

**PERBEDAAN KELELAHAN KERJA SUBJEKTIF ANTARA *SHIFT* PAGI,
SIANG DAN MALAM PADA PEKERJA BAGIAN PRODUKSI
PENGOLAHAN KAYU DI PT. ALBASIA SEJAHTERA
MANDIRI KABUPATEN SEMARANG**



Skripsi ini Disusun Guna Memenuhi Salah Satu Syarat
untuk Memperoleh Ijazah S1 Kesehatan Masyarakat

Disusun Oleh:

AYU RISTIANINGRUM

J410 100 060

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

ABSTRAK

AYU RISTIANINGRUM J410 100 060

PERBEDAAN KELELAHAN KERJA SUBJEKTIF ANTARA *SHIFT* PAGI, SIANG DAN MALAM PADA PEKERJA BAGIAN PRODUKSI PENGOLAHAN KAYU DI PT. ALBASIA SEJAHTERA MANDIRI KABUPATEN SEMARANG

xiii+84+30

Penggunaan teknologi yang maju dan penggunaan sumber daya yang optimal merupakan upaya untuk meningkatkan produksi yang saat ini menjadi tuntutan didunia industri sehingga hal tersebut memberi konsekuensi terhadap jam kerja salah satunya adalah pemberlakuan *shift* kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan kelelahan kerja subjektif antara *shift* pagi, siang dan malam pada pekerja bagian produksi di PT. Albasia Sejahtera Mandiri Kabupaten Semarang. Metode penelitian ini menggunakan *observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang diambil dari tenaga kerja wanita bagian produksi lepas masa training sebanyak 42 responden yang diambil melalui perhitungan rumus Slovin. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kelelahan adalah kuesioner penilaian kelelahan subjektif dari IFRC (*Industrial Fatigue Research Committee*) Jepang. Uji statistik menggunakan *One Way Anova* yang dibantu dengan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (*p value*) sebesar 0,006 yang artinya ada perbedaan kelelahan kerja subjektif yang signifikan antara *shift* pagi, siang dan malam pada pekerja bagian produksi pengolahan kayu di PT. Albasia Sejahtera Mandiri Kabupaten Semarang. Kelompok *Shift* kerja yang paling tinggi hingga rendah tingkat kelelahannya secara berurutan adalah rata-rata skor kelelahan kelompok *shift* C (*Shift* kerja malam) 55,78, kelompok *shift* B (*Shift* kerja siang) 51,57 dan kelompok *shift* A (*shift* kerja pagi) 44,57.

Kata Kunci : *Shift* Kerja, Kelelahan Kerja Subjektif
Kepustakaan : 24, 1997-2014



THE DISTINCTION BETWEEN SUBJECTIVE SHIFT WORK FATIGUE MORNING, NOON AND NIGHT IN THE WOOD PROCESSING PRODUCTION WORKERS AT PT. ALBASIA SEJAHTERA MANDIRI SEMARANG

ABSTRACT

The use of advanced technology and the optimal use of resources is an attempt to increase production, which is currently the world industry demands so that it gives the consequences with respect to hours of work one is appointment of a shift work. The purpose of this research is to find out whether there is a difference between subjective shift work fatigue morning, noon and night working on the production of PT. Albasia Sejahtera Mandiri Semarang. This research method using analytic observational approach of cross sectional. Samples taken from the woman's labor production off the training as much as 42 respondents were taken through the formula calculation Slovin. Measuring instrument used to measure the fatigue is subjective fatigue assessment questionnaire from IFRC (Industrial Fatigue Research Committee) Japan. Statistical tests using One Way Anova which assisted with the SPSS program. The results showed that (p value) of 0.006, meaning there was a difference of fatigue was a significant subjective work among shifts morning, noon and night in the wood processing production workers at PT. Albasia Sejahtera Mandiri Semarang. Shift work groups of the most high to low levels of his tiredness to sequentially was the average score of fatigue Group C shift (Shift work night) 55,78, Group B shift (Shift work during) 51.57 and shift A group (a work morning shift) 44,57.

Keywords: Shift Work, The Subjective Work Fatigue

**PERBEDAAN KELELAHAN KERJA SUBJEKTIF ANTARA *SHIFT* PAGI,
SIANG DAN MALAM PADA PEKERJA BAGIAN PRODUKSI
PENGOLAHAN KAYU DI PT. ALBASIA SEJAHTERA
MANDIRI KABUPATEN SEMARANG**

Sripsi ini Disusun Guna Memenuhi Salah Satu Syarat untuk
Memperoleh Ijazah S1 Kesehatan Masyarakat

Disusun Oleh :

AYU RISTIANINGRUM
J410 100 060

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul :

**PERBEDAAN KELELAHAN KERJA SUBJEKTIF ANTARA
SHIFT PAGI, SIANG DAN MALAM PADA PEKERJA BAGIAN
PRODUKSI PENGOLAHAN KAYU DI PT. ALBASIA
SEJAHTERA MANDIRI KABUPATEN SEMARANG**

Disusun Oleh : Ayu Ristianingrum
NIM : J410 100 060

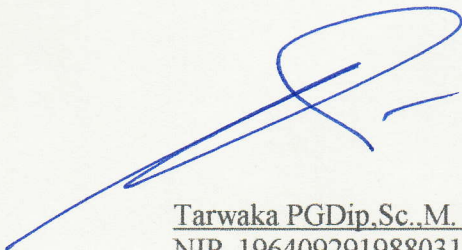
Telah kami setuju untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program
Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas
Muhammadiyah Surakarta

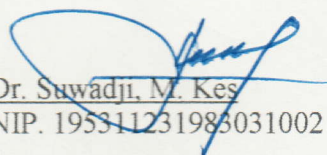


Surakarta, November 2014

Pembimbing I

Pembimbing II


Tarwaka PGDip, Sc., M. Erg
NIP. 196409291988031019


Dr. Suwadi, M. Kes
NIP. 195311231983031002

HALAMAN PENGESAHAN

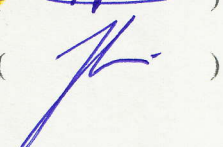
Skripsi dengan judul :

PERBEDAAN KELELAHAN KERJA SUBJEKTIF ANTARA *SHIFT* PAGI, SIANG DAN MALAM PADA PEKERJA BAGIAN PRODUKSI PENGOLAHAN KAYU DI PT. ALBASIA SEJAHTERA MANDIRI KABUPATEN SEMARANG

Disusun Oleh : Ayu Ristianingrum
NIM : J 410 100 060

Telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tanggal 22 November 2014 dan telah diperbaiki sesuai dengan masukan Tim Penguji.

Surakarta, 22 November 2014

Ketua Penguji : Tarwaka, PGDip, Sc., M.Erg. ()
Anggota Penguji I : dr. Hardjanto, MS., Sp.OK. ()
Anggota Penguji II : Heru Subaris Kasjono, S.KM., M.Kes ()

Mengesahkan,
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Dr. Suwadi, M.Kes.)
NIP. 195311231983031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum/tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, November 2014



Ayu Ristraningrum

BIODATA

Nama : Ayu Ristianingrum

Tempat/Tanggal Lahir : Kabupaten Semarang/05 Agustus 1992

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Dsn.Galangan, Ds.Gentan, RT/RW 008/005,
Kec. Susukan, Kab. Semarang

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Bustanul Atfal 1998
2. Lulus SDN 1 Gentan tahun 2004
3. Lulus SMPN 1 Susukan tahun 2007
4. Lulus SMAN 1 Tengaran tahun 2010
5. Menempuh pendidikan di Program Studi
Kesehatan Masyarakat FIK UMS sejak tahun
2010

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikumwarahmatullahiwarokatuh

Alhamdulillahirobbil'alamin Segala puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat dan Rahmat-Nya, sehingga skripsi bidang kesehatan masyarakat yang berjudul **“Perbedaan Kelelahan Kerja Subjektif antara Shift Pagi, Siang dan Malam pada Pekerja Bagian Produksi Pengolahan Kayu di PT. Albasia Sejahtera Mandiri Kabupaten Semarang”** ini dapat diselesaikan. Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh mata kuliah skripsi di Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini banyak pihak yang memberikan bantuan, dorongan serta motivasi dalam kelancaran penyusunan skripsi ini, maka dari itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Bambang Setiaji selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Dwi Astuti, SKM. M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. PT. Albasia Sejahtera Mandiri Kabupaten Semarang, sebagai perusahaan yang telah berkenan memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
4. Bapak Tarwaka, PGDip,Sc,M.Erg, selaku dosen pembimbing I skripsi yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk serta nasihat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Suwadi. M.Kes selaku dosen pembimbing II dan Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang

telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk serta nasihat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

6. Untuk kedua orang tua tercinta terimakasih atas segala dukungan dan doanya.
7. Bapak dan ibu dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat
8. Semua teman-teman yang selalu memberikan semangat dan dorongan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Semoga skripsi ini dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya. Akhir kata saya selaku penulis mengucapkan banyak terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, November 2014

Ayu Ristianingrum

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK	
<i>ABSTRACT</i>	
PERNYATAAN PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
BIODATA.....	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. <i>Shift</i> Kerja	7
1. Undang-undang Mengenai Ketenagakerjaan	7
2. Kepmenakertrans RI No. Kep. 224/MEN/2003.....	8
3. Pengertian <i>Shift</i> Kerja	9
4. Pembagian <i>Shift</i> Kerja.....	9
5. Pengaruh <i>Shift</i> Kerja	12
B. <i>Circadian Rhythm</i>	15
C. Kelelahan	16
1. Pengertian Kelelahan	16
2. Jenis Kelelahan.....	17
3. Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Kelelahan.....	18
4. Gejala Kelelahan Kerja	23
5. Mekanisme Terjadinya Kelelahan Kerja.....	25
6. Resiko Kelelahan Kerja.....	27
7. Cara Mengatasi Kelelahan Kerja	27
8. Pengukuran Kelelahan	28
D. Pengaruh <i>Shift</i> Kerja terhadap Kelelahan.....	31
E. Kerangka Teori.....	33
F. Kerangka Konsep.....	34

G. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel	37
D. Identifikasi Variabel Penelitian	39
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian	40
F. Pengumpulan Data	42
G. Pengolahan Data.....	47
H. Analisis Data	47
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Gambaran Umum Perusahaan.....	49
B. Karakteristik Responden	55
C. Analisis Univariat.....	57
D. Analisis Bivariat.....	60
BAB V PEMBAHASAN	
A. Fasilitas Perusahaan	64
B. <i>Shift</i> Kerja.....	65
C. Karakteristik Responden	67
D. Faktor-faktor Penyebab Kelelahan Kerja Subjektif	70
E. Perbedaan Kelelahan Kerja Subjektif antar <i>Shift</i> Kerja	75
F. Faktor Penghambat Penelitian.....	80
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	82
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Klasifikasi Tingkat Kelelahan Subjektif Berdasarkan Total Skor Individu	31
2. Proporsi dan Jumlah Sampel yang akan digunakan Dalam Penelitian ..	39
3. Kisi-kisi Kuesioner Kelelahan Subjektif.....	43
4. Klasifikasi Kelelahan Subjektif	44
5. Frekuensi Umur Responden.....	56
6. Masa Kerja Responden	56
7. Analisis Data Kuesioner Penelitian.....	57
8. Frekuensi Kelelahan Kerja Subjektif	58
9. Kelelahan Masing-masing <i>Shift</i>	59
10. Perbedaan Umur antar <i>Shift</i> Kerja	60
11. Perbedaan Masa Kerja antar <i>Shift</i> Kerja	61
12. Perbandingan antar <i>Shift</i>	62
13. Uji Perbedaan Kelelahan antar Ketiga <i>Shift</i>	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori	33
2. Kerangka Konsep	34
3. Desain Rancangan Penelitian.....	37

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Kuesioner Penelitian
2. Data Pendukung Kuesioner Penelitian
3. Uji Normalitas Data Penelitian
4. Tabel Data Karakteristik Responden
5. Tabel Uji Univariat
6. Tabel Uji Analisis Bivariat
7. Data Penelitian Responden
8. Input Data Analisis
9. Data Kuesioner Penelitian
10. Input Data Kuesioner Penelitian
11. Surat Ijin Penelitian
12. Surat Keterangan telah Melakukan Penelitian di PT. Albasia Sejahtera
Mandiri Kabupaten Semarang
13. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR SINGKATAN

ASM	: Albasia Sejahtera Mandiri
CO ₂	: Karbon Dioksida
CV	: <i>Comanditaire Venootschap</i>
GA	: <i>General Affair</i>
Hz	: <i>Hezt</i>
KD	: <i>Killen Dry</i>
IFRC	: <i>Industrial Fatigue Research Committe</i>
Kepmenakertrans	: Keputusan Mentri Tenaga Kerja dan Transmigrasi
MC	: <i>Magnetic Control</i>
PBD	: <i>Paper Bag Division</i>
PT	: Perseroan Terbatas
RI	: Republik Indonesia
QC	: <i>Quality Control</i>