

Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Petani Rumput Laut Di Kelurahan Pallantikang Kabupaten Bantaeng

Hartina Hartina^{1*}, Diana Mirja Togubu², Muhammad Syafar³

¹Kesehatan Masyarakat, Universitas Tamalatea Makassar

email: Hartina1307@gmail.com

²Kesehatan Masyarakat, Universitas Tamalatea Makassar

email: dian.mirza@stiktamalateamks.ac.id

³Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin

email:

ABSTRAK

Kelelahan kerja pada petani rumput laut bisa disebabkan oleh beberapa faktor, termasuk kondisi kerja fisik yang berat, posisi kerja yang monoton, dan durasi kerja yang panjang. Petani rumput laut seringkali bekerja dalam posisi berdiri, membungkuk, atau jongkok dalam waktu lama, yang dapat menyebabkan kelelahan otot dan sendi. Selain itu, faktor individu seperti usia dan beban juga dapat mempengaruhi tingkat kelelahan. Jenis dan metode penelitian digunakan adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. Populasi penelitian ini semua petani rumput laut yang berada di Kelurahan Pallantikang Kabupaten Bantaeng sebanyak 108 orang. Dalam penelitian ini sampel yang diambil adalah sebagian petani rumput laut sebanyak 52 orang. Pengambilan sampel penelitian dilakukan *Purposive Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan durasi kerja dengan kelelahan kerja petani rumput laut didapatkan nilai $p=0,010$. Terdapat hubungan durasi kerja dengan kelelahan kerja petani rumput laut didapatkan nilai $p=0,002$. Terdapat hubungan posisi tubuh dengan kelelahan kerja petani rumput laut didapatkan nilai $p=0,013$.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja durasi, posisi tubuh, beban kerja, petani

ABSTRACT

Work fatigue among seaweed farmers can be caused by several factors, including heavy physical work conditions, monotonous work positions, and long work durations. Seaweed farmers often work in standing, bending, or squatting positions for long periods, which can cause muscle and joint fatigue. Furthermore, individual factors such as age and nutritional status can also influence fatigue levels. The research method used was quantitative analytic with a cross-sectional study approach. The population of this study was all 108 seaweed farmers in Pallantikang Village, Bantaeng Regency. The sample size for this study was 52 seaweed farmers. Purposive sampling was used. The results showed a relationship between work duration and work fatigue among seaweed farmers ($p\text{-value} = 0.010$). There was a relationship between work duration and seaweed farmer fatigue ($p=0.002$). There was a relationship between body position and seaweed farmer fatigue ($p=0.013$). Respondents who felt tired but were still able to work were strongly advised to take a sufficient rest of at least 30 minutes after four hours of work to prevent severe work fatigue.

Keywords: *Work Fatigue duration, body position, workload, farmers*

I. PENDAHULUAN

Salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja dapat menjadi pemicu terjadinya kecelakaan kerja adalah kelelahan, Kelelahan kerja merupakan suatu keadaan menurunnya efisiensi dan ketahanan seseorang dalam bekerja. Kelelahan pada dasarnya suatu gejala yang dirasakan seseorang atau individu yang dimana menimbulkan perasaan lelah, konsentrasi menurun, perasaan mengantuk yang berlebih yang dapat menghambat suatu pekerjaan. Kelelahan dapat dialami oleh semua jenis pekerjaan baik itu ringan, sedang, maupun berat (Essa. 2022).

Petani rumput laut merupakan salah satu pekerjaan sektor informal yang berisiko terkena gangguan kesehatan dan kelelahan kerja akibat beban kerja, Durasi kerja karena minimnya waktu istirahat. Dalam melakukan pekerjaannya, petani rumput laut bekerja dengan posisi kerja berdiri, membungkuk dan jongkok dan dilakukan secara berulang sehingga menyebabkan kelelahan. Selain itu pekerjaan yang banyak seperti pembuatan tali, pengikatan bibit dan menjemur rumput laut, mengangkat rumput laut ke darat dan ke tempat penjemuran yang dilakukan saat pagi hari, siang hari sampai sore hari membuat petani rumput laut rentan mengalami berbagai masalah kesehatan (Latief. 2022).

Faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petani rumput laut antara lain adalah durasi kerja, beban kerja, dan posisi tubuh selama bekerja. Durasi kerja yang panjang tanpa istirahat yang cukup dapat menyebabkan penumpukan asam laktat pada otot yang berujung pada kelelahan. Beban kerja yang tidak sesuai dengan kapasitas fisik pekerja juga dapat mempercepat, terjadinya kelelahan. Selain itu, posisi tubuh yang tidak ergonomis selama bekerja dapat menyebabkan ketegangan otot dan mempercepat timbulnya kelelahan. Penelitian mengenai kelelahan kerja pada petani rumput laut masih sangat terbatas, terutama di Kelurahan Pallantikang. Penelitian sebelumnya lebih banyak berfokus pada aspek teknis budidaya rumput laut dan nilai ekonomisnya, sementara aspek kesehatan dan kelelahan kerja petani rumput laut belum banyak diperhatikan. Padahal, kelelahan kerja tidak hanya berdampak pada kesehatan dan keselamatan pekerja tetapi juga pada produktivitas dan pendapatan mereka. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petani rumput laut di Kelurahan Pallantikang, Kabupaten Bantaeng dengan tujuan Untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petani rumput laut di Kelurahan Pallantikang dari aspek, posisi kerja, durasi kerja dan beban kerja.

II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik observasional dengan pendekatan *Cross Sectional Study* yaitu jenis penelitian yang menekankan pengukuran *Observasi Variabel* independen dan dependen dilakukan dalam waktu bersamaan. Rancangan ini berupaya mengungkapkan hubungan (korelatif) antara variabel (Arikunto, 2020). Populasi penelitian ini semua petani rumput laut yang berada di Kelurahan Pallantikang Kabupaten Bantaeng sebanyak 108 orang. Dengan jumlah sampel yang didapatkan sebanyak 52 orang berdasarkan rumus slovin. Pengambilan sampel dalam penelitian dilakukan *Purposive Sampling* teknik pengambilan sampel dengan membatasi jumlah populasi berdasarkan variabel telah ditentukan oleh peneliti

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hubungan Durasi Kerja dengan Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut

Tabel 1. Hubungan Durasi Kerja dengan Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut di Kelurahan Pallantikang Kabupaten Bantaeng Tahun 2025

Durasi Kerja	Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut				Jumlah		Nilai <i>p</i>
	Ya		Tidak				
	f	%	f	%	f	%	
Lama	38	73,1	4	7,7	42	80,8	0,010
Sedang	7	13,5	3	5,8	10	19,2	
Total	45	86,5	7	13,5	52	100	

Sumber : *Data Primer, 2025*

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan bahwa dari 52 orang responden dengan durasi Lama dan mengalami kelelahan kerja petani rumput laut sebanyak 38 orang (73,1%) dan 4 orang (7,7%) tidak mengalami kelelahan kerja petani rumput laut. Sedangkan dengan durasi Sedang dan mengalami kelelahan kerja petani rumput laut sebanyak 7 orang (13,5%) dan 3 orang (5,8%) tidak mengalami kelelahan kerja petani rumput laut. Dengan menggunakan analisis *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,010$ yang berarti H_0 diterima. Dengan demikian terdapat hubungan durasi kerja dengan kelelahan kerja petani rumput laut.

Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut

Tabel 2. Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut di Kelurahan Pallantikang Kabupaten Bantaeng Tahun 2025

Beban Kerja	Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut				Jumlah		Nilai <i>p</i>
	Ya		Tidak				
	f	%	f	%	f	%	
Berat	15	28,8	2	3,8	17	32,7	0,002
Ringan	30	57,7	5	9,6	35	67,3	
Total	45	86,5	7	13,5	52	100	

Sumber : *Data Primer, 2025*

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa dari 52 orang responden yang merasakan beban kerja Berat dan mengalami kelelahan kerja petani rumput laut sebanyak 15 orang (28,8%) dan 3 orang (3,8%) tidak mengalami kelelahan kerja petani rumput laut. Sedangkan yang merasakan memiliki beban kerja Ringan dan mengalami kelelahan kerja petani rumput laut sebanyak 30 orang (57,7%) dan 5 orang (9,6%) tidak mengalami kelelahan kerja petani rumput laut. Dengan menggunakan analisis *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,002$ yang berarti H_0 diterima. Dengan demikian terdapat hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja petani rumput laut.

Hubungan Posisi Tubuh dengan Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut

Tabel 3. Hubungan Posisi Tubuh dengan Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut di Kelurahan Pallantikang Kabupaten Bantaeng Tahun 2025

Posisi Tubuh	Kelelahan Kerja Petani Rumput Laut				Jumlah		Nilai <i>p</i>
	Ya		Tidak				
	f	%	f	%	f	%	
Kurang Baik	40	76,9	3	5,8	43	82,7	0,013
Baik	5	9,6	4	7,7	9	17,3	
Total	45	86,5	7	13,5	52	100	

Sumber : *Data Primer, 2025*

Berdasarkan tabel 3., menunjukkan bahwa dari 52 orang responden dengan kategori Kurang Baik dalam posisi tubuh dan mengalami kelelahan kerja petani rumput laut sebanyak 40 orang (76,9%) dan 3 orang (5,8%) tidak mengalami kelelahan kerja petani rumput laut. Sedangkan yang kategori Baik dalam posisi tubuh dan mengalami kelelahan kerja petani rumput laut sebanyak 5 orang (9,6%) dan 4 orang (7,7%) tidak mengalami kelelahan kerja petani rumput laut. Dengan menggunakan analisis *Chi Square* didapatkan nilai $p=0,013$ yang berarti H_0 diterima. Dengan demikian terdapat hubungan posisi tubuh dengan kelelahan kerja petani rumput laut.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Terdapat hubungan durasi kerja dengan kelelahan kerja petani rumput laut didapatkan nilai $p=0,010$. Terdapat hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja petani rumput laut didapatkan nilai $p=0,002$. Dan Terdapat hubungan posisi tubuh dengan kelelahan kerja petani rumput laut didapatkan nilai $p=0,013$.

