

## ABSTRAK

Keluhan yang telah dialami pekerja PT Hakaru Metalindo Perkasa berupa nyeri pada leher, bahu, tangan, punggung diakibatkan beban kerja tinggi yang didapat oleh pekerja packing, terutama tidak diimbangi dengan gizi serta jamistirahat yang baik maka akan menyebabkan kelelahan kerja. Tujuan penelitian adalah menganalisis hubungan lama kerja dan beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja *packing* di PT. Hakaru Metalindo Perkasa.

Metode Penelitian survey analitik dengan desain cross sectional dengan menggunakan teknik *random sampling*. Populasi 50 orang dan sampel 45 dari seluruh pekerja *packing* di PT Hakaru Metalindo Perkasa. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan *Simple Random Sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar Observasi dan Kuesioner dengan menggunakan analisis uji *Chi-square*.

Hasil uji menunjukkan terdapat hubungan yang signifikansi antara lama kerja dan beban kerja dengan kelelahan dimana nilai  $p=0,000$ . 45 responden 92,6% mengalami kelelahan dengan >8 jam kerja dan 93,3% mengalami kelelahan dengan beban kerja berat.

Simpulan dari penelitian yaitu pekerja bekerja lebih dari 8 jam dengan beban kerja yang berat dan pekerja mengalami kelelahan kerja. Disarankan perusahaan memberikan arahan kepada para pekerja untuk melakukan olahraga (pemanasan) sekitar 5-10 menit sebelum bekerja maupun di sela-sela waktu dalam bekerja serta mengkonsumsi makanan yang mengandung banyak nutrisi dan vitamin C.

**Kata kunci : Lama Kerja, Beban Kerja, Kelelahan Kerja**