

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	9
1.3 Pembatasan dan Perumusan Masalah.....	12
1.3.1 Batasan Masalah	12
1.3.2 Rumusan Masalah.....	12
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	13
1.4.1 Tujuan Umum	13
1.4.2 Tujuan Khusus	14
1.4.3 Manfaat Penelitian	15
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	17
2.1 Kecelakaan Lalu Lintas.....	17
2.1.1 Definisi Kecelakaan Lalu Lintas.....	17
2.1.2 Faktor Penyebab Kecelakaan Lalu Lintas.....	18
2.1.3 Dampak Kecelakaan Lalu Lintas	21
2.2 Kelelahan.....	22
2.2.1 Definisi Kelelahan	22
2.2.2 Jenis Kelelahan	24
2.2.3 Faktor Penyebab Kelelahan	27
2.2.3.1 Umur.....	27
2.2.3.2 Jenis Kelamin	28
2.2.3.3 Kebiasaan Olahraga.....	29
2.2.3.4 Kuantitas Tidur.....	29
2.2.3.5 Kualitas Tidur.....	30
2.2.3.6 Stres	31
2.2.3 Dampak Kelelahan.....	32
2.2.3 Pencegahan Kelelahan	33
2.3 Siswa Sekolah Menengah Atas	35
2.4 Pengukuran Kelelahan dengan <i>Fatigue Assessment Scale</i>	36

2.5 Pengukuran Kualitas Tidur dengan <i>Pittsburg Sleep Quality Scale</i>	36
2.6 Pengukuran Tingkat Stres dengan <i>Perceived Stress Scale</i>	40
2.7 Teori Kelelahan Pada Pengemudi	40
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
PENELITIAN	44
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	44
3.2 Hipotesis Penelitian.....	45
BAB IV METODE PENELITIAN	47
4.1 Jenis Dan Rancang Bangun Penelitian.....	47
4.2 Populasi Penelitian.....	47
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel, dan Cara Pengambilan Sampel.....	48
4.3.1 Sampel	48
4.3.2 Besar Sampel	48
4.3.3 Cara Penentuan dan Pengambilan Besar Sampel	50
4.4 Lokasi Dan Waktu Penelitian.....	54
4.4.1 Lokasi Penelitian	54
4.4.2 Waktu Penelitian	54
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Dan Cara Pengukuran	55
4.5.1 Variabel Penelitian.....	55
4.5.2 Definisi Operasional Dan Cara Pengukuran	55
4.6 Teknik Dan Instrumen Pengumpulan Data	57
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data.....	57
4.6.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	58
4.7 Teknik Analisis Data.....	60
BAB V HASIL PENELITIAN	63
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	63
5.2 Karakteristik Responden.....	64
5.2.1 Jenis Kelamin	64
5.2.2 Umur.....	64
5.2.3 Kebiasaan Olahraga	65
5.2.4 Kuantitas Tidur	65
5.2.5 Kualitas Tidur	66
5.2.6 Tingkat Stres	67
5.2.7 Kelelahan	67
5.3 Hubungan antar Variabel	68
5.3.1 Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	68
5.3.2 Hubungan antara Umur dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	69

5.3.3 Hubungan antara Kebiasaan Olahraga dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	70
5.3.4 Hubungan antara Kuantitas Tidur dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	71
5.3.5 Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	72
5.3.6 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	74
5.3.7 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	75
BAB VI PEMBAHASAN	77
6.1 Karakteristik Responden.....	77
6.2 Hubungan antara Jenis Kelamin dengan Kelelahan	81
6.3 Hubungan antara Umur dengan Kelelahan	83
6.4 Hubungan antara Kebiasaan Olahraga dengan Kelelahan	84
6.5 Hubungan antara Kuantitas Tidur dengan Kelelahan	85
6.6 Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan	88
6.7 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kelelahan	90
6.8 Hubungan antara Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur	94
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	96
7.1 Kesimpulan	96
7.2 Saran	98
DAFTAR PUSTAKA	101
LAMPIRAN.....	110

