

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR.....	1
TUGAS AKHIR.....	2
PENGESAHAN.....	Kesalahan! Bookmark tidak didefinisikan.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRACT.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xvi
BAB I.....	2
PENDAHULUAN.....	2
1.1. Latar Belakang.....	2
1.2. Identifikasi Masalah.....	3
1.3. Pembatasan dan Perumusan Masalah.....	6
1.4. Tujuan Penelitian.....	6
1.4.1 Tujuan Umum.....	6
1.4.2 Tujuan Khusus.....	6
1.5. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Definisi Kelelahan Kerja.....	7
2.2. Klasifikasi Kelelahan.....	8
2.3. Gejala Kelelahan.....	9
2.4. Faktor Penyebab Kelelahan Kerja.....	11
2.4.1 Faktor Internal.....	11
2.4.2 Faktor Eksternal.....	17
2.5. Dampak Kelelahan Kerja.....	21

2.6.	Metode Pengukuran Kelelahan Kerja.....	22
2.7.	Pengendalian Kelelahan Kerja.....	25
BAB III.....		28
KERANGKA KONSEP.....		28
3.1.	Kerangka Konseptual.....	28
3.2.	Penjelasan Kerangka Konseptual.....	29
BAB IV.....		31
METODE PENELITIAN.....		31
4.1.	Jenis Penelitian.....	31
4.2.	Subjek Penelitian.....	31
4.3.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	31
4.4.	Variabel, Cara pengukuran dan Definisi Operasional.....	32
4.5.	Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	33
4.6.	Teknik Pengolahan dan Analisa Data.....	34
4.6.1	Teknik Pengolahan Data.....	34
4.6.2	Analisa Data.....	35
BAB V.....		44
HASIL PENELITIAN.....		44
5.1.	Sejarah PT X..... Kesalahan! Bookmark tidak didefinisikan.	
5.2.	Visi, Misi, dan Budaya Kerja PT X.....	44
5.2.1	Visi PT X.....	44
5.2.2	Misi PT X.....	44
5.2.3	Budaya Kerja PT X.....	45
5.3.	Gambaran Umum Perusahaan.....	44
5.4.	Sistem Manajemen K3 di PT X.....	45
5.5.	Proses Produksi.....	46
5.6.	Gambaran Tipe Pekerja di PT X.....	48
5.7.	Faktor Internal.....	51
5.7.1	Gambaran Usia Pekerja di PT X.....	51
5.7.2	Gambaran Jenis Kelamin Tenaga Kerja di PT X.....	52
5.7.3	Gambaran Masa Kerja Tenaga Kerja di PT X.....	52
5.7.4	Gambaran Lama Tidur Tenaga Kerja di PT X.....	53
5.7.5	Gambaran Kebiasaan Merokok Tenaga Kerja di PT X.....	54
5.8.	Faktor Eksternal.....	55

5.8.1	Gambaran <i>Shift</i> Kerja Tenaga Kerja di PT X.....	55
5.9.	Gambaran Tingkat Kelelahan.....	55
5.10.	Gambaran Tingkat Kelelahan Kerja pada Pekerja <i>Shift</i> dan <i>Non Shift</i> ..	56
5.11.	Gambaran Hubungan Faktor Eksternal dengan Kelelahan Kerja Subjektif	57
5.11.1	Gambaran Hubungan antara <i>Shift</i> Kerja dan Kelelahan Kerja.....	57
5.12.	Gambaran Hubungan Faktor Internal dengan Kelelahan Kerja Subjektif	58
5.12.1	Gambaran Hubungan antara Usia dan kelelahan Kerja.....	58
5.12.2	Gambaran Hubungan Antara Jenis Kelamin dan Kelelahan Kerja..	59
5.12.3	Gambaran Hubungan antara Masa Kerja dan Kelelahan Kerja.....	59
5.12.4	Gambaran Hubungan antara Lama Tidur dan Kelelahan Kerja.....	60
5.12.5	Gambaran Hubungan antara Kebiasaan Merokok dan Kelelahan Kerja	61
BAB VI.....		65
PEMBAHASAN.....		65
6.1.	Gambaran Kelelahan Kerja Subjektif.....	65
6.2.	Gambaran Hubungan Tingkat Kelelahan Kerja dengan Faktor Internal.	69
6.3.	Gambaran Hubungan Tingkat Kelelahan Kerja dengan Faktor Eksternal	76
BAB VII.....		79
KESIMPULAN DAN SARAN.....		79
7.1.	Kesimpulan.....	79
7.2.	Saran.....	80
DAFTAR PUSTAKA.....		81
LAMPIRAN.....		84
Lampiran 1.....		84

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Gejala Kelelahan Subjektif pada Pekerja	10
2.2	Kategori Status Gizi menurut Kemenkes (2013)	17
2.3	Klasifikasi Beban Kerja Berdasarkan Denyut Nadi Pekerja	19
2.4	Klasifikasi Tingkat Kelelahan <i>Subjektif</i> berdasarkan Total Skor Individu	25
4.1	Variabel, definisi operasional dan cara pengukuran 32	30
5.1	Distribusi Frekuensi Tipe Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	42
5.2	Distribusi Frekuensi Usia Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	43
5.3	Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	44
5.4	Distribusi Frekuensi Masa Kerja Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	44
5.5	Distribusi Frekuensi Lama Tidur Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	45
5.6	Distribusi Frekuensi Kebiasaan Merokok Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	45
5.7	Distribusi Frekuensi Pekerja yang Memiliki Kebiasaan Merokok Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	46
5.8	Distribusi Frekuensi <i>Shift</i> Kerja Tenaga Kerja di PT X, Juni Tahun 2020	47
5.9	Distribusi Frekuensi Tingkat Kelelahan Kerja di PT X, Juni Tahun 2020	47
5.10	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Tipe Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	48
5.11	Tingkat kelelahan Kerja berdasarkan <i>Shift</i> Kerja pada pekerja <i>shift</i> di PT X, Juli Tahun 2020	49
5.12	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Usia pada Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	50
5.13	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Jenis Kelamin pada Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	51
5.14	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Masa Kerja pada Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	51
5.15	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Durasi Tidur Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	52
5.16	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Kebiasaan merokok pada Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	53
5.17	Tingkat Kelelahan Kerja menurut Kebiasaan Merokok pada Pekerja di PT X, Juni Tahun 2020	54

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
-------	--------------	---------

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1	Surat Pengambilan Data	73
2	Lembar Kuisiionare	74
3	Output SPSS	78

DAFTAR LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

<	= Kurang dari
>	= Lebih dari
%	= Persen
-	= Sampai atau hingga
&	= Dan
=	= Sama dengan

Daftar Arti Singkatan

APD	= Alat Pelindung Diri
BPJS	= Badan Penyelenggara Jaminan Sosial
HSE	= <i>Health, Safety, and Environment</i>
ISO	= <i>International Organization for Standarization</i>
K3	= Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Kemendes	= Kementerian Kesehatan
No.	= Nomor
OHSAS	= <i>Occupational Health and Safety Assesement Series</i>
OSHA	= <i>Occupational Safety and Health Administration</i>
Permenaker	= Peraturan Menteri Tenaga Kerja
PT	= Perseroan Terbatas
SMK3	= Sistem Manajemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja