

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS SKRIPSI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT.....	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Batasan dan Rumusan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.4.3 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Kelelahan	6
2.1.1 Definisi Kelelahan	6
2.1.2 Jenis-Jenis Kelelahan.....	7
2.1.2.1 Kelelahan Otot.....	7
2.1.2.2 Kelelahan Umum.....	7
2.2 Faktor Penyebab Kelelahan	7
2.2.1 Faktor Internal Penyebab Kelelahan.....	8
2.2.2 Faktor Eksternal.....	11
2.3 Langkah Mengatasi Kelelahan Kerja.....	13
2.4 Pengukuran Kelelahan	14
2.5 Mekanisme Terjadinya Kelelahan	16
2.6. Akibat Kelelahan Kerja	18
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL PENELITIAN	20
BAB IV METODE PENELITIAN	22
4.1 Jenis Penelitian	22
4.2 Obyek Penelitian/ Sasaran Penelitian	22
4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian	22
4.4 Variabel, Cara Pengukuran dan Definisi Operasional	22
4.5 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	25
4.6 Teknik Pengolahan dan Analisis Data	26
BAB V HASIL PENELITIAN.....	28
5.1 Gambaran Umum	28
5.2 Karakteristik Umum Subjek Penelitian.....	28
5.3 Gambaran Tingkat Kelelahan Tenaga Kerja Bagian <i>Packing</i> PT X	29

5.3.1 Tingkat Kelelahan secara Umum	29
5.3.2 Pelemahan Kegiatan	32
5.3.3 Pelemahan Motivasi	33
5.3.4 Kelelahan Fisik	34
5.4 Gambaran Faktor Internal Tenaga Kerja Bagian <i>Packing</i> PT X.....	34
5.4.1 Usia	34
5.4.2 Status Gizi	35
5.4.3 Masa Kerja.....	35
5.4.4 Kondisi Kesehatan.....	36
5.5 Hubungan Faktor Internal dengan Tingkat Kelelahan Kerja.....	36
5.5.1 Hubungan antara Usia dengan Tingkat Kelelahan Kerja	36
5.5.2 Hubungan antara Status Gizi dengan Tingkat Kelelahan Kerja	37
5.5.3 Hubungan antara Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja	38
5.5.4 Hubungan antara Kondisi Kesehatan dengan Tingkat Kelelahan Kerja	38
BAB VI PEMBAHASAN	40
6.1 Gambaran Tingkat Kelelahan pada Responden Bagian <i>Packing</i> PT X	40
6.2 Hubungan Faktor Internal dengan Tingkat Kelelahan Kerja.....	43
6.2.1 Hubungan Usia dengan Tingkat Kelelahan Kerja	43
6.2.2 Hubungan Status Gizi dengan Tingkat Kelelahan Kerja.....	44
6.2.3 Hubungan Masa Kerja dengan Tingkat Kelelahan Kerja.....	45
6.2.4 Hubungan Kondisi Kesehatan dengan Tingkat Kelelahan Kerja.....	46
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	47
7.1 Kesimpulan	47
7.2 Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	51