

HUBUNGAN ANTARA DURASI KERJA DENGAN TINGKAT
KELELAHAN KERJA PADA PEDAGANG MAKANAN KAKI LIMA
KOPDAR DI STADION MAGUWO HARJO

NASKAH PUBLIKASI

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

Kesehatan Masyarakat (S1)



Oleh:

Fransiska Marianne Mete

KM.21.00710

PEMINATAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA
2025



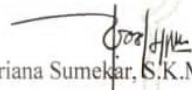
NASKAH PUBLIKASI
HUBUNGAN ANTARA DURASI KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN
KERJA PADA PEDAGANG MAKANAN KAKI LIMA KOPDAR DI STADION
MAGUWO HARJO

Diajukan Oleh :
Fransiska Marianne Mete
KM.21.00710

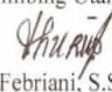
Telah dipertahankan didepan Dewan Penguji
pada tanggal 22-09-2025

Susunan Dewan Penguji

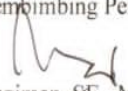
Ketua Dewan Penguji


Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc.

Pembimbing Utama/Penguji


Heni Febriani, S.Si., M.P.H

Pembimbing Pendamping/ Penguji II


Sugiman, SE., M.P.H

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat
Yogyakarta, 22 September 2025

Mengetahui
Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana


Susi Damayanti, S.Si., M.Sc.

HUBUNGAN ANTARA DURASI KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA PADA PEDAGANG MAKANAN KAKI LIMA KOPDAR DI STADION MAGUWO HARJO

Fransiska Mariance Mete¹, Heni Febriani², Sugiman³

fransiskamete@gmail.com

081250157574

ABSTRAK

Latar Belakang : Kelelahan kerja merupakan kondisi yang terjadi akibat kerusakan lebih lanjut pada tubuh, yang merupakan hasil dari proses perlindungan. Pedagang kaki lima sebagai bagian dari sektor informal berperan penting dalam perekonomian, namun rawan mengalami kelelahan kerja akibat durasi kerja panjang (6–10 jam/hari) dan pola istirahat yang tidak teratur.

Tujuan : Mengetahui Hubungan antara Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan kerja pada Pedagang Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo.

Metode Penelitian : Penelitian ini dilakukan di Kopdar Stadion Maguwoharjo. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 45 orang. Teknik pengambilan sampel adalah Total Sampling sebanyak 45 responden, uji analisis yang digunakan adalah *Spearman Rank*. Pengukuran kelelahan kerja menggunakan Kuesioner alat ukur Perasaan Kelelahan (KAUPK2).

Hasil : Berdasarkan hasil uji *Spearman Rank* dengan nilai p value 0,021 menunjukkan bahwa ada hubungan antara Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan, Durasi kerja Pedagang Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo ada pada kategori baik sebanyak 23 orang (51,1%) dan kategori buruk sebanyak 22 orang (48,9%) dan tingkat kelelahan kerja ada pada kategori, kurang lelah yang terdiri dari 4 orang (8,9%), lelah terdiri dari 21 orang (46,7%) dan sangat lelah terdiri dari 20 orang (44,45%).

Kesimpulan : Ada Hubungan antara Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pedagang Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo.

Kata kunci : *Durasi Kerja, Kelelahan Kerja, Pedagang Kaki Lima.*

¹ Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana STIKES Wira Husada Yogyakarta

² Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

³ Dosen STIKES Wira Husada Yogyakarta

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK DURATION AND WORK FATIGUE LEVEL IN STREET FOOD VENDORS AT KOPDAR MAGUWOHARJO STADIUM

Fransiska Mariance Mete¹, Heni Febriani², Sugiman³

fransiskamete@gmail.com

081250157574

ABSTRACT

Background : Work fatigue is a condition resulting from further damage to the body, a consequence of the body's protective processes. Street vendors, as part of the informal sector, play a crucial role in the economy but are vulnerable to work fatigue due to long working hours (6–10 hours/day) and irregular rest patterns.

Objective : To determine the relationship between working duration and the level of work fatigue among Kopdar street vendors at Maguwoharjo Stadium.

