

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PETUGAS SPBU DI KECAMATAN SUKAJADI PEKANBARU 2026

Suci Oktavia Ramadhani¹, Roza Asnel²

^{1,2}Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email: suci.rmdhani14@gmail.com¹, rozaasneldesis@gmail.com²

ABSTRAK

Kelelahan kerja merupakan salah satu masalah kesehatan kerja yang dapat menurunkan produktivitas, konsentrasi, serta meningkatkan risiko kecelakaan kerja.. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru sebanyak 50 orang dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat serta bivariat menggunakan uji Chi-Square dan Fisher's Exact Test pada tingkat kepercayaan 95%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 41 responden (82,0%) mengalami kelelahan kerja. Analisis bivariat menunjukkan bahwa durasi kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja berdasarkan uji Fisher's Exact Test ($p=0,007$; $OR=9,545$; 95% $CI=1,715-53,127$). Sementara itu, status gizi ($p=0,094$), shift kerja ($p=0,069$), dan masa kerja ($p=0,138$) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja. Disimpulkan bahwa durasi kerja merupakan faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru. Disarankan kepada pihak SPBU untuk mengatur durasi kerja sesuai ketentuan, memberikan waktu istirahat yang cukup, serta menerapkan program pencegahan kelelahan kerja guna meningkatkan kesehatan dan keselamatan pekerja.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Durasi Kerja, Shift Kerja, Masa Kerja, Status Gizi.

ABSTRACT

Work fatigue is one of the occupational health problems that can reduce productivity, concentration, and increase the risk of workplace accidents. Gas station attendants are at high risk of experiencing work fatigue due to shift work, prolonged standing, and continuous customer service activities. This study aimed to determine the factors associated with work fatigue among gas station attendants in Sukajadi District, Pekanbaru. This research employed a quantitative study with a cross-sectional design. The study population consisted of all 50 gas station attendants in Sukajadi District, selected using the total sampling technique. Data were collected using questionnaires and analyzed through univariate and bivariate analyses using the Chi-Square and Fisher's Exact Test at a 95% confidence level. The results showed that 41 respondents (82.0%) experienced work fatigue. Bivariate analysis revealed that working duration was significantly associated with work fatigue based on Fisher's Exact Test ($p=0.007$; $OR=9.545$; 95% $CI=1.715-53.127$). Meanwhile, nutritional status ($p=0.094$), work shift ($p=0.069$), and length of employment ($p=0.138$) were not significantly associated with work fatigue. It can be concluded that working duration is the factor associated with work fatigue among gas station attendants in Sukajadi District, Pekanbaru. It is recommended that gas station management regulate working hours according to labor standards, provide adequate rest periods, and implement work fatigue prevention programs to improve workers' health and safety.

Keywords: Work Fatigue, Working Duration, Work Shift, Length Of Employment, Nutritional Status, Gas Station Attendants.

PENDAHULUAN

Kelelahan kerja merupakan salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat terjadi akibat aktivitas pekerjaan yang dilakukan secara terus-menerus. Kelelahan tidak hanya ditandai dengan rasa lelah secara fisik, tetapi juga dapat memengaruhi konsentrasi, kemampuan berpikir, dan produktivitas pekerja. Apabila tidak ditangani dengan baik, kelelahan dapat meningkatkan risiko terjadinya kesalahan dan kecelakaan kerja. Oleh karena itu, kelelahan kerja menjadi salah satu aspek penting yang perlu diperhatikan dalam upaya menjaga kesehatan dan keselamatan pekerja.

Petugas Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum (SPBU) merupakan salah satu kelompok pekerja yang memiliki risiko mengalami kelelahan kerja. Petugas SPBU melakukan aktivitas pelayanan kepada konsumen secara berulang, bekerja dalam posisi berdiri, serta membutuhkan konsentrasi selama proses pengisian bahan bakar. Selain itu, petugas SPBU juga bekerja dengan sistem pembagian shift. Kondisi tersebut dapat menimbulkan beban fisik maupun mental yang berpotensi menyebabkan kelelahan selama bekerja. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menilai beberapa gejala kelelahan, seperti merasa berat pada bagian kepala dan kaki, sulit berkonsentrasi, mudah melupakan sesuatu, sering menguap, serta merasa lelah pada tubuh.

