

Relationship of Workload and Double Role With Work Fatigue on Batik Craftsmen

Herdianti*¹, Tatik Maryana²

¹Program Studi Kesehatan Lingkungan, STIKes Ibnu Sina, Batam, Indonesia

*Email Korespondensi : herdiantinyup@gmail.com

²Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Harapan Ibu, Jambi, Indonesia

Email : tatik.mariyana@yahoo.com

Diserahkan: 17-03-2019, Diulas: 28-03-2019, Diterima: 03-04-2019

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4013>

ABSTRAK

Di Batik Mawar, hampir semua pekerjaan dikerjakan secara manual menggunakan tangan dan lengan atas secara berkesinambungan yang dikombinasi dengan ketelitian kerja dan penggunaan alat-alat tradisional. Pekerjaan mempunyai beban kerja yang berat dikarenakan semua proses kerja dilakukan oleh pengrajin yang sama sehingga menimbulkan kelelahan disamping itu pekerjaanya juga memiliki peran ganda. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik mawar. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif dengan desain penelitian Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pengrajin di Batik Mawar. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 40 responden. Analisis data yang digunakan Univariat dan Bivariat. Hasil: Hasil analisis data yang menggunakan uji Chi-Square untuk beban kerja didapatkan nilai p-Value = 0,001. Hasil analisis data yang menggunakan uji Chi-square untuk peran ganda didapatkan nilai p-value = 0,031. Dengan demikian disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah. Sebaiknya pengrajin mencuci pakaian 2 kali sehari, memasak makanan siap saji, selain itu dengan cara bersama-sama dalam menyelesaikan pekerjaan dirumah.

Kata kunci: beban kerja; peran ganda; perasaan lelah

ABSTRACT

Background: In Batik Mawar, almost all work is done manually using the hands and upper arms on a continuous basis combined with the rigor of work and the use of traditional tools. The work has a heavy workload because all the work process is done by the same craftsman causing fatigue besides that the worker also have double role. The purpose of this study is to determine the relationship between workload and dual role with feelings of fatigue on craftsmen batik roses. Method: This research is Quantitative research with Cross Sectional research design. The population in this study are all artisans in Batik Mawar. Sampling in this study using total sampling technique with the number of research samples as many as 40 respondents. Data analysis used by Univariat and Bivariat. Result: Result of data analysis using Chi-Square test for work load got value p-Value = 0,001. The result of data analysis using Chi-square test for double role got p-value = 0,031. Thus it is concluded that there is a meaningful relationship between workload and dual role with feeling tired. We recommend that craftsmen wash clothes 2 times a day, cook ready meals, other than together in completing the work at home.

Keywords : workloads; dual role; work fatigue

PENDAHULUAN

Salah satu kebudayaan yang masih dipegang teguh oleh masyarakat adalah seni membatik. Batik sudah lama menjadi ciri khas bangsa yang sangat tinggi nilainya. Batik digunakan oleh masyarakat untuk pakaian sehari-hari dan dipakai pula sebagai busana dalam upacara-upacara tertentu. Industri batik merupakan salah satu jenis kerajinan tradisional yang mengandung nilai seni. Dalam pembuatan batik tulis dan batik cap dibutuhkan keterampilan khusus pembatiknya untuk memperoleh kain batik yang bagus dan unik (Wiyanti & Martiana, 2018).

Keadaan ekonomi yang kurang baik membuat setiap keluarga di Indonesia harus membanting tulang untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Pada saat ini tidak hanya suami saja yang harus bekerja untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarganya, tapi banyak istri yang bekerja juga. Wanita yang pada jaman dahulu hanya berperan sebagai seorang ibu yang mengurus rumah tangga dan anak-anaknya saja, kini mempunyai peran kedua yaitu sebagai wanita bekerja (Dwi Edi Wibowo, 2011; Ermawati, 2016).

Bagi wanita bekerja dan telah berkeluarga akan memiliki kinerja yang berbeda dari wanita bekerja tetapi belum berkeluarga. Hal ini dikarenakan bagi ibu bekerja, mereka harus menjalani dua peran yang berbeda yakni menjadi wanita pekerja dan sebagai ibu rumah tangga, dan bagi ibu bekerja yang tidak dapat menjalaninya dengan baik akan mengalami peran ganda (Rahmaharyati, Wibhawa, & Nurwati, 2018; Wulandari, 2015).

Salah satu industri batik informal adalah Batik Mawar. Di Batik Mawar, hampir semua pekerjaan dikerjakan secara manual menggunakan tangan dan lengan atas secara berkesinambungan yang dikombinasi dengan ketelitian kerja dan penggunaan alat-alat tradisional. Proses kerja dimulai dari pemotongan kain putih dan mendesain gambar motif, mencanting untuk menutupi bagian yang diinginkan

dengan lilin (malam), pewarnaan lalu dan lorod atau ngelorod untuk menghilangkan lapisan lilin sehingga motif terlihat jelas. Semua proses kerja dilakukan oleh pengrajin yang sama sehingga menimbulkan kelelahan akibat kerja.

Dampak dari peran ganda seorang istri/ibu terutama adalah berkurangnya waktu dan perhatian terhadap suami dan anak-anak. Masalah lainnya yang muncul adalah pengaturan waktu, stress dan kelelahan (Hera, Rasyidin, & Hasmin, 2016a). Kelelahan merupakan masalah yang harus mendapat perhatian. Semua jenis pekerjaan baik formal dan informal menimbulkan kelelahan kerja. Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah kesalahan kerja. Menurunnya kinerja sama artinya dengan menurunnya produktivitas kerja. Apabila tingkat produktivitas seorang tenaga kerja terganggu yang disebabkan oleh faktor kelelahan fisik maupun psikis maka akibat yang ditimbulkannya akan dirasakan oleh perusahaan berupa penurunan produktivitas perusahaan (Hera et al., 2016a; Oesman, Simanjuntak, & Akprind Yogyakarta, 2011).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Chesnal di PT. Putra Karangatan, diketahui bahwa kelelahan setelah kerja memiliki nilai rata-rata lebih besar jika dibandingkan dengan nilai rata-rata kelelahan sebelum bekerja. Dari total 41 orang yang dijadikan sampel, 4 orang diantaranya (9,8%) termasuk dalam kategori normal, kemudian 33 orang lainnya (80,5%) termasuk dalam kategori kelelahan kerja ringan, dan 4 orang lagi (9,8%) termasuk dalam kategori kelelahan kerja sedang. Berdasarkan penelitian ini, kita dapat melihat bahwa angka kelelahan cukup tinggi jika dibandingkan dengan jumlah sampel yang termasuk dalam kategori normal. Hal ini dapat dikarenakan jenis pekerjaan pada industri garmen membutuhkan ketelitian tinggi dan juga keterampilan yang baik, selain itu pekerjaan ini juga termasuk jenis

pekerjaan yang monoton (Chesnal, Rattu, & Lampus, 2013).

Menurut Grandjean dalam Tarwaka, menyatakan bahwa kelelahan umum biasanya ditandai dengan berkurangnya kemauan untuk bekerja yang disebabkan oleh karna monoton, beban dan lama kerja fisik, keadaan lingkungan, status kesehatan, dan keadaan gizi. Metode pengukuran kelelahan yaitu: kualitas dan kuantitas kerja, uji psiko-motor, uji hilangnya kelipan, dan pengukuran kelelahan secara subjektif. Menurut , beban kerja biasanya berhubungan dengan beban fisik, mental maupun sosial yang mempengaruhi tenaga kerja (Tarwaka, 2014).

Berdasarkan data dari Dinas Perindustrian dan Perdagangan Kota Jambi, di Kota Jambi terdapat 97 industri batik yang terdiri dari 22 industri formal dan 75 industri informal. Salah satu industri batik informal adalah Batik Mawar. Batik Mawar yang berlokasi di Jl. KH. A. Roffar Kelurahan Jelm Kecamatan Pelayangan, Jambi, merupakan industri batik rumahan (Home Industri). Di Batik Mawar, hampir semua pekerjaan dikerjakan secara manual menggunakan tangan dan lengan atas secara berkesinambungan yang dikombinasi dengan ketelitian kerja dan penggunaan alat-alat tradisional.

