



THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKER HEALTH (HEMOGLOBIN LEVELS AND BLOOD PRESSURE) AND WORK FATIGUE TOWARD WORKER PERFORMANCE AT PT. AKSAR SAPUTRA LINES

HUBUNGAN KESEHATAN PEKERJA (KADAR HEMOGLOBIN DAN TEKANAN DARAH) SERTA KELELAHAN KERJA TERHADAP KINERJA PEKERJA DI PT. AKSAR SAPUTRA LINES

Citra Rahmandani Pratiwi ¹⁾; Yusuf Sabilu ^{2*)}; Indah Ade Prianti ³⁾

¹⁾ citrasahmandanip@gmail.com, Universitas Halu Oleo

^{2*)} yusuf.sabilu@uho.ac.id, Universitas Halu Oleo

³⁾ indahadeprianti@gmail.com, Universitas Halu Oleo

^{*)} *Author Korespondensi*

Abstract

Worker health and fatigue levels are important factors in occupational safety and health that influence work performance and productivity, particularly among employees in the shipping industry. This study aimed to examine the relationship between workers' health conditions, as measured by hemoglobin levels and blood pressure, and work fatigue with employee performance at PT. Aksar Saputra Lines in 2026. This research employed an analytical observational design with a cross-sectional approach. A total of 50 respondents were included in the study using a total sampling technique. Data were collected using a standardized questionnaire that had passed validity and reliability testing, supported by direct measurements of respondents' hemoglobin levels and blood pressure. The independent variables in this study were hemoglobin levels, blood pressure, and work fatigue, while the dependent variable was employee performance. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the chi-square test at a significance level of 5%. The findings revealed significant relationships between hemoglobin levels ($p = 0.031$), blood pressure ($p = 0.012$), and work fatigue ($p = 0.001$) and employee performance. Employees with poorer health conditions and higher levels of fatigue tended to demonstrate lower work performance. Based on these findings, it can be concluded that workers' health conditions and fatigue levels are significantly associated with employee performance.

Keywords: Blood pressure; Hemoglobin; Work fatigue; Worker health; Worker performance

Abstrak

Kesehatan pekerja dan tingkat kelelahan merupakan faktor penting dalam upaya keselamatan dan kesehatan kerja yang turut memengaruhi kualitas kinerja serta produktivitas, khususnya pada tenaga kerja di sektor pelayaran. Penelitian ini bertujuan menelaah hubungan kondisi kesehatan pekerja yang dinilai berdasarkan kadar hemoglobin dan tekanan darah, serta tingkat kelelahan kerja terhadap kinerja karyawan di PT. Aksar Saputra Lines Tahun 2026. Studi ini menggunakan desain observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 50 responden dilibatkan sebagai sampel penelitian melalui teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas, serta didukung oleh pemeriksaan langsung kadar hemoglobin dan tekanan darah responden. Variabel independen dalam penelitian ini meliputi kadar hemoglobin, tekanan darah, dan kelelahan kerja, sedangkan variabel dependen adalah kinerja karyawan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat melalui menggunakan uji *chi-square* pada tingkat signifikansi 5%. Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin ($p=0,031$), tekanan darah ($p=0,012$), dan kelelahan kerja ($p=0,001$) melalui kinerja pekerja. Pekerja yang memiliki kondisi kesehatan kurang baik dan mengalami tingkat kelelahan yang lebih tinggi cenderung menunjukkan capaian kerja yang lebih rendah. Berdasarkan temuan tersebut, dapat disimpulkan bahwa kondisi kesehatan dan tingkat kelelahan kerja berkaitan erat melalui kinerja pekerja.

Kata Kunci: Hemoglobin; Kelelahan kerja; Kesehatan pekerja; Kinerja pekerja; Tekanan darah

PENDAHULUAN

Manajemen sumber daya manusia merupakan bidang manajemen yang mengatur dan mengembangkan tenaga kerja dalam organisasi. Sumber daya manusia berperan penting sebagai penggerak utama berbagai aktivitas perusahaan. Oleh sebab itu, tenaga kerja perlu



dikelola secara optimal agar sasaran dan target organisasi dapat tercapai melalui baik. Dalam lingkungan usaha, kualitas sumber daya manusia kerap dianggap sebagai indikator keberhasilan suatu perusahaan. Berlandaskan hal tersebut, perusahaan terus berupaya menaikkan kompetensi dan kinerja karyawan karena mereka merupakan aset strategis yang berperan langsung dalam mewujudkan tujuan organisasi. Di samping itu, evaluasi dan pemantauan terhadap hasil kerja pegawai dilakukan secara berkelanjutan guna menaikkan produktivitas serta mutu pekerjaan (Anggoro et al., 2023).