Kelelahan kerja dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor individu maupun faktor pekerjaan. Dalam penelitian ini, faktor yang dianalisis meliputi status gizi, durasi kerja, shift kerja, dan masa kerja. Status gizi berkaitan dengan kondisi tubuh dan kemampuan seseorang dalam melakukan aktivitas. Durasi kerja berkaitan dengan lamanya pekerja melakukan aktivitas sehingga semakin panjang waktu kerja tanpa pemulihan yang cukup dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya kelelahan. Sementara itu, shift kerja dan masa kerja juga dapat memengaruhi kondisi pekerja melalui perubahan waktu kerja serta lamanya paparan terhadap tuntutan pekerjaan.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kelelahan kerja cukup banyak ditemukan pada pekerja SPBU. Gusti et al. (2023) melaporkan bahwa 59,5% petugas SPBU mengalami kelelahan kerja berat dan menemukan adanya hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa kelelahan kerja merupakan permasalahan yang cukup banyak dialami oleh pekerja pada pekerjaan yang memiliki tuntutan fisik dan aktivitas berulang. Perbedaan karakteristik pekerja, kondisi lingkungan, sistem kerja, serta beban pekerjaan dapat menyebabkan hasil penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan kelelahan menjadi berbeda.

Menurut Prima & Laia Alpin (2023) Hasil penelitian menunjukkan bahwa waktu kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja ($p = 0,001$). Sebagian besar responden bekerja selama ≥ 8 jam (75%), dan sebanyak 75% di antaranya mengalami kelelahan kerja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin panjang durasi kerja, maka semakin besar pula risiko kelelahan yang dialami oleh operator SPBU.

Kecamatan Sukajadi Pekanbaru dipilih sebagai lokasi penelitian karena terdapat beberapa SPBU dengan petugas yang menjalankan aktivitas pelayanan secara rutin dengan pembagian waktu kerja. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kondisi kelelahan

kerja serta faktor yang berkaitan dengannya sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi pengelola SPBU dalam melakukan upaya pencegahan kelelahan dan meningkatkan kesehatan serta keselamatan kerja petugas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional. Penelitian dilakukan pada petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026. Desain cross-sectional digunakan karena pengukuran variabel independen dan variabel dependen dilakukan pada waktu yang sama.

Populasi penelitian adalah seluruh petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru yang berjumlah 50 orang. Karena jumlah populasi relatif terbatas, seluruh anggota populasi dijadikan sebagai responden sehingga jumlah sampel penelitian adalah 50 orang dengan teknik total sampling.

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner yang diadopsi dari penelitian sebelumnya, yaitu Al-Ihsan (2023) dan Darmawan (2019). Kelelahan kerja diukur berdasarkan kuesioner gejala kelelahan, sedangkan variabel independen meliputi status gizi, durasi kerja, shift kerja, dan masa kerja.

Status gizi dikategorikan menjadi normal dan tidak normal. Durasi kerja dikategorikan menjadi berisiko apabila bekerja lebih dari 8 jam per hari dan tidak berisiko apabila bekerja sampai dengan 8 jam per hari. Shift kerja dikategorikan menjadi shift pagi dan shift sore, sedangkan masa kerja dikategorikan menjadi lebih dari 5 tahun dan kurang dari 5 tahun.

Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan kelelahan kerja menggunakan uji Chi-Square. Apabila terdapat sel dengan expected count kurang dari 5 sehingga asumsi Chi-Square tidak terpenuhi, maka digunakan Fisher's Exact Test. Tingkat kemaknaan yang digunakan adalah $\alpha=0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan pada bulan Oktober 2025 mengenai “Faktor-faktor Yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Petugas SPBU Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru 2026”. Penelitian ini berlokasi di semua SPBU Di Kecamatan Sukajadi. Dengan sampel penelitian sebanyak 50 Responden. Hasil yang diperoleh Adalah sebagai berikut.

A. Uji Univariat

1. Kelelahan Kerja

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja Pada Petugas SPBU Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Kelelahan Kerja	Frekuensi	Persentase(%)
Lelah	41	82,0
Tidak Lelah	9	18,0

Total	50	100
--------------	-----------	------------

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan hasil analisis terhadap 50 responden, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja yaitu sebanyak 41 orang (82,0%),

2. Status Gizi

Tabel 4.2.
**Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Petugas SPBU Di Kecamatan Sukajadi
Pekanbaru Tahun 2026**

Status Gizi	Frekuensi	Persentase(%)
Tidak Normal	14	28,0
Normal	36	72,0
Total	50	100

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 50 responden petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 36 orang (72%).

3. Durasi Kerja

Tabel 4.3
**Distribusi Frekuensi Durasi Kerja Pada Petugas SPBU Di Kecamatan Sukajadi
Pekanbaru Tahun 2026**

Durasi Kerja	Frekuensi	Persentase(%)
> 8 jam	32	64,0
≤ 8 jam	18	36,0
Total	50	100

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki durasi kerja lebih dari 8 jam yaitu sebanyak 32 orang (64%).

4. Shift Kerja

Tabel 4.4
**Distribusi Frekuensi Shift Kerja Pada Petugas SPBU Di Kecamatan Sukajadi
Pekanbaru Tahun 2026**

Shift Kerja	Frekuensi	Persentase(%)
Sore	26	52,0
Pagi	24	48,0
Total	50	100

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden yang bekerja pada shift sore sebanyak 26 orang (52%).

5. Masa Kerja

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Masa Kerja Pada Petugas SPBU Di Kecamatan Sukajadi
Pekanbaru Tahun 2026

Masa Kerja	Frekuensi	Persentase(%)
> 5 tahun	25	50,0
< 5 tahun	25	50,0
Total	50	100

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa jumlah responden berdasarkan masa kerja memiliki jumlah yang sama, yaitu responden dengan masa kerja > 5 tahun sebanyak 25 orang (50%) dan responden dengan masa kerja <5 tahun sebanyak 25 orang (50%).

B. Analisis Bivariat

1. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Tabel 4.6
Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi
Pekanbaru Tahun 2026

Status Gizi	Kelelahan Kerja		p-value
	Lelah n (%)	Tidak Lelah n (%)	
Tidak Normal	32 (88,9)	4 (11,1)	0,094
Normal	9 (64,3)	5 (35,7)	
Total	41 (82,0)	9 (18,0)	

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan Tabel 4.6 diketahui bahwa dari 14 responden dengan status gizi normal, sebanyak 9 responden (64,3%) mengalami kelelahan kerja dan 5 responden (35,7%) tidak mengalami kelelahan kerja. Sementara itu, dari 36 responden dengan status gizi tidak normal, sebanyak 32 responden (88,9%) mengalami kelelahan kerja dan 4 responden (11,1%) tidak mengalami kelelahan kerja. Terdapat 1 sel (25%) dengan expected count kurang dari 5, asumsi uji Chi-Square tidak sepenuhnya terpenuhi. Oleh karena itu, hasil Fisher's Exact Test menjadi acuan, dengan nilai $p = 0,094$ ($>0,05$). Berdasarkan hasil Fisher's Exact Test dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kelelahan kerja. Nilai $OR = 0,225$ (95% CI: 0,050–1,017) menunjukkan bahwa responden dengan status gizi normal memiliki peluang mengalami kelelahan kerja sebesar 0,225 kali dibandingkan responden dengan status gizi tidak normal.

2. Hubungan Durasi Kerja dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Tabel 4.7

Hubungan Durasi Kerja dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Durasi Kerja	Kelelahan Kerja		p-value	OR (95% CI)
	Lelah n (%)	Tidak Lelah n (%)		
>8 jam	30 (93,8)	2 (6,3)	0,004	9,545 (1,715–
≤8 jam	11 (61,1)	7 (38,9)		
Total	7 (14,0)	43 (86,0)		53,127)

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan Tabel 4.7 diketahui bahwa dari 32 responden yang bekerja lebih dari 8 jam, sebanyak 30 responden (93,8%) mengalami kelelahan kerja. Sedangkan pada responden yang bekerja kurang dari 8 jam, sebanyak 11 responden (61,1%) mengalami kelelahan kerja.

Hasil uji Pearson Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,004$ ($<0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja. Nilai OR = 9,545 (95% CI: 1,715–53,127) menunjukkan bahwa responden yang bekerja lebih dari 8 jam memiliki peluang sekitar 10 kali lebih besar mengalami kelelahan kerja dibandingkan responden yang bekerja kurang dari 8 jam. Meskipun terdapat 1 sel (25%) dengan expected count kurang dari 5, hasil Fisher's Exact Test menunjukkan nilai $p = 0,007$ ($<0,05$). Oleh karena itu, baik berdasarkan Pearson Chi-Square maupun Fisher's Exact Test, terdapat hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan kelelahan kerja.

