

GAMBARAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA *SHIFT* DAN NON-*SHIFT* DI PT EASTERN LOGISTICS

TUGAS AKHIR



Oleh:

SYACH ROFLIUDIN ALFANSURI

**PROGRAM STUDI D3 KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
DEPARTEMEN KESEHATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
2020**

GAMBARAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA *SHIFT* DAN NON-*SHIFT* DI PT EASTERN LOGISTICS

TUGAS AKHIR



Oleh:

SYACH ROFLIUDIN ALFANSURI

**PROGRAM STUDI D3 KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
DEPARTEMEN KESEHATAN
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS AIRLANGGA
2020**

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Bagian atau keseluruhan isi Tugas Akhir ini tidak pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademis pada bidang studi dan / atau Universitas lain dan tidak pernah dipublikasikan / ditulis oleh individu selain penyusun kecuali bila dituliskan dengan format dalam isi Tugas Akhir.

Apabila ditemukan bukti bahwa pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Airlangga.

Lamongan, 06 Juli 2020



Syach Rofliudin Alfansuri
151711713047

LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR

**GAMBARAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA *SHIFT* DAN
NON-*SHIFT* DI PT EASTERN LOGISTICS**

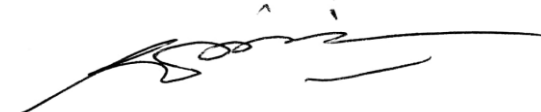
TUGAS AKHIR

Sebagai Salah Satu Syarat Lulus Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya
Bidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Pada Departemen Kesehatan Fakultas Vokasi
Universitas Airlangga

Oleh :
SYACH ROFLIUDIN ALFANSURI
151711713047

Disetujui oleh :

Pembimbing



Erwin Dyah Nawawinetu, dr., M.Kes

NIP. 196208071989032002

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

Tugas akhir ini telah diujikan dan disahkan dihadapan komisi penguji

Program Studi : D3 Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Departemen : Kesehatan

Fakultas : Vokasi Universitas Airlangga

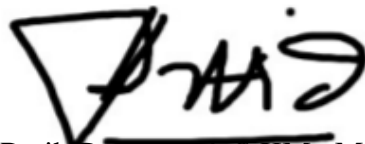
Hari/Tanggal : Jumat / 17 Juli 2020

Pukul : 15.00-16.00 WIB

Tempat : Via Zoom

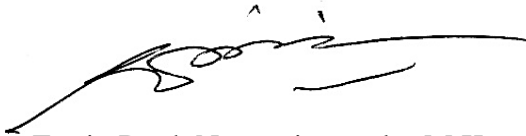
Komisi Penguji terdiri dari :

Ketua Penguji



Ratih Damayanti, S.KM., M.Kes
NIP. 198811192015043201

Anggota Penguji I



Erwin Dyah Nawawinetu, dr., M.Kes
NIP. 196208071989032002

Anggota Penguji II



Dani Nasirul Haqi, S.KM., M.KKK
NIP. 198711112015041005

PEDOMAN PENGGUNAAN TUGAS AKHIR

Tugas akhir ini tidak dipublikasikan, namun tersedia di perpustakaan dalam lingkungan Universitas Airlangga, diperkenankan untuk dipakai sebagai referensi kepustakaan, tetapi pengutipan harus seizin penyusun dan harus menyebutkan sumbernya sesuai kebiasaan ilmiah.

Dokumen tugas akhir ini merupakan hak milik Universitas Airlangga.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karuniaNya penulis penulis dapat menyelesaikan tugas akhir dengan judul “GAMBARAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA *SHFIT* DAN *NON-SHIFT* DI *PT EASTERN LOGISTICS*”, sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Program Pendidikan Diploma 3 Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.

Dalam Tugas Akhir ini dijabarkan gambaran tingkat kelelahan kerja beserta sumber kelelahan kerja yang dialami oleh pekerja di PT Eastern Logistics, sehingga nantinya dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menilai tingkat kelelahan kerja maupun dalam melakukan tindakan pencegahan serta pengendalian kelelahan kerja di perusahaan. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Ibu Erwin Dyah Nawawinetu, dr., M.Kes, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran hingga terwujudnya tugas akhir ini.

Terima kasih dan penghargaan penulis sampaikan pula kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Widi Hidayat, SE., M. Si., Ak., CA, CMA selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
2. Ibu Erwin Dyah Nawawinetu, dr., M.Kes, selaku Koordinator Program Pendidikan Diploma 3 Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
3. Ibu dan Bapak Dosen serta staff pengajar di Program Pendidikan Diploma 3 Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
4. Bapak Wiwid Cahyono selaku manager departemen QHSE PT Eastern Logistics serta Bu Shinta, Pak Abid, Pak Toni, Pak Imron, Mas Dika, Mbak Retno, dkk. sebagai pembimbing lapangan yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan ruang belajar, memberikan tambahan pengetahuan, membantu proses pengambilan data, memberikan saran-saran selama proses pengerjaan Tugas Akhir.
5. Pekerja Departemen *Operation* PT Eastern Logistics, yang secara tulus bersedia menjadi responden dalam pengerjaan Tugas Akhir ini.
6. Seluruh keluarga dan saudara, yaitu Ayah, Ibu, Salwa, Kimmy yang selalu memberi dukungan dan nasehat dalam mengerjakan Tugas Akhir.

7. Seluruh sahabat 8G dan IPS SMADA 2016 yang senantiasa selalu memberikan dukungan motivasi dan selalu menghibur dikala susah, serta sudah menjadi bagian penting dalam hidup saya.
8. Teman PKL 2 saya yaitu Salsa dan Tasya yang senantiasa membantu baik itu dalam mencari data, mengobservasi, menganalisis, serta mencari topik untuk tugas PKL dan TA ini.
9. Teman-teman D3 K3 2017 yang sudah seperti keluarga sendiri dalam berproses bersama serta selalu memberi dukungan dari awal hingga akhir.
10. Semua pihak yang telah membantu selama pengerjaan Tugas Akhir baik secara langsung maupun tidak langsung.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan pahala atas segala bantuan yang telah diberikan dan semoga Tugas Akhir ini berguna baik bagi diri penulis maupun pihak lain yang memanfaatkannya.

Surabaya, 09 Juli 2020



Penulis

Syach Rofliudin Alfansuri, 2020, *Description of Work Fatigue in Shift and Non-Shift Workers at PT Eastern Logistics* . This final project is under the guidance of Erwin Dyah Nawawinetu, dr., M.Kes. Diploma of Occupational Safety and Health Study Program, Vocational Faculty, Airlangga University.

ABSTRACT

Fatigue is a term to describe someone's reduced energy. Fatigue is caused by internal factors and external factors. internal factors are found in individual workers such as age, years of service, sex, nutritional status, and health conditions of workers. External factors come from outside sources, such as work shifts, work environment, workload, and monotonous work. Fatigue can be chronic if it occurs for a long time. The purpose of this study was to determine the description of fatigue caused by internal and external factors in PT Eastern Logistics Operations Department workers.

This research was an observational descriptive study. Research subjects were taken deliberately by taking 38-morning shift workers, 38-night shifts, and 6 non-shift workers. A total of 82 people. Variables that discuss internal factors (age, years of service), and external factors (work shifts). The data is analyzed using cross-tabulation.

The results of this study indicate that the majority of respondents aged > 30 years (61%), the working period of 6-10 years (47%), the majority worked shifts (93%), and experienced mild levels of fatigue (61%). The relationship between age, years of work with fatigue was not significant ($p > 0.05$). Work shift is associated with fatigue ($p < 0.05$) with moderate relationship strength ($C = 0.465$). The conclusions in this study indicate that older people are more susceptible to these problems, while the longer a person's work period, then they cannot correct difficulties. Moderate and severe approval rates are only completed by shift workers. With companies to always be able to manage their workers, take advantage of vacation time that can be done, set sleep time as a top priority, and schedule shift work hours with a maximum of 8 working hours.

Keywords: fatigue, IFRC, work shift.