

## DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., & Munthe, S. A. (2021). *2021\_Book Chapter\_Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Adryanti. (2020). *Hubungan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja*.
- Adytama, & Muliawan. (2019). *Kelelahan Kerja Dan Determinan Pada Pengemudi Minibus Antar Provinsi Jawa-Bali Tahun 2019*.
- Afifah Adinda. (2023). *Pengaruh Pemberian Aromaterapi Terhadap Kelelahan Kerja Pada Satuan Polisi Pamong Praja Kabupaten Deli Serdang*.
- Alfaridah & Febriyanto. (2022). Hubungan Stress Kerja Dengan Keluhan Low Back Pain. In *Borneo Student Research* (Vol. 3, Issue 2).
- Antika, R., & Prameswari, G. N. (2023). Hubungan Masa Kerja, Usia, Status Gizi, Kecukupan Energi, Kebiasaan Merokok Dengan Kelelahan Kerja Pada Petani Padi. *Indonesian Journal Of Public Health And Nutrition*, 3(1), 127–136. <https://doi.org/10.15294/ijphn.v3i1.53917>
- Carrs, 2020. (2022). *State Of The Road A Fact Sheet Of The Centre For Accident Research & Road Safety-Queensland (Carrs-Q)*.
- Destrada Siahaan, H., & Pramestari, D. (2021). *Analisis Beban Kerja Menggunakan Metode Rating Scale Mental Effort (Rsme) Dan Modified Cooper Harper (Mch) Di Pt. Bank X* (Vol. 5, Issue 2).
- Deza-Becerra, F., Rey De Castro, J., Gonzales-Gonzales, C., León-Jiménez, F. E., Osada-Liy, J., & Rosales-Mayor, E. (2017). Sleep Habits, Fatigue, And Sleepiness In Chiclayo-Peru's Bus Drivers. *Sleep And Breathing*, 21(3), 745–749. <https://doi.org/10.1007/S11325-017-1502-9>
- Gusti Bagus Ngurah Ananda Rai Prema Wianta, I., Ketut Sutiari, N., & Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, P. (2022). *Hubungan Kualitas Tidur Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan Subjektif Pada Pegawai Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat Di Masa Pandemi Covid-19*.
- Kamila Rifa Salma. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Di Pt X Tahun 2022*.
- Letari Andi Dewi, Batara Andi Suharman, & Mutthalif Nurul Ulfha. (2022). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Di Pt. Sumber Graha*.
- Mahardika. (2017). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Layanan Teknik Di Pt.Pln (Persero) Ulp Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu Tahun 2021*.

- Nawang Wulandari, E. (2023). *The Effect Of Work Shift On Pt Employees' Fatigue. Surya Saputra Sentosa In The Exploration Area Pt Vale Kec. Pomala Regency. Kolaka In 20233*. 2(1).
- Ningsih, R. W., & Hakim, A. A. (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Low Back Pain Dan Upaya Penanganan Pada Pasien Ashuma Therapi Sidoarjo*.
- Nurkihsan, R., Putra, G., Nugraha, A. E., 2& Herwanto, D. (2021). Analisis Pengaruh Intensitas Pencahayaan Terhadap Kelelahan Mata Pekerja. *Ijccs, X, No.X*, 1–5.
- Prastuti, T. N., & Martiana, T. (2017). Analisis Karakteristik Individu Dengan Keluhan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Taksi Di Rungkut Surabaya. *The Indonesian Journal Of Public Health*, 12(1), 64. <https://doi.org/10.20473/ijph.v12i1.2017.64-74>
- Pratomo, & Puspitasari. (2014). *Analisis Penyebab Kelelahan Operator Haul Dumptruck (Hd) (Studi Kasus Di Pt X Rantau Nangka Kalimantan Selatan)*.
- Riadyani, A. P., & Herbawani, C. K. (2022). Systematic Review Pengaruh Intensitas Cahaya Terhadap Kelelahan Mata Pekerja. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 10(2), 167–171. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i2.32475>
- Salam, J., Nurgazali, N., Hamid, F., & Shiddiq, S. (2023). Pengaruh Status Gizi Terhadap Kelelahan Kerja Pada Supir Bus Trayek Palopo – Makassar. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, 3(7), 2030–2038. <https://doi.org/10.33024/Mahesa.V3i7.10602>
- Setiawan, D., & Prasetyo, H. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan Untuk Mahasiswa Kesehatan. *Yogyakarta: Graha Ilmu*.
- Simanjuntak, J. O., Simanjuntak, N. I. M., & Panjaitan, Y. J. L. (2023). Analisis Kinerja Bustrans Metro Deli Rute K5m Tembung-Lapangan Merdeka. In *Jurnal Teknik Sipil* (Vol. 2, Issue 2).
- Sumardiyono, Chafiidhiya Rochmah, S., & Seviana Rinawati. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Penyapu Jalan Di Kota Surakarta. *Journal Of Applied Agriculture, Health, And Technology*, 2(1), 34–42. <https://doi.org/10.20961/jaht.v2i1.594>
- Tanriono, Y., & Doda, D. (2019). Hubungan Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Perilaku Pengemudi, Dan Status Gizi Dengan Kecelakaan Kerja Pada Pengemudi Ojek Di Kota Bitung. In *Jurnal Kesmas* (Vol. 8, Issue 6).
- Tanriono, Y., Doda, D. V., Manampiring, A. E., Ilmu, P., Masyarakat, K., Sam, U., Manado, R., Prodi, P., Kesehatan, I., Universitas, M., Manado, S. R., &

- Kedokteran, F. (2019). Hubungan Kelelahan Kerja, Kualitas Tidur, Perilaku Pengemudi, Dan Status Gizi Dengan Kecelakaan Kerja Pada Pengemudi Ojek Di Kota Bitung. In *Jurnal Kesmas* (Vol. 8, Issue 6).
- Wicaksono, D. W. (2018). *Analisis Faktor Dominan Yang Berhubungan Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga*.
- Belenky, G., Wesensten, N. J., Thorne, D. R., Thomas, M. L., Sing, H. C., Redmond, D. P., ... & Balkin, T. J. (2003). Patterns of Performance Degradation and Restoration During Sleep Restriction and Subsequent Recovery: A Sleep Dose-Response Study. *Journal of Sleep Research*, *12*(1), 1-12.
- Åkerstedt, T., Knutsson, A., Westerholm, P., Theorell, T., Alfredsson, L., & Kecklund, G. (2004). Sleep Duration and Coronary Heart Disease: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sleep Medicine*, *11*(5), 525-531.
- Dinges, D. F., Pack, F., Williams, K., Gillen, K. A., Powell, J. W., Ott, G. E., ... & Pack, A. I. (1997). Cumulative Sleepiness, Mood Disturbance, and Psychomotor Vigilance Performance Decrements During a Week of Sleep Restricted to 4-5 Hours Per Night. *Sleep*, *20*(4), 267-277.
- Akerstedt, T., & Wright, K. P. (2009). Sleep Loss and Fatigue in Shift Work and Shift Work Disorder. *Sleep Medicine Clinics*, *4*(2), 257-271.
- Shen, J., Botly, L. C. P., Chung, S. A., Gibbs, A. L., Sabanadzovic, S., & Shapiro, C. M. (2006). Fatigue and Shift Work. *Journal of Sleep Research*, *15*(1), 1-5.
- Horne, J. A., Reyner, L. A., & Barrett, P. R. (2010). Driver Sleepiness and Risk of Serious Injury and Death to Car Occupants: Population Based Case Control Study. *BMJ*, *301*(8), 1223-1230.
- Park, J., Lee, N., & Choi, B. (2001). Relationship Between Work Conditions and Exhaustion in South Korean Workers. *Journal of Occupational Health*, *43*(3), 169-176.
- Gregory, K. B., Morin, L. M., Courtney, A. H., & Benton, B. (2010). Psychological Stress and Fatigue in Professional Drivers. *Accident Analysis & Prevention*, *42*(2), 744-751.
- Philip, P., Sagaspe, P., Moore, N., Taillard, J., Charles, A., Guilleminault, C., & Bioulac, B. (2001). Fatigue, Sleep Restriction and Performance in Automobile Drivers: A Controlled Study in a Natural Environment. *Sleep*, *24*(6), 658-662.
- Brown, I. D., & Groeger, J. A. (2009). Risk Perception and Decision Taking During the Transition Between Novice and Experienced Driver Status. *Ergonomics*, *32*(11), 1439-1452.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA MEDAN  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate 20371  
Telp. (061) 6615683-6622925 Fax. 6615683

Nomor : B.1187/Un.11/KM.I/PP.00.9/04/2024

24 April 2024

Lampiran : -

Hal : Izin Riset

**Yth. Bapak/Ibu Kepala PT. Medan Bus Transport (Bus Trans Metro Deli)**

*Assalamualaikum Wr. Wb.*

Dengan Hormat, diberitahukan bahwa untuk mencapai gelar Sarjana Strata Satu (S1) bagi Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat adalah menyusun Skripsi (Karya Ilmiah), kami tugaskan mahasiswa:

**Nama** : Mardiah Batubara  
**NIM** : 0801203271  
**Tempat/Tanggal Lahir** : Panyabungan, 14 Agustus 2002  
**Program Studi** : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
**Semester** : VIII (Delapan)  
**Alamat** : sigalapang, panyabungan Kecamatan panyabungan kota

untuk hal dimaksud kami mohon memberikan Izin dan bantuannya terhadap pelaksanaan Riset di Jl. Menteng VII No. 15, Medan Tenggara, Kec. Medan Denai, Kota Medan, Sumatera Utara 20228, guna memperoleh informasi/keterangan dan data-data yang berhubungan dengan Skripsi (Karya Ilmiah) yang berjudul:

***Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Trans Metro Deli***

Demikian kami sampaikan, atas bantuan dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Medan, 24 April 2024  
a.n. DEKAN  
Wakil Dekan Bidang Akademik dan  
Kelembagaan



*Digitally Signed*

**Dr. Hasrat Efendi Samsir, MA**  
NIP. 197311122000031002

Tembusan:

- Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara Medan

info : Silahkan scan QRCode diatas dan klik link yang muncul, untuk mengetahui keaslian surat

## Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian

**PT. MEDAN BUS TRANSPORT  
PENGANGKUTAN UMUM**

Kantor : Jl. Menteng VII No. 15 Telp. (061) 7850444

Medan, 02 Mei 2024

Nomor : 130/SB/MBT-BTSTMD/V/2024

Lampiran :-

Hal : Izin Riset

Kepada Yth,  
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Universitas Islam Sumatera Utara  
di – Tempat

Dengan hormat,

Merujuk pada Surat Nomor : B.1187/Un.11/KM I/PP.00.9/04/2024, tanggal 24 April 2024 perihal Izin Riset, dengan ini kami sampaikan bahwa permohonan bapak pada prinsipnya kami setujui, atas nama mahasiswa/i berikut :

Nama	: Mardiah Batubara
NIM	: 0801203271
Program Studi	: Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas	: Kesehatan Masyarakat
Judul Skripsi	: Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Trans Metro Deli

Dapat melaksanakan penelitian di PT. Medan Bus Transport selama 1 (satu) bulan mulai tanggal 06 Mei 2024 s/d 31 Mei 2024.

Demikian surat ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Hormat kami,

PT. Medan Bus Transport



**Renward Parapat ATD, MT**  
Manager

### Lampiran 3 Informed Consent

## SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN (*INFORMED CONSENT*)

---

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat, Saya adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu kegiatan dalam menyelesaikan tugas akhir. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Trans Metro Deli Di Kota Medan”. Untuk keperluan tersebut saya mengharapkan kesediaan anda untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Partisipasi anda dalam penelitian ini bersifat bebas untuk menjadi responden atau menolak tanpa ada sanksi apapun. Semua informasi yang diberikan akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk penelitian. Oleh karena itu, saya (**BERSEDIA/TIDAK BERSEDIA\***) secara sukarela untuk menjadi subjek penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa keterpaksaan dan mengisi formulir ini dengan jujur apa adanya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa tekanan dari pihak manapun. saya ucapkan banyak terimakasih.

Medan, ..... 2024

Peneliti

Responden

(Mardiah Batubara)

(.....)