Methods : This quantitative *cross-sectional* study was conducted at Kopdar Maguwoharjo Stadium. The population for this study was 45 individuals. Total sampling was employed, resulting in 45 respondents. Data analysis was performed using the *Spearman Rank* test. Work fatigue was measured using the Feeling of Fatigue Questionnaire (KAUPK2).

Results : Based on the results of the Spearman Rank test, a p-value of 0.021 indicates a relationship between work duration and fatigue levels.

Among the Kopdar street vendors at Maguwoharjo Stadium, work duration was categorized as good for 23 people (51.1%) and poor for 22 people (48.9%). Their work fatigue level was divided into three categories: less fatigued for 4 people (8.9%), fatigued for 21 people (46.7%), and very fatigued for 20 people (44.45%).

Conclusion : There is a relationship between working duration and the level of work fatigue among Kopdar street vendors at Maguwoharjo Stadium.

Keywords : *Work Duration. Work Fatigue, Street Food Vendors.*

¹ Students of Public Health Study Program, Bachelor's Program Wira Husada Yogyakarta

² Lecturer Stikes Wira Husada Yogyakarta

³ Lecturer Stikes Wira Husada Yogyakarta

A. PENDAHULUAN

Sektor informal adalah bagian dari sektor ekonomi yang terdiri dari unit-unit usaha dengan skala kecil. Unit-unit ini bergerak dalam produksi dan distribusi barang serta jasa, dengan tujuan utama menciptakan lapangan kerja dan memberi peluang pendapatan bagi para pelakunya. Namun, sektor ini sering mengalami kendala seperti keterbatasan modal, baik dalam bentuk fisik maupun tenaga kerja, serta kurangnya keterampilan [1]. Secara umum, pekerja di sektor informal belum memperoleh akses terhadap layanan atau perlindungan kesehatan kerja. Salah satu kelompok yang termasuk dalam sektor ini adalah para pedagang, yang cenderung rentan terhadap masalah kesehatan yang berhubungan dengan aktivitas kerjanya[2].

Pedagang kaki lima adalah salah pelaku usaha sektor informal yang memiliki peran penting dalam perekonomian. Mereka menyediakan berbagai jenis makanan dengan harga terjangkau serta memberikan kontribusi signifikan bagi perekonomian di tingkat lokal. Namun, para pedagang ini seringkali bekerja pada kondisi yang tidak ideal, dengan jam kerja yang panjang dan pekerjaan yang menuntut tenaga fisik yang besar. Selain itu, mereka juga harus menghadapi tantangan berupa ketidakpastian dalam pekerjaan dan lama waktu kerja yang tidak menentu [3].

Durasi Kerja adalah lamanya seseorang bekerja dalam sehari, biasanya 6 hingga 10 jam. Selama satu minggu, pekerja biasanya bekerja selama 40 hingga 50 jam. Jika bekerja lebih dari itu, sangat berisiko timbulnya masalah negatif bagi kesehatan pekerja dan produktivitas pekerja [4]. Semakin lama

waktu kerja, semakin luas kemungkinan terjadi kejadian yang tidak diinginkan. Jumlah kerja 40 jam kerja dalam satu minggu bisa diatur dalam lima atau empat hari, tergantung berbagai faktor. Walaupun pada umumnya aturan kerja yang diterapkan adalah 40 jam per minggu selama lima hari, data dan fakta menunjukkan bahwa hal tersebut adalah praktik yang sudah umum di banyak tempat kerja [2]

