

# **PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA BAGIAN PENJAHITAN DI PERUSAHAAN KONVEKSI AL NUR KENDAL TAHUN 2023**

Argita Cahya Respati<sup>1</sup>, Budi Yuliyanto<sup>2</sup>, Sujangi<sup>3</sup>, Handoyo<sup>4</sup>

Kementerian Kesehatan RI  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya  
Program Studi Sanitasi Program Diploma III Kampus Magetan  
Jurusan Kesehatan Lingkungan  
Email : [argitacahya19@gmail.com](mailto:argitacahya19@gmail.com)

## **ABSTRAK**

Beban kerja merupakan besaran pekerjaan yang harus di tanggung dan diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Kelelahan kerja adalah suatu keadaan tubuh yang disertai penurunan kualitas dan efisiensi gerak sehingga mempengaruhi proses kinerja tubuh, sehingga harus dilakukan pemulihan agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023.

Jenis penelitian ini yaitu analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi yang digunakan adalah seluruh pekerja di bagian penjahit sebanyak 90 orang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 75 orang dengan perhitungan menggunakan rumus slovin dan menggunakan teknik *random sampling*.

Hasil penelitian beban kerja sebagian besar mengalami beban kerja sedang sebesar 89,33% dan sebagian kecil mengalami beban kerja berat sebesar 10,67%. Dari penelitian kelelahan kerja sebagian besar mengalami kelelahan kerja sedang sebesar 58,67%, sebagian lainnya mengalami kelelahan kerja rendah sebesar 33,33%, sebagian lainnya mengalami kelelahan kerja tinggi sebesar 6,67% dan sebagian lainnya mengalami kelelahan kerja sangat tinggi sebesar 1,33%. Dari hasil uji statistik menggunakan uji regresi linear sederhana menunjukkan adanya pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja dengan tingkat pengaruhnya sebesar 16,5%.

Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini adalah rata-rata pekerja pada bagian penjahit di konveksi AL Nur Kendal tahun 2023 mengalami beban kerja dan kelelahan kerja dalam tingkat sedang.

**Kata Kunci** : Beban Kerja, Kelelahan Kerja, Penjahit.

# THE INFLUENCE OF WORKLOAD ON WORK FATIGUE IN SEATING WORKERS IN A CONVECTION COMPANY AL NUR KENDAL IN 2023

Argita Cahya Resapati<sup>1</sup>, Budi Yuliyanto<sup>2</sup>, Sujangi<sup>3</sup>, Handoyo<sup>4</sup>

Indonesian Ministry of Health  
Surabaya Ministry of Health Health Polytechnic  
Magetan Campus Diploma III Sanitation Study Program  
Department of Environmental Health  
Email : [argitacahya19@gmail.com](mailto:argitacahya19@gmail.com)

## ABSTRACT

Workload is the amount of work that must be carried out and completed within a certain period of time. Work fatigue is a condition of the body which is accompanied by a decrease in the quality and efficiency of motion, thus affecting the body's performance processes, so that recovery must be carried out so that the body is protected from further damage. The purpose of this study was to determine the effect of workload on work fatigue in sewing workers at the Al Nur Kendal convection in 2023.

This type of research is analytic with a research design cross sectional. The population used is all workers in the sewing department as many as 90 people. The sample in this study amounted to 75 people with calculations using the slovin formula and using techniques *random sampling*.

The results of the workload study mostly experienced a moderate workload of 89.33% and a small portion experienced a heavy workload of 10.67%. From the study of work fatigue, most of them experienced moderate work fatigue of 58.67%, some others experienced low work fatigue of 33.33%, others experienced high work fatigue of 6.67% and some others experienced very high work fatigue of 1, 33%. From the statistical test results using a simple linear regression test, it shows that there is an effect of workload on work fatigue with an effect level of 16.5%.

The conclusion obtained from this study is that the average worker in the tailor section at AL Nur Kendal convection in 2023 experiences a moderate level of workload and fatigue.

