

SKRIPSI

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERASAAN KELELAHAN KERJA
PADA KARYAWAN OPRATOR DI SPBU UAD DAN SPBU AMBARKETAWANG
TAHUN 2023**

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam mencapai derajat saarjana kesehatan
masyarakat

Pemintan Keselamatan dan Kesehatan Kerja



Oleh:

ANDREI PHAMUJI

NIM. 1700029257

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN

YOGYAKARTA

2023

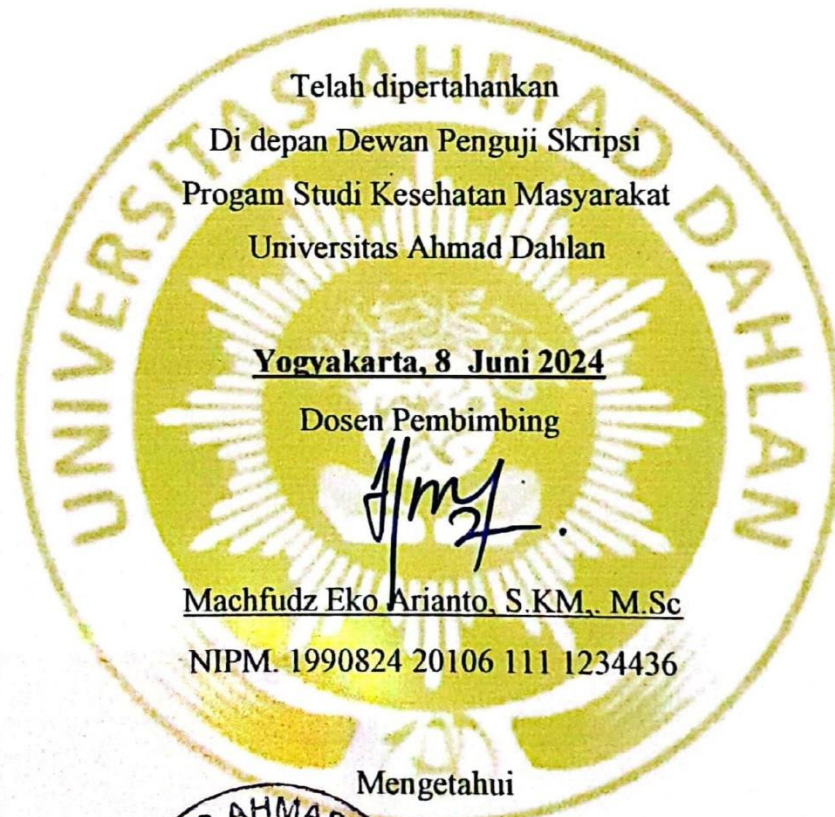
HALAMAN PENGESAHAN

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERASAAN KELELAHAN KERJA
PADA KARYAWAN OPRATOR DI SPBU UAD DAN SPBU AMBARKETAWANG
TAHUN 2023

Disusun Oleh:

Andrei Phamuji

NIM 1700029257



Machfudz Eko Arianto, S.KM., M.Sc

NIPM. 1990824 20106 111 1234436

Mengetahui



Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Rosyidah, S.E., M.Kes., Ph.D


NIPM. 19770130 200508 011 0965098

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERASAAN KELELAHAN KERJA
PADA KARYAWAN OPRATOR DI SPBU UAD DAN SPBU AMBARKETAWANG
TAHUN 2023**

. Disusun oleh:
Andrei Phamuji
NIM 1700029257

Telah dipertahankan di depan
Dewan Penguji Skripsi pada Program Studi Kesehatan Masyarakat
Universitas Ahamad Dahlan, Yogyakarta 08 Juni 2024 dan
Dinyatakan telah memenuhi syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat

Ketua	Machfudz Eko Arianto, S.KM., M.Sc	
Penguji 1	Muhammad Fadillah Zulhayudin, S.KM., M.Kes	
Penguji 2	Ahmad Faizal Rangkuti, S.KM., M.Kes	

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Rosyidah, S.E., M.Kes., Ph.D

NIPM. 19770130 200508 011 0965098

LEMBAR PERNYATAAN

Saya, yang penanda tangan dibawah ini

Menyatakan dengan sebenar benarnya bahwa penelitian ini hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan saya tidak bersifat materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain atau digunakan untuk menyelesaikan studi perguruan tinggi lain, kecuali pada bagian bagian tertentu yang saya ambil sebagai acuan secara tertulis. Apabila terbukti pernyataan ini tidak benar, sepenuhnya menjadi tanggung jawab saya

