



**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI BUS DAMRI
DALAM KOTA (JABODETABEK) TAHUN 2025**

SKRIPSI

DINDA MARIELLA LA BASSE

2110713032

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**



**FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI BUS DAMRI
DALAM KOTA (JABODETABEK) TAHUN 2025**

SKRIPSI

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

DINDA MARIELLA LA BASSE

2110713032

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2025**

PERNYATAAN ORISIONALITAS

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

Nama : Dinda Mariella La Basse

NIM : 2110713032

Tanggal : 24 Juni 2025

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

Jakarta, 24 Juni 2025

Yang Menyatakan,



(Dinda Mariella La Basse)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

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

Nama : Dinda Mariella La Basse
NIM : 2110713032
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 – Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Damri Dalam Kota (Jabodetabek) Tahun 2025

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: 23 Juni 2025

Yang Menyatakan,

Dinda Mariella La Basse

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Dinda Mariella La Basse
NIM : 2110713032
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul : Faktor – Faktor yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada
Pengemudi Bus Damri Dalam Kota (Jabodetabek) Tahun 2025

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



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

Ketua Penguji



Dr. Agus Joko Susanto, S.K.M., M.K.K.K

Penguji I



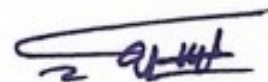
Chahya Kharin Herbawani, S.Keb., Bd, MKM.

Penguji II (Pembimbing)



Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Chandrayani Simanjourang, S.K.M., M.Epid.

Koordinator Program Studi Kesehatan
Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 23 Juni 2025

FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI BUS DAMRI DALAM KOTA (JABODETABEK) TAHUN 2025

Dinda Mariella La Basse

Abstrak

Pengemudi bus termasuk kelompok yang memiliki risiko tinggi mengalami kelelahan kerja, yang dapat menjadi salah satu faktor utama penyebab kecelakaan lalu lintas. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi bus Damri dalam kota di wilayah Jabodetabek. Penelitian dilakukan dengan pendekatan *cross-sectional*, melibatkan seluruh populasi sebanyak 112 pengemudi, dan 98 orang diantaranya dijadikan sampel melalui teknik *total sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan beberapa instrumen, yaitu kuesioner *Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI)* untuk menilai tingkat kelelahan, *Perceived Stress Scale 10 (PSS-10)* untuk stres kerja, *NASA-TLX* untuk beban kerja mental, serta *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* untuk kualitas tidur. Analisis data dilakukan hingga tahap bivariat menggunakan uji chi-square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 45,9% responden mengalami kelelahan kerja tingkat sedang. Konsumsi kafein ($p=0,042$) dan stres kerja ($p=0,001$) memiliki hubungan signifikan dengan kelelahan kerja. Sedangkan faktor usia, status perkawinan, tingkat pendidikan, status gizi, konsumsi alkohol, kebiasaan merokok. Kualitas tidur, beban kerja mental, durasi kerja, dan masa kerja tidak menunjukkan hubungan signifikan. Berdasarkan temuan ini, disarankan pada perusahaan untuk menerapkan program intervensi untuk manajemen stres dan pengaturan konsumsi kafein pada pengemudi.

Kata Kunci: Kafein, Kelelahan Kerja, Pengemudi, Stres Kerja

FACTORS RELATED TO WORK FATIGUE IN DAMRI BUS DRIVERS IN THE CITY (JABODETABEK) IN 2025

Dinda Mariella La Basse

Abstract

Bus drivers are among the occupational groups at high risk of experiencing work-related fatigue, which is a major contributing factor to traffic accidents. This study aims to identify factors associated with work fatigue among urban Damri bus drivers in the Jabodetabek area. A cross-sectional design was used, involving a total population of 112 drivers, with 98 selected as respondents through total sampling. Data were collected using standardized instruments: the Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) to measure fatigue levels, the Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) for work stress, NASA-TLX for mental workload, and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) for sleep quality. Bivariate analysis was conducted using the chi-square test. The results showed that 45.9% of respondents experienced moderate levels of work fatigue. Caffeine consumption ($p=0.042$) and work stress ($p=0.001$) were significantly associated with work fatigue. Meanwhile, factors such as age, marital status, education level, nutritional status, alcohol consumption, smoking habits, sleep quality, mental workload, working hours, and years of service were not significantly associated. Based on these findings, it is recommended that the company implement stress management programs and regulate caffeine consumption among drivers.

