



**DETERMINAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN PADA
SALAH SATU PERUSAHAAN *FAST FOOD* DI INDONESIA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

DINA AMALIA

1810713058

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2022**



**DETERMINAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN PADA
SALAH SATU PERUSAHAAN *FAST FOOD* DI INDONESIA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

DINA AMALIA

1810713058

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar,

Nama : Dina Amalia

NIM : 1810713058

Tanggal : 29 Juni 2022

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 29 Juni 2022

Yang menyatakan,



(Dina Amalia)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dina Amalia
NIM : 1810713058
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah yang berjudul: Determinan Kelelahan Kerja Karyawan pada Salah Satu Perusahaan *Fast Food* di Indonesia Tahun 2022.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta
Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 29 Juni 2022

Yang menyatakan,



(Dina Amalia)

PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Dina Amalia

NIM : 1810713058


Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Judul Skripsi : Determinan Kelelahan Kerja Karyawan pada Salah Satu Perusahaan *Fast Food* di Indonesia Tahun 2022

Telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.




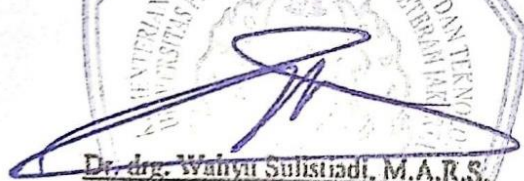
Dr. Apriandisih, S.K.M., M.K.M.
Ketua Penguji




Afif Amir Adirullah, S.Kn., M.K.K.K.
Penguji I



Rizki Amalia, S.K.M., M.H.Sc.
Penguji II



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, M.A.R.S.
Dekan Fikes



Arga Buntara, S.K.M., M.P.H.
Ka. Prodi Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 29 Juni 2022

DETERMINAN KELELAHAN KERJA KARYAWAN PADA SALAH SATU PERUSAHAAN *FAST FOOD* DI INDONESIA TAHUN 2022

Dina Amalia

Abstrak

Kelelahan kerja adalah persoalan yang kerap kali terjadi pada pekerja yang disebabkan oleh banyak faktor. Kelelahan kerja bisa berdampak pada ketidaknyamanan, menurunnya kinerja, dan meningkatnya potensi terjadinya kesalahan kerja. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis determinan kelelahan kerja pada karyawan gudang PT Azka Cahaya Putera. Metode penelitian adalah analitik kuantitatif dengan desain studi potong lintang. Subjek penelitian merupakan seluruh karyawan gudang (produksi dan logistik) PT Azka Cahaya Putera yang berjumlah 85 orang dengan metode *total sampling*. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Chi Square* dan *Fisher Probability Exact Test*. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan merokok (p -value=0,021; POR=9,06), durasi tidur (p -value=0,041; POR=3,11), beban kerja (p -value=0,038; POR=3,11), dan durasi kerja (p -value=0,021; POR=9,06) dengan kelelahan kerja. Oleh sebab itu, karyawan disarankan untuk mengurangi konsumsi rokok, mengatur pola waktu tidur, dan menyempatkan untuk melakukan peregangan saat bekerja sehingga tidak menimbulkan kekakuan serta menjaga tubuh agar tetap bugar selama bekerja.

Kata kunci : Industri Makanan, Karyawan Gudang, Logistik, Makanan Cepat Saji, Produksi

DETERMINANTS OF EMPLOYEES WORK FATIGUE AT AN INDONESIAN FAST FOOD COMPANY IN 2022

Dina Amalia

Abstract

Work fatigue is a problem that often occurs in workers caused by many factors. Work fatigue can have an impact on discomfort, decreased performance, and the potential for work errors. The purpose of this study was to analyze the determination of work fatigue in warehouse employees of PT Azka Cahaya Putera. The method was quantitative analytic with a cross-sectional study design. The subjects were all warehouse employees (production and logistic) at PT Azka Cahaya Putera with a total of 85 people using the total sampling method. The statistical test used is the Chi Square test and Fisher Probability Exact Test. The results showed a significant association between smoking habits (p -value=0,021; POR=9,06), sleep duration (p -value=0,041; POR=3,11), workload (p -value=0,038; POR=3,11), and work duration (p -value=0,021; POR=9,06) with work fatigue. Therefore, employees are advised to reduce cigarette consumption, regulate sleep patterns, and take time to stretch while working so it does not cause stiffness and keep the body fit while working.