## Lampiran 4 Kuesioner Penelitian

### I. Identitas Responden

Nama :  
 Umur :  
 TB/BB :  
 Jenis Kelamin : Laki-laki  
 Masa Bekerja : ..... tahun  
 Lama Bekerja : ..... jam/hari  
 Waktu Istirahat :

### II. Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja (KAUPK2)

*Catatan : harap diberi  untuk skor jawaban yang dipilih*

Keterangan:

**TP** = Tidak Pernah

**KK** = Ya, Kadang-kadang

**S** = Ya, Sering

NO	PERTANYAAN	TP	KK	S
1	Apakah anda merasa sukar berpikir ?			
2	Apakah anda merasa lelah berbicara ?			
3	Apakah anda merasa gugup menghadapi sesuatu ?			
4	Apakah anda merasa tidak pernah berkonsentrasi dalam menghadapi sesuatu pekerjaan ?			
5	Apakah anda merasa tidak mempunyai perhatian terhadap sesuatu ?			
6	Apakah anda cenderung lupa terhadap sesuatu ?			

7	Apakah anda merasa kurang percaya terhadap diri sendiri ?			
8	Apakah anda merasa tidak tekun dalam melaksanakan pekerjaan anda ?			
9	Apakah anda merasa enggan menatap mata orang ?			
10	Apakah anda merasa enggan bekerja cekatan ?			
11	Apakah anda merasa tidak tenang dalam bekerja ?			
12	Apakah anda merasa Lelah seluruh tubuh ?			
13	Apakah anda merasa bertindak lamban ?			
14	Apakah anda merasa tidak kuat lagi berjalan ?			
15	Apakah anda merasa sebelum bekerja sudah lelah ?			
16	Apakah anda merasa daya pikir menurun ?			
17	Apakah anda merasa cemas terhadap sesuatu hal?			



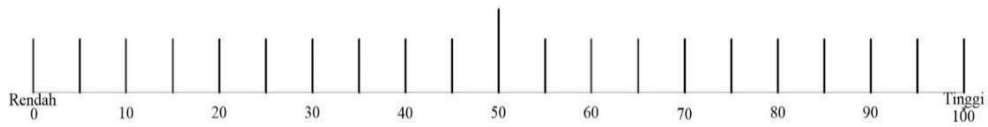
No	Indikator Beban Mental		
1	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Kebutuhan Fisik (KF)
2	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Kebutuhan Waktu (KW)
3	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Performansi (P)
4	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Tingkat Usaha (TU)
5	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Tingkat Frustrasi (TF)
6	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Kebutuhan Waktu (KW)
7	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Performansi (P)
8	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Tingkat Usaha (TU)
9	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Tingkat Frustrasi (TF)
10	Kebutuhan Waktu (KW)	VS	Performansi (P)
11	Kebutuhan Waktu (KW)	VS	Tingkat Usaha (TU)
12	Kebutuhan Waktu (KW)	VS	Tingkat Frustrasi (TF)
13	Performansi (P)	VS	Tingkat Usaha (TU)
14	Performansi (P)	VS	Tingkat Frustrasi (TF)
15	Tingkat Usaha (TU)	VS	Tingkat Frustrasi (TF)

Dimensi I	Skala
<p><b>Kebutuhan Mental</b> Seberapa besar tuntutan aktivitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan Anda (contoh: berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat, mencari). Apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit, sederhana atau kompleks, longgar atau ketat?</p>	Rendah - tinggi
<p><b>Kebutuhan Fisik</b> Seberapa besar aktivitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan Anda (contoh: mendorong, menarik, memutar, mengontrol, menjalankan, dan lainnya). Apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit, pelan atau cepat, tenang atau buru-buru?</p>	Rendah - tinggi
<p><b>Kebutuhan Waktu</b> Seberapa besar tekanan waktu yang Anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung? Apakah pekerjaan perlahan dan santai, atau cepat dan melelahkan?</p>	Rendah - tinggi
<p><b>Performansi</b> Seberapa besar keberhasilan Anda di dalam mencapai target pekerjaan Anda? Seberapapuas Andadengan performansi Anda dalam mencapai target tersebut?</p>	Rendah - tinggi
<p><b>Tingkat Usaha</b> Seberapa besar usaha yang Anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performansi Anda?</p>	Rendah - tinggi
<p><b>Tingkat frustrasi</b> Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa, tersinggung, stres, dan terganggu dibanding dengan perasaan aman, puas, cocok, nyaman, dan kepuasan diri yang dirasakan selama mengerjakan pekerjaan tersebut?</p>	Rendah - tinggi

