

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRACT .....	vi
ABSTRAK .....	vii
DAFTAR ISI .....	viii
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	4
1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah.....	6
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Tujuan Umum.....	7
1.4.2 Tujuan Khusus.....	7
1.4.3 Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 Beban Kerja .....	9
2.1.1 Definisi Beban Kerja .....	9
2.1.2 Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja .....	10
2.2 Beban Kerja Fisik.....	12
2.2.1 Definisi Beban Kerja Fisik .....	12
2.2.2 Pengukuran Beban Kerja Fisik .....	14
2.3 Beban Kerja Mental.....	15
2.3.1 Definisi Beban Kerja Mental.....	15
2.3.2 Pengukuran Beban Kerja Mental.....	16
2.4 Kelelahan Kerja.....	19
2.4.1 Definisi Kelelahan Kerja .....	19
2.4.2 Faktor Penyebab Kelelahan Kerja .....	20
2.4.3 Gejala Kelelahan Kerja.....	25
2.4.4 Akibat Kelelahan Kerja .....	26
2.4.5 Pengukuran Keluhan Kelelahan Kerja .....	27
<b>BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS</b>	
<b>PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian .....	32



5.8 Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT.X.....	60
5.9 Hubungan Beban Kerja Mental dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT.X.....	61
<b>BAB VI PEMBAHASAN</b> .....	64
6.1 Faktor Karakteristik Individu Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT. X .....	64
6.1.1 Usia Pekerja Unit I-OAN di PT. X .....	64
6.1.2 Masa Kerja Pekerja Unit I-OAN di PT. X .....	65
6.1.3 Status Gizi Pekerja Unit I-OAN di PT. X .....	66
6.2 Waktu Kerja Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT.X.....	67
6.3 Waktu Istirahat Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT.X	68
6.4 Beban Kerja Fisik Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT.X.....	69
6.5 Beban Kerja Mental Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT.X.....	71
6.6 Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> (I-OAN) di PT. X .....	72
6.7 Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> di PT. X.....	73
6.8 Hubungan Beban Kerja Mental dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Unit <i>Integrated Operation Access Network</i> di PT. X.....	76
<b>BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....	80
7.1 Kesimpulan.....	80
7.2 Saran.....	81
7.2.1 Bagi Perusahaan .....	81
7.2.2 Bagi Pekerja .....	81
7.2.3 Bagi Peneliti Lain.....	82
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	83
<b>LAMPIRAN</b> .....	86

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Klasifikasi IMT Menurut Asia.....	24
2.2	Klasifikasi Tingkat dan Kategori Kelelahan Subjektif Berdasarkan Total Skor Individu.....	30
4.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data.....	38
5.1	Distribusi Usia Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	53
5.2	Distribusi Masa Kerja Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	53
5.3	Distribusi Status Gizi Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	54
5.4	Distribusi Waktu Istirahat pada Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	56
5.5	Distribusi Beban Kerja Fisik Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	57
5.6	Distribusi Beban Kerja Mental Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	58
5.7	Distribusi Keluhan Kelelahan Kerja Pekerja Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	59
5.8	Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Pekerja di Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	60
5.9	Hubungan Beban Kerja Mental dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Pekerja di Unit I-OAN di PT. X Tahun 2019.....	62

**DAFTAR GAMBAR**

Nomor	Judul Gambar	Halaman
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian Hubungan Beban Kerja dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Pekerja Servis Jaringan Telekomunikasi.....	32
5.1	Struktur Organisasi PT. X.....	50

**DAFTAR LAMPIRAN**

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Surat Izin Penelitian.....	86
2.	Sertifikat Kaji Etik Penelitian.....	87
3.	Penjelasan Sebelum Persetujuan.....	88
4.	<i>Informed Consent</i> .....	90
5.	Kuesioner Penelitian.....	91
6.	Kuesioner NASA-TLX .....	92
7.	Kuesioner Keluhan Kelelahan Kerja.....	96
8.	Hasil Pengukuran Beban Kerja Fisik.....	98
9.	Hasil Output Frekuensi.....	99
10.	Hasil Analisis Data.....	103
11.	Dokumentasi.....	106

**DAFTAR SINGKATAN**

Daftar Singkatan

I-OAN	= <i>Integrated Operation Access Network</i>
FTM	= <i>Fiber Termination Management</i>
BGES	= <i>Business, Government, Enterprise Service</i>
NASA-TLX	= <i>National Aeronautics &amp; Space Administration Task Load Index</i>
IFRC	= <i>Industrial Fatigue Research Committee</i>
IMT	= Indeks Massa Tubuh
ICD	= <i>International Classification of Diseases 11th Revision</i>
WHO	= <i>World Health Organization</i>
ODP	= <i>Optical Distribution Purpose</i>