



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN  
KERJA PADA PEKERJA DI PT SINARINDO MANDIRI PERKASA  
TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

**NUR AZIZAH WAFIQOH ROBBANI  
1910713008**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2023**



**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN  
KERJA PADA PEKERJA DI PT SINARINDO MANDIRI PERKASA  
TAHUN 2023**

**SKRIPSI**

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

**NUR AZIZAH WAFIQOH ROBBANI  
1910713008**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2023**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Nur Azizah Wafiqoh Robbani

NRP : 1910713008

Tanggal : 22 Juni 2023

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

Jakarta, 22 Juni 2023

Yang Menyatakan,



(Nur Azizah Wafiqoh Robbani)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nur Azizah Wafiqoh Robbani  
NRP : 1910713008  
Fakultas : Ilmu-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 saya yang berjudul: **“Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT Sinarindo Mandiri Perkasa Tahun 2023”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 22 Juni 2023

Yang menyatakan,



Nur Azizah Wafiqoh Robbani

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

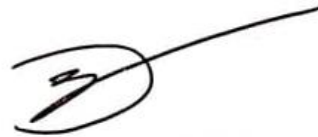
Nama : Nur Azizah Wafiqoh Robbani

NRP : 1910713008

Program Studi : Kesehatan Masyarakat






Judul Skripsi : Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja  
Pada Pekerja di PT Sinarindo Mandiri Perkasa Tahun 2023

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



Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep. M.K.K.K.

Ketua Penguji

  
Ulya Ooulan Karima, S.K.M., M.Epid.  
Penguji I  
  
  
Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., PhD  
Dekan FIKES  
Dr. Laily Hanifah, S.K.M., M.Kes.  
Penguji II (Pembimbing)  
Arga Buntara, S.K.M., M.P.H.  
Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat  
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 22 Juni 2023

# **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA DI PT SINARINDO MANDIRI PERKASA TAHUN 2023**

**Nur Azizah Wafiqoh Robbani**

## **Abstrak**

Kelelahan dapat mempengaruhi efektivitas, produktivitas, serta keselamatan pekerja akibat penurunan kewaspadaan pekerja sehingga dapat menyebabkan kesalahan, peningkatan insiden dan cedera. Tujuan penelitian untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja di PT Sinarindo Mandiri Perkasa. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling dengan jumlah sampel minimal 114 responden. Hasil menunjukkan bahwa persentase yang dialami dari analisis univariat menunjukkan bahwa sebanyak 30 responden (26,1%) mengalami kelelahan kerja tingkat ringan, sebanyak 82 responden (71,3%) mengalami kelelahan kerja tingkat sedang, dan 3 responden (2,6%) mengalami kelelahan tingkat berat. Uji *Chi Square* menunjukkan bahwa usia (0,023) dan durasi kerja (0,041) menunjukkan adanya hubungan. Sedangkan masa kerja, status gizi, kebiasaan merokok, beban kerja mental, beban kerja fisik, kebisingan, pencahayaan, dan iklim kerja menunjukkan tidak ada hubungan. Rekomendasinya adalah memaksimalkan waktu istirahat, mengatur durasi kerja supaya tidak melebihi waktu yang ditentukan, dan melakukan pemeriksaan kesehatan terutama pada pekerja berisiko mengalami kelelahan kerja.

**Kata Kunci:** Durasi Kerja, Kelelahan, Pekerja, Usia

# **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA DI PT SINARINDO MANDIRI PERKASA TAHUN 2023**

**Nur Azizah Wafiqoh Robbani**

## **Abstract**

Fatigue can affect the effectiveness, productivity, and safety of workers due to decreased worker alertness which can lead to errors, increased incidents, and injuries. The purpose of the study is to analyze the factors related to work fatigue in workers of PT Sinarindo Mandiri Perkasa. This research uses analytical research method with cross-sectional approach. The sampling technique used was total sampling with a minimum sample size of 114 respondents. The results showed that the percentage experienced from the univariate analysis showed that as many as 30 respondents (26.1%) experienced mild fatigue, 82 respondents (71.3%) experienced moderate fatigue, and 3 respondents (2.6%) experienced severe fatigue. The Chi Square test showed that age (0.023) and work duration (0.041) show a relationship during the working period, nutritional status, smoking habit, mental workload, physical workload, noise, lighting, and work climate showed no relationship. The recommendations are maximizing rest time, managing work duration so that it does not exceed the specified time, and conducting health checks, especially for workers at risk of experiencing work fatigue.

**Keywords** : Age, Duration of work, Fatigue, Worker

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT Sinarindo Mandiri Perkasa Tahun 2023” ini sesuai dengan petunjuk, kemampuan, dan ilmu pengetahuan yang penulis miliki serta referensi dari berbagai sumber.

Tidak lupa penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh responden, Kepala Divisi *Human Resources* PT Sinarindo Mandiri Perkasa yang telah mengizinkan pelaksanaan penelitian di lokasi tersebut, Ibu Dr. Laily Hanifah, SKM, M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan serta masukan yang bermanfaat selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M.Epid., dan Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep, M.K.K.K yang telah bersedia menguji dan memberikan masukan serta saran sehingga skripsi ini bisa selesai tepat pada waktu yang telah ditentukan.

Penulis sangat terbuka terhadap kritik dan saran yang dapat membantu proses penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya.

Jakarta, 22 Juni 2023



Nur Azizah Wafiqoh Robbani



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
PENGESAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang .....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	4
I.4 Manfaat Penelitian .....	5
I.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Kelelahan Kerja .....	7
II.2 Faktor Risiko Kelelahan Kerja .....	13
II.3 Penelitian Terkait.....	23
II.4 Kerangka Teori .....	26
BAB III METODE PENELITIAN .....	27
III.1 Kerangka Konsep.....	27
III.2 Hipotesis .....	28
III.3 Definisi Operasional .....	29
III.4 Desain Penelitian .....	34
III.5 Waktu dan Lokasi Kegiatan.....	34
III.6 Populasi dan Sampel.....	34
III.7 Pengumpulan Data .....	36
III.8 Instrumen Penelitian .....	36
III.9 Etika Penelitian .....	40
III.10 Pengolahan Data.....	42
III.11 Analisis Data .....	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	45
IV.1 Gambaran Umum Perusahaan .....	45
IV.2 Hasil Analisis .....	45
IV.3 Pembahasan .....	52
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	63
BAB V PENUTUP.....	64
V.1 Kesimpulan.....	64
V.2 Saran .....	66

DAFTAR PUSTAKA .....	67
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Nilai Ambang Batas Iklim Lingkungan Kerja Industri.....	21
Tabel 2	Penelitian Terkait .....	23
Tabel 3.	Definisi Operasional .....	29
Tabel 4	Linimasa Kegiatan Penelitian Skripsi .....	34
Tabel 5.	Penentuan Sampel .....	35
Tabel 6	Uji Validitas Kuesioner Kebiasaan Merokok .....	40
Tabel 7	Uji Validitas Kuesioner NASA-TLX.....	40
Tabel 8	Uji Reliabilitas Kuesioner .....	41
Tabel 9	Uji Normalitas.....	41
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja, Usia, Masa Kerja, Durasi Kerja, Status Gizi, Kebiasaan Merokok, Beban Kerja Fisik, Beban Kerja Mental, Kebisingan, Pencahayaan, dan Iklim Kerja .....	46
Tabel 11	Hubungan antara Usia, Masa Kerja, Durasi Kerja, Status Gizi, Kebiasaan Merokok, Beban Kerja Fisik, Beban Kerja Mental, Kebisingan, Pencahayaan, dan Iklim Kerja.....	48

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.	Kerangka Konsep.....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Studi Pendahuluan
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Uji Validitas
Lampiran 3	Surat Permohonan Izin penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 4	Surat Peminjaman Alat Lab
Lampiran 5	Surat Ethical Clearence
Lampiran 6	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 7	Lembar Informed Consent
Lampiran 8	Kuesioner Penelitian
Lampiran 9	Output Uji Validitas
Lampiran 10	Tabulasi Data
Lampiran 11	Output Analisis Univariat
Lampiran 12	Output Uji Bivariat
Lampiran 13	Dokumentasi
Lampiran 14	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 15	Hasil Turnitin