Kelelahan kerja sering menjadi risiko keselamatan dan kesehatan yang dialami pekerja. Kelelahan yang disebabkan oleh aktivitas kerja merupakan gangguan kesehatan yang sering terjadi pada pekerja. Kelelahan dari pekerjaan yang berat dapat meningkatkan risiko cedera fisik. Tanda-tanda kelelahan terkait pekerjaan meliputi kelelahan fisik dan mental, menurunnya motivasi, cepat merasa letih, penurunan produktivitas, serta menurunnya performa fisik. Jam kerja yang berlebihan dapat menimbulkan gejala seperti penurunan konsentrasi, berkurangnya kemampuan berpikir, kelelahan dalam berbicara, serta mudah lupa. Faktor-faktor penyebab kelelahan ini antara lain usia, tekanan kerja, posisi tubuh saat bekerja, kondisi gizi, durasi bekerja, dan beban kerja yang dihadapi. Kelelahan kerja menjadi masalah serius bagi pedagang kaki lima karena dapat mengurangi efektivitas dalam menjalankan pekerjaannya [5]. Tiga faktor utama memengaruhi kelelahan kerja, pertama adalah faktor internal yang mencakup jenis kelamin dan status gizi, Kedua, faktor eksternal yang meliputi beban kerja serta lama masa kerja, lama kerja dan sikap kerja dan faktor lingkungan terdiri dari penerangan atau cahaya dan iklim kerja [6].

B. METODE

Penelitian ini dilakukan di Kopdar Stadion Maguwoharjo. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah 45 orang. Teknik pengambilan sampel adalah Total Sampling sebanyak 45 responden, uji analisis yang digunakan adalah *Spearman Rank*. Pengukuran kelelahan kerja menggunakan Kuesioner alat ukur Perasaan Kelelahan (KAUPK2).

C. HASIL

Tabel.1 Karakteristik Responden Pedagang Makanan Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo

No	Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Usia		
	18-24	12	26,7
	25-31	6	13,3
	32-38	6	13,3
	39-45	11	24,4
	46-52	7	15,6
	53-59	3	6,7
	Total	45	100,0
2.	Jenis Kelamin		
	Perempuan	15	33,3
	Laki-Laki	30	66,7
	Total	45	100,0

Tabel 2. Distribusi frekuensi menurut Durasi Kerja dan tingkat kelelahan kerja pada Pedagang Makanan Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Durasi Kerja		
	Baik	23	51,1
	Buruk	22	48,9
	Total	45	100,0
2	Kelelahan Kerja		
	Kurang Lelah	4	8,9
	Lelah	21	46,7
	Sangat Lelah	20	44,4
	Total	45	100,0

Tabel 3. Hasil Analisis Hubungan Durasi Kerja dengan kelelahan Kerja pada Pedagang Makanan Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo

Kelelahan Kerja									
Durasi Kerja	Kurang Lelah		Lelah		Sangat Lelah		Total		P-Value
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Baik	4	8,9	12	26,7	7	15,6	23	51,1	0,021
Buruk	0	0,0	9	20,0	13	28,9	22	48,9	
Total	4	8,9	12	46,7	20	44,4	45	100	

D. PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1. karakteristik responden di Kopdar Stadion Maguwoharjo, dapat disimpulkan bahwa responden terbanyak pada usia 18-24 (26,7%) dan usia terendah adalah 53-59 tahun (6,7%). Usia 35 tahun adalah rata-rata usia responden dalam penelitian ini dan berdasarkan jenis kelamin didapatkan hasil bahwa responden terbanyak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 30 orang (66,7%). Berdasarkan tabel 2. Responden dengan durasi kerja baik adalah 23 orang dan durasi kerja buruk adalah 22 orang dan Tingkat Kelelahan kerja ada pada kategori, kurang lelah terdiri dari 4 orang (8,9%), lelah terdiri dari 21 orang (46,7%) dan sangat lelah terdiri dari 20 orang (44,45%).

Durasi kerja sangat berkaitan dengan kondisi fisik tubuh pekerja, Kurangnya pengawasan dan manajemen jam kerja di sektor informal menyebabkan pekerja rentan terhadap penyakit akibat kerja. Pekerja di sektor informal sering bekerja melebihi batas waktu yang diizinkan, yaitu lebih dari 8 jam per hari, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mereka [7]. Orang

yang bekerja lebih dari 8 jam dalam sehari cenderung lebih cepat merasa kelelahan, yang dapat menyebabkan penurunan konsentrasi dan kualitas hasil kerjanya. Sebaliknya, pekerja dengan durasi kerja kurang dari 8 jam per hari. Durasi kerja yang lama meningkat risiko kelelahan kerja, yang dapat memicu dampak negatif bagi pekerja. Masa kerja yang terlalu panjang dianggap tidak efisien karena dapat mengurangi produktivitas dan meningkatkan kemungkinan munculnya masalah kelelahan [8].