Nama : Andrei Phamuji

NIM : 1700029257

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Faktor Yang Berhubungan Dengan Perasaan Kelelahan Pada Karyawan Operator Di SPBU UAD dan SPBU Ambarketawang Tahun 2023

Yogyakarta, 16 September 2023

Yang menyatakan



Andrei Phamuji

1700029257

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Andrei Phamuji
NIM : 1700029257
Email : andrei1700029257@webmail.uad.ac.id
Fakultas : Fakultas Kesehatan Masyarakat
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Judul Tugas Akhir : Faktor Yang Berhubungan Dengan Perasaan Kelelahan Pada Karyawan Operator Di SPBU UAD dan SPBU Ambarketawang Tahun 2023

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian dan implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan di setujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari terbukti ada penyimpangan atau ketidaksesuaian dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh oleh karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 16 September 2023



Andrei Phamuji

PERSETUJUAN AKSES

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Andrei Phamuji
NIM : 1700029257
Email : andrei1700029257@webmail.uad.ac.id
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Judul tugas akhir : Faktor Yang Berhubungan Dengan Perasaan Kelelahan Pada Karyawan Operator Di SPBU UAD dan SPBU Ambarketawang Tahun 2023

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut

Saya **mengijinkan** karya tersebut diunggah ke dalam Repository Perpustakaan Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 20 Juni 2024



Andrei Phamuji

Mengetahui

Pembimbing



Machfudz Eko Arianto, S.KM., M.Sc

MOTTO

“Bersyukur Adalah Kunci Untuk Membuka Pintu Kebahagiaan”

“Bermimpilah Setinggi Langit, Jika Engkau Jatuh, Engkau Akan Jatuh Di Antara Bintang-Bintang”

“Bermimpilah Setinggi Mungkin, Buatlah Sekecil Mungkin, Bersyukurlah Sesering Mungkin, Dan Bertawakallah Pada Rabbmu Karena Tidak Ada Yang Tidak Mungkin”

HALAMAN PERSEMBAHAN

Syukur yang pernah penulis lupakan kepada pemilik Ilmu, pemilik tempat tempat ilmu, penjaga orang-orang berilmu, meninggikan derajat orang tua berilmu. Dengan kesempatan-Nya yang indah sehingga skripsi ini dapat diselesaikan tepat waktu.

Pada halaman persembahan ini, segala kerendahan hati saya persembahkan skripsi ini kepada

1. Kedua orang tua saya Bapa Sugiarno dan Ibu Sukinem, malaikat tanpa sayap, motivator yang hebat, dengan do'a yang selalu terpanjat kuat baik malam pekat maupun siang menyengat. Seiring do'a yang beliau panjatkan skripsi ini mampu diselesaikan, dikala hati ini mulai lelah ingatan terhadap kebanggaan beliau lah menajadi pemompa semangat untuk segera menyelesaikan tugas akhir ini. Ribuan terima kasih tak cukup ananda berikan untuk membalas semua ini.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “*Faktor Yang Dapat Bergubungan dengan Perasaan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Operator Di SPBU UAD dan Ambarketawang Tahun 2023*” untuk memnuhi salah satu persyaratan mencapai gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta.

Dalam proposal skripsi ini penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Muchlas, M.T selaku Rektor Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, yang telah memberi kesempatan kepada penulis untukl menimba ilmu di lembaga ini;
2. Rosyidah,S.E.,M.Kes.,PhD selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta, yang telah memberikan izin studi penelitian kepada penulis untuk menyelesaikan proposal skripsi ini;
3. Ahmad Faizal Rangkuti, S.KM., M.Kes selaku ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat, yang telah memberikan penghargaan serta dorongan kepada penulis untuk penyusunan proposal skripsi;
4. Machfudz Eko Arianto, S.KM., M.Sc selaku Dosen Pembimbing Skripsi Sekaligus Ketua Dewan Penguji yang telah membimbing dan memberikan saran kepada peneliti;
5. Muhammad Fadillah Zulhayudin, S.KM., M.Kes selaku Dosen penguji I
6. Ahmad Faizal Rangkuti, S.KM., M.Kes selaku Dosen Penguji II
7. Dr., Rochana Ruliyandari, S.E.. M.Kes (Manajemen Rumah Sakit) selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan memberikan motivasi selama kuliah