3. Hubungan Shift Kerja dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Tabel 4.8

Hubungan Shift Kerja dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Shift Kerja	Kelelahan Kerja		p-value
	Lelah n (%)	Tidak Lelah n (%)	
Sore	24 (92,3)	2 (7,7)	0,069
Pagi	17 (70,8)	7 (29,2)	
Total	41 (82,0)	9 (18,0)	

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan Tabel 4.8 diketahui bahwa responden yang bekerja pada shift sore lebih banyak mengalami kelelahan kerja (92,3%) dibandingkan responden yang bekerja pada shift pagi (70,8%). Hasil pada Tabel 4.8 terdapat 2 sel (50%) dengan expected count kurang dari 5, asumsi uji Chi-Square tidak terpenuhi sehingga interpretasi sebaiknya menggunakan Fisher's Exact Test. Hasil Fisher's Exact Test menunjukkan nilai $p = 0,069$ ($>0,05$), sehingga tidak

terdapat hubungan yang signifikan antara shift kerja dengan kelelahan kerja. Nilai OR = 4,941 (95% CI: 0,912–26,774) menunjukkan bahwa responden yang bekerja pada shift sore memiliki peluang sekitar 5 kali lebih besar mengalami kelelahan kerja dibandingkan responden yang bekerja pada shift pagi.

4. Hubungan Masa Kerja dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Tabel 4.9. Hubungan Masa dengan Kejadian Kelelahan Kerja Di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026

Masa Kerja	Kelelahan Kerja		p-value
	Lelah n (%)	Tidak Lelah n (%)	
>5 tahun	18 (72,0)	7 (28,0)	0,138
<5 tahun	23 (92,0)	2 (8,0)	
Total	41 (82,0)	9 (18,0)	

(Sumber: Analisis Data Primer Tahun 2026)

Berdasarkan Tabel 4.9 diketahui bahwa proporsi responden yang mengalami kelelahan kerja lebih tinggi pada kelompok masa kerja kurang dari 5 tahun (92,0%) dibandingkan kelompok masa kerja lebih dari 5 tahun (72,0%). Hasil uji Pearson Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,066$ ($>0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja. Nilai OR = 0,224 (95% CI: 0,041–1,210) menunjukkan bahwa responden dengan masa kerja lebih dari 5 tahun memiliki peluang mengalami kelelahan kerja sebesar 0,224 kali dibandingkan responden dengan masa kerja kurang dari 5 tahun. Karena terdapat 2 sel (50%) dengan expected count kurang dari 5, hasil Fisher's Exact Test perlu diperhatikan. Nilai Fisher's Exact Test adalah $p = 0,138$ ($>0,05$), sehingga memperkuat kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar petugas SPBU mengalami kelelahan kerja, yaitu 41 orang (82,0%). Tingginya proporsi kelelahan dapat berkaitan dengan karakteristik pekerjaan petugas SPBU yang dilakukan secara berulang, membutuhkan konsentrasi, melibatkan posisi berdiri, serta pelayanan konsumen secara terus-menerus. Kondisi tersebut dapat menyebabkan penggunaan energi fisik dan mental yang cukup besar selama bekerja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status gizi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja ($p=0,094$). Walaupun pekerja dengan status gizi normal maupun tidak normal sama-sama dapat mengalami kelelahan, status gizi bukan menjadi faktor utama dalam penelitian ini. Pekerja dengan status gizi normal tetap dapat mengalami kelelahan apabila memiliki durasi kerja panjang, aktivitas fisik tinggi, atau waktu istirahat yang kurang. Hasil ini berbeda dengan Gusti et al. (2023) yang menemukan adanya hubungan antara status gizi dengan

kelelahan kerja pada petugas SPBU. Perbedaan tersebut dapat disebabkan oleh karakteristik responden, distribusi status gizi, aktivitas fisik, dan kondisi lingkungan kerja yang berbeda.

Berbeda dengan status gizi, durasi kerja menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja. Sebanyak 93,8% responden yang bekerja lebih dari 8 jam mengalami kelelahan, sedangkan pada kelompok yang bekerja sampai dengan 8 jam, proporsi kelelahan sebesar 61,1%. Hasil Fisher's Exact Test menunjukkan $p=0,007$ dan $OR=9,545$. Hal ini menunjukkan bahwa durasi kerja yang panjang merupakan faktor penting yang berhubungan dengan kelelahan kerja.