SARAN

Bagi responden yang merasakan lelah tetapi masih mampu untuk bekerja sangat disarankan untuk beristirahat yang cukup setidaknya 30 menit setelah empat jam bekerja agar dapat mencegah kelelahan kerja yang berat. Perlu memperbaharui cara kerja yang masih tradisional dan memperhatikan usia sehingga kesehatan pekerja tetap diperhatikan dan terjaga terhindar dari kecelakaan kerja akibat kelelahan. Perlu penelitian lanjut tentang perasaan kelelahan kerja menggunakan beberapa variable dengan pendekatan kualitatif uji multivariate. Bagi petani rumput laut di Kelurahan Pallantikang perlunya adanya tambahan luas tarikan, tambahan tenaga kerja, dan modal, sehingga dapat meningkatkan suatu produksi didalam budidaya rumput laut.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto S. 2020. *Manajemen Penelitian*. Edisi Revisi V. Jakarta: Rineka Cipta Adiyanti, N., Wahyuni, I., Suroto, & Siswi, J. 2021. *Hubungan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja pada Petani Jurnal Volume. 5, 1–23*.
- Asriyani, N., Karimuna, S. R., & Jufri, N. N. 2020. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Kelelahan Kerja Pada Petani. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah, 2(6), 198202*.
- Awaliah, A. 2020. *Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Rumput Laut di Kelurahan Pabiringa Kecamatan Binamu Kabupaten Jeneponto. 14–16*.
- Ervita, U. 2022. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Petani. Journal of Controlled Release, 11(2), 430–439*.
- Essa, A. L., Doda, D. V., Kaunang, W. P. J., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. 2022. *Hubungan Antara Beban Kerja Petani di Kecamatan Tuminting Manado. 8(5), 59–64*.
- Hermawan, B., Haryono, W., & Soebijanto, S. 2021. *Sikap, Beban Kerja dan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pabrik Produksi Aluminium di Yogyakarta. Berita Kedokteran Masyarakat, 33(4), 213–218*.
- Hidayat, A. 2020. *Prosedur Penelitian Dan Analisa Teknik Data*. Pustaka Rihana : Yogyakarta.

- Juliana, M., Camelia, A., & Rahmiwati, A. 2022. *Analisis Faktor Risiko Kelelahan Kerja pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arwana Anugrah Keramik, Tbk. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 9(1), 53–63.*
- Latief, A. W. L., Bahar, S. N., Maharja, R., Rostati, M. I., & Irsyad, M. 2022. *Faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Petani. Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA) Vol, 4(1).*
- Permatasari, I., Nitami, M., Veronika, E., & Situngkir, D. 2021. *Analisis Risiko Postur Kerja Pada Petani Budidaya Rumput Laut dengan Metode REBA Di Desa Pantai Mekar Kec. Muara Gembong Kab. Bekasi Tahun 2022. JCA of Health Science, 1(02).*
- Pratiwi, A. P. 2020. *Analisis Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Keluhan Musculoskeletal Pada Pekerja Petani Rumput Laut Wanita Di Kabupaten Takalar Tahun 2020. Repository UNHAS. Makassar*
- Rahayu, R. 2020. *Gambaran Kelelahan Kerja pada Petani Rumput Laut di Kecamatan Pa'jukukang Kabupaten Bantaeng. Skripsi Fakultas kedokteran. UIN Alauddin Makasar.*
- Rahmawati, I., Batara, A. S., & Rahman. 2024. *Hubungan Beban Kerja, Lama Kerja, Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Di PT. Japfa Makassar. Window of Public Health Journal, 5(2), 311–320.*
- Talakua, E. G., & Pentury, F. 2021. *Maksimasi Keuntungan Usaha Budidaya Rumput Laut di Desa Sathean. PAPALELE (Jurnal Penelitian Sosial Ekonomi Perikanan dan Kelautan), 1(1), 1–8.*
- Thamrin, Y. 2020. *Kelelahan Kerja pada Pekerja Rumput Laut di Kabupaten Takalar. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16 (2), 272–280.*
- Wurarah, M. L., Kawatu, P. A. T., & Akili, R. H. 2020. *Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Petani. Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine, 1(2), 6–10.*