



**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT  
KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA PROYEK  
PEMBANGUNAN TOP GOLF PT X  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**PUTRI AUDINA**

**2010713016**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2024**



**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT  
KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA PROYEK  
PEMBANGUNAN TOP GOLF PT X  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

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

**PUTRI AUDINA  
2010713016**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
2024**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Putri Audina

NIM : 2010713016

Tanggal : 28 Juni 2024

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

Jakarta, 28 Juni 2024

Yang Menyatakan,



Putri Audina

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

---

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

Nama : Putri Audina  
NIM : 2010713016  
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 saya yang berjudul:

“Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pekerja Proyek Pembangunan Top Golf PT X Tahun 2024”

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.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 28 Juni 2024

Yang Menyatakan,



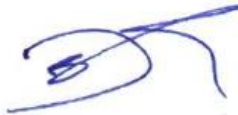
Putri Audina

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Putri Audina  
NIM : 2010713016  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana  
Judul : Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pekerja Proyek Pembangunan Top Golf PT X Tahun 2024

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 Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



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

Ketua Penguji



Nayla Kamilia Fihri, S.KM., M.P.H.

Penguji I



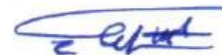
Ulya Qoulan Karima, SKM., M.Epid.

Penguji II (Pembimbing)



Desmawati, SKP, M.Kep, Sp. Kep, Mat, PhD

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Dr. Chandrayani Simanorang, SKM., M.Epid.

Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat

Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta  
Tanggal Seminar : 28 Juni 2024

# FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN TINGKAT KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA PROYEK PEMBANGUNAN TOP GOLF PT X TAHUN 2024

Putri Audina

## Abstrak

Proyek konstruksi di Indonesia merupakan salah satu tempat yang dapat berpotensi memicu terjadinya kelelahan. Kelelahan merupakan salah satu masalah yang sering kali diabaikan yang sebenarnya memiliki dampak yang serius bagi keselamatan kerja. Kelelahan dapat menurunkan kemampuan dalam bekerja yang ditandai dengan penurunan aktivitas kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja proyek pembangunan Top Golf PT X. Penelitian ini menggunakan analitik kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional* dan jumlah responden sebanyak 206 pekerja, sampel dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara variabel internal status pernikahan (*p-value* 0,020), kebiasaan merokok (*p-value* 0,000) dan variabel eksternal durasi kerja (*p-value* 0,049), jenis pekerjaan (*p-value* 0,000) terhadap variabel kelelahan kerja. Disarankan bagi perusahaan untuk mengadakan sosialisai rutin dan promosi kesehatan pada pekerja terkait faktor penyebab, dampak, dan pencegahan kelelahan kerja, perusahaan membuat kebijakan terkait waktu kerja dan kawasan tanpa rokok untuk mengurangi risiko kelelahan kerja.

**Kata Kunci:** Faktor Internal, Faktor Eksternal, Kelelahan Kerja, Pekerja Konstruksi

# **FACTORS RELATED TO THE LEVEL OF WORK FATIGUE AT PT X TOP GOLF CONSTRUCTION PROJECT WORKERS IN 2024**

**Putri Audina**

## **Abstract**

Construction activities in Indonesia are one place that can potentially trigger fatigue. Fatigue is an often overlooked problem that actually has a serious impact on work safety. Fatigue can reduce the ability to work, which is characterized by a decreased in work activity. The purpose of this study was to determine the factors related to work fatigue in workers on the Top Golf construction project PT X. This was a quantitative study with cross-sectional design. Data were analyzed using the chi-square test. The results of the analysis show that there is a significant relationship between the internal variables of marital status (p-value 0.020), smoking habits (p-value 0.000), and the external variables of work duration (p-value 0.049), type of work (p-value 0.000) on the work fatigue variable. It is recommended that companies carry out regular socialization and health promotion for workers regarding the causes, impacts, and prevention of work fatigue, companies create policies regarding working hours and non-smoking areas to reduce the risk of work fatigue.

**Keywords:** *Internal Factors, External Factors, Work Fatigue, Construction Workers.*

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyusun proposal penelitian dengan judul “Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kelelahan Kerja pada Pekerja Proyek Pembangunan Top Golf PT X Tahun 2024” sebagai salah satu syarat pemenuhan skripsi semester genap.

Dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada Ibu Ulya Qoulan Karima, SKM., M.Epid selaku dosen pembimbing dan para dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana yang telah banyak memberikan dukungan serta arahan yang bermanfaat bagi penulis. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada PT X yang sudah bersedia membantu jalannya penelitian ini dan kepada seluruh responden penelitian PT X. Saya juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang yang selalu hadir dalam setiap kondisi, serta teman-teman saya Alfi, Yuli, Winda, Raudina, Indah, Regina, Dina dan teman-teman lainnya yang selalu memberikan semangat dan doa selama penyusunan skripsi ini serta ucapan terima kasih tak lupa saya ucapkan kepada diri saya sendiri karena telah berhasil menyelesaikan penelitian ini dengan tepat waktu dan tetap sehat wal afiat.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, baik dari segi materi maupun penyajiannya. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan proposal penelitian ini. Besar harapan penulis agar skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh pembaca ataupun peneliti selanjutnya.

Jakarta, 28 Juni 2024

Penulis

Putri Audina



## 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.....	3
I.3 Tujuan Penelitian .....	4
I.4 Manfaat Penelitian .....	4
I.5 Ruang Lingkup.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	6
II.1 Kelelahan Kerja.....	6
II.2 Klasifikasi Kelelahan Kerja .....	7
II.3 Gejala Kelelahan Kerja.....	7
II.4 Dampak Kelelahan Kerja .....	8
II.5 Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja .....	8
II.6 Pengukuran Kelelahan Kerja.....	20
II.7 Pencegahan dan Pengendalian Kelelahan Kerja .....	21
II.8 Penelitian Terdahulu .....	22
II.9 Kerangka Teori .....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
III.1 Kerangka Konsep.....	25
III.2 Hipotesis Penelitian .....	26
III.3 Definisi Operasional .....	28
III.4 Desain Penelitian .....	31
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian .....	31
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	32
III.7 Metode Pengumpulan Data .....	33
III.8 Instrumen Penelitian .....	33
III.9 Pengolahan Data .....	34
III.10 Analisis Data .....	36
III.11 Uji Normalitas.....	37
III.12 Etika Penelitian .....	38

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	39
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	39
IV.2 Hasil Penelitian .....	39
IV.3 Pembahasan.....	46
IV.4 Keterbatasan Penelitian .....	53
BAB V PENUTUP.....	55
V.1 Kesimpulan.....	55
V.2 Saran .....	56
DAFTAR PUSTAKA .....	58
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu .....	22
Tabel 2	Definisi Operasional.....	28
Tabel 3	Perhitungan Besar Sampel Minimal.....	32
Tabel 4	Kategori Variabel .....	35
Tabel 5	Hasil Uji Normalitas.....	37
Tabel 6	Hasil Analisis Univariat Variabel Kelelahan.....	40
Tabel 7	Hasil Analisis Univariat Variabel Internal.....	40
Tabel 8	Hasil Analisis Univariat Variabel Eksternal.....	41
Tabel 9	Hasil Analisis Bivariat Variabel Internal.....	42
Tabel 10	Hasil Analisis Bivariat Variabel Eksternal .....	44
Tabel 11	Jenis Pekerjaan Berisiko dan Tidak Berisiko .....	45

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori .....	24
Gambar 2	Kerangka Konsep .....	26

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Time Schedule</i>
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 3	Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	Surat <i>Ethical Approval</i>
Lampiran 5	Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Subjek Penelitian ( <i>Informed Consent</i> )
Lampiran 7	Kuesioner Identitas Responden
Lampiran 8	Kuesioner Kelelahan Kerja
Lampiran 9	Kuesioner Stres Kerja
Lampiran 10	Kuesioner Kebiasaan Merokok
Lampiran 11	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 12	<i>Output</i> Hasil Analisis Univariat
Lampiran 13	<i>Output</i> Hasil Analisis Bivariat
Lampiran 14	Tabulasi Data
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 16	Lembar Monitoring Bimbingan
Lampiran 17	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 18	Hasil Pengecekan Turnitin