Lamanya durasi kerja dapat meningkatkan penggunaan energi dan mengurangi kesempatan tubuh untuk melakukan pemulihan. Pada petugas SPBU, efek tersebut dapat semakin besar karena pekerjaan dilakukan dengan aktivitas berdiri, gerakan berulang, dan tuntutan konsentrasi dalam melayani konsumen. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Prima dan Laia Alpin (2023) yang menunjukkan adanya hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan kerja pada operator SPBU.

Pada variabel shift kerja, ditemukan bahwa 92,3% responden pada shift sore mengalami kelelahan, sedangkan pada shift pagi sebesar 70,8%. Namun, hasil Fisher's Exact Test menunjukkan $p=0,069$ sehingga hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Nilai $OR=4,941$ menunjukkan adanya kecenderungan risiko lebih tinggi pada shift sore, tetapi interval kepercayaan 95% sebesar 0,912–26,774 masih mencakup angka 1. Oleh karena itu, hasil tersebut belum cukup untuk menyatakan adanya hubungan yang signifikan.

Tidak ditemukannya hubungan signifikan antara shift kerja dan kelelahan kemungkinan dipengaruhi oleh jumlah responden yang relatif terbatas serta adanya faktor lain yang tidak dianalisis, seperti kualitas tidur, beban kerja, kondisi lingkungan, dan waktu istirahat.

Selanjutnya, masa kerja juga tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja. Proporsi kelelahan justru lebih tinggi pada responden dengan masa kerja kurang dari 5 tahun (92,0%) dibandingkan responden dengan masa kerja lebih dari 5 tahun (72,0%). Fisher's Exact Test menunjukkan $p=0,138$ ($>0,05$). Kondisi ini menunjukkan bahwa lamanya seseorang bekerja tidak selalu menentukan terjadinya kelelahan. Pekerja dengan masa kerja lebih lama kemungkinan telah memiliki pengalaman dan kemampuan beradaptasi terhadap tuntutan pekerjaan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor pekerjaan berupa durasi kerja lebih menonjol dibandingkan status gizi, shift kerja, dan masa kerja dalam kaitannya dengan kelelahan kerja pada petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 50 petugas SPBU di Kecamatan Sukajadi Pekanbaru Tahun 2026, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja, yaitu sebanyak 41 orang (82,0%). Hasil analisis menunjukkan bahwa durasi kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja dengan nilai Fisher's Exact Test $p=0,007$, $OR=9,545$, dan 95% CI=1,715–53,127. Responden yang bekerja lebih dari 8 jam memiliki peluang sekitar 9,5 kali mengalami kelelahan dibandingkan responden yang bekerja sampai dengan 8 jam. Sementara itu, status gizi ($p=0,094$), shift kerja ($p=0,069$), dan masa kerja ($p=0,138$) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja. Dengan

demikian, durasi kerja merupakan faktor yang paling berkaitan dengan kejadian kelelahan kerja dalam penelitian ini.

