



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph5215>

HUBUNGAN BEBAN KERJA, LAMA KERJA, STATUS GIZI DENGAN KELELAHAN KERJA DI PT. JAPFA MAKASSAR

^KIndah Rahmawati¹, Andi Surahman Batara², Rahman³

¹Peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

²Peminatan Administrasi dan Kebijakan Kesehatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

³Peminatan Kesehatan Lingkungan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi(K): 14120190142@student.umi.ac.id

14120190142@student.umi.ac.id¹, andisurahman.batara@umi.ac.id², aulia.bkd17@umi.ac.id³

ABSTRAK

International Labour Organization (ILO) yang menyebutkan bahwa setiap tahun 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan faktor kelelahan kerja. Kelelahan kerja biasanya di sebabkan oleh beban kerja berlebih terjadi akibat ketidaksesuaian antara pekerja dengan pekerjaannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja, lama kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja di Pt. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit makassar. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode cross sectional study untuk menggambarkan hubungan antara beban kerja, lama kerja dan status gizi dengan kelelahan kerja bagian pergudangan di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar. Pengambilan sampel menggunakan purposive sampling sehingga jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 79 orang. Metode analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja ($p = 0,008$), tidak ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja dari hasil uji statistik chi-square tidak adanya diperoleh nilai p value dari hasil penelitian ini sebab data dari lama kerja responden tersebut tidak dapat diuji statistic, ada hubungan status gizi dengan kelelahan kerja ($p = 0,025$). Diharapkan pihak perusahaan agar melakukan pemeriksaan secara rutin untuk meminimalisir terjadinya resiko gangguan Kesehatan yang diakibatkan oleh beban kerja sehingga tidak menimbulkan kelelahan pada pekerja.

Kata kunci : Kelelahan kerja, Beban Kerja, IMT

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Article history :

Received : 15 Maret 2022

Received in revised form : 28 Maret 2022

Accepted : 31 Desember 2023

Available online : 30 April 2024

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

The International Labor Organization (ILO) states that every year 2 million workers die due to work accidents caused by work fatigue. Work fatigue is usually caused by excessive workload resulting from a mismatch between workers and their jobs. This study aims to determine the relationship between workload, length of work and nutritional status with work fatigue at Pt. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Makassar unit. The type of research used is quantitative with a cross sectional study method to describe the relationship between workload, length of work and nutritional status with work fatigue in the warehousing department at PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Makassar Unit. Sampling used purposive sampling so that the number of samples in this study were 79 people. Methods of data analysis using univariate and bivariate analysis. From the results of the study it was found that there was a relationship between workload and work fatigue ($p = 0.008$), there was no relationship between length of work and work fatigue from the results of the chi-square statistical test. could not be tested statistically, there was a relationship between nutritional status and work fatigue ($p = 0.025$). It is hoped that the company will carry out routine checks to minimize the risk of health problems caused by workload so as not to cause fatigue to workers

Keywords: work fatigue, workload, IMT.

PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan K3 (Kesehatan dan Keselamatan Kerja) yang dapat menjadi pemicu terjadinya kecelakaan kerja adalah kelelahan. Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya efisiensi dan ketahanan seseorang dalam bekerja. Istilah kelelahan mengarah pada kondisi melemahnya tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan, sehingga mengakibatkan terjadinya pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh.⁽¹⁾

International Labour Organization (ILO) yang menyebutkan bahwa setiap tahun 2 juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan faktor kelelahan kerja. Penyebab kelelahan di industri sangat bervariasi beban kerja yang tinggi dapat mempercepat kelelahan pada pekerja.⁽²⁾

World Health Organization (WHO) meramalkan bahwa yang menjadi penyakit pembunuh nomor 2 setelah penyakit jantung adalah perasaan lelah yang berat. Kementerian tenaga kerja Jepang melakukan penelitian terhadap 12 ribu perusahaan dan melibatkan sekitar 16 ribu orang tenaga kerja yang dipilih secara random, hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa 65% tenaga kerja mengeluhkan kelelahan fisik akibat kerja rutin, 28% mengeluhkan kelelahan mental dan sekitar 7% pekerja mengeluh stress berat dan merasa tersisihkan.⁽³⁾

Occupational Safety and Health Administration (OSHA) mengatakan kelelahan kerja merupakan penyebab cedera yang paling besar di industri agro industri, dan pada bidang agro industri sendiri dilaporkan 34% dari hilangnya jam kerja disebabkan oleh kelelahan kerja dan kompensasi pekerja digunakan untuk membiayai permasalahan yang menyangkut kelelahan kerja.⁽⁴⁾

Di Indonesia, 1 pengawas ketenagakerjaan harus mengawasi 110 perusahaan yang ada di Indonesia. Sedangkan jumlah perusahaan yang sudah menerapkan Sistem Manajemen K3 yaitu 2.1% dari sekitar 15.000 perusahaan Kelelahan akibat bekerja terus menerus akan menyebabkan kesehatan karyawan menurun hingga menyebabkan kecelakaan kerja.⁽⁵⁾

Di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi, sekitar 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Data mengenai kecelakaan kerja yang diterbitkan oleh Kepolisian Republik Indonesia tahun 2012 di Indonesia setiap hari rata-rata terjadi 847

kecelakaan kerja, 36% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Sekitar 18% atau 152 orang mengalami cacat.⁽⁶⁾

Berdasarkan data Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Indonesia tahun 2013 menyatakan bahwa setiap hari rata-rata terjadi 414 kasus kecelakaan kerja, 27,8% disebabkan kelelahan yang cukup tinggi. Lebih kurang 9,5% atau 39 orang mengalami cacat. Di Indonesia rata-rata pertahun terdapat 99.000 kasus kecelakaan kerja. Dari total tersebut, sekitar 70% berakibat fatal yaitu kematian dan cacat seumur hidup.⁽⁷⁾

Kelelahan kerja merupakan masalah penting yang perlu ditanggulangi dengan baik sebab dapat menyebabkan berbagai masalah seperti kehilangan efisiensi dalam bekerja, penurunan produktivitas dan kapasitas kerja serta kemampuan kesehatan dan kemampuan bertahan tubuh yang menyebabkan kecelakaan kerja.⁽⁸⁾

Kelelahan kerja biasanya di sebabkan oleh beban kerja berlebih terjadi akibat ketidaksesuaian antara pekerja dengan pekerjaannya. Pekerja terlalu banyak tetapi melakukan pekerjaan dengan waktu yang sedikit dengan semakin banyak beban pekerjaan yang ditanggung oleh seorang pekerja akan menurunkan kinerja pekerja tersebut. Hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi tekanan antara pekerja dengan pekerjaannya yang dialami pekerja, maka kelelahan pekerja menjadi tinggi.⁽⁹⁾

Kelelahan di tempat kerja sering terjadi karena beberapa faktor salah satunya yaitu lama kerja. Tingkat pembebanan yang terlalu tinggi memungkinkan pemakaian energi yang berlebihan dan terjadi overstres, sebaliknya intensitas pembebanan yang terlalu rendah memungkinkan rasa bosan dan kejenuhan atau understres. Oleh karena itu, perlu diupayakan tingkat intensitas pembebanan yang optimum yang ada diantara kedua batas yang ekstrim dan tentunya berbeda antar individu yang satu dengan yang lainnya.⁽¹⁰⁾

Kelelahan kerja dapat disebabkan oleh status gizi pekerja tidak tercukupi pada saat melakukan pekerjaan maka pekerja akan lebih mudah mengalami kelelahan. Status gizi adalah keadaan akibat dari keseimbangan antara konsumsi dan penyerapan gizi dan penggunaan zat gizi tersebut atau keadaan fisiologi akibat dari tersedianya zat gizi dalam sel tubuh Jadi, status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi.⁽¹¹⁾

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 24 januari 2023 dari 20 pekerja, hasil wawancara yang didapatkan data yang dikumpulkan rata-rata pekerja mengalami kelelahan pada saat bekerja terdapat 14 pekerja.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Beban Kerja, Lama Kerja Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar Tahun 2023”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan variabel independen dan variabel dependen. Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *Purposive Sampling*. Data dikumpulkan

menggunakan kuesioner dan diolah menggunakan aplikasi SPSS disajikan dalam bentuk tabel dilengkapi dengan narasi atau penjelasan. Penelitian ini dilaksanakan di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar Tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini yaitu pekerja dibagian pergudangan sebanyak 79 orang. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square* derajat kemaknaan ($\alpha=0,05$).

HASIL

Karakteristik Responden

Karakteristik responden adalah kriteria yang akan diberikan kepada subjek penelitian agar sumber informasi pada penelitian dapat tertuju dengan tepat dan sesuai harapan. Adapun beberapa karakteristik pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di PT. Japfa Comfeed Indonesia Makassar

Kareteristik	Jumlah	
	n	%
Umur:		
≤ 25 Tahun	9	11,4
26-40 Tahun	53	67,1
≥ 41 Tahun	17	21,5
Jenis Kelamin		
Laki-laki	74	93,7
Perempuan	5	6,3
Pendidikan		
SD	1	1,3
SLTP	6	7,6
SLTA	67	84,8
D3	3	3,8
S1	2	2,5
Masa Kerja		
≤ 1 Tahun	3	3,8
2-10 Tahun	47	59,5
≥ 11 Tahun	29	36,7
Total	60	100

Berdasarkan table 1 menjelaskan bahwa frekuensi umur dengan persentase umur ≤ 25 Tahun yaitu sebesar 11,4% dan umur dengan persentase ≥ 41 Tahun yaitu sebesar 21,5%. Berdasarkan distribusi karakteristik jenis kelamin lakilaki sebanyak 74 orang yaitu sebesar 93,7% dan jenis kelamin perempuan sebanyak 5 orang yaitu sebesar 6,3%.

Berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik tingkat Pendidikan yang terendah yaitu tingkat SD sebanyak 1 orang yaitu 1,3% sedangkan tingkat Pendidikan tertinggi yaitu tingkat S1 sebanyak 2 orang yaitu 2,5%. Sedangkan karakteristik tingkat masa kerja dengan ≤ 1 Tahun yaitu 3 orang sebesar 3,8% dan tingkat masa kerja ≥ 11 Tahun yaitu 29 orang sebesar 36,7%.

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja di PT. Japfa Comfeed Indonesia Makassar

Kelelahan Kerja	Pekerja	
	n	%
Tidak Lelah	28	35,4
Lelah	51	64,6
Total	79	100,0

Berdasarkan tabel 2. menunjukkan bahwa distribusi frekuensi Kelelahan Kerja dengan persentase tidak mengalami Lelah sebanyak 28 orang (35,4%) dan mengalami Lelah sebanyak 51 orang (64,6%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja di PT. Japfa Comfeed Indonesia Makassar

Beban Kerja	Pekerja	
	n	%
Berat	48	60,8
Ringan	31	39,2
Total	79	100,0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa frekuensi beban kerja pada pekerja dengan persentase beban kerja berat sebanyak 48 orang (60,8%) dan presentase beban kerja ringan sebanyak 31 orang (39,2%)

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Lama Kerja di PT. Japfa Comfeed Indonesia Makassar

Lama Kerja	Pekerja	
	n	%
Memenuhi Standar	79	100
Tidak Memenuhi Standar	0	0
Total	79	100,0

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa frekuensi lama kerja dengan persentase memenuhi standar sebanyak 79 orang (100%) dan tidak memenuhi standar 0 orang (0%)

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi di PT. Japfa Comfeed Indonesia Makassar

Indeks Massa Tubuh (IMT)	Pekerja	
	n	%
Kurus	4	5,0
Normal	65	82,3
Gemuk	3	3,8
Obesitas	7	8,9
Total	79	100,0

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa frekuensi indeks massa tubuh (IMT) pada pekerja dengan persentase kurus yaitu sebanyak 4 orang (5,0%), Normal sebanyak 65 orang (82,3%), Gemuk sebanyak 3 orang (3,8%) dan Obesitas sebanyak 7 orang (8,9%).

Analisis Bivariat

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja di PT. Japfa Comfeed Makassar

Beban Kerja	Kelelahan Kerja				Total		<i>p-value</i>
	Lelah		Tidak Lelah		n	%	
	n	%	n	%			
Berat	37	77,1	11	22,9	48	100	0,008
Ringan	14	45,2	17	54,8	31	100	
Total	51	64,6	28	35,4	79	100	

Berdasarkan Tabel 6 menunjukkan bahwa beban kerja kategori beban kerja berat dengan kategori mengalami lelah sebanyak 37 orang (77,1%) dan kategori tidak mengalami lelah sebanyak 23 orang (22,9%) sedangkan Beban Kerja kategori beban kerja ringan dengan kategori mengalami lelah sebanyak 14 orang (45,2%) dan kategori tidak mengalami lelah sebanyak 17 orang (54,8%).

Berdasarkan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai *p value* = 0,05, karena nilai probabilitas $\alpha < 0,008$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian pergudangan di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassa.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 79 pekerja, diperoleh kategori lelah lama kerja memenuhi standar sebanyak 51 pekerja (64,6%) dan 28 pekerja (35,4%) lainnya yang tidak lelah. Sedangkan yang lama kerjanya tidak memenuhi syarat dengan kategori lelah diperoleh 0 pekerja, begitupun dengan yang tidak mengalami kelelahan. Dari hasil data yang diperoleh bahwa dari 79 yang diteliti di japfa comfeed Indonesia tbk unit makassar semua bekerja sesuai UU yang ditetapkan yaitu selama 8 jam/hari.

Berdasarkan hasil uji statistik chi-square tidak adanya diperoleh nilai *p value* dari hasil penelitian ini sebab data dari lama kerja responden tersebut tidak dapat diuji statistik karna didapatkan homogen. Maka H_0 diterima dan H_a ditolak artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian pergudangan di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar.

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan hubungan Status Gizi dengan kelelahan kerja di PT. Japfa Comfeed Makassar

Indeks Massa Tubuh (IMT)	Kelelahan Kerja				Total		<i>p-value</i>
	Lelah		Tidak Lelah		n	%	
	n	%	n	%			
Kurus	4	100,0	0	0,0	4	100	0,025
Normal	37	56,9	28	43,1	65	100	
Gemuk	3	100,0	0	0,0	3	100	
Obesitas	7	100,0	0	0,0	7	100	
Total	51	64,6	28	35,4	79	100	

Berdasarkan Tabel 7 menunjukkan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori kurus dengan kategori mengalami lelah 100% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 0%, Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori normal dengan kategori mengalami lelah sebesar 57% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 43%, Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori gemuk dengan kategori mengalami lelah 100% dan

kategori tidak mengalami lelah sebesar 0% dan Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori obesitas dengan kategori mengalami lelah 100% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 0%.

Berdasarkan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai p value = 0,05, karena nilai probabilitas $a < 0,025$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar.

PEMBAHASAN

Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja

Beban kerja dapat didefinisikan sebagai sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi atau pemegang jabatan secara sistematis dengan menggunakan teknik analisis jabatan, teknik analisa beban kerja, atau teknik manajemen lainnya dalam jangka waktu tertentu untuk mendapatkan informasi tentang efisiensi dan efektifitas kerja suatu unit organisasi.⁽¹²⁾

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja dalam kategori beban kerja berat dengan kategori mengalami lelah sebesar 77,1% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 22,9% sedangkan Beban Kerja kategori beban kerja ringan dengan kategori mengalami lelah sebesar 45,2% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 54,8%. Adapun hasil yang didapatkan oleh peneliti pada pekerja di pergudangan Pt. Japfa Comfeed Tbk Unit Makassar mengenai adanya hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja. Berdasarkan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai p value = 0,05, karena nilai probabilitas $a < 0,008$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian pergudangan di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Widodo (2021) beban kerja dengan kelelahan kerja mendapatkan nilai p value= 0,004 ($<0,05$). Beban kerja pada petani di Desa Tumaratas paling banyak yaitu beban kerja berat sebanyak 55 orang (64,7%) kemudian beban kerja sedang sebanyak 26 orang (30,6%) dan yang terakhir beban kerja ringan sebanyak 4 orang (4,7%). Beban kerja baik mental maupun fisik jika telah melebihi kapasitas pekerja dapat memicu terjadinya kelelahan kerja. Pada penelitian ini terdapat hubungan bermakna antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada petani di Desa Tumaratas Kecamatan Langowan Barat Kabupaten Minahasa.⁽¹³⁾

Hubungan Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja

Pada umumnya seseorang dapat bekerja secara baik pada rentan waktu 6-8 jam per hari atau dalam seminggu kurang lebih 40- 50 jam. Maksimum waktu kerja yang masih efisien adalah 30 menit. Apabila jam kerja melebihi dari ketentuan tersebut akan ditemukan hal-hal seperti penurunan kecepatan kerja, gangguan kesehatan, angka absensi karena sakit meningkat, yang dapat mengakibatkan rendahnya tingkat produktivitas kerja.⁽¹⁴⁾

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 79 pekerja, diperoleh kategori lelah lama kerja memenuhi standar sebanyak 51 pekerja (64,6%) dan 28 pekerja (35,4%) lainnya yang tidak lelah. Sedangkan yang lama kerjanya tidak memenuhi standar dengan kategori lelah diperoleh 0 pekerja,

begitupun dengan yang tidak mengalami kelelahan. Berdasarkan hasil uji statistik chi-square tidak adanya diperoleh nilai p value dari hasil penelitian ini sebab data dari lama kerja responden tersebut tidak dapat diuji statistik karna didapatkan homogen. Maka H_0 diterima dan H_a ditolak artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian pergudangan di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Thamrin (2020) tentang Kelelahan Kerja pada Pekerja Rumput Laut di Kabupaten Takalar. Responden dengan lama kerja lebih dari 8 jam yaitu 42,9% yang mengalami kelelahan kerja dan responden dengan lama kerja memenuhi syarat yaitu sebanyak 14 responden (23,3%) yang mengalami kelelahan kerja. Hasil analisis data menggunakan uji chi-square diperoleh nilai $p = 0,183$, sehingga dapat diinterpretasikan bahwa tidak ada hubungan lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja rumput laut di Kabupaten Takalar.⁽¹⁵⁾

Hubungan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja

Status gizi adalah keadaan tubuh akibat sering mengkonsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap perubahan fisik, dan seringkali memiliki pola perilaku makan yang tidak sehat. Ini terlihat pada perilaku remaja yang selalu dianggap benar oleh remaja itu sendiri seperti melakukan diet yang ketat, mengurangi asupan 71 makanan dengan melewati makan pagi, dan menahan rasa lapar. Ini dilakukan agar remaja tetap memiliki tubuh langsing, dan takut untuk menjadi gemuk.⁽¹⁶⁾

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori kurus dengan kategori mengalami lelah 100% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 0%, Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori normal dengan kategori mengalami lelah sebesar 56,9% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 43,1%, Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori gemuk dengan kategori mengalami lelah 100% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 0% dan Indeks Massa Tubuh (IMT) kategori obesitas dengan kategori mengalami lelah 100% dan kategori tidak mengalami lelah sebesar 0%. Berdasarkan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai p value = 0,05, karena nilai probabilitas $\alpha < 0,025$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar.

Penelitian lainnya yang sejalan dengan penelitian ini dilakukan oleh Permatasari dkk (2022) berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan antara status gizi dengan kelelahan. penelitian dihasilkan bahwa pekerja di PT. X mempunyai proporsi dalam keadaan seimbang terdapat pada responden yang mengalami status gizi kategori beresiko dan tidak beresiko yaitu masing-masing sebanyak 19 responden (50%). Dari nilai Prevalens Ratio (PR) status gizi pekerja terhadap kelelahan sebesar 1.875 yang berarti pekerja yang memiliki status gizi beresiko lebih beresiko 1.875 kali untuk mengalami kelelahan dibandingkan dengan pekerja yang status gizinya tidak beresiko.⁽¹⁷⁾

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Hubungan Antara Beban Kerja, Lama Kerja dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja di PT. Japfa Comfeed Indonesia Tbk Unit Makassar Tahun

2023". Maka dapat disimpulkan bahwa variabel yang berhubungan adalah beban Kerja dan Status Gizi. Diharapkan pihak perusahaan agar melakukan pemeriksaan secara rutin untuk menimalisir terjadinya resiko gangguan Kesehatan yang diakibatkan oleh beban kerja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Malik I, Ikham Hardi S, Hasriwiani Habo Abbas. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Di PT. Industri Kapal Indonesia (Persero) Makassar. *Wind Public Heal J.* 2021;1(5):580–9.
2. Hermawan B, Haryono W, Soebijanto S. Sikap, Beban Kerja Dan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pabrik Produksi Aluminium Di Yogyakarta. *BKM J Community Med Public Heal.* 2017;33(4):213–8.
3. Gaol MJL, Camelia A, Rahmiwati A. Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Karyawan Risk Factors Analysis For Fatigue In Production Departement Employees Of PT. Arwana Anugerah Keramik. *J Ilmu Kesehat Masy [Internet].* 2018;9(1):53–63. Tersedia Pada: <https://ejournal.fkm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/view/246>
4. Lestari S AD, Batara AS, Ulfah Mutthalib N. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Rotary 9 Feet Di PT. Sumber Graha Sejahtera Luwu. *Wind Public Heal J.* 2022;2(4):1516–27.
5. Usman S, Yuliani I. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Produksi PT Gerbang Sarana Baja Jakarta Utara. *J Educ Nursing(Jen).* 2019;2(1):141–6.
6. Rino Komalig M, Mamusung N. Hubungan Antara Umur Dan Shift Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Petugas Karcis Parkir Kawasan Megamas Kota Manado. *Media Publ Promosi Kesehat Indones.* 2020;3(1):26–30.
7. Indrawati, Nufus K. Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Kandang Di Pt Charoen Pokphand Jaya Farm 3 Kecamatan Kuok. *J Ners.* 2018;2(1):56–71.
8. Innah M, Alwi Khidri Muhammad, Gobel Afrianty Fatma, Habo H. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Penjahit Pasar Sentral Bulukumba. 2021;01(05):471–81.
9. Septyaningsih R, Palupiningdyah. Pengaruh Beban Kerja Berlebih Dan Konflik Pekerjaan Keluarga Terhadap Kinerja Melalui Kelelahan Emosional. *Manag Anal J.* 2017;6(4):461–72.
10. Sari Rilam Wulan. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Penyadap Karet Di Pt.Perkebunan Nusantara V Riau. 2019;
11. Wintoro P. Hubungan Keikutsertaan Kelas Ibu Balita Dengan Pemberian Gizi Seimbang Pada Balita Umur 2-5 Tahun (Kelas C) Di Desa Tangkisan Pos Jogonalan. *SAGE Encycl Soc Sci Res Methods [Internet].* 2017;(KELAS C):2015–9. Tersedia Pada: [Http://Methods.Sagepub.Com/Reference/The-Sage-Encyclopedia-Of-Social-Science-Research-Methods/N774.Xml](http://methods.sagepub.com/reference/the-sage-encyclopedia-of-social-science-research-methods/N774.xml)
12. Asnora HF. Pengaruh Budaya Organisasi, Beban Kerja Dan Disiplin Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Pada Cv. Akademi Mandiri Medan Fadzil. 2020;72–9.
13. Widodo AT. Beban Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Penggilingan Padi. *Higeia J Public Heal Res Dev.* 2021;5(3):227–38.
14. Adi M. Hubungan Usia, Masa Kerja, Status Gizi Dan Intensitas Getaran Mesin Dengan Keluhan

- Subyektif Low Back Pain (Studi Pada Pekerja Penggajian Kayu Desa Sapuran, Wonosobo). Repos Unimus [Internet]. 2018; Tersedia Pada: [Http://Repository.Unimus.Ac.Id/Id/Eprint/2585](http://Repository.Unimus.Ac.Id/Id/Eprint/2585)
15. Thamrin Y. Kelelahan Kerja Pada Pekerja Rumput Laut Di Kabupaten Takalar. *Media Kesehat Masy Indones*. 2020;16(2):272.
 16. Pantaleon Maria Goreti. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMAN 2 Kota Kupang. *Chmk Heal J* [Internet]. 2019;53(9):1689–99. Tersedia Pada: [Http://Www.Cyber-Chmk.Net/Ojs/Index.Php/Kesehatan/Article/Download/513/203](http://Www.Cyber-Chmk.Net/Ojs/Index.Php/Kesehatan/Article/Download/513/203)
 17. Permatasari WPI, Situngkir D, Millah I, Handayani R. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Pemasangan Besi Di Pt . X Tahun 2021. *Pros Semin Nas Kesehat Masy Univ Muhammadiyah Pontianak*. 2022;1(1):144–60.