## Kuisoner Pengukuran Beban Kerja Mental

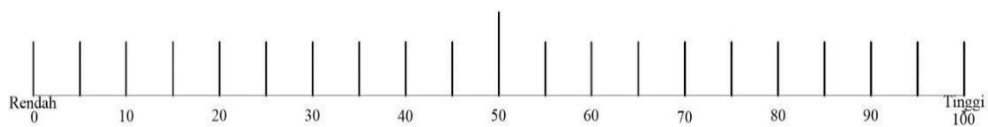
### 1. *Mental Demands (MD)*

Seberapa besar usaha mental yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini ?



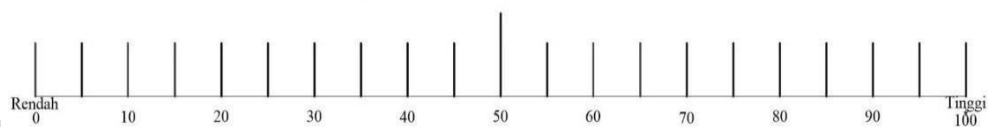
### 2. *Physical Demands (PD)*

Seberapa besar usaha fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini ?



### 3. *Temporal Demands (TD)*

Seberapa besar tekanan yang dirasakan berkaitan dengan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan ini ?



### 4. *Own Performance (OP)*

Seberapa besar tingkat keberhasilan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini ?



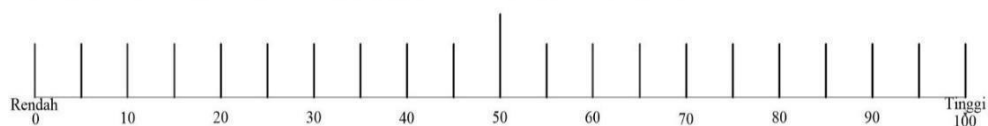
### 5. *Effort (EF)*

Seberapa besar kerja mental dan fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini ?



### 6. *Frustration (FR)*

Seberapa besar kecemasan, perasaan tertekan dan stress yang dirasakan untuk menyelesaikan pekerjaan ini ?



No	Indikator Beban Mental		
1	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Kebutuhan Fisik (KF)
2	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Kebutuhan Waktu (KW)
3	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Performansi (P)
4	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Tingkat Usaha (TU)
5	Kebutuhan Mental (KM)	VS	Tingkat Frustasi (TF)
6	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Kebutuhan Waktu (KW)
7	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Performansi (P)
8	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Tingkat Usaha (TU)
9	Kebutuhan Fisik (KF)	VS	Tingkat Frustasi (TF)
10	Kebutuhan Waktu (KW)	VS	Performansi (P)
11	Kebutuhan Waktu (KW)	2VS	Tingkat Usaha (TU)
12	Kebutuhan Waktu (KW)	VS	Tingkat Frustasi (TF)
13	Performansi (P)	VS	Tingkat Usaha (TU)
14	Performansi (P)	VS	Tingkat Frustasi (TF)
15	Tingkat Usaha (TU)	VS	Tingkat Frustasi (TF)

**Lampiran 5 Rekapitulasi Data Penelitian**

No	Koridor	Umur	IMT	Kategori IMT	Beban Kerja Mental	Kuantitas Tidur	Kuantitas tidur	Skor Kelelahan	Kelelahan kerja
1	IV	40	22.04	Normal	Tinggi	7	Buruk	32	Tinggi
2	IV	39	19.03	Normal	Agak tinggi	6	Buruk	33	Sedang
3	IV	47	26.17	Gemuk	Agak tinggi	8	Baik	32	Sedang
4	IV	50	24.02	Normal	Tinggi	7	Buruk	33	Sedang
5	IV	55	21.48	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	29	Tinggi
6	IV	56	24.22	Normal	Tinggi sekali	6	Buruk	32	Tinggi
7	IV	45	24.74	Normal	Agak tinggi	8	Buruk	28	Sedang
8	IV	35	17.10	Kurus	Agak tinggi	6	Buruk	32	Sedang
9	IV	54	20.98	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	32	Tinggi
10	IV	50	20.20	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	31	Sedang
11	I	40	23.05	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	21	Tinggi
12	I	39	23.73	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	22	Tinggi

13	I	38	26.99	Gemuk	Agak tinggi	7	Baik	37	Rendah
14	I	35	26.67	Gemuk	Tinggi sekali	8	Baik	18	Tinggi
15	I	36	22.27	Normal	Tinggi sekali	6	Buruk	17	Tinggi
16	II	38	20.20	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	25	Sedang
17	II	36	17.53	Kurus	Tinggi sekali	7	Buruk	33	Sedang
18	II	42	19.33	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	31	Sedang
19	II	41	18.59	Normal	Agak tinggi	8	Baik	34	Rendah
20	II	43	18.36	Kurus	Tinggi sekali	7	Buruk	32	Sedang
21	II	37	17.10	Kurus	Agak tinggi	7	Baik	40	Rendah
22	II	36	18.67	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	25	Sedang
23	II	38	19.36	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	30	Sedang
24	I	38	26.35	Gemuk	Tinggi sekali	7	Buruk	25	Sedang
25	I	40	25.97	Gemuk	Tinggi sekali	6	Buruk	30	Sedang
26	I	40	24.34	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	24	Sedang
27	I	42	22.04	Normal	Tinggi	7	Buruk	25	Sedang

28	I	28	24.98	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	24	Sedang
29	IV	40	22.66	Normal	Tinggi	7	Buruk	31	Sedang
30	IV	39	22.10	Normal	Tinggi sekali	6	Buruk	31	Sedang
31	IV	38	24.34	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	28	Sedang
32	IV	39	22.27	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	31	Sedang
33	V	37	20.76	Normal	Agak tinggi	7	Buruk	30	Sedang
34	V	35	22.04	Normal	Agak tinggi	9	Buruk	30	Sedang
35	V	30	19.49	Normal	Agak tinggi	7	Buruk	31	Sedang
36	V	54	23.44	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	29	Sedang
37	V	54	29.69	Gemuk	Tinggi sekali	6	Buruk	33	Sedang
38	V	50	21.63	Normal	Agak tinggi	7	Buruk	31	Sedang
39	V	55	22.22	Normal	Tinggi	6	Buruk	29	Sedang
40	III	39	22.21	Normal	Tinggi	8	Baik	32	Sedang
41	III	42	22.27	Normal	Tinggi sekali	8	Buruk	28	Sedang
42	III	41	24.22	Normal	Tinggi sekali	8	Baik	30	Sedang

43	III	43	25.78	Gemuk	Tinggi	8	Buruk	28	Sedang
44	III	44	25.39	Gemuk	Tinggi	7	Buruk	27	Sedang
45	III	39	26.35	Gemuk	Tinggi	7	Buruk	24	Sedang
46	III	45	25.78	Gemuk	Tinggi	8	Baik	26	Sedang
47	III	45	25.71	Gemuk	Tinggi	8	Baik	26	Sedang
48	III	38	25.78	Gemuk	Tinggi sekali	6	Buruk	23	Tinggi
49	III	44	22.76	Normal	Tinggi sekali	8	Baik	27	Sedang
50	III	35	27.55	Gemuk	Tinggi	3	Buruk	31	Sedang
51	III	40	22.66	Normal	Tinggi	8	Baik	26	Sedang
52	III	39	25.95	Gemuk	Tinggi	3	Buruk	36	Rendah
53	III	34	24.03	Normal	Tinggi	7	Buruk	24	Sedang
54	III	37	24.54	Normal	Tinggi sekali	7	Buruk	25	Sedang
55	III	40	25.08	Gemuk	Tinggi	8	Baik	27	Sedang



## Lampiran 6 Hasil Output SPSS

## UNIVARIAT

## Kat.Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>45 tahun	33	60.0	60.0	60.0
	<45 tahun	22	40.0	40.0	100.0
Total		55	100.0	100.0	

## Kat.IMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Gemuk	15	27.3	27.3	27.3
	Normal	36	65.5	65.5	92.7
	Kurus	4	7.3	7.3	100.0
Total		55	100.0	100.0	

## Beban Kerja Mental

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi sekali	28	50.9	50.9	50.9
	Tinggi	16	29.1	29.1	80.0
	Agak tinggi	11	20.0	20.0	100.0
Total		55	100.0	100.0	

## Kat.KuantitasTidur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Buruk	43	78.2	78.2	78.2
	Baik	12	21.8	21.8	100.0
Total		55	100.0	100.0	

**Kat.Kelelahan**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	9	16.4	16.4	16.4
	Sedang	42	76.4	76.4	92.7
	Rendah	4	7.3	7.3	100.0
	Total	55	100.0	100.0	

**BIVARIAT****Kat.Umur \* Kat.Kelelahan Crosstabulation**

		Kat.Kelelahan			Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	
Kat.Umur >45 tahun	Count	9	23	1	33
	% of Total	16.4%	41.8%	1.8%	60.0%
Kat.Umur <45 tahun	Count	0	19	3	22
	% of Total	0.0%	34.5%	5.5%	40.0%
Total	Count	9	42	4	55
	% of Total	16.4%	76.4%	7.3%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.828 <sup>a</sup>	4	.008	.007
Likelihood Ratio	14.979	4	.005	.006
Fisher's Exact Test	11.139			.009
N of Valid Cases	55			

a. 6 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,80.

**Kat.IMT \* Kat.Kelelahan Crosstabulation**

		Kat.Kelelahan			Total
		Tinggi	Sedang	Rendah	
Kat.IMT Gemuk	Count	2	11	2	15
	% of Total	3.6%	20.0%	3.6%	27.3%
Kat.IMT Normal	Count	7	28	1	36
	% of Total	12.7%	50.9%	1.8%	65.5%

Kurus	Count	0	3	1	4
	% of Total	0.0%	5.5%	1.8%	7.3%
Total	Count	9	42	4	55
	% of Total	16.4%	76.4%	7.3%	100.0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	4.462 <sup>a</sup>	4	.347
Likelihood Ratio	4.594	4	.332
Linear-by-Linear Association	.000	1	1.000
N of Valid Cases	55		

a. 6 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,29.

**Kat.KuantitasTidur \* Kat.Kelelahan Crosstabulation**

		Kat.Kelelahan			Total	
		Tinggi	Sedang	Rendah		
Kat.KuantitasTidur	Buruk	Count	8	34	1	43
		% of Total	14.5%	61.8%	1.8%	78.2%
	Baik	Count	1	8	3	12
		% of Total	1.8%	14.5%	5.5%	21.8%
Total		Count	9	42	4	55
		% of Total	16.4%	76.4%	7.3%	100.0%

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)	Point Probability
Pearson Chi-Square	7.426 <sup>a</sup>	2	.024	.037		
Likelihood Ratio	6.027	2	.049	.083		
Fisher's Exact Test	5.822			.055		

Linear-by-Linear Association	4.383 <sup>b</sup>	1	.036	.045	.035	.030
N of Valid Cases	55					

a. 3 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,87.

b. The standardized statistic is 2,094.

### Beban Kerja Mental \* Kat.Kelelahan Crosstabulation

		Kat.Kelelahan			Total	
		Tinggi	Sedang	Rendah		
Beban Kerja Mental	Tinggi sekali	Count	8	20	0	28
		% of Total	14.5%	36.4%	0.0%	50.9%
	Tinggi	Count	1	14	1	16
		% of Total	1.8%	25.5%	1.8%	29.1%
	Agak tinggi	Count	0	8	3	11
		% of Total	0.0%	14.5%	5.5%	20.0%
Total	Count	9	42	4	55	
	% of Total	16.4%	76.4%	7.3%	100.0%	

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2- sided)	Exact Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	13.828 <sup>a</sup>	4	.008	.007
Likelihood Ratio	14.979	4	.005	.006
Fisher's Exact Test	11.139			.009
N of Valid Cases	55			

a. 6 cells (66,7%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,80.

### Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian





UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN