

e. Istirahat yang cukup dengan tidur minimal enam jam.

3. Bagi Peneliti Lain

Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian sejenis dengan menambahkan variable lain seperti jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan berolahraga, lingkungan kerja, dan lain – lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelina, R., Dedi, S., & Situmorang, A. (2010). Analisis Pengaruh Shift Kerja Terhadap Beban Kerja Mental Dengan Metode Subjective Workload Assessment Technique (SWAT). In *Jurnal Teknologi*.
- Atiqoh, J., Wahyuni, I., & Lestantyo, D. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Konveksi Bagian Penjahitan di CV. Aneka Garment Gunungpati Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 2(2), 119-126. Retrieved from <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm/article/view/6386>
- Angka Kecelakaan Kerja. (2019, January 16). Retrieved June 13, 2020, from <https://www.bpjsketenagakerjaan.go.id/>
- Budiono, S. A., Jusuf, R. M., & Pusparini, A. (2003). *Bunga Rampai Hiperkes dan Keselamatan Kerja*. Semarang: BP Universitas Diponegoro.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. (2013). Riset Kesehatan Dasar 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*.
- Gurusinga. (2013). Perbedaan Kelelahan Tanpa dan Dengan Air Minum dan Pisang Ambon pada Pekerja Pabrik Tahu Mrican Semarang. Skripsi. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Hermawan, B., Soebijanto, S., & Haryono, W. (2017). Sikap dan beban kerja, dan kelelahan kerja pada pekerja pabrik produksi aluminium di Yogyakarta. *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(4), 216.
- (ILO), I. L. O. (2013). Keselamatan dan Kesehatan Kerja sarana untuk Produktivitas. In *Clinics in Laboratory Medicine*. <https://doi.org/10.1016/j.cll.2012.10.002>
- Kesehatan Mental dan Kesehatan Fisik Saling Mempengaruhi. (2016, July 28). Retrieved July 24, 2020, from <https://pijarpsikologi.org/tahukah-anda-kesehatan-mental-dan-kesehatan-fisik-saling-mempengaruhi/>
- Kusumawardani, A. W. (2018). Gambaran Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Departemen HSE (Health, Safety, and Environment) PT DRU Unit Lamongan. *Tugas Akhir*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Mauludi, M. (2010). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Pada Pekerja Di Proses Produksi Kantong Semen Pbd (Paper Big Division). *Skripsi*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Maurits, L. S. (2010). *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara.

- Nofitasari, N. C. (2018). Hubungan Antara Faktor Internal Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Linting Manual CV Cempaka Tulungagung. *Tugas Akhir*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Nurmianto, E. (2003). Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya Edisi Pertama. *Guna Widya, Surabaya*.
- Pane, B. S. (2015). Peranan Olahraga Dalam Meningkatkan Kesehatan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
<https://doi.org/10.24114/JPKM.V21I79.4646>
- Pertanian. (2020, July 07). Retrieved July 24, 2020, from <https://id.wikipedia.org/wiki/Pertanian>
- Purwati, T. (2019). Gambaran Hubungan antara Faktor Internal dan Eksternal Dengan Tingkat Kelelahan Tenaga Kerja (Studi di Area Filling dan Packing Cosmetic Production di PT X Malang) *Tugas Akhir*. Surabaya: Universitas Airlangga
- Setyawati, L. (2010). *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta: Amara.
- Sudrajat. (2004). *Olahraga Teratur*. Yogyakarta: Depdikbud.
- Suma'mur, P. K. (2009). Hygiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja (Hiperkes). In *Kesehatan Kerja*.
- Suma'mur. (2010). *Higiene Perusahaan dan Keselamatan Kerja*. Jakarta: CV Sagung Seto.
- Suma'mur. (2014). Kesehatan Kerja dalam Perspektif Hiperkes & Keselamatan Kerja. In *Erlangga*. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(10\)62352-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(10)62352-5)
- Tarwaka, dkk. (2004). *Ergonomi untuk Keselamatan dan Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.
- Tarwaka, Bakri, S.H., & Sudiajeng, L. (2005). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan, kejadian, produktivitas*.
<https://doi.org/10.1016/j.jalz.2011.05.437>
- Tarwaka, (2010). *Ergonomi Industri*. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwaka. (2014). *Ergonomi Industri (Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi Di Tempat Kerja)*. Surakarta: Harapan Press.
- Tarwaka. (2015). Ergonomi Industri, Dasar-dasar Pengetahuan dan Aplikasi di Tempat Kerja. Edisi Ke-2. In *Surakarta: Harapan Press*.
https://doi.org/10.1007/978-1-4684-0104-2_6
- Ulfi, N. D. N. (2019). Gambaran Kelelahan Kerja Pada Tenaga Bongkar Muat Di PT Pelindo III. *Tugas Akhir*. Surabaya: Universitas Airlangga.