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan kuesioner KAUPK2, tingkat kelelahan kerja responden terbagi dalam beberapa kategori, yaitu kategori kurang lelah sebanyak 4 orang (8,9%), kategori lelah sebanyak 21 orang (46,7%), dan kategori sangat lelah sebanyak 20 orang (44,4%). Kelelahan kerja merupakan reaksi tubuh terhadap tekanan psikososial yang terjadi dalam jangka waktu tertentu. Kelelahan ini tidak hanya mencakup aspek fisik dan psikis, tetapi juga berhubungan erat dengan penurunan kemampuan fisik, munculnya rasa lelah yang berkepanjangan, menurunnya motivasi, serta berkurangnya produktivitas kerja. Kelelahan kerja merupakan masalah umum di berbagai sektor pekerjaan yang dapat mengurangi efektivitas kerja. Kelelahan yang terjadi akibat durasi kerja panjang berpotensi menyebabkan gangguan kesehatan, penyakit, serta kecelakaan kerja. Kondisi kelelahan yang menimpa pikiran dan tubuh dapat menyebabkan seseorang kehilangan kekuatan ototnya [8]. Hal ini didukung dengan hasil penelitian oleh [9] menegaskan bahwa kurang tidur berdampak pada turunnya konsentrasi dan daya ingat, sedangkan penelitian [10] menunjukkan bahwa kondisi lingkungan

yang buruk berkontribusi terhadap kelelahan pada pekerja lapangan. Dengan demikian, meskipun keluhan fisik relatif jarang muncul, kombinasi antara beban mental, kondisi kerja, dan kurangnya istirahat membuat kelelahan kognitif lebih dominan dialami pedagang kaki lima di kawasan Stadion Maguwoharjo.

Berdasarkan hasil uji korelasi antara durasi kerja dengan kelelahan kerja pada pedagang kaki lima didapatkan nilai signifikansi 0,021 yang berarti $p < 0,05$. Durasi kerja dengan kategori baik atau sesuai jam kerja tetapi masih terdapat pekerja yang merasa lelah dan sangat lelah karena kelelahan dipengaruhi oleh beban kerja yang berat, kondisi kerja yang tidak memadai serta faktor kesehatan dan waktu istirahat yang kurang serta pedagang kaki lima masih memiliki aktivitas yang berat sebelum dan sesudah berjualan. Menurut [11] penelitian ini menegaskan bahwa aktivitas pendukung di luar proses jual beli, seperti persiapan barang dan pengangkutan peralatan, turut memberikan kontribusi pada peningkatan kelelahan fisik pedagang. Lebih lanjut, menurut [9] dijelaskan bahwa pedagang dengan beban kerja fisik yang lebih berat cenderung mengalami kelelahan yang lebih tinggi, karena tuntutan pekerjaan yang memerlukan tenaga fisik sekaligus konsentrasi mental dalam jangka waktu yang panjang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Handayani dan Ratnasari (2023), Posisi et al. (2025), serta Fitriana (2023) yang menyatakan bahwa durasi kerja memang memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kelelahan, tetapi faktor usia, beban kerja, serta kondisi lingkungan juga berperan penting.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan tingkat kelelahan kerja pada Pedagang Makanan Kaki Lima Kopdar di Stadion Maguwoharjo dengan nilai signifikansi 0,021.
2. Durasi Kerja Pedagang Makanan Kaki Lima di Stadion Maguwoharjo ada pada Kategori baik sebanyak 23 orang (51,1%) dan Kategori buruk sebanyak 22 orang (48,9%)
3. Tingkat kelelahan kerja pada pedagang makanan kaki lima ada pada kategori, kurang lelah yang terdiri dari 4 orang (8,9%), lelah yang terdiri dari 21 orang (46,7%) dan sangat lelah yang terdiri dari 20 orang (44,45%)