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
1.1	Jumlah Kecelakaan Lalu Lintas 5 Tertinggi Menurut Jenis Kendaraan di Kota Surabaya tahun 2014-2017.....	3
1.2	Jumlah Kecelakaan Lalu Lintas Menurut Kelompok Umur di Kota Surabaya tahun 2014-2017.....	4
1.3	Jumlah Korban Kecelakaan Lalu Lintas Menurut Tingkat Pendidikan di Kota Surabaya tahun 2014-2017.....	4
1.4	Jumlah Kecelakaan Lalu Lintas 5 Tertinggi menurut Kecamatan di Kota Surabaya Tahun 2017.....	9
4.1	Daftar SMA yang Terpilih sebagai Sampel <i>Cluster Random Sampling</i> Pada Tahap Pertama.....	52
4.2	Jumlah Ruang Kelas XI pada SMA yang Terpilih sebagai Sampel <i>Cluster Random Sampling</i> Pada Tahap Pertama.....	52
4.3	Daftar Ruang Kelas XI pada SMA yang Terpilih sebagai Sampel <i>Cluster Random Sampling</i> Pada Tahap Kedua.....	54
4.4	Definisi Operasional Penelitian	55
5.1	Distribusi Karakteristik Responden menurut Jenis Kelamin pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	64
5.2	Distribusi Karakteristik Responden menurut Umur pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	65
5.3	Distribusi Karakteristik Responden menurut Kebiasaan Olahraga pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	65
5.4	Distribusi Karakteristik Responden menurut Kuantitas Tidur pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	66
5.5	Distribusi Karakteristik Responden menurut Kualitas Tidur pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	66
5.6	Distribusi Karakteristik Responden menurut Tingkat Stres pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	67

5.7	Distribusi Karakteristik Responden menurut Kelelahan pada Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	68
5.8	Tabulasi Silang antara Jenis Kelamin dengan Kelelahan Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	68
5.9	Tabulasi Silang antara Umur dengan Kelelahan Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	69
5.10	Tabulasi Silang antara Kebiasaan Olahraga dengan Kelelahan Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	70
5.11	Tabulasi Silang antara Kuantitas Tidur dengan Kelelahan Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	71
5.12	Tabulasi Silang antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	72
5.13	Tabulasi Silang antara Tingkat Stres dengan Kelelahan Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	74
5.14	Tabulasi Silang antara Tingkat Stres dengan Kualitas Tidur Siswa SMA di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya	75

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
3.1	Kerangka Konseptual Hubungan Antara Kebiasaan Olahraga, Pola Tidur, dan Tingkat Stres dengan Kelelahan Siswa SMA Pengemudi Sepeda Motor di Kecamatan Wonokromo Kota Surabaya Tahun 2019	44
5.1	Peta Wilayah Kecamatan Wonokromo	63

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan bagi Responden Penelitian	110
2.	Lembar <i>Informed Consent</i>	117
3.	Kuesioner Penelitian	119
4.	Desain Leaflet	124
5.	Sertifikat Laik Etik	125
6.	Surat Izin Pengumpulan Data Awal dari FKM Universitas Airlangga	126
7.	Surat Izin Penelitian dari FKM Universitas Airlangga ..	127
8.	Surat Izin Penelitian dari SMA Khadijah Surabaya	128
9.	Surat Izin Penelitian dari SMA Muhammadiyah 3 Surabaya	129
10.	Dokumentasi Penelitian	130
11.	Hasil Analisis Variabel	131

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTRILAH

Daftar Arti Lambang

\geq	= Lebih dari sama dengan
\leq	= Kurang dari sama dengan
$>$	= Lebih dari
$<$	= Kurang dari
%	= Persen
/	= Per

Daftar Singkatan

BPS	= Badan Pusat Statistik
CI	= <i>Confidence Interval</i>
Depkes	= Departemen Kesehatan
FAS	= <i>Fatigue Assessment Scale</i>
GAS	= <i>General Adaptation Syndrome</i>
Kemendikbud	= Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan
KLL	= Kecelakaan Lalu Lintas
OBLA	= <i>Onset of Blood Locate Accumulation</i>
Polrestabes	= Polisi Resort Kota Besar
PP	= Peraturan Pemerintah
PR	= <i>Prevalence Ratio</i>
PSQI	= <i>Pittsburg Sleep Quality Index</i>
PSS	= <i>Perceived Stress Scale</i>
RI	= Republik Indonesia
SMA	= Sekolah Menengah Atas
WHO	= <i>World Health Organization</i>