



**HUBUNGAN DERAJAT MEROKOK DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA TENAGA KERJA
PABRIK PANEL LISTRIK**

SKRIPSI

CHIKA RIZKA RAHMADINNA

NIM 2210211076

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS KEDOKTERAN

PROGAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA

2025



**HUBUNGAN DERAJAT MEROKOK DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA TENAGA KERJA
PABRIK PANEL LISTRIK**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kedokteran

CHIKA RIZKA RAHMADINNA

NIM 2210211076

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

FAKULTAS KEDOKTERAN

PROGAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA

2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Chika Rizka Rahmadinna

NRP : 2210211076

Tanggal : 23 Desember 2025

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

Jakarta, 23 Desember 2025

Yang menyatakan,



Chika Rizka Rahmadinna

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIK

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

Nama : Chika Rizka Rahmadinna
NRP : 2210211076
Fakultas : Kedokteran
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana (PSKPS)

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Hubungan Derajat Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja Pabrik Panel Listrik”**

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, 23 Desember 2025

Yang menyatakan,



Chika Rizka Rahmadinna

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Chika Rizka Rahmadinna

NIM : 2210211076

Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : Hubungan Derajat Merokok dan Aktivitas Fisik dengan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja Pabrik Panel Listrik

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. Ima Maria, M.K.M
NIP. 198707272014042001

Penguji

dr. Aulia Chairani, MKK
NIP. 3276015412740001

Pembimbing 1

Dr. dr. Arman Yurisaldi S.
MS, Sp.S

NIP. 197309162001121001
Pembimbing 2

Dr. dr. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes.,
M.Pd.L., M.H., CIPA

NIP. 197001292000031001
Dekan Fakultas Kedokteran

dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked.,
Sp.KKLP, Subsp.FOMC

NIP. 197508222021212007
Koordinator Program Studi Kedokteran
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 21 November 2025

HUBUNGAN DERAJAT MEROKOK DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN PRODUKTIVITAS KERJA PADA TENAGA KERJA PABRIK PANEL LISTRIK

Chika Rizka Rahmadinna

ABSTRAK

Produktivitas kerja merupakan faktor penting dalam mendukung kinerja perusahaan. Kebiasaan merokok dan aktivitas fisik diduga memengaruhi produktivitas tenaga kerja, namun bukti sebelumnya belum konsisten. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan derajat merokok dan tingkat aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada tenaga kerja pabrik panel di PT. Indra Cipta Sentosa yang berlokasi di Tangerang, Banten. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan total sampling pada 64 responden. Derajat merokok diukur menggunakan Indeks Brinkman, produktivitas kerja menggunakan IWPQ, dan aktivitas fisik menggunakan IPAQ-SF. Analisis data meliputi analisis univariat serta uji One-Way ANOVA dan Kruskal–Wallis dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara derajat merokok dan produktivitas kerja ($p = 0,097$). Hal ini disebabkan karena mayoritas responden adalah perokok ringan atau mantan perokok yang sudah berhenti lebih dari satu tahun sehingga efek nikotin dan withdrawal tidak lagi berpengaruh pada produktivitas. Selain itu, kebijakan bebas rokok di tempat kerja serta berbagai faktor perancu seperti usia, beban kerja, pendidikan, dan kondisi psikososial turut memengaruhi produktivitas sehingga dampak merokok menjadi tidak signifikan. Sebaliknya, hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan produktivitas kerja ($p = 0,001$), dengan perbedaan bermakna antara kelompok aktivitas rendah dan tinggi ($p = 0,038$). Hasil ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa aktivitas fisik meningkatkan kapasitas fisiologis tubuh, meningkatkan fungsi kognitif, serta meningkatkan daya tahan mental sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja. Dapat disimpulkan bahwa intensitas merokok tidak menunjukkan adanya perbedaan produktivitas kerja pada pekerja pabrik panel listrik, sedangkan tingkat aktivitas fisik terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan produktivitas. Pekerja dengan aktivitas fisik yang lebih tinggi menunjukkan capaian produktivitas yang lebih baik. Temuan ini menekankan pentingnya mempromosikan aktivitas fisik secara rutin di lingkungan kerja untuk mendukung kinerja yang optimal.

Kata Kunci: aktivitas fisik, derajat merokok, produktivitas kerja.

THE RELATIONSHIP BETWEEN SMOKING INTENSITY AND PHYSICAL ACTIVITY AND WORK PRODUCTIVITY AMONG ELECTRICAL PANEL FACTORY WORKERS

Chika Rizka Rahmadinna

ABSTRACT

Work productivity is an essential factor in supporting overall company performance. Smoking habits and physical activity are thought to influence workers' productivity, although previous findings remain inconsistent. This study aimed to examine the relationship between smoking intensity and physical activity levels with work productivity among panel factory workers at PT. Indra Cipta Sentosa located in Tangerang, Banten. A cross-sectional design was used with total sampling, involving 64 respondents. Smoking intensity was measured using the Brinkman Index, work productivity using the IWPQ, and physical activity using the IPAQ-SF. Data analysis included univariate analysis, One-Way ANOVA, and the Kruskal–Wallis test with a significance level of $p < 0.05$. The results indicated that smoking intensity was not significantly associated with work productivity ($p = 0.097$). This finding may be attributed to the fact that most respondents were light smokers or former smokers who had quit for more than one year, reducing the potential impact of nicotine exposure or withdrawal on their performance. Workplace smoking restrictions and the presence of several confounding factors, such as age, workload, education, and psychosocial conditions may also have contributed to the lack of association. In contrast, physical activity showed a significant relationship with productivity ($p = 0.001$), with notable differences between low and high activity groups ($p = 0.038$). This result aligns with existing theories suggesting that regular physical activity enhances physiological capacity, improves cognitive functioning, and strengthens mental endurance, all of which can support better work outcomes. In conclusion, smoking intensity did not contribute to differences in productivity among panel factory workers, whereas physical activity level demonstrated a clear and meaningful association with productivity. Workers who engaged in higher levels of physical activity tended to achieve better productivity scores. These findings underscore the importance of encouraging regular physical activity in the workplace to help maintain optimal performance.

Keywords: *work productivity, smoking intensity, physical activity.*

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis panjatkan kepada Allah Yang Maha Esa karena atas segala kasih dan karunia-Nya skripsi penulis dapat terlaksana dengan baik. Sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Derajat Merokok dan Aktivitas Fisik Dengan Produktivitas Kerja Pada Tenaga Kerja Pabrik Panel Listrik” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Dalam menyelesaikan skripsi, penulis telah banyak mendapatkan bantuan, bimbingan, serta dukungan dari berbagai pihak secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terimakasih kepada pihak-pihak tersebut yaitu:

1. Instansi terkait yaitu Fakultas Kedokteran Program Studi Sarjana Kedokteran dan PT. Indra Cipta Sentosa karena telah memberikan kesempatan bagi peneliti untuk mendapatkan pengalaman menyusun karya ilmiah.
2. Dr.dr.H.Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I. selaku dekan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta yang telah memberikan kesempatan dan sarana dalam mendukung kegiatan akademik dan penelitian.
3. dr. Agneta Irmarahayu, MPdKed, SpKKLP selaku koordinator PSKPS Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta yang telah memberikan arahan, motivasi, serta kebijakan akademik yang memudahkan penulis dalam mengikuti seluruh proses administrasi penelitian.
4. dr. Aulia Chairani, MKKK selaku dosen pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan, saran, dan arahan yang sangat berarti bagi penulis dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. Dr. dr. Arman Yuribaldi Sales, MS, Sp.S selaku dosen pembimbing 2 yang dengan sabar memberikan masukan, motivasi, serta koreksi yang membangun sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. dr. Ima Maria yang telah memberikan kritik, saran, dan evaluasi yang sangat membantu dalam penyempurnaan penelitian ini.

7. Kedua orang tua dan keluarga, atas doa, dukungan moral, materiil, dan semangat yang tidak pernah berhenti mengalir kepada penulis.
8. Teman-teman terdekat dan rekan seperjuangan, khususnya Najma, Myria, Djuwita, Rebecca, dan Annisa yang selalu memberikan bantuan, kebersamaan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Teman-teman penulis yang tidak dekat secara fisik namun selalu hadir dalam dukungan dan doa, yaitu Zahwa, Annisa P., Nisa, Nicholas, dan yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
10. Raynovan yang telah memberikan dukungan, pengertian, dan semangat dalam setiap tahap penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang kesehatan masyarakat dan kedokteran kerja.

Jakarta, 16 November 2025



Chika Rizka Rahmadinna

DAFTAR ISI

ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I Pendahuluan	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
BAB II Tinjauan Pustaka	7
2.1 Landasan Teori	7
2.1.1 Definisi Produktivitas Kerja.....	7
2.1.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produktivitas Kerja	9
2.1.3 Perilaku Merokok dan Derajatnya.....	16
2.1.4 Pengaruh Merokok terhadap Kesehatan dan Produktivitas	18
2.1.5 Aktivitas Fisik dan Klasifikasinya.....	20
2.1.6 Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kesehatan dan Produktivitas	22
2.1.7 Kesehatan dan Produktivitas	24
2.2 Penelitian Terdahulu	26
2.3 Kerangka Teori.....	29
2.4 Kerangka Konsep	30
2.5 Hipotesis	30
BAB III Metode Penelitian	31
3.1 Jenis Penelitian.....	31
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	31
3.3.1 Populasi Penelitian	31
3.3.2 Sampel Penelitian	32
3.4 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	32

3.4.1	Kriteria Inklusi	32
3.4.2	Kriteria Eksklusi.....	32
3.5	Teknik Sampling.....	33
3.6	Besar Sampel.....	33
3.7	Identifikasi Variabel Penelitian	33
3.7.1	Variabel Bebas	33
3.7.2	Variabel Terikat	33
3.8	Definisi Operasional.....	34
3.9	Instrumen Penelitian.....	35
3.9.1	Derajat Merokok.....	35
3.9.2	Aktivitas Fisik	35
3.9.3	Produktivitas Kerja	37
3.10	Protokol Penelitian	39
3.10.1	Pra Penelitian.....	39
3.10.2	Pengumpulan Data.....	39
3.10.3	Pengolahan Data	39
3.11	Analisis Data	40
3.11.1	Analisis Univariat	40
3.11.2	Analisis Bivariat	41
3.12	Alur Penelitian	42
BAB IV	Hasil dan Pembahasan.....	43
4.1	Deskripsi Tempat Penelitian	43
4.2	Hasil Penelitian	44
4.2.1	Analisis Univariat.....	44
4.2.2	Analisis Bivariat	47
4.3	Pembahasan Hasil Penelitian	51
4.3.1	Hubungan Derajat Merokok dan Produktivitas Kerja	51
4.3.2	Hubungan Aktivitas Fisik dan Produktivitas Kerja	58
4.4	Keterbatasan Penelitian	62
BAB V	Penutup	63
5.1	Kesimpulan	63
5.2	Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional	34
Tabel 3.2 Blueprint Individual Work Performance Questionnaire	38
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia.....	44
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan	44
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	45
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku Merokok.....	45
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Derajat Merokok	46
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Aktivitas Fisik	46
Tabel 4.7 Rata-Rata Skor Produktivitas Kerja Responden	47
Tabel 4.8 Uji Normalitas Skor Produktivitas Kerja Berdasarkan Derajat Merokok	47
Tabel 4.10 Perbedaan Rata-Rata Skor Produktivitas Antar Kelompok Derajat Merokok	48
Tabel 4.11 Uji Normalitas Skor Produktivitas Kerja Berdasarkan Tingkat Aktivitas Fisik.....	49
Tabel 4.12 Uji Normalitas Transformasi Skor Produktivitas Kerja Berdasarkan Tingkat Aktivitas Fisik	49
Tabel 4.13 Hasil Uji Varians Data Skor Produktivitas Kerja Berdasarkan Tingkat Aktivitas Fisik	50
Tabel 4.14 Perbedaan Rata-Rata Skor Produktivitas Antar Kelompok Aktivitas Fisik.....	50
Tabel 4.16 Tabel Post Hoc Produktivitas Kerja Antar Kelompok Aktivitas Fisik.	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Determinan Kesehatan	12
Gambar 2.2 Efek Merokok terhadap Kesehatan.....	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Permohonan Penelitian.....	73
Lampiran 2 Persetujuan Etik Penelitian.....	74
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Responden (Informed Consent)	75
Lampiran 4 Lembar Kuesioner Penelitian	76
Lampiran 5 Hasil Analisis Statistik	80
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	88