Keywords: *Caffeine Consumption, Drivers, Fatigue, Work Stress*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pengemudi Bus DAMRI Dalam Kota (Jabodetabek) Tahun 2025”. Penelitian ini dilaksanakan sejak Maret 2025 sebagai syarat menyelesaikan studi Strata Satu (S1) di Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, UPN “Veteran” Jakarta.

Penulis menyampaikan terima kasih kepada:

- a. Seluruh pengemudi Bus DAMRI dalam kota (Jabodetabek) sebagai responden penelitian;
- b. Perum Damri khususnya pada Cabang Jabodetabek, Mba Intan, Bu Putri, Bu Dewi, serta seluruh pihak perusahaan yang membantu dalam proses penelitian;
- c. Ibu Chahya Kharin Herbawani, S.Keb., Bd., MKM, selaku dosen pembimbing;
- d. Ibu Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep., M.K.K.K. selaku Ketua Penguji, dan Bapak Dr. Agus Joko Susanto, S.K.M., M.K.K.K. selaku anggota penguji;
- e. Seluruh dosen dan staf pengajar Prodi Kesehatan Masyarakat UPNVJ;
- f. Kedua orang tua dan keluarga besar, serta
- g. Teman-teman dan pihak lain yang telah membantu.

Penulis menyadari adanya keterbatasan dalam penulisan skripsi ini, sehingga terbuka terhadap kritik dan saran yang membangun. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat, khususnya dalam bidang kesehatan kerja.

Jakarta, 24 Juni 2025

Penulis

Dinda Mariella La Basse

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
PERNYATAAN ORISIONALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 2
I.1 Latar Belakang	2
I.2 Rumusan Masalah Penelitian	3
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 6
II.1 Kelelahan Kerja	6
II.2 Tabel Penelitian Terdahulu	17
II.3 Kerangka Teori	20
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 21
III.1 Kerangka Konsep.....	21
III.2 Hipotesis Penelitian	22
III.3 Definisi Operasional	25
III.4 Desain Penelitian	29
III.5 Populasi dan Sampel	29
III.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	30
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	31
III.8 Intrumen Penelitian.....	31
III.9 Pengolahan Data	33
III.10 Analisis Data.....	35
III.11 Etika Penelitian	36
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 38
IV.1 Hasil Penelitian	38
IV.2 Pembahasan.....	48
IV.3 Keterbatasan Penelitian.....	66
 BAB V PENUTUP.....	 67
V.1 Kesimpulan	67
V.2 Saran	68

DAFTAR PUSTAKA	70
RIWATAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	17
Tabel 2	Definisi Operasional	25
Tabel 3	Penentuan Sampel	30
Tabel 4	Indikator Kualitas Tidur	33
Tabel 5	Kode Variabel Penelitian	34
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja Pengemudi Bus Damri Dalam Kota (Jabodetabek)	39
Tabel 7	Dimensi Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI)	40
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Faktor Internal yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Damri dalam Kota (Jabodetabek)	40
Tabel 9	Komponen Kualitas Tidur Pada Pengemudi Bus Damri dalam Kota (Jabodetabek)	41
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Faktor Eksternal yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Damri dalam Kota (Jabodetabek)	42
Tabel 11	Dimensi Beban Kerja Mental pada Pengemudi Bus Damri dalam Kota (Jabodetabek)	43
Tabel 12	Tabel Analisis Bivariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengemudi Bus Damri dalam Kota (Jabodetabek)	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	20
Gambar 2 Kerangka Konsep	21

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Time Schedule* Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Monitoring Bimbingan Skripsi
- Lampiran 3 Surat Izin Studi Penelitian dan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Balasan Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 5 Surat Permohonan *Etichal Clearance*
- Lampiran 6 *Ethical Approval*
- Lampiran 7 Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
- Lampiran 8 Lembar *Inform Consent*
- Lampiran 9 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 10 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 11 Hasil Analisis Univariat dan Bivariat
- Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 13 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 14 Hasil Turnitin