

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI ANGKUTAN  
BATUBARA DI CV. SBM**

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
untuk memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Oleh:

Karina Rusadi  
2010912220023



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
BANJARBARU**

**Juli, 2024**

Skripsi

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN  
KERJA PADA PENGEMUDI ANGKUTAN BATUBARA DI CV. SBM**

Dipersiapkan dan disusun oleh

**Karina Rusadi**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal **25 Juli 2024**

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing Utama



**Mufatihatul Aziza Nisa, SKM.,  
M.KKK.**

Anggota Dewan Penguji Lain



**Laily Khairiyati, SKM., MPH.**

Pembimbing Pendamping



**Muhammad Irwan Setiawan, S.Gz.,  
M.Gz.**

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**Laily Khairiyati, SKM., MPH.**

Koordinator Program Studi: **Kesehatan Masyarakat**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 17 Juli 2024



Karina Rusadi

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI ANGKUTAN BATUBARA DI CV.SBM”**, tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada Dekan Fakultas Kedokteran Dr. dr. Istiana, M.Kes. Koordinator Program Studi Kesehatan Masyarakat Laily Khairiyati, SKM., MPH. Unit Pengelola Skripsi dan P2M Anggun Wulandari, SKM., M.Kes yang telah memberikan kesempatan dalam penelitian

Dosen pembimbing utama Mufatihatul Aziza Nisa, SKM., M.KKK dan dosen pembimbing pendamping Muhammad Irwan Setiawan, S.Gz., M.Gz. Kedua dewan penguji Ratna Setyaningrum, SKM., M.Sc dan Laily Khairiyati, SKM., MPH yang telah memberikan kritik dan saran sehingga penulisan skripsi dapat terselesaikan dengan baik. Terima kasih kepada Pimpinan Perusahaan CV. SBM terkait atas izin yang diberikan sehingga penelitian ini bisa dilaksanakan serta bantuan fasilitas terkait kelancaran kegiatan penelitian dilapangan.

Kedua orang tua peneliti H. Hartani, A.Md dan Hj. Masriyanti, S.Pd serta adik Muhammad Alimuddin Ghani yang menjadi motivasi terbesar peneliti dalam menyelesaikan skripsi, terima kasih yang tak terhingga limpahan kasih sayang, do'a yang tidak pernah putus, dorongan, motivasi, semangat, materi dan perhatian yang luar biasa dari awal kuliah sampai menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih kepada sahabat-sahabat peneliti Mira, Arini, Indah, Rasti, Refa, dan Faisal yang selalu memotivasi dan memberikan dorongan agar dapat menyelesaikan skripsi sampai selesai. Rekan mahasiswa Peminatan Kesehatan Keselamatan Kerja serta rekan mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat angkatan 2020 serta semua pihak

atas sumbangan pikiran dan bantuan yang telah diberikan dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, Juli 2024

Penulis

## ABSTRAK

### FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PENGEMUDI ANGKUTAN BATUBARA DI CV.SBM

**Karina Rusadi**

Aktivitas pengemudi angkutan Batubara memiliki risiko kelelahan dimana satu akibat dari kelelahan maupun rasa ngantuk yang menyebabkan menurun kewaspadaan menyebabkan kecelakaan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi angkutan batubara di CV. SBM. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh pengemudi angkutan batubara di CV. SBM, yang berjumlah 55 orang. Sampel diambil menggunakan metode purposive sampling dengan kriteria inklusi pengemudi yang aktif bekerja, berusia 18-40 tahun, tidak memiliki riwayat gangguan tidur, dan bersedia menjadi responden, sehingga didapatkan 49 sampel. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan pengisian kuesioner yang mencakup *Fatigue Assessment Scale (FAS)*, *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, *NASA-TLX*, dan kuesioner durasi kerja serta masa kerja. Analisis data menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur, beban kerja mental, dan durasi kerja dengan kelelahan kerja pada pengemudi angkutan batubara, masing-masing dengan *p-value* sebesar 0.001. Namun, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan kelelahan kerja (*p-value* sebesar 0.700). Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa untuk mengurangi kelelahan kerja pada pengemudi, diperlukan perbaikan manajemen kualitas tidur, pengurangan beban kerja mental, serta pengaturan durasi kerja yang lebih baik. Penelitian ini memberikan kontribusi penting dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja dan dapat digunakan sebagai dasar untuk perbaikan kondisi kerja di CV. SBM.

**Kata Kunci :** Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Beban Kerja Mental, Durasi Kerja, Masa Kerja

## ABSTRACT

### ***FACTORS ASSOCIATED WITH WORK FATIGUE IN COAL TRANSPORTATION DRIVERS AT CV. SBM***

**Karina Rusadi**

*The activities of coal transportation drivers have a risk of fatigue where one result of fatigue or sleepiness that causes decreased alertness causes work accidents. This study aims to analyze the factors associated with work fatigue among coal transport drivers at CV. SBM. The research uses a quantitative design with a cross-sectional method. The population of this study comprises all coal transport drivers at CV. SBM, totaling 55 individuals. The sample was selected using purposive sampling with inclusion criteria of active drivers aged 18-40 years, no history of sleep disorders, and willing to be respondents, resulting in 49 samples. Data collection was carried out through observation and questionnaire filling, which included the Fatigue Assessment Scale (FAS), Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), NASA-TLX, and questionnaires on work duration and work tenure. Data analysis showed a significant relationship between sleep quality, mental workload, and work duration with work fatigue among coal transport drivers, each with a p-value of 0.001. However, there was no significant relationship between work tenure and work fatigue (p-value of 0.700). The conclusion of this study indicates that to reduce work fatigue among drivers, it is necessary to improve sleep quality management, reduce mental workload, and better regulate work duration. This study provides important contributions in understanding the factors affecting work fatigue and can be used as a basis for improving working conditions at CV. SBM.*

**Keywords:** *Work Fatigue, Sleep Quality, Mental Workload, Work Duration,  
Length Of Service*

## DAFTAR ISI

### Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan masalah.....	6
C. Tujuan penelitian .....	6
D. Manfaat penelitian .....	7
E. Keaslian penelitian .....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Kelelahan kerja.....	10
B. Pengukuran Kelelahan Kerja.....	12
C. Faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja.....	13
D. Gambaran aktivitas pengemudi angkutan.....	20

BAB III	LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS .....	25
	A. Landasan teori .....	25
	B. Hipotesis .....	30
BAB IV	METODOLOGI PENELITIAN .....	31
	A. Rancangan Penelitian .....	31
	B. Populasi dan Sampel.....	31
	C. Instrumen Penelitian .....	33
	D. Variabel Penelitian .....	37
	E. Definisi Operasional .....	37
	F. Prosedur Penelitian .....	41
	G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	42
	H. Cara Analisis Data.....	43
	I. Tempat dan Waktu Penelitian .....	43
BAB V	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	44
	A. Analisis Univariat.....	44
	B. Analisis Bivariat .....	57
	C. Keterbatasan Penelitian .....	68
BAB VI	PENUTUP .....	70
	A. Kesimpulan.....	70
	B. Saran .....	70

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
4. 1 Definisi Operasional Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Angkutan Batubara Di CV. SBM ..	37
5. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden di CV. SBM.....	44
5. 2 Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden di CV. SBM.....	45
5. 3 Distribusi dan frekuensi kelelahan kerja pada pengemudi angkutan.....	47
5. 4 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Variabel Kelelahan Kerja .....	47
5. 5 Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur Pada Pengemudi Angkutan .....	50
5. 6 Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Variabel Kualitas Tidur .....	50
5. 7 Distribusi Frekuensi Komponen Penilaian Variabel Kualitas Tidur .....	51
5. 8 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Mental pada Pengemudi Angkutan ....	54
5. 9 Distribusi Frekuensi Durasi Kerja pada Pengemudi Angkutan Batubara.	55
5. 10 Distribusi Frekuensi Masa Kerja pada Pengemudi Angkutan Batubara...	56
5. 11 Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada.....	57
5. 12 Hubungan antara Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja pada .....	61
5. 13 Hubungan antara Durasi Kerja dengan Kelelahan Kerja pada .....	64
5. 14 Hubungan antara Masa Kerja dengan Kelelahan Kerja pada .....	67

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
2. 1 Logo Perusahaan .....	23
2. 2 Articulated dump truck.....	24
2. 3 Dump truck (tronton hino 500) .....	24
3. 1 Kerangka Teori Tarwaka Tahun 2004.....	28
3. 2 Kerangka Teori untuk meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi angkutan batubara di CV.SBM .....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

### Lampiran

1. Penjelasan Sebelum Persetujuan
2. Kuesioner Milik Responden
3. Surat Keterangan Layak Etik
4. Surat Izin Penelitian Instansi
5. Output SPSS
6. Dokumentasi
7. Lembar Konsultasi