



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN
KERJA PADA PEGAWAI PEREMPUAN DI UNIVERSITAS
PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
TAHUN 2023**

SKRIPSI

TABITA SRI WAHYU NINGTIYAS

2010211030

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
2024**



**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN
KERJA PADA PEGAWAI PEREMPUAN DI UNIVERSITAS
PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
TAHUN 2023**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran**

**TABITA SRI WAHYU NINGTIYAS
2010211030**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

NRP : 2010211030

Tanggal : 20 Desember 2023

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

Jakarta, 20 Desember 2023

Yang menyatakan,



Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

NIM : 2010211030

Fakultas : Kedokteran

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN KERJA PADA PEGAWAI PEREMPUAN DI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA 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 tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 20 Desember 2023


Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

NIM : 2010211030

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : “Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Pegawai Perempuan di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta tahun 2023”

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

dr. Yanti Harjono
Hadiwardjo, MKM.,
Sp.KKLP., Subsp. COPC
Penguji

Melly Kristanti, SKM,
M.Epid
Pembimbing 1

Boenga NurCita, S.Si., M.Sc
Pembimbing 2



Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, Mkes.,
M.Pd.I
Dekan Fakultas Kedokteran

dr. Mila Citrawati, M.Biomed., Sp.KKLP
Ketua Program Studi Kedokteran
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 20 Desember 2023

**FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI
KELELAHAN KERJA PADA PEGAWAI PEREMPUAN
DI UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN”
JAKARTA TAHUN 2023**

Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

Abstrak

Peningkatan tenaga kerja perempuan diikuti dengan peningkatan timbulnya kelelahan kerja pada pegawai perempuan. Kelelahan menyebabkan penurunan efisiensi kerja dan dapat menurunkan produktifitas kerja yang ditandai dengan tidak tercapainya target kerja. Kelelahan dipengaruhi faktor internal dan faktor eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pegawai perempuan di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini terdiri dari 36 sampel yang diperoleh menggunakan simple random sampling. Analisis yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji *chi-square* untuk mengetahui pengaruh antar variabel. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel status gizi obesitas sentral ($p=0,002$), usia ($p=0,011$), masa kerja ($p=0,001$), dan beban kerja ($p=0,007$) berpengaruh terhadap kelelahan kerja. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara obesitas sentral, usia, masa kerja dan beban kerja terhadap kelelahan kerja pada pegawai perempuan di UPNVJ. Maka dari itu, Pegawai perempuan di lingkungan instansi dapat mengurangi risiko kelelahan kerja dengan memanfaatkan waktu istirahat dengan baik dan melakukan peregangan saat bekerja.

Kata kunci: kelelahan kerja, faktor kelelahan, perempuan

***FACTORS AFFECTING WORK FATIGUE IN FEMALE
EMPLOYEES AT UNIVERSITY OF NATIONAL
DEVELOPMENT “VETERAN” JAKARTA 2023***

Tabita Sri Wahyu Ningtiyas

Abstract

The increase in the female workforce is accompanied by an increase in the emergence of work fatigue in female employees. Fatigue causes a decrease in work efficiency and can reduce work productivity, marked by the failure to achieve work targets. Fatigue is influenced by internal and external factors. This study aims to determine the factors that affect work fatigue in female employees at Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. The research method used is observational analytical with a cross-sectional approach. The number of samples in this study consisted of 36 samples obtained using simple random sampling. The analysis used in this study used the chi-square test to determine the influence between variables. The results of this study indicate that the variables of central obesity nutritional status ($p=0.002$), age ($p=0.011$), working period ($p=0.001$), and workload ($p=0.007$) affect work fatigue. Based on the research results, it can be concluded that there is a significant influence between central obesity, age, work period, and workload on work fatigue in female employees at UPNVJ. Therefore Female employees in institutional environments can reduce the risk of work fatigue by utilizing rest time effectively and stretching during work.

Key words: *work fatigue, fatigue factors, female*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT atas berkat, rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun proposal skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja pada Pegawai Perempuan di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta tahun 2023”. Penyusunan skripsi ini dilakukan dengan maksud untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan dalam meraih gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Peneliti menyadari penyusunan skripsi ini tidak dapat diselesaikan tanpa bantuan banyak pihak, maka dari peneliti ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. dr. H. Taufiq Fredik Pasiak, M.Kes, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta,
2. dr. Mila Citrawati, M. Biomed selaku Kepala program studi,
3. Ibu Melly Kristanti, SKM, M. Epid selaku dosen pembimbing 1 yang telah bersedia meluangkan waktu, pikiran, dan tenaga dengan ikhlas dalam membimbing penulis menyelesaikan skripsi ini,
4. Ibu Boenga Nurcita, S.SI., M.Sc selaku dosen pembimbing 2 yang telah bersedia memberikan arahan mengenai sistematika penulisan skripsi dan membimbing penulis dengan penuh kesabaran,
5. Kepada dr. Yanti Harjono Hadiwardjo, Sp.KKLP, MKM selaku penguji yang telah meluangkan waktu dan memberikan saran kepada penulis dalam penyusunan skripsi,
6. Segenap dosen pengajar dan *Staff* Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan,
7. Bagian Kepegawaian Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta yang memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian dan membantu penulis dalam mendapatkan data yang dibutuhkan,

8. Kedua orang tua penulis, Bapak Untung Tri Asmaranto dan Ibu Naning Dwi Handaru serta kakak penulis yang selalu memberikan dukungan kepada penulis dari awal peneliti memulai pendidikan kedokteran hingga saat ini,
9. Sahabat terdekat penulis, Salsa, Lylu, Rote, Amel, Anggi, Clarissa, Jena, Mimel, dan Rahma yang senantiasa mendengarkan keluh kesah penulis serta memberikan dukungan dengan ikhlas dan teman – teman angkatan 2020 yang selalu menjadi teman penulis dalam masa perkuliahan.

Penulis menyadari masih banyaknya kekurangan dalam skripsi ini, maka dari itu penulis terbuka menerima kritik dan saran yang membangun. Penulis berharap skripsi ini dapat memberikan banyak manfaat berbagai pihak.

Jakarta, 20 Desember 2023

Penulis

DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
PENGESAHAN	iv
Abstrak	v
<i>Abstract</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
LAMPIRAN.....	xvi
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang Masalah.....	1
I.2 Rumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian.....	4
I.3.1 Tujuan Umum.....	4
I.3.2 Tujuan Khusus	4
I.4. Manfaat Penelitian.....	5
I.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
I.4.2 Manfaat Praktis	5
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.I Kelelahan Kerja	7
II.1.1 Definisi Kelelahan Kerja	7
II.1.2 Faktor Penyebab Kelelahan Kerja	7
II.1.3 Mekanisme Kelelahan Kerja.....	21
II.1.4 Jenis-Jenis Kelelahan Kerja	22
II.1.5 Gejala dan Tanda Kelelahan Kerja	23
II.1.6 Pengukuran Kelelahan Kerja	24

II.1.7	Dampak Kelelahan Kerja.....	25
II.1.8	Langkah-Langkah Mengatasi Kelelahan Kerja	25
II.4	Penelitian Terkait.....	25
II.5	Kerangka Teori.....	27
II.6	Kerangka Konsep.....	28
II.7	Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III.....		29
METODOLOGI PENELITIAN.....		29
III.1	Jenis Penelitian	29
III.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	29
III.3	Subjek Penelitian	29
III.3.1	Populasi Penelitian.....	29
III.4	Kriteria Pemilihan Sampel.....	30
III.4.1	Kriteria Inklusi	30
III.4.2	Kriteria Eksklusi.....	30
III.5	Teknik Pengambilan Sampel Penelitian	30
III.6	Besar Sampel Penelitian	30
III.7	Identifikasi Variabel Penelitian	32
III.7.1	Variabel Dependen.....	32
III.7.2	Variabel Independen	32
III.8	Definisi Operasional Variabel	32
III.9	Instrumen Penelitian	33
III.10	Uji Validitas dan Reabilitas	34
III.11	Teknik Pengambilan Data.....	35
III.12	Pengolahan Data	35
III.13	Analisis Data.....	36
III.14	Alur Penelitian	38
BAB IV		39
HASIL DAN PEMBAHASAN.....		39
IV.1	Deskripsi Lokasi Penelitian	39
IV.2	Hasil Penelitian.....	39
IV.2.1	Deskripsi Hasil Penelitian.....	39
IV.2.3	Hasil Analisis Univariat	40
IV.2.4	Hasil Analisis Bivariat	41

IV.2.5 Analisis Pengaruh Obesitas Sentral terhadap Kelelahan Kerja	41
IV.3 Hasil Pembahasan.....	44
IV.3.1 Pembahasan Analisis Univariat	44
IV.3.2 Pembahasan Analisis Bivariat.....	50
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	57
BAB IV	58
PENUTUP.....	58
V.1 Kesimpulan	58
V.2 Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61
LAMPIRAN.....	70
RIWAYAT HIDUP.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Berat Badan Berdasarkan IMT Menurut Kriteria Asia Pasifik	10
Tabel 2.2	Penelitian Terkait	25
Tabel 3.3	Perhitungan Besar Sampel	31
Tabel 3.4	Definisi Operasional Variabel.....	32
Tabel 3.5	Hasil Uji Validitas 6 Dimensi <i>NASA-TLX</i>	34
Tabel 4.6	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	39
Tabel 4.7	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelelahan Kerja, Obesitas Sentral, Usia, Masa Kerja, dan Beban Kerja	40
Tabel 4.8	Analisis Pengaruh Obesitas Sentral terhadap Kelelahan Kerja.....	41
Tabel 4.9	Analisis Pengaruh Usia terhadap Kelelahan Kerja	42
Tabel 4.10	Analisis Pengaruh Masa Kerja terhadap Kelelahan Kerja	43
Tabel 4.11	Analisis Pengaruh Beban Kerja terhadap Kelelahan Kerja.....	44

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1	Bagan Kerangka Konsep	28
Bagan 3.	Alur Penelitian.....	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sirkuit Pengendalian Keseimbangan Energi di Hipotalamus...	14
Gambar 2.2 Bagan Kerangka Teori.....	27

DAFTAR SINGKATAN

TPAK	: Tingkat Partisipasi Angkatan Kerja
IMT	: Indeks Massa Tubuh
NASA-TLX	: National Aeronautics and Space Administration
FAS	: Fatigue Assessment Scale

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik Penelitian.....	69
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian.....	70
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian dari Bagian Kepegawaian UPNV.....	71
Lampiran 4 Riwayat Hidup Penulis	72
Lampiran 5 Lembar Penjelasan Setelah Persetujuan	73
Lampiran 6 Lembar Persetujuan dengan Subjek Penelitian.....	76
Lampiran 7 Lembar Kuesioner Penelitian.....	77
Lampiran 8 Hasil SPSS Analisis Univariat.....	83
Lampiran 9 Hasil SPSS Analisis Bivariat Penelitian Menggunakan Uji Chi-Square	85
Lampiran 10 Dokumentasi Penelitian	93