

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA SUPIR BUS
PT. HARAPAN INDAH MEDAN
TAHUN 2024**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

OLEH:

KHAIRUNISA DERI HATASYA
NIM: 0801202221

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA SUPIR BUS
PT. HARAPAN INDAH MEDAN
TAHUN 2024**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai Salah Satu
Syarat Untuk Meraih Gelar**

Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)

OLEH:

**KHAIRUNISA DERI HATASYA
NIM: 0801202221**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA SUPIR BUS
PT. HARAPAN INDAH MEDAN
TAHUN 2024**

KHAIRUNISA DERI HATASYA

NIM: 0801202221

ABSTRAK

Kelelahan kerja adalah permasalahan serius yang memerlukan perhatian mendalam. Mengemudi memerlukan konsentrasi tinggi dan fokus yang berkelanjutan, yang menyebabkan kelelahan fisik dan mental, terutama pada mata dan pikiran, akibat durasi waktu yang lama dan pekerjaan yang monoton. Kelelahan pada pengemudi adalah salah satu masalah utama penyebab terjadinya kecelakaan kerja pada pengemudi. Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pengemudi bus di PT. Harapan Indah pada Tahun 2023.. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Juni Tahun 2024 pada pengemudi bus di PT. Harapan Indah. Desain jenis penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif dengan studi Cross Sectional. Variabel yang diteliti, antara lain yaitu variabel kelelahan kerja, usia, status gizi, kuantitas tidur, kualitas tidur, beban kerja mental, dan durasi mengemudi. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh supir atau pengemudi bus angkutan di PT. Harapan Indah cabang Medan yang diketahui sebanyak 30 orang yang terbagi ke dalam 3 trayek dengan menggunakan Teknik total sampling. Analisis data dilaksanakan melalui metode analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 30 pengemudi bus ada 17 pengemudi (56,7%) yang merasa lelah dan 13 pengemudi (43,3%) yang merasa tidak lelah. Terdapat beberapa variabel yang berhubungan dengan kelelahan kerja yaitu usia ($p = 0,042$), status gizi ($p = 0,042$), kuantitas tidur ($p = 0,033$), beban kerja mental ($p = 0,033$). Untuk mencegah kelelahan ini, dapat dilakukan dengan mengubah tuntutan pekerjaan yang berat, memodifikasi pengaruh lingkungan atau stimulus, serta memberikan waktu tidur atau istirahat yang memadai.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Kuantitas Tidur, Beban Kerja Mental, Pengemudi Bus

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA SUPIR BUS
PT. HARAPAN INDAH MEDAN
TAHUN 2024**

KHAIRUNISA DERI HATASYA

0801202221

ABSTRACT

Occupational fatigue is a serious problem that requires close attention. Driving requires high concentration and sustained focus, which leads to physical and mental fatigue, especially of the eyes and mind, due to long duration and monotonous work. Fatigue in drivers is one of the main problems causing occupational accidents in drivers. The general objective of this study is to determine the factors that affect work fatigue in bus drivers at PT Harapan Indah in 2023. This research was conducted in March-June 2024 on bus drivers at PT Harapan Indah. The design of this type of research is a quantitative approach with a Cross Sectional study. The variables studied, among others, are the variables of work fatigue, age, nutritional status, sleep quantity, sleep quality, mental workload, and driving duration. The population in this study were all drivers or transportation bus drivers at PT Harapan Indah Medan branch, known as 30 people who were divided into 3 routes using the total sampling technique. Data analysis was carried out through univariate and bivariate analysis methods. The results of this study indicate that of the 30 bus drivers there are 17 drivers (56.7%) who feel tired and 13 drivers (43.3%) who feel not tired. There are several variables associated with work fatigue, namely age ($p = 0.042$), nutritional status ($p = 0.042$), sleep quantity ($p = 0.033$), workload ($p = 0.042$), and workload ($p = 0.033$). To prevent fatigue, this can be done by changing heavy work demands, modifying environmental influences or stimuli, and providing adequate sleep or rest time.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Keywords: Work Fatigue, Sleep Quantity, Mental Workload, Bus Drivers

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Khairunisa Deri Hatasya
Nim : 0801202221
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)
Tempat/Tanggal Lahir : Bangun, 27 Juli 2002
Judul Skripsi : Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Supir Bus PT. Harapan Indah Medan Tahun 2024

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini merupakan Hasil Karya Ilmiah asli saya, yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata 1 (S1) Di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penelitian ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan Hasil Karya Ilmiah asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 12 Agustus 2024



