

Hubungan Karakteristik Individu Dengan Kelelahan Kerja Pada Nelayan Tradisional Di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat

Sunik Cahyawati

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada

Email : sunikcahyawatimh@gmail.com

Sahrir Sillehu

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada

Email: sahrirmsmh@gmail.com

Ira Fanty Wakan

Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada

Email : irafantiwkn@gmail.com

Korespondensi penulis : sunikcahyawatimh@gmail.com

ABSTRACT. *One of the occupational safety and health (K3) problems that can trigger work accidents is fatigue. Work fatigue is a person's condition where their resilience and efficiency at work decreases. Work fatigue is an important problem to overcome, because work fatigue can cause health conditions to decline which will result in decreased work productivity and work accidents. This study aims to determine the relationship between individual characteristics and work fatigue in traditional fishermen in Tanah Merah Hamlet, Huamual Belakang District, West Seram Regency. This research is quantitative research using a "Cross Sectional" approach. The population in this study were fishermen in Tanah Merah Hamlet, namely 65 people. The sampling technique used total sampling, the sample in this study were all fishermen in Tanah Merah Hamlet, namely 65 people. The instrument in this research is a questionnaire. Based on the results of data analysis from the Chisquare test on the variable age and fishermen's work fatigue, a p value of 0.923 (> 0.05) was obtained, which means there is no relationship between age and fishermen's work fatigue in Tanah Merah Hamlet. Meanwhile, the variable length of work, years of service, type of work and quality of sleep obtained a p value of 0.00 (< 0.05), which means there is a relationship between years of service, length of work, type of work, quality of sleep and work fatigue in traditional fishermen in Tanah Merah Hamlet, Huamual Belakang District West Seram Regency.*

Keywords: *Individual Characteristics, Work Fatigue, Traditional Fishermen.*

ABSTRAK. Permasalahan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang menjadi pemicu dapat terjadinya kecelakaan kerja salah satunya ialah kelelahan. Kelelahan kerja adalah keadaan seseorang dimana menurunnya ketahanan dan efisiensi dalam bekerja. Kelelahan kerja merupakan salah-satu masalah yang penting untuk ditanggulangi, karena kelelahan kerja dapat mengakibatkan kondisi kesehatan menurun yang akan mengakibatkan turunnya produktivitas kerja serta dapat terjadinya kecelakaan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan karakteristik individu dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan "Cross Sectional". Populasi dalam penelitian ini adalah nelayan di Dusun Tanah Merah yaitu sebanyak 65 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sampel dalam penelitian ini adalah seluruh nelayan di Dusun Tanah Merah yaitu sebanyak 65 orang. Instrumen dalam penelitian ini yaitu kuesioner. Berdasarkan hasil analisis data untuk uji *Chisquare* pada variable usia dengan kelelahan kerja nelayan diperoleh p value 0.923 (> 0.05) yang artinya tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja nelayan di Dusun Tanah Merah. Sedangkan pada variable masa kerja, lama kerja, jenis pekerjaan dan kualitas tidur diperoleh p value 0.00 (< 0.05) yang berarti terdapat hubungan antara masa kerja, lama kerja, jenis pekerjaan dan kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram bagian Barat.

Kata kunci: Karakteristik Individu, Kelelahan Kerja, Nelayan Tradisional.

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Salah satu masalah yang berkaitan dengan kesehatan dan keselamatan dalam bekerja adalah kelelahan akibat kerja yang dapat menjadi faktor resiko terjadinya kecelakaan pada saat bekerja. Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Kelelahan kerja penting untuk diperhatikan, kelelahan secara nyata dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan menurunkan produktivitas (Susi, dkk, 2019).

Permasalahan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang menjadi pemicu dapat terjadinya kecelakaan kerja salah satunya ialah kelelahan. Kelelahan kerja adalah keadaan seseorang dimana menurunnya ketahanan dan efisiensi dalam bekerja. Hal tersebut disebabkan oleh melemahnya kondisi tenaga kerja untuk melakukan suatu kegiatan dan mengakibatkan terjadinya pengurangan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh (Juliana, dkk, 2018). Nelayan dan penyelam tradisional adalah pekerjaan yang berada dipermukaan air tawar dan air laut payau dengan menangkap ikan sebagai nelayan (Rahman, Mallapiang, and Fachrin 2019).

Nelayan merupakan suatu kelompok masyarakat yang hidupnya bergantung langsung pada hasil laut baik dengan cara penangkapan maupun dengan cara budidaya. Secara ekonomis pendapatan nelayan sangat kecil dan hanya mampu menghidupi keluarganya untuk beberapa hari. Pencarian nelayan yaitu dengan memanfaatkan sumber daya laut seperti ikan dan biota laut lainnya yang mengandung nilai ekonomis (dapat dikonsumsi dan dijual) secara terus menerus maupun secara musiman dengan menggunakan sarana seperti perahu dan alat tangkap ikan. Hasil tangkapan mereka sangat berpengaruh pada kebutuhan ekonomi dan kesehatan keluarga masing-masing (Yuliandari 2018).

Kelelahan kerja merupakan salah-satu masalah yang penting untuk ditanggulangi, karena kelelahan kerja dapat mengakibatkan kondisi kesehatan menurun yang akan mengakibatkan turunnya produktivitas kerja serta dapat terjadinya kecelakaan kerja. Beberapa risiko kesehatan yang dapat timbul akibat kelelahan kerja yang berkepanjangan meliputi anxiety, penyakit jantung, diabetes, tekanan darah tinggi, gangguan gastrointestinal, penurunan kesuburan dan depresi (Mustofani and Dwiyaniti, 2019).

Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia. Terentang dari Sabang hingga Merauke, Indonesia memiliki 17.499 pulau dengan luas total wilayah Indonesia sekitar 7,81 juta km². Dari total luas wilayah tersebut, 3,25 juta km² adalah lautan dan 2,55 juta km² adalah Zona Ekonomi Eksklusif. Hanya sekitar 2,01 juta km² yang berupa daratan. Dengan

luasnya wilayah laut yang ada, Indonesia memiliki potensi kelautan dan perikanan yang sangat besar (Oki Pratama,2020).

Menurut laporan Kementerian Kelautan dan Perikanan (KKP) menunjukkan jumlah nelayan di Indonesia mencapai 5,08 juta orang pada Tahun 2020. Jumlah itu menurun dari tahun sebelumnya yang sebanyak 5,23 juta orang. Sedangkan data statistik KKP, jumlah Nelayan di Provinsi Maluku pada tahun 2021 sebanyak 1.216 orang. Provinsi Maluku merupakan provinsi kepulauan yang lebih dikenal dengan daerah seribu pulau, memiliki luas wilayah 712.479,69 Km² dimana terdiri dari 54.185 km² (7,6%) adalah wilayah daratan dan 658.294 Km² (92,4%) adalah wilayah laut. Dengan luas laut yang demikian besarnya, hal ini membuktikan bahwa Maluku kaya akan potensi sumber daya alam laut. (KKP, 2020).

Dusun Tanah Merah merupakan salah satu Dusun di Kecamatan Huamual Belakang yang salah satu mata pencahariannya adalah nelayan. Berdasarkan data yang diperoleh, Nelayan di Dusun Tanah Merah sebanyak 65. Dari hasil wawancara dengan pemerintah Dusun Tanah Merah dikatakan bahwa rata-rata 60-70% mata pencahariannya adalah nelayan. Banyaknya pendapatan juga sangat berhubungan dengan karakteristik individu. Disisi lain, Kelelahan kerja juga dipengaruhi oleh faktor eksternal meliputi beban kerja, sikap kerja tidak sesuai dengan postur tubuh, tempat kerja yang tidak ergonomis, aktivitas yang statis dan berulang, serta lingkungan kerja yang ekstrim (Kowaas,dkk 2019). Hasil penelitian yang dilakukan oleh HL Wijanarti (2022) mengungkapkan bahwa ada hubungan antara karakteristik individu dengan perasaan kelelahan kerja.

Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan penulis di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat, diperoleh bahwa mayoritas mata pencaharian masyarakat di Dusun Tanah Merah adalah nelayan. Jumlah nelayan di Dusun Tanah Merah sebanyak 65 Orang. Pekerjaan nelayan merupakan pekerjaan turun temurun sehingga sebagian besar nelayan memiliki usia tua. Rata-rata nelayan di Dusun Tanah Merah berusia 40-60 tahun.

Aktivitas nelayan di Dusun Tanah Merah dimulai pada pagi hari dan pulang pada sore hari ataupun sampe malam hari. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa nelayan, mereka mengeluhkan capek seluruh badan, karena harus menggiring ikan yang telah dijaring, selain itu juga terdapat banyak tantangan yang mereka hadapi di laut, seperti badai, angin, hujan dan Ombak. Berat beban yaitu ikan hasil tangkapan yang didapat biasanya mencapai rata-rata kurang lebih 90-100 KG untuk kelompok jaring dan kelompok lainnya kurang lebih 5-10 KG perhari, kelelahan yang dirasakan nelayan juga berhubungan dengan usia, masa kerja, lama kerja, jenis pekerjaan dan juga kualitas tidur.

Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui hubungan karakteristik individu, dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang.

Hipotesis

Ha: tidak ada Hubungan antara Karakteristik Individu dengan Kelelahan Kerja pada Nelayan Tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang.

Ho: ada Hubungan antara Karakteristik Individu dengan Kelelahan Kerja Nelayan Tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang kabupaten Seram Bagian Barat.

METODE

⁽¹⁾Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan pendekatan “Cross Sectional” yaitu penelitian untuk mempelajari hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat dengan melakukan pengukuran sesaat, dengan cara mengambil sampel dari suatu populasi tertentu dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpul data pokok. ⁽²⁾ Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Mei-Juni Tahun 2023 di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram bagian Barat. Populasi dalam penelitian ini adalah semua nelayan di Dusun Tanah Merah yaitu sebanyak 65 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling*.

HASIL

Tabel 1. Distribusi karakteristik individu nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat

Usia	Jumlah	Persentase
Dewasa	36	55.4
Lansia	29	44.6
Masa kerja		
Baru	7	18.8
Lama	58	89.2
Lama kerja		
< 8 jam sehari	14	21.5
> 7 jam sehari	51	78.5
Jenis pekerjaan		
Nelayan Jaring	9	13.8
Nelayan bubu	8	12.3
Nelayan kecil	48	73.8
Kualitas Tidur		
>7 jam baik	23	35.4
< 8 jam buruk	42	64.6
Jumlah	65	100%

Uraian tabel distribusi karakteristik individu diatas menunjukkan jumlah dan persentase tiap variable yang diteliti. Variabel di atas merupakan variabel bebas yang diteliti yaitu usia, masa kerja, lama kerja, dan kualitas tidur. Pada variable usia dapat dilihat bahwa nelayan paling banyak berusia dewasa sedangkan pada variable masa kerja, ditemukan bahwa nelayan dengan masa kerja lama lebih banyak dibandingkan nelayan dengan masa kerja baru dikarenakan nelayan merupakan mata pencaharian turun-termurun di Dusun Tanah Merah. Kemudian untuk variable lama kerja didapati pekerja dengan lama kerja >7 jam dalam sehari lebih banyak karena tuntutan beban kerja yang dimiliki dan tantangan lingkungan kerja sehingga menyebabkan nelayan lebih banyak menghabiskan waktu dalam bekerja lebih dari 7 jam dalam sehari.

Jenis pekerjaan di Dusun Tanah Merah terdiri dari tiga jenis yaitu nelayan jaring, nelayan bubu dan nelayan kecil. Dilihat dari tabel diatas nelayan kecil merupakan jenis pekerjaan nelayan yang paling banyak diminati di Dusun Tanah Merah. Sedangkan kualitas tidur buruk nelayan di Dusun Tanah Merah lebih banyak di karenakan aktivitas melaut yang cukup padat sehingga berkurangnya waktu istirahat pada nelayan tersebut sehingga dapat menyebabkan kelelahan akibat kerja.

**Tabel 2. Distribusi kelelahan kerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah
Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.**

Kelelahan kerja	Jumlah	Persentase
Kelelahan ringan (30-60)	4	6.1
Kelelahan Berat (61-80)	61	93.9
Jumlah	65	100%

Dari uraian tabel distribusi frekuensi kelelahan kerja nelayan diatas menunjukkan, nelayan dengan tingkat kelelahan berat lebih banyak dibandingkan dengan nelayan dengan tingkat kelelahan ringan. Nelayan merupakan suatu pekerjaan yang terbilang berat karna tantangan-tantangan yang dihadapinya saat melaut sehingga kebanyakan dari nelayan mengalami kelelahan saat bekerja.

Tabel 3. Hubungan karakteristik individu (usia) dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram bagian Barat.

Usia		Kelelahan		Total	Asymp. Sig. (2- sided)
		Ringan	Berat		
Dewasa	n	3	32	35	0.923
	%	8.6%	91.4%	100%	
Lansia	n	1	29	30	
	%	3.35%	96.7%	100%	
Jumlah	n	4	61	65	
	%	6.1%	93.9%	100%	

Hasil dari tabel distribusi di atas, dapat disimpulkan bahwa nelayan dengan kategori usia dewasa dengan kelelahan kerja ringan dan berat sebanyak 35 orang (53.8%). Sedangkan nelayan dengan kategori usia lansia dengan kelelahan ringan dan berat sebanyak 30 (46.2%). Hasil *uji statistik* menggunakan *Chi square* pada variabel usia dengan kelelahan di peroleh *p-value* 0.923 ($p > 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Tabel 4. Hubungan Karakteristik Individu (masa kerja) Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Nelayan Tradisional Di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Masa kerja		Kelelahan		Total	Asymp. Sig. (2- sided)
		Ringan	Berat		
Baru (1-5 tahun)	n	1	7	8	0.000
	%	12.5%	87.5%	100%	
Lama (6 tahun keatas)	n	3	54	57	
	%	5.3%	94.7%	100%	
Jumlah	n	4	61	65	
	%	6.1%	93.9%	100%	

Berdasarkan uraian tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa nelayan dengan masa kerja baru dengan kelelahan kerja ringan dan berat sebanyak 8 orang (12.3%). Sedangkan nelayan dengan masa kerja lama dengan kelelahan ringan dan berat sebanyak 57 (87.7%). Hasil *uji statistik* menggunakan *Chi square* pada variabel masa kerja dengan kelelahan di peroleh *p-value* 0.000 ($p < 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan

kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Tabel 5. Hubungan Karakteristik Individu (lama kerja) Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Nelayan Tradisional Di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang

Lama kerja		Kelelahan		Total	Asymp. Sig. (2- sided)
		Ringan	Berat		
< 8 jam dalam sehari	n	2	12	14	
	%	14.3%	85.7%	100%	
> 7 jam dalam sehari	n	2	49	51	0.000
	%	3.9%	96.1%	100%	
Jumlah	n	4	61	65	
	%	6.1%	93.9%	100%	

Kabupaten Seram Bagian Barat.

Berdasarkan tabulasi diatas, dapat disimpulkan bahwa nelayan dengan lama kerja < 8 jam dalam sehari dengan kelelahan kerja ringan dan berat sebanyak 14 orang (21.5%). Sedangkan nelayan dengan lama kerja > 7 jam dalam sehari dengan kelelahan ringan dan berat sebanyak 51 (78.5%). Hasil *uji statistik* menggunakan *chi square* pada variabel lama kerja dengan kelelahan di peroleh *p_ value 0.000* ($p < 0.05$). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Tabel 6. Hubungan Karakteristik Individu (jenis pekerjaan) Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Nelayan Tradisional Di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Jenis pekerjaan		Kelelahan		Total	Asymp. Sig. (2- sided)
		Ringan	Berat		
Nelayan jaring	n	3	6	9	
	%	33.3%	66.7%	100%	
Nelayan bubu	n	0	8	8	0.000
	%	0%	100%	100%	
Nelayan kecil	n	1	47	48	
	%	2%	98%	100%	
Jumlah	n	4	61	65	
	%	6.1%	93.9%	100%	

Uraian tabel diatas menunjukkan bahwa nelayan jaring dengan kelelahan kerja ringan dan berat sebanyak 9 orang (13.8%), Selanjutnya nelayan bubu dengan kelelahan ringan dan berat sebanyak 8 orang (12.3%). Sedangkan nelayan kecil dengan kelelahan ringan dan berat

sebanyak 48 orang (73.9%). Hasil *uji statistik* menggunakan *Chi square* pada variabel jenis pekerjaan dengan kelelahan di peroleh *p_ value 0.000 (p < 0.05)*. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara jenis pekerjaan dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Tabel 7. Hubungan Karakteristik Individu (kualitas tidur) Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Nelayan Tradisional Di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

Kualitas tidur		Kelelahan		Total	Asymp. Sig. (2-sided)
		Ringan	Berat		
< 7 jam	n	2	21	23	0.000
	%	8.7%	91.3%	100%	
< 8jam	n	2	40	42	
	%	4.8%	95.2%	100%	
Jumlah		4	61	65	
		6.1%	93.9%	100%	

Dilihat dari distribusi tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa nelayan dengan kualitas tidur < 7 jam dalam sehari dengan kelelahan kerja ringan dan berat sebanyak 23 orang (35.4%). Sedangkan nelayan dengan kualitas tidur < 8 jam dalam sehari dengan kelelahan ringan dan berat sebanyak 42 (64.6%). Hasil *uji statistik* menggunakan *Chi square* pada variabel kualitas tidur dengan kelelahan di peroleh *p_ value 0.000 (p < 0.05)*. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

PEMBAHASAN

⁽¹⁾ Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 65 responden yang telah dilakukan *uji Chisquare* pada variabel usia dengan kelelahan kerja di peroleh *p_ value 0,923 (p > 0,05)*. Hasil ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Wahab, 2019) tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan kelelahan pada nelayan di Desa Batu Karas Kecamatan Cijulang Pangandara didapatkan hasil uji statistik $p = 0,214$ yang artinya bahwa usia tidak berhubungan dengan kejadian kelelahan nelayan. Penelitian kali ini bertolak belakang dengan penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Nabila pada Tahun 2018 di Desa Eretan Kulon Kabupaten Indramayu yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara usia dengan kelelahan kerja. Responden dengan usia muda cenderung masih memiliki stamina dan

ketahanan tubuh yang baik, sehingga memiliki potensi lebih rendah untuk mengalami kelelahan kerja dibanding responden yang berusia tua. Hasil penelitian serupa juga diperoleh oleh Saqila dkk, (2021). Tentang hubungan usia dan lama kerja dengan keluhan kelelahan pada nelayan menunjukkan bahwa nilai yang didapatkan p value 0.004 (0.05) yang artinya ada hubungan antara usia dengan keluhan kelelahan pada nelayan.

Berdasarkan hasil analisa saya terhadap nelayan Tradisional di Dusun Tanah Merah saya menyimpulkan bahwa usia tidak berhubungan dengan kelelahan kerja nelayan di Dusun Tanah Merah dikarenakan nelayan merupakan pekerjaan mereka turun temurun sehingga mereka sudah terbiasa melakukan pekerjaan tersebut. Selain itu, Nelayan di Dusun Tanah Merah juga cenderung memiliki postur tubuh yang kuat sehingga tidak mudah mengalami kelelahan kerja walaupun sudah berusia lanjut.

⁽²⁾ Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan pada 65 responden yang telah dilakukan *uji Chisquare* pada variabel masa kerja dengan kelelahan kerja di peroleh p_value 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh Dewi, (2021) hubungan masa kerja terhadap kelelahan nelayan di Desa Sei Merdeka di dapatkan nilai p value 0.000 ($< 0,05$) yang artinya ada hubungan antara masa kerja terhadap kelelahan nelayan di Desa Sei. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Nurul pada tahun 2021 di kota Mataram.

Masa kerja dapat memberikan dampak positif maupun negative bagi pekerja. Apabila dengan bertambahnya masa kerja dapat menjadikan pekerja lebih berpengalaman sehingga pekerja tersebut dapat bekerja dengan lebih terampil, maka masa kerja dapat diartikan dalam bentuk positif. Sebaliknya apabila pekerja mengalami kebosanan seiring dengan bertambahnya masa kerja, maka masa kerja memiliki dampak negatif (Febriawan, dkk. 2022). Sedangkan penelitian ini bertolak belakang dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Kusgiyanto, 2018) yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan di Kabupaten Takalar. Sekitar 78.8% responden termasuk dalam kategori masa kerja lama. Sebagian besar responden masa kerja lama mengatakan bahwa tidak mengalami kelelahan saat bekerja. Hal ini dipengaruhi oleh faktor pengalaman kerja dan usia. Masa kerja yaitu lamanya pekerja melakukan suatu pekerjaan di suatu tempat. Semakin tinggi lama kerja maka semakin bertambah tinggi risiko gangguan kesehatan yang diterima oleh pekerja. Tingkat kelelahan kerja justru lebih banyak dialami oleh pekerja dengan waktu kerja lama. Dalam kasus ini waktu kerja dapat mempengaruhi pekerja baik pengaruh positif

maupun negatif. Pengaruh positif terjadi bila semakin lama seorang pekerja bekerja maka akan berpengalaman dalam melakukan pekerjaannya sedangkan pengaruh negatif terjadi bila semakin lama seorang pekerja bekerja akan menimbulkan kelelahan dan kebosanan, terlebih dengan aktivitas pekerjaan yang monoton dan berulang-ulang.

Oleh karena itu, waktu bekerja merupakan panjangnya seseorang pekerja di suatu perusahaan atau instansi yang lama bekerja seseorang terjadi mengakibatkan resiko kelelahan bekerja yang menurunkan situasi bekerja dan semakin lama waktu bekerja seorang akan semakin besar mengalami kelelahan kerja. (Tiara dan kresna,2019).⁽³⁾ Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan pada 65 responden yang telah dilakukan *uji Chisquare* pada variabel lama kerja dengan kelelahan kerja di peroleh *p_ value 0,000 (p < 0,05)*. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian ini sejalan dengan lama kerja berdasarkan penelitian (Betty, 2020) terdapat hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan kejadian kelelahan dengan *p value* sebesar 0,0001 (*p < 0,05*). Hasil yang sama diperoleh oleh Aldin (2019), menjelaskan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara kejadian kelelahan kerja dengan lama kerja pada pekerja nelayan disebabkan karena banyak pekerja lembur lebih dari 8 jam/hari kerja sehingga karyawan tersebut mengalami kelelahan.

Hal ini terjadi karena *Circardium rhytm* (keadaan alamiah tubuh) yang terganggu seperti tidur, kesiapan untuk bekerja, dan banyak proses otonom lainnya yang seharusnya beristirahat pada malam hari karena pekerjaan yang menuntut kerja lembur maka proses dalam tubuh dipaksa untuk siaga dalam bekerja, hal ini akan meningkatkan asam laktat dalam tubuh dan menimbulkan kelelahan kerja. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Wahab, 2019) bahwa jam kerja per hari tidak berhubungan dengan kejadian kelelahan (nyeri punggung bawah) pada nelayan.⁽⁴⁾ Berdasarkan Hasil penelitian yang dilakukan pada 65 responden yang telah dilakukan *uji Chisquare* pada variabel jenis pekerjaan dengan kelelahan kerja di peroleh *p_ value 0,000 (p < 0,05)*. Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara jenis pekerjaan dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian di atas sejalan dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh Yuli (2019), hubungan beban kerja dan jenis pekerjaan nelayan, berdasarkan hasil penelitian di dapatkan *p value 0.002 (< 0,05)* yang artinya terdapat hubungan antara jenis pekerjaan dengan kelelahan kerja nelayan.

Dari hasil penelitian yang saya lakukan, ditemukan bahwa nelayan kecil merupakan nelayan yang paling banyak mengalami kelelahan dikarenakan mereka pergi melaut hampir

setiap hari. Nelayan kecil biasanya menggunakan alat pancing yaitu joran yang terbuat dari kayu atau bambu yang ikatkan tali pada ujungnya dan dilengkapi dengan kail. Sedangkan nelayan bubu menggunakan perangkap ikan tradisional yang terbuat dari rotan. Bubu disimpan di laut seelama beberapa hari kemudian di tarik perangkapnya kembali lalu di ambil hasil ikan yang terperangkap di dalamnya. Sedangkan nelayan jaring, menggunakan jaring atau jala yang digunakan untuk menangkap ikan alat tersebut terbuat dari benang ataupun nilon yang dirancang untuk memerangkap ikan. Nelayan bubu dan nelayan jaring tidak mencari ikan setiap hari melainkan 4 atau 5 hari sekali dikarenakan harus menunggu ikan terperangkap ke dalam bubu sedangkan nelayan jaring harus menunggu musim-musim atau kondisi tertentu untuk menangkap ikan menggunakan jaring. ⁽⁵⁾ Hasil penelitian yang dilakukan pada 65 responden yang telah dilakukan *uji Chisquare* pada variabel kualitas tidur dengan kelelahan kerja di peroleh *p_ value 0,000 (p < 0,05)*.

Hasil ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada pekerja nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. Penelitian di atas sejalan dengan hasil penelitian yang di lakukan oleh Intan (2019), hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan, berdasarkan hasil penelitian di dapatkan *p value 0.000 (< 0,05)* yang artinya terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan kelelahan kerja nelayan. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh putri pada tahun 2018 yang juga mengatakan bahwa terdapat hubungan antara variable kualitas tidur dengan kelelahan kerja. Bagi manusia, kualitas tidur sangat penting untuk karna berfungsi untuk memulihkan kondisi tubuh setelah digunakan untuk bekerja dalam satu hari. Kualitas tidur yang buruk dapat berdampak buruk terhadap kepuasan seseorang terhadap tidur, sehingga seseorang tersebut memperlihatkan perasaan lelah, dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, penurunan daya tahan tubuh dan ketidakstabilan tanda-tanda vital. Berkurangnya kebutuhan tidur tidak hanya terjadi karena tuntutan aktifitas yang banyak tetapi juga bisa disebabkan gangguan sulit tidur sehingga dapat menyebabkan kelelahan. (poter dan peri 2010 dikutip dari Ardinata 2019).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian saya disimpulkan bahwa: ⁽¹⁾ Tidak ada hubungan antara karakteristik individu (usia) dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. ⁽²⁾ Ada hubungan antara karakteristik individu (masa kerja) dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. ⁽³⁾ Ada

hubungan antara karakteristik individu (lama kerja) dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. ⁽⁴⁾ Tidak ada hubungan antara karakteristik individu (jenis pekerjaan) dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat. ⁽⁵⁾ Tidak ada hubungan antara karakteristik individu (kualitas tidur) dengan kelelahan kerja pada nelayan tradisional di Dusun Tanah Merah Kecamatan Huamual Belakang Kabupaten Seram Bagian Barat.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ahyuni I, Lestantyo D. FaktorFaktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan di CV. Aneka Garment Gunungpati Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2014;2(2):119-126.
2. Aprilia dan Hani.(2018). “Kelelahan Dan Kesehatan Kerja Nelayan” *Jurnal Saintara* Vol.2 No.2.
3. Baiq dan Toriq. (2021). “Hubungan Lama Durasi Penggunaan Media Sosial Dengan Kualitas Tidur Pada Usia 19-22 Tahun” *Dalam Jurnal Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*. Vol 9 No 1.
4. Betty, P. (2020). Hubungan Lama Kerja dengan kelelahan nelayan di Kota Pekanbaru. *Jurnal Endurance*, (Vol 5(2) Juni 2020). Retrieved from <http://ejournal.lldikti10.id/index.php/endurance/ar>.
5. Budiono, Kasim, dan Jul. (2003). “Kelelahan (Fatgue) pada Tenaga Kerja. Bunga Rampai Hiperkes dan Keselamatan Kerja Edisi Ke-2” Semarang: Universitas Diponegoro.
6. Datu, Meri Meilani Dorothy, Paul A T Kawatu, and Chreisy K F Mandagi. 2019. “Hubungan Antara Lama Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengendara Ojek Online Komunitas Manguni Rider Online Sario.” *Kesmas* 8(6).
7. Dewi, (2021). Hubungan Antara Masa Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Nyeri Punggung Bawah Pada Masyarakat Nelayan di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Retrieved from [https://repository.hangtuah.ac.id/index.php?show_detail&id=1147&key words](https://repository.hangtuah.ac.id/index.php?show_detail&id=1147&key%20words).
8. Eka, dan Muhammad. (2020). “Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT. Indonesia Power Unit.
9. Ikram. (2020). “Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja di Bagian Produksi Seng Kesehatan Volume 1 (hlm. 92-93). Surabaya.” *Dalam Jurnal Operation Director PT. XYZ.Jurnal Industrial Services. Pembangunan dan Jasa Pembangunan (UPJP) Prio*” *Jurnal Kesehatan*. Purwokerto : CV Pena Persada.
10. Intan. (2019). Sikap Kerja, Masa Kerja, Kualitas Tidur dan Usia terhadap Keluhan Low Back Pain pada Nelayan. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 1(3), 84– 94.

11. Juliana, Indah dan Juni D. A. 2018. “Permasalahan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Ekonomi”. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
12. Kemenkes RI. (2018). Infodatin Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3). Kementerian Kesehatan RI.
13. Mustofani and Dwiyantri, (2019). “Kelelahan Kerja Nelayan”. Dajam Jurnal Kesehatan Masyarakat Volume. 11, Nomor 3 Hal. 5-6.
14. Rahman, Irfandi, Fatmawaty Mallapiang, and Suharni A Fachrin. 2019. “Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3) Saat Melaut Pada Penangkap Ikan Di Kelurahan Lappa Kecamatan Sinjai Utara.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* 13(6): 612–17.
15. Susi , Steven “kesehatan dan Keselamatan Kerja [Cited 2009 Dec 2019]. Available from: <http://emedicine.medline.com>.
16. Tiara, Kresna. FaktorFaktor yang berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Nelayan di Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 2019;2(2):119-126.