

ABSTRAK

IDENTIFIKASI FAKTOR PENYEBAB KELELAHAN BERDASARKAN *SHIFT* KERJA PADA PEKERJA BAGIAN GUDANG DI WARALABA X SURABAYA

Kelelahan kerja merupakan salah satu pemicu terjadinya kecelakaan kerja. Kelelahan menghasilkan reaksi pada tubuh pekerja seperti berkurangnya kemampuan untuk memproses sebuah informasi, penyimpangan memori, penurunan kesadaran, kurangnya koordinasi dan perhatian. Kelelahan kerja dapat timbul dari waktu kerja yang berlebihan maupun pola *shift* kerja yang tidak dirancang dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab kelelahan berdasarkan *shift* kerja pada pekerja bagian gudang di Waralaba X Surabaya. Metode penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif menggunakan desain penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja pada bagian gudang Waralaba X Surabaya. Variabel dalam penelitian ini adalah faktor individu dan faktor pekerjaan. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dengan instrumen kuesioner, *heat stress* monitor serta standar penilaian beban kerja berdasarkan tingkat kebutuhan kalori menurut pengeluaran energi. Analisis data berupa uji statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar pekerja mengalami kelelahan pada *shift* pagi (63,4%) dengan faktor individu yang meliputi: pekerja berusia muda (66,7%), berjenis kelamin perempuan (70%), dengan status gizi normal (66,7%), serta faktor pekerjaan meliputi: durasi kerja ≥ 40 jam/minggu (70%), mengalami stres kerja sedang (61,9%), iklim lingkungan kerja tidak memenuhi NAB (63,3%) dan memiliki beban kerja sedang (68,2%). Simpulan dari penelitian ini adalah terdapat kondisi kelelahan yang dialami pekerja pada *shift* pagi dengan faktor individu (usia, jenis kelamin, status gizi) dan pekerjaan (durasi kerja, stres kerja, iklim lingkungan kerja, beban kerja) sehingga Waralaba X Surabaya dapat menyesuaikan jadwal kerja mengikuti standar Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2021.

Kata Kunci: Kelelahan, *Shift Kerja*, *Pekerja Gudang*