**Keywords:** Workload, Work Fatigue, Tailor

## PENDAHULUAN

Keselamatan dan Kesehatan Kerja adalah tindakan yang diambil pada orang, material, mesin, dan prosedur kerja berfokus pada lingkungan tempat bekerja untuk mencegah cedera (Sedarmayanti, 2017). Kesehatan kerja ialah suatu kondisi sejahtera badan, jiwa maupun sosial di mana memungkinkan setiap pekerjaan secara optimal dengan produktivitas yang berlaku tanpa menimbulkan bahaya terhadap diri

sendiri, keluarga, masyarakat maupun lingkungan sekitarnya (Hendrawan, 2018). Keselamatan dan kesehatan kerja merupakan ilmu yang menerangkan kesehatan, menjamin kesejahteraan, keselamatan dan perlindungan bagi karyawan. Setiap orang memiliki tanggung jawab untuk mempromosikan keselamatan dan kesehatan kerja. Setiap orang yang menerima suatu beban kerja harus sesuai atau cocok, dan tidak boleh mengurangi jumlah kapasitas fisik

atau mental atas beban yang dapat diterima dari manusia Reppi et al., (2019). Beban kerja diartikan menjadi perbedaan pada kemampuan dan kapasitas kerja melalui tuntutan kerja yang wajib dilaksanakan oleh pekerja (Tarwaka, 2011). Beban kerja dapat mengakibatkan kelelahan pada fisik, mental serta reaksi emosional seperti, sakit pada kepala, gangguan saluran pencernaan, dan gampang marah (R. Irawati, 2017). Sedangkan, kelelahan diterangkan sebagai mekanisme melindungi tubuh supaya terhindar dari kerusakan secara berkelanjutan sehingga setelah melakukan istirahat akan mengalami pemulihan (Tarwaka, 2011). Kelelahan pekerja dapat menimbulkan kecelakaan ketika melakukan pekerjaan dikarenakan kehilangan fokus bekerja sehingga terjadi penurunan produktivitas (Gultom et al., 2017).

Berdasarkan penelitian Saputra et al (2019) yang berjudul Hubungan kerja monoton dengan kelelahan pada pekerja konveksi CV. X. di Mojokoerto menunjukkan 33 (89, 2%) pekerja mengalami tingkat kelelahan yang berat. Hasil penelitian Azwar et al (2022) dengan judul Analisis Beban Kerja Karyawan pada Perusahaan Konveksi X. di Garut menunjukkan 10% pekerja yang mengalami kelelahan kerja ringan. Hasil penelitian Waruwu (2022) yang berjudul Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Penjahit Ramin Taylor di Medan menunjukkan adanya beberapa faktor berkaitan dengan kelelahan saat kerja seperti, beban kerja, usia serta masa kerja.

Perusahaan konveksi Al Nur Kendal merupakan perusahaan yang bergerak pada bidang produksi berbagai macam produk barang jadi seperti, baju, gamis, dan juga hijab. Konveksi ini terletak di Dusun

Wonorejo, Desa Sidorejo, Kecamatan Kendal, Kabupaten Ngawi, Provinsi Jawa Timur yang berdiri pada tahun 2014 dengan jumlah seluruh pekerja sebanyak 150 karyawan yang dibagi menjadi 90 orang penjahit, 31 orang tambahan (harian), 14 orang pemotongan dan 15 orang bagian pengurus. Pada konveksi ini setiap harinya mampu memproduksi  $\pm$  900 produk yang akan di distribusikan ke pihak ke dua sebagai penjual atau langsung diperjual belikan kepada konsumen. Jenis pekerjaan yang ada di perusahaan konveksi Al Nur Kendal terdiri dari bagian pemotongan, bagian penjahitan, dan bagian sortir. Pada bagian pemotongan, area untuk melakukan pemotongan kain di tempatkan pada area yang berbeda sendiri. Untuk bagian penjahitan, area menjahit memiliki 2 lantai dengan disetiap lantai masing-masing diletakkan meja jahit 4 baris. Sedangkan untuk tempat penyortiran, area sortir terletak di ruang depan bagian penjahitan sehingga memudahkan proses pengangkutan barang hasil jahit untuk di sortir terlebih dahulu. Untuk sistem pengupahannya, pada bagian penjahitan pekerja dibayar sesuai bagian yang dikerjakan, misalnya jahit lengan, kerah baju, samping dibayar berbeda-beda sesuai dengan tingkat kesulitan model produknya, dan para pekerja dibayar setiap minggunya. Untuk bagian pemotongan sistem pengupahannya dibayarkan sesuai dengan jumlah pemotongan yang dihasilkan perindividu. Sedangkan pada bagian penyortiran sistem pengupahannya diberikan sesuai dengan perhitungan harian yang telah disetujui bersama antar kedua belah pihak.

Dari hasil studi pendahuluan pada pekerja bagian penjahit di perusahaan

konveksi Al Nur Kendal didapatkan bahwa hasil penilaian beban kerja menunjukkan 10 responden (100%) mempunyai beban kerja sedang. Sedangkan, hasil penilaian kelelahan kerja menunjukkan 7 responden (70%) mempunyai kelelahan kerja sedang dan 3 responden (30%) mempunyai kelelahan kerja ringan. Dari hasil penilaian beban kerja dan kelelahan kerja pada 10 pekerja menunjukkan terdapat permasalahan pada pekerja bagian penjahitan di perusahaan konveksi Al Nur Kendal yang mengalami beban kerja dan kelelahan kerja pada tingkat sedang.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini analitik dengan menggunakan metode analisis data regresi linear secara sederhana, yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada responden yang diteliti. Penelitian ini dilakukan di perusahaan konveksi Al Nur Kendal pada bulan Mei 2023 dengan jumlah sampel sebanyak 75 pekerja bagian penjahit. Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling* dengan kriteria sampel pekerja pada bagian penjahit, bersedia menjadi responden dan dalam keadaan tidak sakit. Pengumpulan data dengan cara membagikan kuesioner.

## HASIL PENELITIAN

### A. Karakteristik Responden

#### 1. Umur

**Tabel 4.1** Umur Pekerja bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Tahun 2023

Variabel	Minimum	Maksimum	N	$\bar{x}$
Umur	17	50	75	25,81

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan umur pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata berumur 25,9 tahun, dengan umur pekerja

termuda berumur 17 tahun serta umur pekerja tertua berumur 50 tahun.

#### 2. Jenis Kelamin

**Tabel 4.2** Distribusi Frekuensi Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Tahun 2023 Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Present
1.	Laki-Laki	13	17%
2.	Perempuan	62	83%
<b>Total</b>		<b>75</b>	<b>100%</b>

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan sebagian besar (83%) pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 83%, sedangkan untuk sebagian lainnya (17%) pekerja yang berjenis kelamin laki-lakinya.

#### 3. Pendidikan Terakhir

**Tabel 4.3** Distribusi Frekuensi Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Berdasarkan Pendidikan Tahun 2023

No.	Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Present
1.	Dasar	15	21%
2.	Menengah	60	79%
3.	Tinggi	0	0%
<b>Total</b>		<b>75</b>	<b>100%</b>

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan sebagian besar (79%) pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata memiliki tingkat pendidikan menengah dan untuk sebagian lainnya (21%) pekerja dengan tingkat pendidikan dasar.

#### 4. Masa Kerja

**Tabel 4.4** Masa Kerja Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Tahun 2023

Variabel	Minimum	Maksimum	N	$\bar{x}$	SD
Masa Kerja	1	48	75	20,11	12,48

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan rata-rata pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal bekerja selama 20,11 bulan, dengan masa bekerja terlama yaitu 48 bulan dan masa kerja yang paling sedikit yaitu 1 bulan.

### 5. Status Pernikahan

**Tabel 4.5** Distribusi Frekuensi Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Berdasarkan Status Pernikahan Tahun 2023

No.	Status Pernikahan	Frekuensi	Present
1.	Sudah Menikah	27	36%
2.	Belum Menikah	48	64%
Total		75	100%

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan sebagian besar (64%) pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata memiliki status pernikahan belum menikah, sedangkan sebagian kecil (36%) memiliki status pernikahan sudah menikah.

### B. Beban Kerja

**Tabel 4.6** Distribusi Frekuensi Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Berdasarkan skor Beban Kerja Tahun 20223

Klasifikasi Beban Kerja	Jumlah	Presentase
Ringan	0	0%
Sedang	67	89,33%
Berat	8	10,67%

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

**Tabel 4.7** Skor Beban Pada Kerja Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Tahun 2023

Variabel	Minimum	Maksimum	N	$\bar{x}$	SD
Nilai Beban Kerja	30	47	75	39	3,476

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan sebagian besar (89,33%) skor para pekerja yang bekerja di konveksi Al Nur Kendal rata-rata memiliki tingkat beban kerja sedang dengan rata-rata skor 39. Sedangkan untuk sebagian

lainnya (10,67%) pekerja yang mengalami beban kerja berat.

### C. Kelelahan Kerja

**Tabel 4.8** Distribusi Frekuensi Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Berdasarkan Skor Kelelahan Kerja Tahun 2023

Klasifikasi Kelelahan Kerja	Jumlah	Presentase
Rendah	25	33,33%
Sedang	44	58,67%
Tinggi	5	6,67%
Sangat Tinggi	1	1,33%

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

**Tabel 4.9** Skor Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Penjahit di Perusahaan Konveksi Al Nur Kendal Tahun 2023

Variabel	Minimum	Maksimum	N	$\bar{x}$	SD
Nilai Kelelahan Kerja	36	100	75	57	12,753

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil di atas menunjukkan sebagian besar (58,67%) skor para pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata memiliki tingkat kelelahan kerja sedang dengan skor 57. Untuk sebagian lainnya (33,33%) pekerja mengalami kelelahan kerja rendah, sebagian lainnya (6,67%) pekerja mengalami kelelahan kerja tinggi, dan untuk sebagian lainnya (1,33%) pekerja mengalami kelelahan kerja sangat tinggi.

### D. Hasil Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja

**Tabel 4.10** Hasil uji regresi linear pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023

Model	N	r	r square	Sig.
Regression	75	0,408	0,166	0,00

(Sumber : Data Hasil Penelitian Tahun 2023)

Dari hasil data di atas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,00 berarti nilai signifikansi < 0,05. Sedangkan, untuk nilai korelasi /

hubungan ( $r$ ) sebesar 0,408 dan diperoleh nilai koefisien determinasi ( $r$  square) sebesar 0,166.

## PEMBAHASAN

### A. Umur

Berdasarkan hasil dari penelitian, umur menunjukkan pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata berumur 25,9 tahun, dengan pekerja yang paling muda berumur 17 tahun serta pekerja yang paling tua berumur 50 tahun. Hasil uji statistik dengan uji regresi linear secara sederhana menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar  $0,02 < 0,05$  berarti adanya pengaruh antara variabel umur terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal dengan tingkat pengaruhnya sebesar 3,3%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan bahwa seseorang yang memiliki umur lebih tua cenderung akan mengalami penurunan masa otot, namun hal tersebut juga diimbangi dengan emosional yang stabil (Suma'mur 2009). Para pekerja yang memiliki umur lebih muda umumnya memiliki tingkat produktivitas dan kinerja yang lebih optimal. Pekerja yang berumur 40-50 tahun rata-rata akan sering merasakan beban kerja yang lebih berat dibandingkan dengan pekerja yang berumur dibawahnya atau di masa produktifnya (Tarwaka, 2011). Pekerja yang memiliki umur pada masa produktif biasanya mempunyai tingkat

produktivitas yang lebih besar dibanding para pekerja yang memiliki umur lebih tua sehingga cenderung mempunyai fisik yang lebih lemah (Apriliyanti 2017).

### B. Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil dari penelitian, jenis kelamin menunjukkan bahwa pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal sebagian besar memiliki jenis kelamin perempuan sebanyak 83%, sedangkan untuk sebagian kecil pekerja yang berjenis kelamin laki-lakinya sebanyak 17%. Hasil uji statistik dengan uji regresi linear secara sederhana menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar  $0,035 < 0,05$  berarti bahwa variabel jenis kelamin memberikan pengaruh terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal dengan tingkat pengaruhnya sebesar 10%.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pernyataan bahwa Jenis kelamin juga dimaknai sebagai identitas yang membedakan seorang laki-laki dan perempuan. Pekerja perempuan setiap bulannya pasti mengalami siklus menstruasi, sehingga mengakibatkan penurunan kondisi fisik maupun mentalnya, hal tersebut mengakibatkan pekerja perempuan sering merasakan kelelahan dibandingkan pekerja laki-laki (Kholivah, 2019). Jenis kelamin merupakan pembeda antara laki-laki dan perempuan yang dibedakan menggunakan faktor genetik, psikologi,

sosial serta budaya (Lailatus et. al 2021).

### **C. Pendidikan**

Berdasarkan hasil dari penelitian tingkat pendidikan menunjukkan bahwa pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal sebagian besar para pekerja memiliki tingkat pendidikan menengah sebanyak 79%, dan untuk sebagian pekerja memiliki tingkat pendidikan dasar sebanyak 21%. Hasil uji statistik dengan uji regresi linear secara sederhana menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar  $0,058 > 0,05$  berarti tidak adanya pengaruh pada variabel tingkat pendidikan terhadap kelelahan kerja pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan pernyataan bahwa pendidikan menjadi hal yang wajib untuk dipersiapkan sebelum memasuki dunia kerja, dengan semua bekal ilmu dan pengetahuan yang didapat dari tingkat pendidikan mampu untuk memenuhi persyaratan-persyaratan agar dapat memperoleh pekerjaan yang sesuai (Sukoco, 2010). Pendidikan menjadi peranan yang sangat penting bagi perkembangan individu maupun bangsa sebagai bekal dan pegangan untuk sukses dalam bekerja (Marpaun, 2021).

### **D. Masa Kerja**

Berdasarkan dari hasil penelitian masa kerja menunjukkan bahwa pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-

rata bekerja selama 20,11 bulan, dengan masa kerja terlama yaitu 48 bulan (2 tahun) serta masa kerja yang paling sedikit yaitu 1 bulan. Hasil uji statistik dengan uji regresi linear secara sederhana menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar  $0,81 > 0,05$  berarti tidak adanya pengaruh pada variabel masa kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan pernyataan bahwa masa kerja atau lamanya bekerja menjadi faktor yang menimbulkan pengaruh pada produktivitas seseorang saat bekerja (Nainggolan et al, 2012). Masa kerja menjadi tolak ukur tingkat penguasaan seseorang dalam melaksanakan pekerjaannya, semakin lama masa kerja seseorang seharusnya keterampilan dan kemampuan melaksanakan pekerjaan semakin meningkat pula dan juga semakin lama seorang bekerja maka mampu meningkatkan kedewasaan teknis di dunia kerjanya (Aprilyanti, 2017).

### **E. Status Pernikahan**

Berdasarkan dari hasil penelitian status pernikahan menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja pada bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal rata-rata mempunyai status pernikahan belum menikah sebesar 64% dan sebagian yang telah menikah sebesar 36%. Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji regresi linear secara sederhana menunjukkan hasil nilai signifikansi sebesar  $0,029 >$

0,05 berarti terdapat pengaruh antara variabel status pernikahan terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal dengan tingkat pengaruhnya sebesar 15%.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan pernyataan bahwa seorang tenaga kerja yang sudah berkewajiban untuk mempunyai tanggung jawab terhadap keluarganya sehingga akan mengakibatkan pekerja mengalami kelelahan dalam bekerja (Tarwaka, 2011). Para pekerja yang sudah berkeluarga terkadang memiliki permasalahan di dalamnya dan dibawa ke lingkungan kerja sehingga mengakibatkan pekerjaannya menjadi lambat dan mengalami kelelahan (Suma'mur, 2009).

#### **F. Beban Kerja**

Berdasarkan dari hasil penelitian menunjukkan pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal pada tahun 2023 sebagian besar mengalami beban kerja sedang sebesar 89,33% dan sebagian kecil mengalami beban kerja berat sebesar 10,67%. Dari hasil penelitian tersebut rata-rata keseluruhan para pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 mengalami beban kerja sedang.

#### **G. Kelelahan Kerja**

Berdasarkan dari hasil penelitian ini menerangkan bahwa pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal pada tahun 2023 sebagian mengalami kelelahan kerja rendah sebesar 33,33%, unuk sebagian pekerja yang

mengalami kelelahan kerja sedang sebesar 58,67%, untuk sebagian pekerja yang merasakan kelelahan kerja tinggi sebesar 6,67% dan untuk sebagian pekerja yang mengalami kelelahan kerja sangat tinggi sebesar 1,33%. Dari hasil penelitian menunjukkan rata-rata keseluruhan para pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 mengalami kelelahan sedang.

#### **H. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja**

Berdasarkan pengujian hasil statistik yang digunakan dalam mengetahui pengaruh beban kerja pada kelelahan kerja pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 dengan menggunakan uji statistik regresi linear sederhana menunjukkan nilai F hitung sebesar 14,543 di mana signifikansi sebesar  $0,00 < 0,05$  berarti terdapat pengaruh variabel bebas (beban kerja) pada variabel terikat (kelelahan kerja). Nilai koefisien determinasi ( $r^2$ ) sebesar 0,165 menyatakan adanya pengaruh variabel bebas (beban kerja) pada variabel terikat (kelelahan kerja). Dari hasil yang sudah diperoleh bisa disimpulkan adanya pengaruh beban kerja pada kelelahan kerja pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 dengan tingkat pengaruh sebesar 16,5% dan juga semakin tinggi nilai beban kerja berarti semakin tinggi juga nilai kelelahan kerjanya.

## E. Kelemahan Penelitian

Kelemahan pada penelitian ini adalah peneliti tidak meneliti semua faktor yang menyebabkan terjadinya beban kerja dan kelelahan kerja sehingga hasil penelitian kurang maksimal untuk menggambarkan dan menjelaskan pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023.

## KESIMPULAN

1. Hasil Penelitian yang dilakukan pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 dari 75 respondent ditemukan hasil sebagian besar pekerja mengalami beban kerja sedang sebesar 89,33%.
2. Hasil Penelitian yang dilakukan pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 dari 75 respondent ditemukan hasil sebagian besar pekerja mengalami kelelahan kerja seang sebesar 58,67%.
3. Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji regresi linear sederhana tentang pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 menunjukkan hasil signifikansi sebesar  $0,00 < 0,05$  dan nilai koefisien determinasi sebesar 0,166. Dari hasil tersebut bisa disimpulkan bahwa terdapat pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi Al Nur Kendal tahun 2023 dengan tingkat pengaruh sebesar 16,5% atau pengaruhnya rendah.

## SARAN

Bagi Perusahaan

- a. Memberikan informasi kepada pihak konveksi mengenai hasil beban kerja dan kelelahan kerja agar tidak menyebabkan masalah sehingga menimbulkan kerugian bagi perusahaan konveksi.
- b. Memberikan informasi kepada pemilik perusahaan bagaimana cara untuk mengurangi beban kerja dan kelelahan di perusahaan konveksi tersebut.
- c. Memberikan saran dan masukan kepada pekerja agar selalu menjaga kondisi kesehatan serta memperhatikan waktu istirahat yang sudah di berikan oleh perusahaan.
- d. Pemilik perusahaan membuat atau menjadikan suasana tempat kerja yang menyenangkan dan tidak membosankan

Bagi Peneliti Lain

Sebaiknya untuk penelitian selanjutnya jika ingin menilai pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja bagian penjahit di konveksi untuk menilai seluruh variabel-variabel yang dapat mempengaruhi beban kerja dan kelelahan kerja sehingga hasil yang diperoleh lebih maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Azwar, N. Fauziah. (2020). Analisis Beban Kerja Karyawan Di Perusahaan Konveksi Al-Hasri Garut. *Jurnal ReTIMS*.
- Aprilyanti, Sevila. (2018). Pengaruh Usia dan Masa Kerja Terhadap Produktivitas Kerja (Studi Kasus : PT . OASIS Water International Cabang Palembang). *Jurnal Sistem dan Manajemen Industri*.
- Hayati P. S. (2020). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Pada Satuan Polisi Pamong Praja

- dan Wilayatul Hisbah Kota Banda Aceh.
- M. Saputra, D. Syurandhari, A. Ferdiansyah et. Al. (2019). Hubungan kerja monoton dengan kelelahan pada pekerja konveksi di CV. Citra Convection. Jurnal Prosiding Seminar Nasional.
- N. Marpaung. (2021). Pengaruh Tingkat Pendidikan Terhadap Kinerja Pegawai (Studi Kasus Disdukcapil Kota Bekasi). Jurnal Parameter.
- R. Irawati, D. Carollina. (2017). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja. Faktor yang mempengaruhi beban kerja Ratumas Hartha Delima. (2018). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja (Studi Kasus pada Karyawan PT. Adira Dinamika Multi Finance Cabang Muara Bungo). Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi.
- Suma'mur. (2009). Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES).
- T. Egziabher, S. Edwards (2020). Analisis Beban Kerja Mental. Jurnal Africa's potential for the ecological intensification of agriculture.
- Tarwaka. (2011). Ergonomi : Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Harapan Press Surakarta.
- Tarwaka. (2014). Ergonomi Industri : Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Implementasi di Tempat Kerja. Harapan Press Surakarta.
- V. Waruwu, P. Boy, C. Siahaan. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Penjahit Ramin Taylor di Jalan Bengkel, Medan Factors Associated with Work Fatigue at Tailor Ramin Taylor on Bengkel Street, Medan.