Kinerja adalah hasil kerja secara kualitas dan kuantitas yang di capai oleh seorang karyawan dalam melaksanakan tugasnya sesuai dengan tanggung jawab yang diberikan kepadanya. Kinerja seorang karyawan berorientasi untuk mencapai tujuan organisasi, dan kinerja yang dihasilkan juga sesuai dengan tanggung jawab masing masing karyawan. Perlunya peningkatan kinerja karyawan adalah dengan tujuan agar tugas yang dikerjakan dapat diselesaikan dengan sebaik mungkin. Maka dari itu sudah menjadi tanggung jawab organisasi untuk memahami dan mengawasi kinerja karyawan dalam melaksanakan tugasnya agar kinerja dapat ditingkatkan dan saling memahami tugas dan fungsi dari setiap karyawan dapat berjalan dengan baik (Trifena et al., 2023)

Kinerja karyawan yang tinggi merupakan salah satu faktor utama yang mendukung perkembangan dan keberlangsungan perusahaan. Dalam upaya mencapai sasaran yang telah ditetapkan, perusahaan tidak cukup hanya berorientasi pada hasil kerja, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi dan kesejahteraan tenaga kerja agar tercipta loyalitas serta keterikatan yang kuat terhadap organisasi. Pengelolaan sumber daya manusia yang efektif dapat memberikan dampak positif bagi kemajuan perusahaan. Keberhasilan organisasi juga sangat ditentukan oleh kemampuan karyawan dalam menjalankan tugas secara optimal karena kontribusi mereka berhubungan langsung melalui produktivitas dan pencapaian target perusahaan (Pratama, 2024).

Berbagai faktor dapat memengaruhi kualitas kinerja karyawan, salah satunya adalah kelelahan kerja. Kelelahan merupakan respons alami tubuh yang muncul sebagai tanda bahwa kemampuan fisik maupun mental mulai menurun sehingga tubuh membutuhkan pemulihan melalui waktu istirahat yang cukup. Selain kelelahan, aspek Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) turut berpengaruh terhadap kualitas kerja tenaga kerja. Penerapan K3 yang baik mampu menciptakan suasana kerja yang aman, nyaman, dan kondusif, menaikkan kepuasan kerja, serta mendorong karyawan untuk bekerja lebih produktif karena merasa terlindungi saat melaksanakan pekerjaannya (Rachman, 2020).

Hemoglobin merupakan suatu protein tetramerik eritrosit yang mengikat molekul bukan protein, yaitu senyawa porfirin besi yang disebut heme. Hemoglobin mempunyai dua fungsi pengangkutan penting dalam tubuh manusia, yakni pengangkutan oksigen ke jaringan dan pengangkutan karbondioksida dan proton dari jaringan perifer ke organ respirasi. Nilai batas normal kadar Hb untuk wanita dewasa yaitu 12- 15 g/dL dan Pria dewasa 13-17 g/dL (Gunadi et al., 2020).

Tekanan darah adalah tekanan dari aliran darah dalam pembuluh nadi (arteri). Tekanan darah merupakan faktor yang sangat penting pada sistem sirkulasi. Tidak semua tekanan darah menyebabkan munculnya gangguan pada tekanan darah yakni dikenal dengan hipertensi atau tekanan darah tinggi dan hipotensi atau tekanan darah rendah (Fadlilah et al., 2020).

Normalnya tekanan darah seseorang berada pada kisaran sistolik 100-140 mmHg dan diastolik 60-90 mmHg, namun tekanan darah dapat bervariasi pada setiap orang bergantung pada faktor usia dan aktivitas yang dilakukan oleh setiap orang. Keadaan meningkatnya tekanan darah akan mengakibatkan jantung harus bekerja lebih keras untuk menyalurkan darah ke seluruh tubuh melalui pembuluh darah. Sehingga semakin tingginya tekanan darah seseorang, peluang orang tersebut menderita penyakit (Dewati et al., 2023).



Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kelelahan kerja menjadi salah satu faktor dominan yang memicu terjadinya kecelakaan kerja. Hampir setengah dari kasus kecelakaan kerja berkaitan melalui kondisi kelelahan yang dialami pekerja. Di Provinsi Sulawesi Tenggara, jumlah kecelakaan kerja menaik cukup tajam, dari 285 kasus pada tahun 2019 menjadi 2.487 kasus pada tahun 2021. Sementara itu, Kota Kendari mencatat sebanyak 930 kejadian kecelakaan kerja selama periode 2015–2020 (Passenggong et al., 2024).

Data dari International Labour Organization (ILO) mengungkapkan bahwa sekitar sepertiga pekerja di seluruh dunia mengalami kelelahan yang disebabkan oleh aktivitas pekerjaan. Selain itu, proporsi tenaga kerja yang mengalami kelelahan berat berkisar antara 18,3% hingga 27%, sedangkan prevalensi kelelahan pada sektor industri mencapai sekitar 45% (Wahyuddin et al., 2024).

Berlandaskan catatan BPJS Ketenagakerjaan, sepanjang tahun 2021 terjadi sekitar 147 ribu kasus kecelakaan kerja di Indonesia. Pada periode yang sama, Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia melaporkan rata-rata 414 kecelakaan kerja terjadi setiap hari, dan sekitar 27,8% di antaranya berkaitan melalui kelelahan kerja. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa tingkat keselamatan kerja di Indonesia masih tergolong rendah apabila dibandingkan melalui sejumlah negara lain. Dalam satu tahun tercatat 51.523 kecelakaan kerja yang dipengaruhi faktor kelelahan, terdiri atas 1.049 kasus kematian, 317 kasus cacat permanen total, dan 54.400 kasus cacat sebagian (Siregar et al., 2025).

PT. Aksar Saputra Lines adalah perusahaan yang berlokasi di Kota Kendari, Sulawesi Tenggara, dan bergerak dalam bidang jasa transportasi laut, meliputi pengelolaan operasional kapal serta layanan keagenan kapal. Karakteristik pekerjaan di perusahaan ini menuntut aktivitas fisik yang cukup tinggi sehingga menjadi lokasi yang relevan untuk meneliti kondisi kesehatan pekerja, tingkat kelelahan kerja, dan kinerja karyawan.

Berlandaskan hasil wawancara awal, diketahui bahwa 6 dari 8 pekerja yang diwawancarai mengalami penurunan kinerja. Dari jumlah tersebut, 2 pekerja mengalami penurunan performa yang berkaitan melalui kelelahan kerja, sedangkan 4 pekerja lainnya dipengaruhi oleh kombinasi kelelahan dan kondisi kesehatan yang kurang baik, seperti tekanan darah dan kadar hemoglobin (Hb) yang tidak berada pada rentang normal. Berlandaskan temuan tersebut, riset ini dilakukan untuk menganalisis hubungan kondisi kesehatan pekerja yang meliputi kadar hemoglobin (Hb), tekanan darah, serta tingkat kelelahan kerja melalui kinerja karyawan di PT. Aksar Saputra Lines.

METODE

Penelitian ini dilakukan di PT. Aksar Saputra Lines yang berada di Kota Kendari pada Maret hingga April 2026. Penelitian memanfaatkan metode observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional*. Seluruh pekerja kapal yang masih aktif bekerja di perusahaan tersebut, yaitu sebanyak 50 orang, dijadikan sebagai subjek penelitian. Variabel yang diteliti meliputi kesehatan pekerja (kadar hemoglobin dan tekanan darah), kelelahan kerja serta kinerja pekerja. Pengolahan data dimulai melalui analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta sebaran masing-masing variabel penelitian. Setelah itu, dilakukan analisis bivariat guna mengidentifikasi hubungan antara faktor-faktor yang diteliti melalui variabel yang menjadi hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden yaitu usia, jenis kelamin, kadar hemoglobin, tekanan darah, kelelahan kerja, dan kinerja pekerja disajikan pada tabel 1.



Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia (Tahun)	15–24	12	24.0
	25–44	30	60.0
	45–59	8	16.0
Jenis Kelamin	Laki-laki	50	100.0
	Perempuan	0	0.0
Kadar Hemoglobin	Tidak Normal	36	72.0
	Normal	14	28.0
Tekanan Darah	Tidak Normal	27	54.0
	Normal	23	46.0
Kelelahan Kerja	Mengalami Kelelahan	31	62.0
	Tidak Mengalami Kelelahan	19	38.0
Kinerja Pekerja	Kurang	33	66.0
	Baik	17	34.0
Total		50	100.0

Sumber: Data Primer, 2026.

Berdasarkan data pada Tabel 1, sebagian besar responden berada pada kelompok usia 25–44 tahun, yaitu sebanyak 30 orang (60,0%), merupakan usia yang sangat ideal sebagai pekerja pada pekerja di PT. Aksar Saputra Lines, karena perusahaan ini merupakan perusahaan transportasi kapal yang berlayar baik pada siang hari maupun malam hari. Responden berusia 15–24 tahun berjumlah 12 orang (24,0%), sedangkan kelompok usia 45–59 tahun sebanyak 8 orang (16,0%). Dari sisi jenis kelamin, seluruh responden merupakan laki-laki melalui jumlah 50 orang (100,0%). Hasil pemeriksaan kondisi kesehatan berlandaskan kadar hemoglobin menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kadar hemoglobin yang tidak berada dalam rentang normal, yaitu 36 orang (72,0%). Rinciannya, sebanyak 32 orang (64,0%) memiliki kadar Hb di bawah 13 g/dL dan 4 orang (8,0%) memiliki kadar Hb di atas 17 g/dL. Sementara itu, responden melalui kadar hemoglobin normal tercatat sebanyak 14 orang (28,0%). Berlandaskan hasil pengukuran tekanan darah, lebih dari setengah responden termasuk dalam kategori tekanan darah tidak normal, yaitu sebanyak 27 orang (54,0%), sedangkan 23 orang (46,0%) memiliki tekanan darah normal. Pada aspek kelelahan kerja, sebanyak 31 responden (62,0%) diketahui mengalami kelelahan, sementara 19 responden (38,0%) tidak mengalami kondisi tersebut. Adapun hasil penilaian kinerja menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki kinerja yang masih kurang optimal, yaitu sebanyak 33 orang (66,0%). Sebaliknya, responden yang menunjukkan kinerja baik berjumlah 17 orang (34,0%).

Hubungan Kesehatan Pekerja (Kadar Hemoglobin dan Tekanan Darah) Serta Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Pekerja Di PT. Aksar Saputra Lines

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat Antara Variabel Penelitian Kinerja Pekerja Di PT. Aksar Saputra Lines

Variabel	Kinerja Pekerja				Total		Nilai p-value
	Kurang		Baik		n	%	
	n	%	n	%			
Kadar Hemoglobin							
Tidak Normal	27	54.0	9	18.0	36	72.0	0.031
Normal	6	12.0	8	16.0	14	28.0	
Total	33	66.0	17	34.0	50	100	
Tekanan Darah							



Tidak Normal	22	44.0	5	10.0	27	54.0	0.012
Normal	11	22.0	12	24.0	23	46.0	
Total	33	66.0	17	34.0	50	100	
Kelelahan Kerja							
Mengalami kelelahan	26	52.0	5	10.0	31	62.0	0.001
Tidak Mengalami Kelelahan	7	14.0	12	24.0	19	38.0	
Total	33	66.0	17	34.0	50	100	

Sumber: Data Primer, 2026.

Hubungan Kesehatan Pekerja (Kadar Hemoglobin) Terhadap Kinerja Pekerja di PT. Aksar Saputra Lines

Kesehatan kerja merupakan serangkaian upaya yang bertujuan menjaga dan menaikkan derajat kesehatan pekerja secara menyeluruh, baik dari aspek fisik, mental, maupun sosial. Upaya tersebut mencakup tindakan pencegahan, pengawasan, dan penanggulangan berbagai masalah kesehatan yang dapat muncul akibat aktivitas kerja, kondisi lingkungan kerja, maupun penyakit yang tidak berhubungan langsung melalui pekerjaan (Hidayatullah & Tjahjawati, 2021).