Keywords: Fast Food, Food Industry, Logistic, Production, Warehouse Employees

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulis mengangkat judul **Determinan Kelelahan Kerja Karyawan pada Salah Satu Perusahaan *Fast Food* di Indonesia Tahun 2022** guna memenuhi tugas akhir penelitian skripsi.

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak. Secara khusus rasa terima kasih penulis sampaikan kepada:

1. Bunda, Atung, Uti, Ayah, Adik-adik dan keluarga tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan dan bantuan selama penulis menyelesaikan skripsi.
2. Ibu Rizki Amalia, S.K.M., M.H.Sc. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan berbagai arahan dan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. PT Azka Cahaya Putera khususnya bagian gudang yang telah banyak membantu dan responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.
4. Rafif, Bala, Alya, Dita, Nada, Sayyidah, Andira, Nabila, Velia, Sarah yang telah membantu, mendengarkan keluh kesah, dan menyemangati penulis.
5. Rekan-rekan Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Angkatan 2018 yang sama-sama berjuang dan saling menyemangati.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan segala kritik dan saran yang dapat membangun dari semua pihak. Besar harapan penulis, skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh pembaca ataupun peneliti selanjutnya.

Jakarta, 29 Juni 2022

Penulis

Dina Amalia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Ruang Lingkup	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Pengertian Kelelahan Kerja.....	7
II.2 Klasifikasi Kelelahan Kerja	8
II.3 Gejala Kelelahan Kerja	9
II.4 Pengukuran Kelelahan Kerja.....	9
II.5 Cara Mengatasi Kelelahan Kerja	11
II.6 Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja.....	12
II.7 Penelitian Terdahulu	20
II.8 Kerangka Teori.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
III.1 Kerangka Konsep	25
III.2 Definisi Operasional	26
III.3 Hipotesis Penelitian	28
III.4 Desain Penelitian	28
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	28
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian.....	29
III.7 Metode Pengumpulan Data	30
III.8 Instrumen Penelitian	31
III.9 Pengolahan Data	31
III.10 Analisis Data.....	33
III.11 Uji Normalitas.....	33
III.12 Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
IV.1 Gambaran Umum Perusahaan	36

IV.2 Hasil Penelitian.....	36
IV.3 Pembahasan.....	42
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB V PENUTUP.....	61
V.1 Kesimpulan.....	61
V.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori Tingkat Kelelahan Subjektif	11
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	20
Tabel 3	Definisi Operasional	26
Tabel 4	Penentuan Besar Sampel	29
Tabel 5	Uji Normalitas	34
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja pada Karyawan Gudang di PT Azka Cahaya Putera Tahun 2022	37
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Faktor Internal pada Karyawan Gudang di PT Azka Cahaya Putera Tahun 2022	37
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal pada Karyawan Gudang di PT Azka Cahaya Putera Tahun 2022	38
Tabel 9	Hubungan Faktor Internal dengan Kelelahan Kerja	39
Tabel 10	Hubungan Faktor Eksternal dengan Kelelahan Kerja	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	24
Gambar 2	Kerangka Konsep	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 2	Surat Balasan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 3	Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	Surat Persetujuan Etik (<i>Ethical Approval</i>)
Lampiran 5	Kuesioner Penelitian
Lampiran 6	<i>Time Schedule</i>
Lampiran 7	<i>Screenshot</i> Kuesioner Daring
Lampiran 8	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 9	Hasil Uji Univariat
Lampiran 10	Hasil Uji Bivariat
Lampiran 11	Dokumentasi
Lampiran 12	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 13	Hasil <i>TurnItIn</i>