerja bengkel juga menghadapi berbagai risiko tambahan, seperti paparan kebisingan dari suara mesin, serta tekanan psikologis akibat tuntutan pelayanan yang serba cepat (Rahmawati & Supadma, 2024)

Kesenjangan inilah yang menjadi dasar perlunya dilakukan penelitian yang fokus pada identifikasi faktor risiko kelelahan kerja pada pekerja Bengkel Inti Jaya Motor. Faktor risiko tersebut mencakup faktor individu (umur, masa kerja, status kesehatan), faktor pekerjaan (beban kerja, durasi jam kerja, kecepatan dan ritme pekerjaan, postur kerja), dan faktor lingkungan (suhu, kebisingan, dan pencahayaan). Dengan mengidentifikasi

faktor-faktor ini, penelitian dapat memberikan gambaran komprehensif mengenai kondisi kerja aktual dan potensi risiko kesehatan yang dihadapi pekerja. Penelitian ini juga penting dilakukan dalam konteks sanitasi, mengingat pengendalian kelelahan merupakan bagian dari upaya pencegahan kecelakaan kerja dan perlindungan kesehatan pekerja.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada mekanik bengkel resmi, dengan judul “Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Pekerja Bengkel Inti Jaya Motor Tahun 2026”. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat nyata dalam meningkatkan kesehatan kerja para mekanik, memperkuat tindakan pencegahan kecelakaan kerja, serta mendukung penerapan sanitasi lingkungan kerja yang aman dan sehat di bengkel resmi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu, ”apa faktor risiko yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pekerja Bengkel Inti Jaya Motor tahun 2026? ”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor risiko yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pekerja Bengkel Inti Jaya Motor tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran tingkat lingkungan kerja pada pekerja Bengkel Inti Jaya Motor
- b. Mengetahui gambaran tingkat kelelahan kerja pada pekerja Bengkel Inti Jaya Motor

D. Ruang Lingkup

1. Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian termasuk dalam lingkup Kesehatan Lingkungan khususnya dalam bidang Penyehatan Udara dan Keselamatan Kesehatan Kerja (K3).

2. Materi

Materi penelitian adalah kajian mengenai faktor risiko yang memengaruhi kelelahan kerja pada pekerja bengkel.

3. Objek

Objek yang dijadikan bahan dalam penelitian ini adalah faktor risiko yang dapat memengaruhi kelelahan kerja pada pekerja bengkel.

4. Lokasi

Lokasi penelitian dilakukan di Bengkel Inti Jaya Motor yang terletak di Jl. Juminahan No.11b 13, Tegal Panggung, Danurejan, *Yogyakarta City, Special Region of Yogyakarta* 55166.

5. Waktu

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Desember 2025- Mei 2026.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu khususnya di bidang sanitasi kerja, ergonomi, dan K3, terutama terkait faktor risiko yang memengaruhi kelelahan kerja.
- b. Menambah referensi ilmiah bagi mahasiswa dan peneliti lain yang ingin meneliti topik kelelahan kerja, risiko ergonomi, dan lingkungan kerja bengkel.
- c. Menjadi dasar untuk penelitian lanjutan mengenai intervensi ergonomi, perbaikan lingkungan kerja, serta pengendalian kelelahan dalam sektor jasa otomotif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pihak Pengelola

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi manajemen dalam memperbaiki sistem kerja, seperti pengaturan shift, beban kerja, dan tata letak bengkel. Rekomendasi berbasis data ini diharapkan meningkatkan K3, menurunkan risiko kecelakaan dan kesalahan kerja, serta meningkatkan produktivitas bengkel.

b. Bagi Pekerja

Penelitian ini membantu pekerja memahami penyebab kelelahan sehingga mereka dapat mencegahnya melalui perbaikan postur, pengaturan ritme kerja, dan pemanfaatan istirahat. Dengan itu, kesehatan kerja meningkat dan risiko keluhan muskuloskeletal serta kelelahan berlebih dapat berkurang.

c. Bagi Peneliti

Menjadi salah satu sarana untuk menambah wawasan dan juga ilmu pengetahuan dalam bidang penyehatan udara dan kesehatan keselamatan kerja (K3).

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti, Judul, Tahun	Hasil	Perbedaan
1	2	3	4
1.	Aulia dkk., 2020. Hubungan Antara Keluhan Kelelahan Subjektif, Umur dan Masa Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Pada Pekerja.	Hasil penelitian memiliki fokus pada hubungan kelelahan kerja dengan umur dan masa kerja sebagai masalah utama yang ingin dianalisis, khususnya pada pekerja sektor industri/jasa dan mengkaji penyebab atau faktor yang berkontribusi terhadap munculnya kelelahan kerja.	Perbedaan dalam penelitian ini yaitu, pada ruang lingkup yang dipilih. Pada penelitian ini ruang lingkungannya adalah beban pribadi, beban pekerjaan dan lingkungan sedangkan Aulia ruang lingkungannya hanya umur dan masa kerja. Selain itu lokasi penelitian juga berbeda.
2.	Agustin dkk., (2021), Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Pekerja Industri Tekstil di Indonesia: Review	Hasil penelitian memiliki fokus pada kelelahan kerja sebagai masalah utama yang ingin dianalisis.	Perbedaan dalam penelitian ini yaitu, pada lokasi yang dipilih untuk melakukan penelitian.
3.	Al-Fayed (2023). Studi Kelelahan Kerja pada Karyawan <i>Workshop</i> Bagian Mekanik di Perusahaan PT. Singlurus Pratama (<i>Study Of Work Fatigue In Mechanical Workshop Employees At PT. Singlurus Pratama</i>)	Hasil penelitian memiliki fokus pada kelelahan kerja sebagai masalah utama yang ingin dianalisis dan melihat apakah ada gejala kelelahan kerja saja.	Perbedaan dalam penelitian ini yaitu, lokasi pemilihan tempat pelaksanaan penelitian dan variabel pengukuran lingkungan kerja pada tempat pelaksanaan penelitian