

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL (DALAM)	i
LEMBAR PERSYARATAN GELAR	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENULISAN	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	4
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Iklim Kerja	7
1. Iklim Kerja Panas	7
2. Iklim Kerja Dingin	9
B. Suhu Dingin.....	10
1. Suhu Dingin di Tempat Kerja	10
2. Sumber Paparan Suhu Dingin di Tempat Kerja	11
3. Jalur Paparan Suhu Dingin antara Tubuh dengan Lingkungan	12
4. Respon Tubuh Terhadap Suhu Dingin	14
5. Dampak Sering Terpapar Suhu Dingin	15
C. Kelelahan Kerja	17
1. Pengertian Kelelahan Kerja.....	17
2. Jenis Kelelahan Kerja.....	18
3. Penyebab Kelelahan Kerja	20
4. Gejala Kelelahan Kerja	27
5. Pengukuran Kelelahan Kerja.....	28
6. Upaya Mencegah Kelelahan Kerja.....	28
D. Pengendalian Suhu Dingin di Tempat Kerja.....	29
1. Pengendalian Eliminasi	29
2. Pengendalian Substitusi	29
3. Pengendalian Administratif.....	29
4. Penyediaan Alat Pelindung Diri (APD)	31

E. Industri <i>Cold Storage</i>	35
1. <i>Air Blast Freezing (ABF)</i>	35
2. <i>Brine Freezer (BF)</i>	35
F. Kerangka Konsep	36
BAB III METODE PENELITIAN	38
A. Desain Penelitian	38
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	38
C. Variabel dan Definisi Operasional	38
D. Rancangan Sampel	44
E. Alur Penelitian	45
F. Prosedur Pengumpulan Data	48
G. Pengolahan dan Analisis Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN	49
A. Gambaran Umum Obyek Penelitian	49
B. Variabel yang Diteliti	51
BAB V PEMBAHASAN	61
A. Lingkungan Fisik	61
B. Karakteristik Individu	63
C. Kelelahan Kerja	68
D. Gambaran lingkungan fisik dan karakteristik individu pekerja	69
BAB VI PENUTUP	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel II.1	Reaksi Tubuh Akibat Paparan Suhu Dingin Berdasarkan Suhu Tubuh	16
Tabel II.2	Kategori Ambang Batas IMT Untuk Indonesia	24
Tabel II.3	Rekomendasi Lama Kerja dan Penjadwalan Waktu Istirahat Pada Lingkungan Kerja Dingin	27
Tabel III.1	Definisi Operasional	39
Tabel III.2	Tabel populasi dan sampel di ruang produksi	44
Tabel IV.1	Suhu Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	51
Tabel IV.2	Kelembaban Udara Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	51
Tabel IV.3	Jumlah Umur Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA)	52
Tabel IV.4	Jumlah Status Gizi Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA)	53
Tabel IV.5	Jumlah Kebiasaan Olahraga Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	53
Tabel IV.6	Jumlah Kebiasaan Merokok Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	54
Tabel IV.7	Jumlah Masa Kerja Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA)	55
Tabel IV.8	Jumlah Lama Paparan Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA)	55
Tabel IV.9	Jumlah Pemakaian Alat Pelindung Diri (APD) Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA)	56
Tabel IV.10	Jumlah Kelelahan Kerja Pada Pekerja Di Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	57
Tabel IV.11	Tabulasi Silang Umur dan Kelelahan Kerja Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA)	58
Tabel IV.12	Tabulasi Silang Status Gizi dan Kelelahan Kerja Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	58
Tabel IV.13	Tabulasi Silang Kebiasaan Olahraga dan Kelelahan Kerja Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	59
Tabel IV.14	Tabulasi Silang Kebiasaan Merokok dan Kelelahan Kerja Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	59

Tabel IV.15	Tabulasi Silang Masa Kerja dan Kelelahan Kerja Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	60
	Tabulasi Silang APD dan Kelelahan Kerja Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi (ILUFA).....	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Pemasukan dan Pengeluaran Panas Tubuh.....	12
Gambar II.2 Alat Pelindung Kepala Untuk Pekerja <i>Cold Storage</i>	31
Gambar II.3 Alat Pelindung Tangan Untuk Pekerja <i>Cold Storage</i>	32
Gambar II.4 Alat Pelindung Kaki Untuk Pekerja <i>Cold Storage</i>	33
Gambar II.5 Pakaian Pelindung Untuk Pekerja <i>Cold Storage</i>	34
Gambar II.6 Kerangka Konsep	36

DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

Daftar Singkatan :

ABF	= <i>Air Blast Freezer</i>
APD	= Alat Pelindung Diri
BF	= <i>Brine Freezer</i>
CVL	= <i>Cardiovascular load</i>
EEG	= <i>Electroencephalography</i>
IMT	= Indeks Masa Tubuh
K3	= Kesehatan dan Keselamatan Kerja
KAUPKK	= Kuisisioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja
N	= Normal
KKB	= Kelelahan Kerja Berat
KKR	= Kelelahan Kerja Ringan
KKS	= Kelelahan Kerja Sedang
NAB	= Nilai Ambang Batas
PT	= Perseroan Terbatas
SOP	= Standar Operasional Prosedur
SPSS	= <i>Statistical Product and Service Solutions</i>

Daftar Simbol :

CO	= Karbon Monoksida
d	= Derajat Ketepatan
N	= Jumlah Populasi
n	= Jumlah Sampel
m	= Meter
mph	= Mile per Hour
m/dtk	= Meter per detik
O ₂	= Oksigen
°C	= Derajat Celcius
°F	= Derajat Fahrenheit
%	= Persen

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Kuisisioner Penelitian
Lampiran 2	Lembar Observasi Penelitian
Lampiran 3	Dokumentasi
Lampiran 4	Laporan Hasil Pengukuran Kelelahan Kerja Pada Pekerja Ruang Produksi PT. Inti Luhur Fuja Abadi