SARAN

1. Bagi Responden
Sebaiknya diberlakukan jam kerja tidak lebih dari 8 jam
2. Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta
Menjalin kerjasama dengan Dinas Kesehatan, Dinas Tenaga Kerja, dan pemerintah daerah untuk mengembangkan program kesehatan kerja yang komperhensif bagi pekerja sektor informal.
3. Bagi Peneliti Lain
Bagi peneliti selanjutnya diharapkan agar dapat menggali atau mengembangkan faktor-faktor lain seperti stress kerja, beban kerja mental.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam pelaksanaan penelitian ini, khususnya kepada Dosen Pembimbing yang sudah memberi arahan, masukan dan bimbingan yang sangat berarti. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada seluruh pengurus Kopdar di Stadion Maguwoharjo yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melaksanakan penelitian ini, serta teman, adik dan kakak yang telah membantu dalam proses pengambilan data.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Wikipedia, "Sektor informal." Accessed: Mar. 20, 2025. [Online]. Available: https://id.wikipedia.org/wiki/Sektor_informal
- [2] P. A. Handayani and Ratnasari, "Hubungan Durasi Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pedagang di Pasar Karangayu Kota Semarang," *Prof. Heal. J.*, vol. 5, no. 1sp, pp. 243–249, 2023, doi: 10.54832/phj.v5i1sp.588.
- [3] A. Fitriani, Ekawati, and I. Wahyuni, "Hubungan Durasi Kerja, Beban Kerja Fisik, dan Kelelahan Kerja Terhadap Terjadinya Kejadian Minor Injury pada Pabrik Tahu X Kota Semarang," *Kesehat. Masy.*, vol. 9, no. 1, pp. 32–37, 2021, [Online]. Available: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/28514>
- [4] Manurung et al, "Analisis Pengaruh Shift Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pelaksanaan Proyek Konstruksi," *Semin. Nas. Rekayasa, Sains dan Teknol.*, vol. 4, no. 1, pp. 58–62, 2024, [Online]. Available: Article Text-2913-1-10-20240812
- [5] E. N. Pabumbun, S. S. Russeng, and M. Muis, "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Pt. Maruki International Indonesia," *Hasanuddin J. Public Heal.*, vol. 3, no. 1, pp. 90–98, 2022, doi: 10.30597/hjph.v3i1.21595.
- [6] N. Santriyana, E. Dwimawati, and R. Listyandini, "Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pembuat Bolu Talas Kujang di Home Industry Kelurahan Bubulak Tahun 2022," *Promotor*, vol. 6, no. 4, pp. 402–409, 2023, doi: 10.32832/pro.v6i4.273.
- [7] M. T. Anggraini, "Hubungan Beban Kerja Fisik dan Durasi Kerja dengan Kejadian Heat Strain Pada Pekerja Industri Kerupuk," *J. Ilm. Kesehat.*, vol. 21, no. 2, pp. 65–71, 2022, doi: 10.33221/jikes.v21i2.1706.
- [8] N. P. Fortuna Masayuki, I. Pramita, and L. P. A. Vitalistyawati, "Hubungan Sikap Kerja Duduk Dan Durasi Kerja Terhadap Keluhan Musculoskeletal Pada Pedagang," *J. Ilm. Fisioter.*, vol. 5, no. 01, pp. 8–14, 2022, doi: 10.36341/jif.v5i01.2262.
- [9] Ulfa & Tualeka, "Hubungan antara Beban Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Pedagang Sayur di Pasar Kota Baru Bojonegoro," *Media Gizi Kesmas*, vol. 12, no. 2, pp. 906–913, 2023, [Online]. Available: <https://doi.org/10.20473/>
- [10] S. Adi Rakhmawan, "Digital Transformation of Informal Workers in the New Normal Era: 'Can It Be the Solution We Are Searching For?,'" *East Java Econ. J.*, vol. 6, no. 2, pp. 182–207, 2022, doi: 10.53572/ejavec.v6i2.87.
- [11] Nugraha Steffani, "Hubungan Karakteristik Individu, Lama Tidur, Dan Beban Kerja Fisik Dengan Kelelahan Kerja Pada Pedagang Kaki Lima Di Kota Yogyakarta," Universitas Diponegoro, 2023. [Online]. Available: https://eprints2.undip.ac.id/13616/1/REPO_STEFFANI.pdf