8. Manager SPBU UAD di jalan Wates KM 13, Tonalan, Agrosari, Bantul, Yogyakarta yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian
9. Orang Tua dan Keluarga yang selalu memberikan kasih sayang, serta dukungan dan do'a
10. Teman-teman Khususnya teman-teman seperjuangan dan teman teman peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang telah membantu dalam proses kuliah

Penulis menyadari dalam proses penulisan proposal skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran membangun untuk dijadikan masukan agar penulis lebih baik lagi. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat baik bagi penulis maupun pembaca. Terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Yogyakarta, 17 April 2023



Andrei Phamuji

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
PERSETUJUAN AKSES	vi
MOTTO	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar belakang	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Telaah Pustaka.....	12
1. Definisi Kelelahan Kerja.....	12
2. Faktor – faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja.....	17
3. Gejala – gejala kelelahan kerja.....	21
4. Penanggulangan kelelahan kerja	23
B. Landasan Teori	23

C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Desain Penelitian	26
B. Waktu dan Lokasi Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel	26
D. Instrumen Penelitian dan Alat Penelitian	28
E. Variabel Penelitian	29
F. Definisi Operasional	29
G. Jalan Penelitian	31
H. Analisis Data	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	35
B. Hasil dan Pembahasan	35
BAB V PENUTUP	65
A. Kesimpulan	65
B. Saran	66
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian	10
Tabel 2. Klasifikasi Kelelahan	28
Tabel 3. Definisi Operasional	29
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	36
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	37
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Masa Kerja	37
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Shift Kerja	38
Tabel 8. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kelelahan Kerja	38
Tabel 9. Hasil Uji Hubungan Antara Usia Dengan Kelelahan Kerja	39
Tabel 10. Hasil Uji Hubungan Antara Jenis Kelamin Dengan Kelelahan Kerja	40
Tabel 11. Hasil Uji Hubungan Antara Masa Kerja Dengan Kelelahan Kerja	41
Tabel 12. Hasil Uji Hubungan Antara Shift Kerja Dengan Kelelahn Kerja.....	42
Tabel 13. Kuesioner	76
Tabel 14. Hasil Uji Validitas	86
Tabel 15. Hasil Pengambilan Data Kelelahan Kerja Dalam Bentuk Excel	88

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Rumus IMT	20
Gambar 2. Kerangka Konsep	24
Gambar 3. Rencana Penelitian	74
Gambar 4. Surat-Surat Penelitian	79
Gambar 4. Hasil Dokumentasi Penelitian	82

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Rencana Penelitian	74
Lampiran 2. Informed Consent	75
Lampiran 3. Kuesioner Kelelahan Kerja	76
Lampiran 4. Surat Pernyataan Telah Melakukan Penelitian	79
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	81
Lampiran 6. Hasil Olah Data Kuantitatif	88

INTISARI

Latar Belakang: Kelelahan merupakan suatu kondisi fisik atau mental yang mengakibatkan menurunnya kapasitas kerja dan menurunnya daya tahan tubuh dalam melakukan pekerjaan. Penyebab kelelahan adalah pekerjaan yang monoton, intensitas kerja mental dan fisik yang tinggi, cuaca kerja, pencahayaan dan kebisingan, status gizi, kesehatan dan beban kerja, waktu kerja, jenis kelamin, umur, status kesehatan dan status gizi. Dampak yang ditimbulkan adalah pekerja mudah merasa lelah, pusing, mual, badan pegal-pegal, tidak dapat konsentrasi dalam bekerja, dampak yang paling parah adalah pekerja dapat mengalami kecelakaan pada saat melakukan pekerjaan. Operator di SPBU memberikan pelayanan kepada konsumen yang ingin mengisi bahan bakar. Semakin tua seseorang maka akan semakin mudah mengalami kelelahan, jenis kelamin, kondisi fisik dan psikis yang berbeda dapat menyebabkan kelelahan yang lebih besar pada perempuan dibandingkan laki-laki, semakin lama bekerja, semakin lama masa kerja karena bekerja maka semakin tinggi pula tingkat kelelahannya. Resiko terjadinya gangguan kesehatan yang dialami oleh pekerja salah satunya adalah nyeri pada bagian punggung dan kepala, shift kerja bagi seseorang yang bekerja pada malam hari umumnya akan mengalami rasa kantuk yang sangat berat dan pekerja akan sering mengalami kelelahan dan rasa letih. sakit punggung. Berdasarkan penjelasan yang telah dikemukakan diatas, maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang dapat berhubungan dengan kelelahan kerja pada pegawai operator SPBU Universitas Ahmad Dahlan dan Amarketawang.

Metode Penelitian: Penelitian kali ini metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Penelitian ini menggunakan rancangan observasi dengan pendekatan *Cross sectional*. Pada studi *Cross Sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2023. Sampel penelitian ini adalah 36 orang di SPBU UAD dan SPBU Amarketawang. Teknik sampling yang digunakan sampling jenuh. Instrumen penelitian berupa kuesioner. Analisis yang digunakan berupa analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-Square*.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara usia dengan perasaan kelelahan ($p=0,549$), adanya hubungan antara jenis kelamin dengan perasaan kelelahan kerja ($p=0,017$), tidak adanya hubungan antara masa kerja dengan perasaan kelelahan kerja ($p= 0,765$), tidak adanya hubungan antara *Shift* pagi sampai siang dengan perasaan kelelahan kerja ($p=0,32$), dan tidak adanya hubungan antara *Shift* malam sampai pagi ($0,146$).

Kesimpulan: Tidak ada hubungan antara usia dengan perasaan kelelahan di SPBU UAD dan SPBU Amarketawang ($p=0,549$), adanya hubungan antara jenis kelamin dengan perasaan kelelahan kerja kelelahan di SPBU UAD dan SPBU Amarketawang ($p=0,017$), tidak adanya hubungan antara masa kerja dengan perasaan kelelahan kerja kelelahan di SPBU UAD dan SPBU Amarketawang ($p= 0,765$), tidak adanya hubungan antara *Shift* pagi sampai siang dengan perasaan kelelahan kerja kelelahan di SPBU UAD dan SPBU Amarketawang ($p=0,32$), dan tidak adanya hubungan antara *Shift* malam sampai pagi kelelahan di SPBU UAD dan SPBU Amarketawang ($0,146$).

Kata Kunci: Usia, Jenis Kelamin, Masa Kerja, *Shift* kerja, Kelelahan Kerja

ABSTRAK

Background: Fatigue is a physical or mental condition that results in a decrease in work capacity and a decrease in the body's endurance to do work. The causes of fatigue are monotonous work, high mental and physical work intensity, work weather, lighting and noise, nutritional status, health and workload, working time, gender, age, health status and nutritional status. The impact is that workers feel easily tired, dizzy, nauseous, body aches, unable to concentrate at work, the most serious impact is that workers can experience accidents while doing work. Operators at gas stations provide services to consumers who want to refuel, and two operators carry each refueling machine. The older a person is, the easier it is for them to experience fatigue, gender, different physical and psychological conditions can cause greater fatigue in women compared to men. workers receive, one of which is pain in the back and head, shift work someone who works at night will generally experience very heavy drowsiness and workers will often experience fatigue and pain in the back. Based on the explanation that has been made above, it is necessary to carry out research to find out the factors that can be related to work fatigue in gas station operator employees at Ahmad Dahlan University and Amabarketawang.

Research Method: This research method used is a quantitative method. This research uses an observational design with a cross-sectional approach. In a Cross Sectional study. The research was carried out in August 2023. The sample for this research was 36 people at UAD gas stations and Ambarketawang gas stations. The sampling technique used was saturated sampling. The research instrument is a questionnaire. The analysis used is univariate and bivariate analysis with the *Chi-Square* test.

Results: The results of this study show that there is no relationship between age and feelings of fatigue ($p=0.549$), there is a relationship between gender and feelings of work fatigue ($p=0.017$), there is no relationship between work experience and feelings of work fatigue ($p= 0.765$), there is no relationship between morning to afternoon shifts and feelings of work fatigue ($p=0.32$), and there is no relationship between night to morning shifts (0.146).

Conclusion: There is no relationship between age and feelings of fatigue at UAD gas stations and Ambarketawang gas stations ($p=0.549$), there is a relationship between gender and feelings of work fatigue at UAD gas stations and Ambarketawang gas stations ($p=0.017$), there is no relationship between work experience with feelings of work fatigue at UAD gas stations and Ambarketawang gas stations ($p= 0.765$), there is no relationship between morning to afternoon shifts and feelings of work fatigue at UAD gas stations and Ambarketawang gas stations ($p=0.32$), and there is no relationship between shift night until morning fatigue at UAD gas stations and Ambarketawang gas stations (0.146).

Keywords: Age, Gender, Work Period, Work Shift, Work Fatigue