

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan dengan segala kerendahan hati atas kehadiran Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, sehingga penulis dapat menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini, dengan judul  
**:“GAMBARAN UMUM KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN BAGIAN PRODUKSI DI PT. REFINDO INTISELARAS INDONESIA”**

Penyusunan Laporan Tugas Akhir ini sebagai salah satu persyaratan guna menindaklanjuti dalam menyelesaikan program studi Sanitasi Program Diploma- III Kampus Magetan. Hal ini tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak yang terlibat baik berupa materi, moral dan spiritual. Oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Bapak Luthfi Rusyadi, S.KM, M.Sc selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya
2. Bapak Irwan Sulistio, S.KM, M.Si selaku Ketua Jurusan Kesehatan Lingkungan Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya
3. Bapak Dr. Budi Yulianto, S.Pd, M.Kes selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir ini
4. Bapak Mujiyono, SKM, M.Kes selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir ini
5. Bapak Sujangi, SKM, MMKes selaku Pembimbing Narasumber yang telah membimbing dan mengarahkan dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian penyusunan Tugas Akhir ini.

Magetan, Juli 2024

Penulis

## DAFTAR ISI

COVER .....	ii
LEMBAR PERSYARATAN .....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN .....	iv
LAPORAN PENGESAHAN .....	v
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
BIODATA PENULIS .....	ix
LEMBAR PERSEMBAHAN .....	x
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL .....	xvi
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi dan Batasan Masalah .....	3
C. Rumusan Masalah .....	4
D. Tujuan Penelitian .....	4
E. Manfaat Penelitian .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
A. Penelitian Terdahulu .....	6
B. Definisi Kelelahan Kerja .....	7
C. Jenis Kelelahan Kerja .....	8
D. Faktor Penyebab Kelelahan Kerja .....	9
E. Dampak Kelelahan Kerja .....	11
F. Cara Meminimalkan Kelelahan Kerja .....	12
G. Cara Menilai Kelelahan Kerja .....	12
I. Kerangka Teori .....	16
J. Kerangka Konsep .....	17
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>18</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	18
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	18

C. Variabel dan Definisi Operasional .....	18
D. Rancangan Sampel .....	21
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>25</b>
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>33</b>
A. Kelelahan Kerja .....	33
B. Kelemahan dalam penelitian .....	35
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>36</b>
A. Kesimpulan.....	36
B. Saran .....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>37</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>37</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi Skor Kelelahan Kerja .....	13
Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....	19
Tabel 3. 2 Populasi Penelitian .....	21
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja .....	26
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Gejala Pelemahan Kegiatan .....	26
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Gejala Pelemahan Motivasi.....	27
Tabel 4. 4 Distribusi Frekuensi Gejala Pelemahan Fisik.....	27
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Gejala Kelelahan Kerja .....	28
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Gejala Kelelahan Berdasarkan Jenis Kelamin .....	29
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Gejala Kelelahan Kerja Berdasarkan Umur .....	30
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Gejala Kelelahan Berdasarkan Masa Kerja.....	30
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Gejala Kelelahan Berdasarkan Shift Kerja .....	31
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Gejala Berdasarkan Jenis Pekerjaan.....	32

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	16
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep .....	17
Gambar 3. 1 Alur penelitian.....	22

## DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL

### SINGKATAN

K3	= Keselamatan dan Kesehatan kerja
Kepmenaker	= Keputusan Menteri Ketenagakerjaan
UU	= Undang-undang
ILO	= <i>International Labour Organization</i>
IFRC	= <i>Industrial Fatigue Research Commite</i>

### SIMBOL

>	= Lebih dari
n	= Jumlah sampel