



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, BEBAN KERJA
DAN WAKTU ISTIRAHAT DENGAN KELELAHAN PADA
PEKERJA PROYEK APARTEMEN FATMAWATI CITY
CENTER TAHUN 2020**

SKRIPSI

PUTRI BADA FITRIANA

1610713004

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2020**



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, BEBAN KERJA
DAN WAKTU ISTIRAHAT DENGAN KELELAHAN PADA
PEKERJA PROYEK APARTEMEN FATMAWATI CITY
CENTER TAHUN 2020**

SKRIPSI

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

PUTRI BADA FITRIANA

1610713004

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2020**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Putri Bada Fitriana

NIM : 1610713004

Tanggal : 29 Juni 2020

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

Jakarta, 29 Juni 2020

Yang Menyatakan,



Putri Bada Fitriana

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Putri Bada Fitriana

NIM : 1610713004

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-Eksklusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan Karakteristik Individu, Beban Kerja dan Waktu Istirahat dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Proyek Apartemen Fatmawati City Center Jakarta Tahun 2020. 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 kata (*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 : 29 Juni 2020

Yang Menyatakan,



(Putri Bada Fitriana)

PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

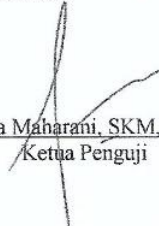
Nama : Putri Bada Fitriana

NIM : 1610713004

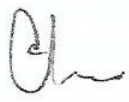
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana


Judul Skripsi : Hubungan Karakteristik Individu, Beban Kerja dan Waktu Istirahat dengan Kelelahan Pada Pekerja Proyek Apartemen Fatmawati City Center Jakarta Tahun 2020


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


Fandita Tonyka Maharani, SKM, M.KKK., M.Sc
Ketua Penguji


Azizah Musliha Fitri, SKM, MPH
Penguji


Cahya Arbitera, SKM, MKM
Penguji II (Pembimbing)


Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan Fikes


Arga Buntara, SKM, MPH
Ka. Progdik Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 29 Juni 2020

HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, BEBAN KERJA DAN WAKTU ISTIRAHAT DENGAN KELELAHAN PADA PEKERJA PROYEK APARTEMEN FATMAWATI CITY CENTER JAKARTA TAHUN 2020

Putri Bada Fitriana

Abstrak

Kelelahan kerja ialah suatu keadaan menurunnya derajat kesehatan, kehilangan efisiensi dan menurunnya kapasitas tenaga kerja dalam melakukan suatu pekerjaan. Berdasarkan data yang diperoleh *European Agency for Safety and Health (EA-OSHA)* tahun 2003-2005 menyatakan pada sektor konstruksi faktor kelelahan sebesar 1,1%. Kelelahan pada pekerja konstruksi disebabkan oleh faktor pekerjaan (beban kerja, waktu istirahat, lama kerja, *shift* kerja dan durasi kerja), faktor individu (usia, jenis kelamin, kualitas tidur, status gizi) dan faktor lingkungan (pencahayaannya, kebisingan dan iklim kerja). Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan karakteristik individu, beban kerja dan waktu istirahat dengan kelelahan pada pekerja proyek pembangunan apartemen Fatmawati City Center Jakarta. Penelitian ini merupakan studi analitik kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling* dengan jumlah sampel 88 pekerja. Variabel yang diteliti ialah karakteristik individu (usia dan kualitas tidur), beban kerja, waktu istirahat, lama kerja dan kelelahan dengan menggunakan kuesioner alat ukur perasaan kelelahan kerja (KAUPK2), *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)* dan *pulse oksimeter*. Analisis data menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil analisis bivariante menunjukkan ada hubungan antara usia ($p=0,001$), kualitas tidur ($p=0,001$), beban kerja ($p=0,001$) dan lama kerja ($p=0,002$) dengan kelelahan, sedangkan variabel yang tidak berhubungan dengan kelelahan adalah waktu istirahat ($p=0,542$).

Kata Kunci: Kelelahan, Beban Kerja, Waktu Istirahat

THE RELATIONSHIP OF INDIVIDUAL CHARACTERISTICS, WORKLOAD AND REST TIME WITH FATIGUE IN FATMAWATI CITY CENTER APARTMENT JAKARTA 2020

Putri Bada Fitriana

Abstract

Work fatigue is a state of decreased health status, loss of efficiency, and decreased workforce capacity to do a job. Based on data obtained by the European Agency for Safety and Health (EA-OSHA) in 2003-2005 states in the construction sector the fatigue factor is 1.1%. Fatigue in construction workers is caused by work factors (workload, rest periods, length of work, work shifts and duration of work), individual factors (age, sex, sleep quality, nutritional status), and environmental factors (lighting, noise and work climate). The purpose of this study was to analyze the relationship between individual characteristics, workload, and rest time with fatigue in workers at the Jakarta Fatmawati City Center construction project. This research is a quantitative analytic study with cross-sectional study design. The sampling technique uses purposive random sampling with a sample of 88 workers. The variables studied were individual characteristics (age and quality of sleep), workload, rest periods, length of work, and fatigue using a questionnaire measuring the feeling of work fatigue (KAUPK2), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) and pulse oximeter. Data analysis using the Chi-Square test. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between age ($p = 0.001$), sleep quality ($p = 0.001$), workload ($p = 0.001$) and length of work ($p = 0.002$) with fatigue, while variables not related to fatigue were rest periods ($p = 0.542$).

Keyword: Fatigue, Workload, Rest Time

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang karena rahmat dan anugerahnya skripsi ini dapat terselesaikan. Penelitian yang berjudul Hubungan Karakteristik Individu, Beban Kerja, dan Waktu Istirahat dengan Kelelahan Pada Pekerja Proyek Apartemen Fatmawati City Center Jakarta Tahun 2020 ini dilakukan sejak bulan Maret 2020. Dalam prosesnya, penulis secara khusus ingin mengucapkan terima kasih kepada orang tua, yaitu Dadan Dahroni dan Shanti Utami, serta adik yaitu Putri Shyeefa, Achsanul Jabbar dan Rizqi Afthortu yang telah motivasi, serta doa selama proses skripsi. Rasa hormat dan terima kasih juga penulis hanturkan untuk Pak Cahya Arbitera, SKM, MKM selaku dosen pembimbing 1 dan Bu Azizah Musliha Fitri, SKM, MPH selaku dosen pembimbing 2 yang selalu memberikan bimbingan dan arahan terkait penelitian skripsi. Tak lupa kepada manajemen proyek Apartemen Fatmawati City Center Jakarta, terkhusus kepada Pak Agus yang telah banyak membantu selama pengambilan data, serta kepada seluruh informan wawancara dari ketiga bagian pekerjaan yang telah bersedia untuk meluangkan waktu. Terima kasih juga dilayangkan kepada teman-teman selama kuliah beserta penyemangat Rico Wardhana yang selalu memberikan semangat dan dukungan selama penulis mengerjakan skripsi.

Skripsi ini tentunya masih memiliki banyak kekurangan, karenanya penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun dari pembaca. Penulis berharap bahwa skripsi ini akan memberikan ilmu dan manfaat kepada seluruh pihak yang membaca.

Jakarta, Juni 2020

Peneliti

Putri Bada Fitriana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORSINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.4 Manfaat Penelitian	4
I.5 Ruang Lingkup	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Kelelahan.....	6
II.2 Beban Kerja	17
II.3 Waktu Istirahat	20
II.4 Lama Kerja	22
II.5 Karakteristik Individu	23
II.6 Proyek Konstruksi	24
II.7 Penelitian Terdahulu	26
II.8 Kerangka Teori.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
III.1 Kerangka Konsep	29
III.2 Hipotesis Penelitian	30
III.3 Definisi Operasional	31
III.4 Desain Penelitian	33
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	33
III.6 Populasi dan Sampel	33
III.7 Instrumen Penelitian dan Pengumpulan Data	34
III.8 Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data.....	35
III.9 Etika Penelitian.....	37

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	38
IV.1 Gambaran Umum Perusahaan	38
IV.2 Hasil Penelitian.....	40
IV.3 Pembahasan	47
IV.4 Keterbatasan Penelitian.....	53
BAB V PENUTUP	54
V.1 Kesimpulan.....	54
V.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	57
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	28
Gambar 2	Kerangka Konsep	29
Gambar 3	Struktur Organisasi Proyek	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terdahulu.....	26
Tabel 2 Definisi Operasional.....	31
Tabel 3 Pemberian Coding.....	36
Tabel 4 Hasil Pengukuran Beban Kerja.....	40
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja, Usia, Kualitas Tidur, Beban Kerja, Waktu Istirahat dan Lama Kerja Pada Pekerja Proyek Pembangunan Apartemen Fatmawati City Center.....	43
Tabel 6 Hubungan Usia, Kualitas Tidur, Beban Kerja, Waktu Istirahat dan Lama Kerja dengan Kelelahan Pada Pekerja Proyek Apartemen Fatmawati City Center Jakarta.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan dan Ijin Penelitian
Lampiran 2	Surat Balasan Permohonan Ijin Penelitian
Lampiran 3	Surat Kode Etik (<i>Ethical Clearance</i>)
Lampiran 4	Persetujuan Etik (<i>Ethical Approval</i>)
Lampiran 5	Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Responden
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Rekapitulasi Data Penelitian
Lampiran 9	Output SPSS
Lampiran 10	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 11	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 12	Hasil Turnitin