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin melalui kinerja pekerja di PT. Aksar Saputra Lines, yang ditunjukkan oleh nilai *p-value* sebesar 0,031. Pekerja melalui kadar hemoglobin yang tidak berada pada kisaran normal lebih banyak ditemukan pada kelompok melalui kinerja kurang baik, yaitu sebesar 54,0%. Sementara itu, pekerja yang memiliki kadar hemoglobin normal dan termasuk dalam kategori kinerja kurang hanya mencapai 12,0%. Hasil ini menunjukkan bahwa kondisi kesehatan pekerja, khususnya kadar hemoglobin, berkaitan melalui kemampuan mereka dalam melaksanakan pekerjaan sehari-hari.

Temuan tersebut searah melalui penelitian Rahmilah dan Putri (2024) yang menyatakan bahwa kadar hemoglobin berpengaruh signifikan terhadap produktivitas kerja melalui nilai signifikansi 0,006 atau lebih kecil dari 0,05. Hasil tersebut mendukung temuan riset ini yang juga memperlihatkan adanya hubungan antara kondisi kesehatan tenaga kerja dan kinerja karyawan melalui nilai signifikansi $0,031 < 0,05$. Kadar hemoglobin yang berada di bawah maupun di atas batas normal dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain asupan gizi yang kurang memadai, kelelahan yang berlangsung terus-menerus, serta kurangnya waktu istirahat. Kondisi tersebut dapat mengurangi daya tahan fisik dan fungsi kognitif pekerja sehingga lebih mudah merasa lelah, kekurangan energi, serta mengalami penurunan konsentrasi yang akhirnya berdampak pada kualitas hasil kerja. Secara umum, berbagai penelitian menunjukkan bahwa kondisi kesehatan pekerja, terutama yang berkaitan melalui kadar hemoglobin, mempunyai peran penting dalam menentukan produktivitas dan performa kerja. Semakin menurun status kesehatan seseorang, semakin besar pula kemungkinan terjadinya penurunan kinerja. Oleh karena itu, perusahaan perlu memberikan perhatian yang lebih besar terhadap pemeliharaan kesehatan tenaga kerja sebagai salah satu langkah strategis untuk menaikkan produktivitas dan kualitas kinerja karyawan (Rahmilah & Putri, 2024).

Hubungan Kesehatan Pekerja (Tekanan Darah) Terhadap Kinerja Pekerja di PT. Aksar Saputra Lines

Kesehatan kerja memegang peranan penting dalam mendukung pencapaian kinerja karyawan sekaligus mengurangi risiko terjadinya kecelakaan maupun gangguan kesehatan selama proses kerja berlangsung. Kondisi lingkungan kerja yang sehat dan aman dapat memberikan kenyamanan bagi tenaga kerja serta mendorong peningkatan produktivitas. Nurzaman (2014) menjelaskan bahwa keselamatan dan kesehatan kerja mencakup berbagai upaya pencegahan terhadap gangguan fisik maupun psikologis yang dapat menghambat pelaksanaan pekerjaan. Di sisi lain, kesehatan kerja lebih menitikberatkan pada terciptanya



kondisi kerja yang mampu mempertahankan kesejahteraan fisik dan mental pekerja agar tetap optimal (Nissa & Amalia, 2020).

Hasil penelitian memperlihatkan adanya hubungan yang bermakna antara tekanan darah dan kinerja pekerja di PT. Aksar Saputra Lines, yang ditunjukkan oleh nilai *p-value* sebesar 0,012. Proporsi pekerja melalui tekanan darah tidak normal lebih banyak ditemukan pada kelompok yang memiliki kinerja kurang baik, yaitu sebesar 44,0%. Sementara itu, pekerja melalui tekanan darah normal yang menunjukkan kinerja kurang baik hanya mencapai 22,0%. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa kondisi tekanan darah sebagai salah satu indikator kesehatan berhubungan melalui kemampuan pekerja dalam melaksanakan tugas dan mencapai hasil kerja yang diharapkan. Temuan ini sejalan melalui penelitian yang dilakukan oleh Satrio H., Nuryono, dan Widyantoro (2025) yang menemukan bahwa kesehatan kerja dan lingkungan kerja berpengaruh signifikan terhadap kinerja karyawan. Berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 atau berada di bawah batas 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut memiliki kontribusi nyata terhadap peningkatan kinerja tenaga kerja. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa kualitas lingkungan kerja yang baik, seperti pencahayaan yang memadai, suhu ruangan yang nyaman, kebersihan area kerja yang terpelihara, serta tersedianya perlindungan keselamatan kerja, dapat mendukung peningkatan performa karyawan apabila disertai kondisi kesehatan yang baik. Lingkungan kerja yang aman, sehat, dan mendukung aktivitas kerja memungkinkan pekerja lebih fokus dalam menjalankan tugas, meningkatkan efektivitas kerja, serta menghasilkan produktivitas dan mutu pekerjaan yang lebih baik (Satrio H., Nuryono, dan Widyantoro (2025).

Hubungan Kelelahan kerja Terhadap Kinerja Pekerja Di PT. Aksar saputra Lines

Kelelahan (*fatigue*) adalah keadaan ketika kemampuan tubuh untuk menjalankan pekerjaan mulai menurun, terutama pada aktivitas yang membutuhkan banyak tenaga. Kondisi ini dapat muncul akibat berbagai penyebab, seperti tuntutan pekerjaan yang terlalu tinggi, kurangnya waktu pemulihan, kondisi kesehatan yang kurang prima, aktivitas fisik yang berat, maupun tekanan dari berbagai aspek kehidupan. Secara umum, kelelahan terbagi menjadi dua bentuk, yaitu kelelahan psikologis dan kelelahan fisik. Kelelahan psikologis terjadi ketika seseorang terus-menerus memanfaatkan konsentrasi dan kemampuan berpikir sehingga menimbulkan rasa jenuh, bosan, serta menurunkan semangat kerja. Sementara itu, kelelahan fisik muncul akibat penggunaan tenaga dan otot yang berlebihan selama melakukan aktivitas kerja. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam diri pekerja maupun dari lingkungan tempat mereka beraktivitas (Bramantyo & Pramono, 2021).

Hasil penelitian memperlihatkan adanya keterkaitan yang nyata antara kelelahan kerja dan kinerja pekerja melalui nilai *p-value* sebesar 0,001. Sebagian besar pekerja yang mengalami kelelahan berada pada kelompok melalui kinerja yang kurang memuaskan, yaitu sebesar 52,0%. Sebaliknya, pada kelompok pekerja yang tidak mengalami kelelahan, proporsi kinerja kurang hanya mencapai 14,0%.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa tingkat kelelahan memiliki hubungan yang kuat melalui hasil kerja yang dicapai pekerja. Individu yang berada dalam kondisi segar dan memiliki energi yang cukup cenderung lebih mampu menyelesaikan tugas secara efektif dan efisien. Sebaliknya, pekerja yang mengalami kelelahan lebih rentan mengalami penurunan kemampuan kerja. Melalui kata lain, semakin tinggi tingkat kelelahan yang dirasakan, semakin besar peluang terjadinya penurunan mutu dan efektivitas pekerjaan yang dilakukan.

Temuan penelitian ini selaras melalui hasil studi Solikhah (2020) yang menunjukkan adanya keterkaitan antara kelelahan kerja dan kinerja pekerja berdasarkan hasil uji *chi-square* melalui nilai *p-value* kurang dari 0,05. Hasil tersebut mendukung temuan penelitian ini yang memperoleh nilai *p-value* sebesar 0,001 ($<0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat



kelelahan kerja memiliki hubungan yang bermakna melalui kinerja tenaga kerja. Kelelahan kerja umumnya ditandai oleh munculnya rasa letih, penurunan daya tahan tubuh, berkurangnya energi, serta menurunnya konsentrasi selama menjalankan pekerjaan. Kondisi ini berpotensi menghambat kemampuan pekerja dalam menyelesaikan tugas secara efektif dan mencapai hasil kerja yang maksimal.

Secara umum, kelelahan kerja dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam seluruh rangkaian aktivitas kerja, mulai dari sebelum pekerjaan dilakukan, selama proses bekerja berlangsung, hingga setelah pekerjaan selesai. Dampaknya tidak hanya berpengaruh pada jumlah hasil kerja yang dihasilkan, tetapi juga pada mutu pekerjaan itu sendiri. Oleh karena itu, pekerja yang memiliki kondisi tubuh yang sehat dan tidak mengalami kelelahan umumnya mampu menunjukkan hasil kerja yang lebih baik dibandingkan pekerja yang mengalami kelelahan secara terus-menerus.

PENUTUP

Simpulan

Berlandaskan hasil penelitian yang mengkaji keterkaitan kondisi kesehatan pekerja, meliputi kadar hemoglobin dan tekanan darah, serta tingkat kelelahan terhadap kinerja pekerja di PT. Aksar Saputra Lines, dapat disimpulkan bahwa kondisi kesehatan pekerja yang ditinjau dari kadar hemoglobin dan tekanan darah terbukti memiliki keterkaitan terhadap tingkat kinerja pekerja di PT. Aksar Saputra Lines. Begitu pula dengan tingkat kelelahan kerja yang dialami pekerja berhubungan dengan kinerja pekerja di PT. Aksar Saputra Lines.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, S. A., Desty Febrian, W., Donal Mon, M., Senoaji, F., Nurul Kusumawardhani, Z., Rustiawan Rusman, I., Simarmata, N., Puspito Sari, Y., Novita, D., Hasanah, H., Kristanti, D., Sukaesih, I., & Jaya, H. (2023). Manajemen Sumber Daya Manusia (R. Ristiyana, Ed.). Pt Global Eksekutif Teknologi. www.globaleksekutifteknologi.co.id
- Bramantyo, M. F., & Pramono, S. N. W. (2021). Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja Dengan Metode Subjective Self Rating Test (Studi Kasus: Pekerja Bagian Lantai Produksi PT. Marabunta Berkarya Ceperindo).
- Dewati, C. A., Natavany, A. R., Putri, Z. M., Nurfaizi, A., Rumbrawer, S. O., & Sri Rejeki, D. S. (2023). Literature Review: Faktor Risiko Hipertensi di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(3), 290–307. <https://doi.org/10.14710/jkm.v11i3.34514>
- Fadlilah, S., Rahil, N. H., & Lanni, F. (2020). Analisis faktor yang mempengaruhi tekanan darah dan saturasi oksigen perifer (SPO2). *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 21-30.
- Gunadi, V. I. R., Mewo, Y. M., & Tiho, M. (2020). Gambaran kadar hemoglobin pada pekerja bangunan. In *Jurnal e-Biomedik (eBm)* (Vol. 4, Issue 2).
- Hidayatullah, A., & Tjahjawati, S. S. (2021). Pengaruh Keselamatan dan Kesehatan Kerja Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan. *Jurnal Riset Bisnis & Investasi*, 3, 104–111.
- Nissa, U. N., & Amalia, S. (2020). Pengaruh Keselamatan dan Kesehatan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Riset Bisnis & Investasi*, 3, 69–77.
- Nurzaman, K. (2014). *Manajemen Personalia*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Passenggong, michael W. L. A., Sabilu, Y., & Nurmamadewi. (2024). Hubungan Beban Kerja, Lama Kerja, Dan Masa Kerja Dengan Kelelahan Pada Pekerja Pengangkut Sampah Di Kota Kendari Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Leo*, 5, 21–29. <https://doi.org/10.37887/jk3-uho>
- Pratama, P. A. (2024). Pengaruh Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Keselamatan Dan Kesehatan Kerja (K3) Sebagai Variabel Intervening.
- Rachman, H. (2020). Gambaran Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Factory Di Pt. Maruki



Internasional Indonesia Makassar.

- Rahmilah, M., & Putri, P. (2024). Pengaruh Kadar Hemoglobin Terhadap Produktivitas Kerja Pada Perawat Di Rumah Sakit X. <https://journal-mandiracendikia.com/jbmc>
- Satrio, M., Nuryono, A., & Widyantoro, M. (2025). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Kesehatan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Menggunakan Metode Regresi Linier Berganda Pada PT. Gunung Mutiara Nedindo.
- Siregar, S. D., Siburian, D. A. N., Manurung, S. A. H. B., Ginting, J. B., & Hulu, V. T. (2025). Analisis Faktor Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kesehatan Puskesmas Bestari. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9, 3978–3985.
- Sholikhah, S. A. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Tingkat Kelelahan Pada Ibu Postpartum (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta).
- Trifena Towoliu, G., Dotulong, L. O., & Lumintang, G. G. (2023). The Influence Of Training And Development And Job Characteristics On Employee Performance In The National Union And Political Agency Of North Sulawesi Province. *Jurnal Emba*, 11(3), 935–945.
- Wahyuddin, Dahmar, Thaifur, A. Y. B. R., & Failu, R. (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. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 7(10), 3878–3886. <https://doi.org/10.56338/jks.v7i10.6367>