Pekerjaan ini dapat menimbulkan kelelahan yang pada akhirnya dapat menimbulkan kebosanan dan kelelahan kerja. Karena semua pengrajinnya adalah perempuan maka berkemungkinan akan mengalami peran ganda. Dimana perempuan-perempuan tersebut harus mengerjakan urusan rumah tangga dan juga harus mengerjakan pekerjaannya. Karena harus mengurus 2 pekerjaan dalam satu waktu maka tidak menutup kemungkinan akan membuat pengrajin tersebut merasakan beban kerja dari salah satu pekerjaannya (Sitepu, 2013; Suryaningrum, 2015).

Hasil penelitian Murleni, & Hariyono menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan

kelelahan kerja Karyawan Laundry di Kelurahan Warungboto Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta. Kelelahan yang terjadi pada karyawan dalam penelitian ini memiliki korelasi yang signifikan terhadap lingkungan kerja (MZ & Hariyono, 2016).

Berdasarkan data di Batik Mawar Kec. Pelayangan diketahui bahwa semua pengrajin adalah perempuan yaitu kerabat dari pemilik Batik Mawar dan juga tetangganya dengan jumlah semua pengrajinnya adalah 40 orang pengrajin. Diketahui pula bahwa tidak semua pengrajinnya sudah berkeluarga namun ada juga yang masih gadis. Di Batik Mawar, hampir semua pekerjaan dikerjakan secara manual menggunakan tangan dan lengan atas secara berkesinambungan yang dikombinasi dengan ketelitian kerja dan menggunakan alat-alat tradisional. Pekerjaan ini dapat menimbulkan kelelahan dan ketegangan otot yang pada akhirnya dapat menimbulkan kebosanan dan kelelahan kerja. Pengrajin mulai bekerja dari jam 08.00-16.00 WIB dengan waktu istirahat \pm 2 jam.

Batik mawar menargetkan untuk 1 pekerja harus menyelesaikan pekerjaan dalam 2 hari untuk 1 potong kain. Setelah kain-kain selesai dibatik maka akan dilakukan proses pewarnaan yang juga akan dilakukan oleh pengrajin batik. Pewarnaan akan dilakukan seminggu 2 kali. Proses kerja dimulai dari pemotongan kain putih dan mendesain gambar motif, mencanting untuk menutupi bagian yang diinginkan dengan lilin (malam), pewarnaan lalu dan lorod atau ngelod untuk menghilangkan lapisan lilin sehingga motif terlihat jelas. Semua proses kerja dilakukan oleh pengrajin yang sama sehingga menimbulkan kelelahan akibat kerja.

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pengrajin yaitu ibu Meta diperoleh bahwa pengrajin batik di Batik Mawar merasakan kelelahan. Faktor lainnya karena pengrajin Batik Mawar membagi tugas antara pekerjaan, keluarga dan

sosialnya. Berat ringannya beban kerja yang diterima pengrajin dapat dilihat dari berapa lama pengrajin tersebut menyelesaikan pekerjaannya, karena semakin berat beban kerja makan semakin lama pengrajin dapat menyelesaikan pekerjaannya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross sectional*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (beban kerja dan peran ganda) dengan variabel dependen (perasaan lelah). Penelitian ini menjelaskan tentang hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016.

Penelitian ini telah dilaksanakan di Batik Mawar Kec. Pelayangan pada bulan Juni-Juli 2016. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah 40 orang pengrajin. Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah Pengrajin batik yang terdaftar di Batik Mawar Kec. Pelayangan dan bersedia menjadi responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling* (sugiyono, 2007). Peneliti

menggunakan total sampling karena semua populasi memenuhi kriteria inklusi.

Pengambilan data dilakukan secara langsung di lapangan dalam bentuk pengukuran langsung menggunakan alat-alat seperti, pengukuran beban kerja, peran ganda dan perasaan lelah menggunakan kuesioner yang dibuat oleh peneliti dengan mengadopsi dari teori dna penelitian-penelitian sebelumnya yang sejenis dengan penelitian ini. Kuesioner yang digunakan telah diuji validitas dan realibilitas. Pengukuran denyut nadi menggunakan *stopwatch* yang dilakukan oleh tenaga medis yakni perawat dari pihak puskesmas di wilayah tempat penelitian sebanyak 1 orang, serta wawancara dengan berpedoman pada kuesioner pada pengrajin di Batik Mawar Kec. Pelayangan. Data yang telah dikumpulkan dianalisis dan diolah sevara univariat dan bivariat dengan SPSS.

HASIL

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa umur responden yang terbanyak yaitu antara 20-35 tahun (72,5%) sebanyak 34 responden (85%) responden memiliki masa kerja >5 tahun, yang 85% sudah menikah dengan jumlah anak ≤ 2 orang anak (52,5%) dengan tidak memiliki pengasuh anak sebanyak 90% (tabel 1).

Tabel 1. Karakteristik responden di Batik Mawar Tahun 2016

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Umur		
20-35 tahun	29	72,5
36-50 tahun	11	27,5
Masa kerja		
≤ 5 tahun	6	15,0
>5 tahun	34	85,0
Jumlah anak		
≤ 2 orang	21	52,5
>2 orang	19	47,5
Pengasuh anak		
Ya	4	10,0
Tidak	36	90,0

Lelah

Perasaan lelah pada penelitian ini adalah suatu keadaan dimana responden merasakan kelelahan yang berlebihan dalam bekerja akibat beban kerja lebih. Kuesioner yang digunakan mengadopsi teori Tarwaka. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 40 responden yang

diteliti 27 responden (67,5%) mengalami perasaan lelah (tabel 2).

Beban Kerja

Beban kerja adalah beban pekerjaan yang ditanggung responden. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa beban kerja berat sebanyak 27 responden (67,5%) (tabel 2).

Tabel 2. Analisis Univariat Beban Kerja dan Peran Ganda dengan Perasaan Lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Tahun 2016

Variabel	Frekuensi	Presentase (%)
Perasaan lelah		
Perasaan lelah	27	67,5
Perasaan tidak lelah	13	32,5
Beban kerja		
Beban kerja berat	27	67,5
Beban kerja ringan	13	32,5
Peran ganda		
Mengalami peran ganda	26	65,0
Tidak mengalami peran ganda	14	35,0

Peran Ganda

Peran ganda yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keadaan dimana responden mengalami masalah akibat dari peran responden yang dapat mengganggu aktivitas responden. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa responden yang mengalami peran ganda sebanyak 26 responden (65,0%) (tabel 2).

Hubungan beban kerja dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 27 responden yang mempunyai beban kerja berat diketahui sebanyak 23 (85,2%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 4 (14,8) responden yang tidak mengalami perasaan lelah (tabel 3).

Tabel 3. Hubungan beban kerja dan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar tahun 2016

Variabel	Perasaan lelah				Total		p-value
	lelah		Tidak lelah		n	%	
	n	%	n	%	n	%	
Beban kerja							
Berat	23	85,2	4	14,8	27	67,5	0,001
Ringan	4	30,8	9	69,2	13	32,5	
Peran ganda							
Mengalami peran ganda	21	80,8	5	19,2	26	65,0	0,031
Tidak mengalami peran ganda	6	42,9	8	57,1	14	35,0	

Berdasarkan hasil uji statistic dengan uji *chi-square* diperoleh nilai *p-Value*= 0,001 karena nilai ($p < 0,05$), maka ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan perasaan lelah.

Hubungan peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelyangan tahun 2016

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan diketahui bahwa dari 26 responden yang mengalami peran ganda

sebanyak 21 (80,8%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 5 (19,2) responden yang tidak mengalami perasaan lelah (tabel 3).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *chi-square* diperoleh nilai *p-value*=0,031 karena nilai ($p < 0,05$), maka ada hubungan yang bermakna antara peran ganda dengan perasaan lelah.

PEMBAHASAN

Hubungan Beban Kerja dengan Perasaan Lelah

Hasil analisis antara beban kerja dengan perasaan lelah diketahui bahwa dari 27 responden yang mempunyai beban kerja berat diketahui sebanyak 23 (85,2%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 4 (14,8%) responden yang tidak mengalami perasaan lelah.

Berdasarkan hasil uji statistic dengan *chi-square* diperoleh nilai *p-Value*=0,031 ($p < 0,05$) H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan perasaan lelah.

Hasil penelitian di Batik Mawar dengan pekerjaan yang tidak sesuai dengan aktivitas kerja dan cara kerja yang kurang ergonomis yang dialami pengrajin seperti pada saat proses pembatikan, pengrajin melaukan pekerjaan berulang-ulang atau terus-menerus. Hal ini dapat menimbulkan rasa nyeri dipunggung sehingga pengrajin lebih merasa cepat lelah pada saat bekerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Haryanti yang menemukan ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja perawat RSIY PDHI (Haryanti, Aini, & Purwaningsih, 2013).

Namun, hal ini berbeda dengan penelitian yang menyatakan tidak ada hubungan antara kelelahan dengan beban kerja ($\tilde{n} = 0,199 > 0,05$). Faktor-faktor yang berhubungan dengan beban kerja antara lain usia dan lama kerja (Sitepu, 2013).

Dari sudut pandang ergonomi dinyatakan bahwa setiap beban kerja yang diterima oleh seseorang harus sesuai atau

seimbang baik terhadap kemampuan fisik, kemampuan kognitif maupun keterbatasan manusia yang menerima beban tersebut (Tarwaka, 2012, 2014). Kemampuan kerja seorang tenaga kerja berbeda dari satu kepada yang lainnya dan sangat tergantung dari tingkat keterampilan, kesegaran jasmani, keadaan gizi, jenis kelamin, usia dan ukuran tubuh dari pekerja yang bersangkutan (Herdianti, 2018; Sulung & Mutia, 2016).

Beban kerja yang tidak sesuai berkontribusi positif terhadap penyakit muskuloskeletal ataupun penyakit lain, karena tiap tubuh mempunyai ukuran beban kerja. Seorang pekerja bongkar muat harus bisa menyeimbangkan antara beban kerja dengan kapasitas tubuh (Sulung & Mutia, 2016).

Berat ringannya beban kerja sangat dipengaruhi oleh jenis aktivitas (sebagai beban utama) dan lingkungan kerja (sebagai beban tambahan). Peningkatan denyut nadi mempunyai peran sangat penting dalam peningkatan *cardiac output* dari istirahat sampai kerja maksimum (Sulung, 2017). Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Haryanti diketahui bahwa ada pengaruh beban kerja terhadap kelelahan kerja dengan nilai *p-Value*= 0,000 (Haryanti et al., 2013).

Volume pekerjaan yang dibebankan kepada tenaga kerja baik berupa fisik atau mental dan menjadi tanggungjawabnya (Harrington & Gill, 1992; Haryanti et al., 2013; Sitepu, 2013). Seorang tenaga kerja saat melakukan pekerjaan menerima beban sebagai akibat dari aktivitas fisik yang dilakukan (Dhaniala, 2010). Pekerjaan yang sifatnya berat membutuhkan istirahat yang sering dan waktu kerja yang pendek. Jika waktu kerja ditambah maka melebihi kemampuan tenaga kerja dan dapat menimbulkan kelelahan (Churiyah, 2011; Environments & Guidelines, 2011)

Upaya yang dilakukan yaitu dengan cara membiasakan diri berolahraga ringan sebelum bekerja, olahraga ringan disela-sela pekerjaan seperti mengangkat tangan

keatas; kesamping; kedepan; dan kebelakang, memutar badan kekanan dan kekiri, dan pemberian waktu istirahat pada jam-jam tertentu disaat pengrajin sedang bekerja karena dengan istirahat memberikan dampak pemulihan agar terhindar dari kelelahan akibat beban kerja yang berat (Parlyna & Marsal, 2017). Bentuk istirahat tidak hanya tidur tetapi bisa juga dengan melakukan meregangkan otot-otot serta menghilangkan tekanan dalam bekerja (Hera, Rasyidin, & Hasmin, 2016b; Malayu S.P Hasibuan, 2012)

Hubungan Peran Ganda dengan Perasaan Lelah

Hasil analisis antara peran ganda dengan perasaan lelah diketahui bahwa dari 26 responden yang mengalami peran ganda sebanyak 21 (80,8%) responden mengalami perasaan lelah dan sebanyak 5 (19,2) responden yang tidak mengalami perasaan lelah.

Berdasarkan hasil uji statistik dengan *chi-square* diperoleh nilai *p-value*= 0,031 ($p < 0,05$) H_0 ditolak, artinya ada hubungan yang bermakna anatara peran ganda terhadap perasaan lelah.

Hasil penelitian di Batik Mawar menunjukkan bahwa peran ganda yang dilakukan oleh pengrajin batik sangat berisiko dengan terjadinya kelelahan dalam bekerja. Pengrajin yang sudah berkeluarga disatu sisi dituntut untuk bisa melakukan pekerjaan sesuai dengan aturan dan tepat waktu. Disisi lainnya sebagai ibu rumah tangga dituntut untuk menjalankan perannya sebagai ibu rumah tangga dengan sebaik-baiknya. Situasi ini menuntut pengrajin untuk bekerja ekstra sehingga dapat menyebabkan kelelahan fisik dan juga mental.

Adanya tuntutan untuk mendukung ekonomi rumah tangga menjadi salah satu alasan bagi wanita untuk bekerja (Laksmi & Hadi, 2012; Rosita, 2012). Peran ganda merupakan peran yang muncul antara harapan dari dua peran yang berbeda yang

dimiliki oleh seseorang (Johannsen, 2013; Kusumawati, 2012).

Pada kenyataannya peran ganda memberikan konsekuensi yang berat bagi perempuan. Di satu sisi perempuan mencari nafkah untuk membantu suami bahkan pada kasus tertentu perempuan lebih bisa diandalkan dalam menafkahi dan di sisi lain perempuan harus bisa melaksanakan tanggung jawabnya sebagai istri dan ibu. Perempuan yang aktif bekerja sulit menjalankan tugas sebagai istri dan berfungsi sebagai ibu dalam hal mengasuh, merawat, mendidik, dan mencurahkan kasih sayang kepada anak-anaknya secara penuh (Apollo & Cahyadi, 2012).

Penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hera dkk diketahui bahwa konflik peran ganda berhubungan signifikan dengan kelelahan kerja dengan nilai T-Value 6,27 dan 5,34 (Hera et al., 2016a). Upaya yang dilakukan yaitu dengan cara pengrajin harus bisa membagi waktu antara urusan pekerjaan dan urusan rumah tangganya agar bisa meminimalkan kelelahan kerja yang dirasakan. Selain itu dengan cara bersama-sama dalam menyelesaikan pekerjaan dirumah, misalnya dengan membantu memakaikan pakaian anak, menyiapkan makanan, memandikan anak atau menyuruh anak mandi sendiri (anak yang berumur >3 tahun), membantu memakaikan pakaian anak, menyediakan bahan makanan yang tahan lama didalam kulkas, membantu anak mengerjakan pekerjaan rumah (PR), memasak makanan, menyiapkan makanan, mencuci pakaian 2 kali sehari, memasak makanan siap saji (Malayu S.P Hasibuan, 2012).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, analisis dan pembahasan yang telah dilakukan oleh peneliti maka dapat diambil kesimpulan bahwa hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* dengan nilai *p-value*= 0,001 ($p < 0,05$), maka ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan perasaan lelah

pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelyangan tahun 2016. Selain itu hasil uji statistik menggunakan uji chi-square dengan nilai p-value= 0,031 ($p < 0,05$), maka ada hubungan yang bermakna antara peran ganda dengan perasaan lelah pada pengrajin batik di Batik Mawar Kec. Pelayangan tahun 2016. Disarankan sebaiknya pengrajin lebih bisa menggunakan waktu seefektif mungkin sehingga ada waktu untuk beistirahat. Misalnya dengan mencuci pakaian 2 kali sehari, memasak makanan siap saji, selain itu dengan cara bersama-sama dalam menyelesaikan pekerjaan dirumah. Dan diharapkan juga peran dari suami dalam membantu ibu sekali-kali sehingga ibu tidak kewalahan dengan perannya sebagai pengrajin dan Ibu Rumah Tangga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Yayasan Harapan Ibu Jambi, Ketua STIKES, LPPM STIKES, Ketua Prodi Kesehatan Masyarakat serta seluruh rekan dosen STIKES Harapan Ibu Jambi yang telah membantu secara materi dan administrasi serta memfasilitasi pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Apollo, & Cahyadi, A. (2012). Konflik Peran Ganda Perempuan Menikah Yang Bekerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga. *Program Studi Psikologi – Fakultas Psikologi Universitas Katolik Widya Mandala Madiun*, 2(2), 255–271. Retrieved From [Http://Download.Portalgaruda.Org/Article.php?Article=116765&Val=5324](http://Download.Portalgaruda.Org/Article.php?Article=116765&Val=5324)

Chesnal, H., Rattu, A. J. ., & Lampus, B. . (2013). Hubungan Antara Umur, Jenis Kelamin, Dan Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Di Bagian Produksi Pt. Putra Karangetang Popontolen Minahasa Selatan. *Jurnal*

Kesehatan Masyarakat.

- Churiyah, M. (2011). Pengaruh Konflik Peran, Kelelahan Emosional Terhadap Kepuasan Kerja Dan Komitmen Organisasi. *Jurnal Ekonomi Bisnis*.
- Dhania, D. R. (2010). Pengaruh Stres Kerja , Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja (Studi Pada Medical Representatif Di Kota Kudus). *Universitas Muria Kudus*.
- Dwi Edi Wibowo. (2011). Peran Ganda Perempuan Dan Kesetaraan Gender. *Gender*.
- Environments, H. W., & Guidelines, B. P. (2011). Preventing And Mitigating Nurse Fatigue In Health Care. *Practice*, (August).
- Ermawati, S. (2016). Peran Ganda Wanita Karier (Konflik Peran Ganda Wanita Karier Ditinjau Dalam Perspektif Islam). *Jurnal Edutama*.
- Harrington, J. M., & Gill, F. S. (1992). Buku Saku Kesehatan Kerja. *Pocket Consultant*, 3511351(24), 172–176.
- Haryanti, Aini, F., & Purwaningsih, P. (2013). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Instalasi Gawat Darurat Rsud Kabupaten Semarang. *Jurnal Manajemen Keperawatan*. <https://doi.org/jurnal/manajemen/keperawatan> . Volume 1, No. 1, Mei 2013; 48-56
- Hera, Rasyidin, & Hasmin. (2016a). Pengaruh Konflik Peran Ganda, Beban Kerja Dan Kelelahan Kerja (Burnout) Dengan Kinerja Perawat Wanita Di Rsud I Lagaligo Kabupaten Luwu Timur. *Jurnal Mirai Management*, 1(1), 119–135.
- Hera, Rasyidin, & Hasmin. (2016b).

- Pengaruh Konflik Peran Ganda , Beban Kerja Dan Perawat Wanita. *Jurnal Mirai Management*, 1(1), 119–135.
- Herdianti. (2018). Faktor Manusia Dan Faktor Pekerjaan Yang Berhubungan Dengan Kecelakaan Kerja Pt Xy Tahun 2016 Human Factors And Factors Related To Work Accidents Pt Xy 2016 Program Studi Kesehatan Lingkungan , Stikes Ibnu Sina , Batam Program Studi Kesehatan Masyarakat ,. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 1(2), 61–67. Retrieved From [Http://Jurnal.Umpar.Ac.Id/Index.Php/Makes/Article/View/64/31](http://Jurnal.Umpar.Ac.Id/Index.Php/Makes/Article/View/64/31)
- Johannsen, G. (2013). Workload And Workload Measurement. In *Mental Workload* (Pp. 3–11). https://doi.org/10.1007/978-1-4757-0884-4_1
- Kusumawati, Y. (2012). Peran Ganda Perempuan Pemetik Teh. *Komunitas*.
- Laksmi, N. A. ., & Hadi, C. (2012). Hubungan Antara Konflik Peran Ganda (Work Family Conflict) Dengan Kepuasan Kerja Pada Karyawan Bagian Produksi Pt.X. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisas*.
- Malayu S.P Hasibuan. (2012). Manajemen Sumber Daya Manusia. . Pp : 141 -150. Jakarta: Pt.Bumi Aksara, 1, 141–150. <https://doi.org/10.1016/J.Chemosphere.2018.05.062>
- Mz, M. W., & Hariyono, W. (2016). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Karyawan Laundry Di Kelurahan Warungboto Kecamatan Umbulharjo Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal Of Public Health)*, 5(3). <https://doi.org/10.12928/Kesmas.V5i3.1070>
- Oesman, T. I., Simanjuntak, R. A., & Akprind Yogyakarta. (2011). Hubungan Faktor Internal Dan Eksternal Terhadap Kelelahan Kerja Melalui Subjective Self Rating Test. *National Conference Of Indonesian Ergonomics Society*. (293-302)
- Parlyna, R., & Marsal, A. (2017). Kelelahan Kerja (Work Fatigue). *Econosains Jurnal Online Ekonomi Dan Pendidikan*, 11(1), 97–106. <https://doi.org/10.21009/Econosains.0111.07>
- Rahmaharyati, A., Wibhawa, B., & Nurwati, N. (2018). Peran Ganda Buruh Perempuan Sektor Industri Dalam Keluarga. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/Jppm.V4i2.14290>
- Rosita, S. (2012). Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Dosen Wanita Di Fakultas Ekonomi Universitas Jambi. *Manajemen Bisnis*.
- Sitepu, A. T. (2013). Beban Kerja Dan Motivasi Pengaruhnya Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Bank Tabungan Negara Tbk Cabang Manado. *Jurnal Emba*. <https://doi.org/10.2303-1174>
- Sugiyono. (2007). Total Sampling. Retrieved From [Http://Pengertiantotalsampling.Com](http://pengertiantotalsampling.com)
- Sulung, N. (2017). Beban Angkut, Posisi Angkut, Masa Kerja Dan Umur Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Pekerja Bongkar Muat. *Jurnal Endurance*. <https://doi.org/10.22216/Jen.V1i2.950>
- Sulung, N., & Mutia, W. (2016). Beban

Angkut, Posisi Angkut, Masa Kerja Dan Umur Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Pekerja Bongkar Muat. *Jurnal Endurance*, 1(2), 63–74. <https://doi.org/10.22216/Jen.V1i2.950>

Suryaningrum, T. (2015). Pengaruh Beban Kerja Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Rs Pku Muhammadiyah Yogyakarta. *Fakultas Ekonomi universitas Negeri Yogyakarta*.

Tarwaka. (2012). *Ergonomi Industri. Ergonomi Industri*. https://doi.org/10.1007/978-1-4684-0104-2_6

Tarwaka. (2014). Keselamatan Dan Kesehatan Kerja, Manajemen Dan Implementasi K3 Di Tempat Kerja. In *Surakarta: Harapan Press*.

Wiyanti, N., & Martiana, T. (2018). Hubungan Intensitas Penerangan Dengan Kelelahan Mata Pada Pengrajin Batik Tulis. *The Indonesian Journal Of Occupational Safety And Health*, 4(2), 144. <https://doi.org/10.20473/Ijosh.V4i2.2015.144-154>

Wulandari, J. (2015). Tinjauan Tentang Konflik Peran Ganda Dan Dukungan Sosial Suami Terhadap Stres Kerja (Studi Pada Dosen Perempuan Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Di Universitas Lampung). *Ecodemica*, 1(1), 417–437. Retrieved From <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/ecodemica/article/view/79>