Pihak pengelola SPBU disarankan untuk mengatur durasi kerja sesuai ketentuan, memberikan waktu istirahat yang cukup, melakukan pengaturan beban kerja, serta menerapkan upaya pencegahan kelelahan kerja. Pekerja juga diharapkan memanfaatkan waktu istirahat secara optimal dan memperhatikan kondisi tubuh selama bekerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Aditama, W., & Fahira, M. (2024). Relevance Between Standing Period and Working Fatigue on Simpang Jam Gas Station Operator in Banda Aceh, Indonesia. *Clinical Medicine And Health Research Journal*, 4(1), 761–764. <https://doi.org/10.18535/cmhrj.v4i1.303>
- AL-IHSAN, A. D. (2023). *Pengaruh shift kerja dan beban kerja terhadap kelelahan kerja di rsud blambangan banyuwangi*.
- Anggerika. (2019). *HUBUNGAN MASA KERJA DAN SHIFT KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA PADA OPERATOR SPBU DI KECAMATAN MANTIKULORE*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/bjwav>
- Boekoesoe, L., Prasetya, E., Gyardani Samani, G., Fikar Ahmad, Z., Surya Indah Nurdin, S., Kesehatan Masyarakat, J., Olahraga dan Kesehatan, F., Negeri Gorontalo, U., Kebidanan, J., Ilmu Kesehatan, F., & Muhammadiyah Gorontalo, U. (2023). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Dengan Metode Fatigue Assessment Scale (Fas) Pada Pekerja Konstruksi. *Jambura Journal of Epidemiology*, 2(1), 27–36. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jje/article/view/21842>
- DARMAWAN, A. (2019). *PENGARUH SHIFT KERJA TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN DI BAGIAN GUDANG PT. TIRTA UTAMA ABADI DEPO METRO KOTA BANDUNG TAHUN 2019 BAGIAN GUDANG PT. TIRTA UTAMA ABADI DEPO METRO KOTA BANDUNG TAHUN 2019*.
- Demak, A. K. (2018). *HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KELELAHAN KERJA PADA OPERATOR SPBU DI KABUPATEN BOLAANG MONGONDOW UTARA*.
- Eka Nur Aisyah & Sarinah Basri K. (2018). *Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Di SPBE Indramayu*. 3(1), 8–12.
- Faiz, N. (2014). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Operator Spbu Di Kecamatan Ciputat Tahun 2014*.
- Farihatin, A., Subandriani, D. N., & Setiadi, Y. (2022). *Hubungan Status Gizi, Beban Kerja, Asupan Energi Dan Zat Gizi Makronutrien Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Produksi*. 10(2).
- Gusdalia, I., Hasnah, F., & Irfan, A. (2026). *Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan Determinan Kelelahan Kerja Pada Operator SPBU Di Kecamatan Padang Utara Tahun 2025*. 4, 7–13.
- Gusti, A., Anggraini, D., & Anshari, L. H. (2023). Factors Associated with Subjective Work Fatigue in Gas Station Pump Attendants. *International Journal of Medical Science and Clinical Research Studies*, 03(11), 2558–2563. <https://doi.org/10.47191/ijmscrs/v3-i11-02>

- Hartono, A. (2006). *Terapi Gizi dan Diet Rumah Sakit Ed. 2*. Egcc.
<https://books.google.co.id/books?id=7MPTur8qDZgC>
- Ibrahim, M. M., & Ardi, S. Z. (2022). *Hubungan sikap kerja berdiri dan shift kerja dengan perasaan kelelahan pada petugas operator SPBU*. 6(1), 1–5.
- ILO. (2018). *International Labor Organization* (L. A. Schintler & C. L. McNeely (eds.); pp. 586–589). Springer International Publishing. https://doi.org/10.1007/978-3-319-32010-6_118
- Indah, N., & Fitriana, M. (2023). *Hubungan Durasi Kerja dan Usia Pekerja dengan Perasaan Kelelahan Kerja*. 2(2), 53–61.
- Kamase, M. K., Afni, N., & Andri, M. (2019). *Hubungan masa kerja dan shift kerja pada operator spbu di kecamatan palu selatan*. 125.
- Kemenkes, R. (2021). Pedoman dan Standar Etik. In *The Indonesian Journal of Health Science* (Vol. 10, Issue 1).
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Riskesdas Nasional. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156).
[https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf](https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/1/Laporan_Riskesdas_2018_Nasional.pdf)
- Kementerian Kesehatan RI. (2025). *KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR HK.01.07/MENKES/509/2025 TENTANG PEDOMAN NASIONAL PELAYANAN KLINIS TATA LAKSANA OBESITAS DEWASA*. 1–76.
- Laia, A. P., Hartono, & Marlinang Isabella Silalahi. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Terhadap Pekerja Bagian Operator SPBU Di Kecamatan Percut Sei Tuan. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 9(2), 829–836.
- Lam, V. T. (2024). *Full Circle: Memoir of A Vietnamese-Canadian Librarian*. Austin Macauley Publishers. <https://books.google.co.id/books?id=ZS7uEAAQBAJ>
- Lating, Z., Sillehu, S., & Sumanjaya, S. M. S. (2021). Faktor Risiko Kelelahan Kerja Pada Pekerja Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum (SPBU) Di Kebun Cengkeh Tahun 2020. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 241.
<https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i3.9650>
- Lating, Z., & Sinta, W. (2022). *Dampak Kualitas Lingkungan Kerja dan Status Gizi pada Tenaga Pendidikan Perguruan Tinggi*. Penerbit NEM.
<https://books.google.co.id/books?id=s4FbEAAQBAJ>
- Magvira, P. (2022). 55-Article Text-343-1-10-20220906. 03(FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN KELELAHAN KERJA PADA PETUGAS POMPA SPBU KHATIB SULAIMAN DAN SPBU AIA PACAH DI KOTA PADANG), 75–85.
- Marsela G. Solang, Paul A. T. Kawatu, A. A. T. T. (2020). *hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada operator stasiun pengisian bahan bakar umum (spbu) yang ada di kota tomohon dan kota tondano*. 9(1), 127–132.
- Maurits, L. S. (2008). *Faktor dan penjadualan shift kerja*. 13(1), 18–22.
- Meivitama, S., Farapti, & Rachmah, Q. (2023). *HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN ASUPAN ZAT GIZI , STATUS HIDRASI , DAN KELELAHAN KERJA DENGAN PRODUKTIVITAS*. 18(1), 28–37.

- Nelwan, J. E., & Sumampouw, O. J. (2025). *Epidemiologi Kesehatan Kerja*. CV Eureka Media Aksara. <https://books.google.co.id/books?id=l9OcEQAAQBAJ>
- Putri Nurul Wulan, Taslim, M. R. (2026). *Hubungan umur dan masa kerja dengan stres kerja pada operator spbu*. 1(01), 38–48.
- Putri, S. A., Amalia, A., & Publisher, A. R. (2026). *Teori dan Aplikasi Kesehatan Kerja*. <https://books.google.co.id/books?id=LEbfEQAAQBAJ>
- Ridha Fadillah, R. P. M. (2025). *Penelitian Kuantitatif dalam Pendidikan*.
- Russeng, S. S., & Wahyuni, A. (2026). *Kelelahan Kerja pada Pekerja Sektor Konstruksi: Teori, Faktor, dan Strategi Pencegahan*. CV Eureka Media Aksara. <https://books.google.co.id/books?id=cYnCEQAAQBAJ>
- Siska Indah Sari, Nur Aini Hidayah K., S. S., & Riky, S.Si., M. S. (2021). *HUBUNGAN LAMA KERJA >3 TAHUN TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN (HB) PADA PETUGAS SPBU(STASIUN PENGISIAN BAHAN BAKAR UMUM) PANGKALAN BUN*. 5(2).
- Sutomo. (2000). *Studi tentang karakteristik dan permasalahan pekerja anak di Kotamadya Surakarta, tahun 1999: laporan penelitian*. Pusat Studi Kependudukan, Lembaga Penelitian, Universitas Sebelas Maret. <https://books.google.co.id/books?id=avoVAQAAMAAJ>
- Tarwaka, & Bakri, S. H. A. (2016). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. <http://shadibakri.uniba.ac.id/wp-content/uploads/2016/03/Buku-Ergonomi.pdf>
- Tri Agustina, A., Ali, S., Nur Supriadi, Y., & Maryam, S. (2023). Pengaruh Kelelahan Kerja, Keseimbangan Kehidupan Kerja, Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan Operator SPBU Pertamina 34-15312 Serpong. *Jurnal Ilmiah Metansi (Manajemen Dan Akuntansi)*, 6(2), 108–119. <https://doi.org/10.57093/metansi.v6i2.196>
- Utomo, A. M. (2013). *Ergonomi desain produk kriya*. Institut Seni Indonesia Denpasar, UPT. Penerbitan. <https://books.google.co.id/books?id=8jHbe5LLIAsC>
- Westfall, P. (2020). *Shiftwork Safety and Performance: A Manual for Managers and Trainers*. CRC Press. https://books.google.co.id/books?id=Hi_wDwAAQBAJ
- Yanti, P., & Bausad, A. A. P. (2025). *Hubungan Masa Kerja, Beban Kerja, dan Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja pada Pengrajin Batu Bata*.
- Yaumil Bay Thaifur, A. R., Failu, R., & Penelitian, A. (2024). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Petugas Kebersihan di Kota Baubau Factors Related to Work Fatigue in Cleaning Staff in Baubau City. *J Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(10), 3878–3886. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i10.6367>
- Zhanaz Tasya, MPPKI (September, 2018) 118-124 Vol. 1. No. 3. (2018). *Analisis Paparan Timbal (PB) Pada Petugas Stasiun Pengisian Bensin Umum (SPBU) CV. Arba di Kota Palu*. 1(3), 118–124.