Khairunisa Deri Hatasya
0801202221

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir Dengan Judul

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN
KELELAHAN KERJA PADA SUPIR BUS
PT. HARAPAN INDAH MEDAN
TAHUN 2024**

KHAIRUNISA DERI HATASYA
0801202221

Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah

Medan, 14 Agustus 2024

Disetujui :

Dosen Pembimbing Umum



Nurhayati Saragih, S.Si.T, M.Si.
NIP. 197205161993042004

Dosen Pembimbing Integrasi



Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A.
NIP. 197010241996032002

**Ketua Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU**



Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes
NIP. 199006062019031016

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul :

**FAKTOR-FAKTOR YANG BERTHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN
KERJA PADA SUPIR BUS PT. HARAPAN INDAH MEDAN
TAHUN 2024**

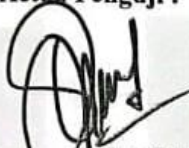
Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

Khairunisa Deri Hatasya
0801202221

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Pada Tanggal 24 Juli 2024
Dinyatakan Untuk Memenuhi Syarat Untuk Diterima

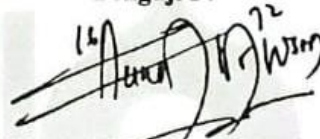
TIM PENGUJI

Ketua Penguji :



Syafran Arrazy, S.KM, M.K.M, Ph.D
NIP : 199208282019031012

Penguji I :



Nurhayati Saragih, S.Si.T, M.Si.
NIP : 197205161993042004

Penguji II :



Dr. Tri Niswati Utami, M.Kes
NIP: 197211082023212007

Penguji Integrasi Keislaman



Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A.
NIP : 197010241996032002

Medan, 14 Agustus 2024
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara



Dekan

Prof. Dr. Mesiono, S.Ag M.Pd
NIP: 197107272007011031

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

(*CURRICULUM VITAE*)

I. Identitas Pribadi

Nama : Khairunisa Deri Hatasya
NIM : 0801202221
Jenis Kelamin : Perempuan
Status : Belum Menikah
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Jl. H. Ulakma Sinaga No. 88 Rambung Merah,
Kabupaten Simalungun, Sumatera Utara
Alamat Email : Khairunisaderi277@gmail.com
No. Telpon : 081262004761

II. Pendidikan Formal

2008 - 2014 : SDN 096135 Rambung Merah
2014 - 2017 : SMP N 1 Pematang Siantar
2017 - 2020 : SMA Perguruan Sultan Agung Pematang Siantar
2020 - 2024 : S1 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
(UINSU) Medan, Fakultas Kesehatan Masyarakat,
Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat,
Peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang. Shalawat serta salam semoga tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, utusan Allah SWT yang diutus sebagai rahmat bagi seluruh alam.

Dengan penuh kerendahan hati, penulis mengucapkan puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "**Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Supir Bus PT. Harapan Indah Medan Tahun 2024**". Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari limpahan rahmat dan petunjuk Allah yang senantiasa melimpah.

Penulis menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini bukanlah usaha yang dilakukan secara individual, melainkan melibatkan kerjasama dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis sangat berterima kasih kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono S.Ag. M.Pd., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, MA., selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A., selaku Wakil Dekan II Bidang Keuangan dan Perlengkapan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

5. Bapak Dr. Irwansyah M.H., selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, SKM, M.Kes., selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Nurhayati, S.Si.T., M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah memberikan do'a, waktu dan kesabaran dalam membimbing, memberi saran dan motivasi dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
8. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A., selaku Dosen Pembimbing Kajian Integrasi Keislaman yang telah berkenan meluangkan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada saya untuk menyelesaikan proposal skripsi ini.
9. Ibu Dr. Tri Niswati Utami, M.Kes., selaku Dosen Penguji yang telah memberikan arahan dan saran-saran pada skripsi ini.
10. Kepada Seluruh Dosen Pengajar dan Staff di Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN SU yang sudah memberikan banyak pelajaran, motivasi, dan bimbingan selama perkuliahan.
11. Kepada PT. Harapan Indah yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dan seluruh pekerja yang telah bersedia menjadi responden untuk penelitian penulis.
12. Terimakasih kepada kedua orang tua penulis, yaitu Bapak Deddy Hasfriyanto dan Ibu Misriani yang sudah selalu mendoakan dan mendukung penulis. Terimakasih juga kepada Kakak Tasya yang telah

mendoakan, mendengarkan keluh kesah dan memberikan dukungan untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini. Terimakasih juga untuk seluruh keluarga yang lain yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu untuk semua doa dan dukungannya.

13. Kepada sahabat saya Vivi, Dita dan Riski yang telah memberikan suka cita, dukungan dan saran kepada penulis.

14. Kepada Mr. A yang telah mendukung dan menemani penulis hingga penulis mendapat gelar S.K.M.

15. Kepada Dinda Febriani, Nurafriilla Ningsih, Nurlinda, Tasya Salsabillah yang telah berjuang bersama dari awal semester hingga sama-sama mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat.

16. Terakhir penulis mengucapkan terimakasih untuk diri sendiri yang sudah berjuang dan semangat hingga mendapatkan gelar sarjana dan insyaAllah dapat melanjutkan pendidikan hingga mendapatn gelar Doktor.

Penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat untuk para pembaca.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna karena masih terdapat banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis berharap adanya kritik dan saran yang membangun dari para pembaca untuk penulis.

Medan, 01 Juli 2024

Khairunisa Deri Hatasya

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Defenisi Kelelahan Kerja.....	7
2.2 Jenis Kelelahan Kerja	9
2.3 Gejala Kelelahan.....	11
2.4 Proses Terjadinya Kelelahan.....	12
2.5 Faktor Penyebab Kelelahan	13
2.6 Dampak Kelelahan Kerja.....	24
2.7 Pengukuran Kelelahan Kerja	25
2.8 Kajian Integrasi Keislaman.....	27
2.9 Kerangka Teori	32
2.10 Kerangka Konsep.....	33
BAB III METODE PENELITIAN	34
3.1 Jenis dan Desain Penelitian.....	34
3.2 Waktu dan Tempat	34
3.3 Populasi dan Sampel	34
3.4 Variabel Penelitian.....	35
3.5 Defenisi Operasional.....	35
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	37
3.7 Instrumen Penelitian	38
3.8 Analisis Data.....	42
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	44
4.2 Hasil Analisis Univariat.....	45
4.3 Hasil Analisis Bivariat	54
4.4 Pembahasan.....	57
4.5 Analisis Integrasi Keislaman Mengenai Kelelahan Kerja	66
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	73
5.1. Kesimpulan	73
5.2 Saran	74
DAFTAR PUSTAKA	75

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Klasifikasi IMT.....	15
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	35
Tabel 3. 2 Komponen Skor PSQI.....	39
Tabel 4. 1 Masa Kerja Pengemudi Bus PT. Harapan Indah 2024.....	45
Tabel 4. 2 Distribusi Kelelahan Kerja Pengemudi Bus	45
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Pertanyaan KAUPK2.....	45
Tabel 4. 4 Distribusi Umur Pengemudi Bus PT. Harapan Indah Tahun 2024.....	48
Tabel 4. 5 Distribusi Status Gizi Pengemudi Bus PT. Harapan Indah Tahun 2024	49
Tabel 4. 6 Kategori Status Gizi Gemuk Pengemudi Bus	49
Tabel 4. 7 Distribusi Kuantitas Tidur Pengemudi Bus	49
Tabel 4. 8 Distribusi Kualitas Tidur Pengemudi Bus	50
Tabel 4. 9 Komponen Kualitas Tidur Pengemudi Bus	50
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Komponen Gangguan Tidur Pengemudi Bus...	51
Tabel 4. 11 Distribusi Beban Kerja Mental Pengemudi Bus Di	52
Tabel 4. 12 Distribusi Kondisi Kemacetan Yang Dialami Pengemudi Bus PT. Harapan Indah Tahun 2024.....	52
Tabel 4. 13 Distribusi Kerusakan Kendaraan yang Dialami Pengemudi Bus	53
Tabel 4. 14 Distribusi Durasi Mengemudi Pengemudi Bus Di.....	53
Tabel 4. 15 Hubungan Antara Umur dengan Kelelahan Kerja Pengemudi Bus...	54
Tabel 4. 16 Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kelelahan Kerja Pengemudi Bus PT. Harapan Indah Tahun 2024	54
Tabel 4. 17 Hubungan Antara Kuantitas Tidur Dengan Kelelahan Kerja	55

Tabel 4. 18 Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Kerja	55
Tabel 4. 19 Hubungan Antara Beban Kerja Mental Dengan Kelelahan Kerja Pengemudi Bus PT. Harapan Indah Tahun 2024	56
Tabel 4. 20 Hubungan Antara Durasi Mengemudi Dengan Kelelahan Kerja Pengemudi Bus PT. Haparan Indah Tahun 2024	56



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	32
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	33



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	83
Lampiran 2. Surat Balasan Izin Penelitian.....	84
Lampiran 3. Kuesioner Penelitian.....	85
Lampiran 4. OUTPUT SPSS	92



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN