

**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN  
KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI KECAMATAN CIGASONG  
TAHUN 2021**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh  
Gelar Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan**

Oleh

**ELGHA RIKENTAMI**

**CMR0170043**



**PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN**

**2021**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**  
**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN KERJA**  
**PADA PEKERJA MEBEL DI KECAMATAN CIGASONG**  
**TAHUN 2021**

Skripsi Ini Telah Diujikan Oleh Tim Penguji,  
Program Studi Kesehatan Masyarakat  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan  
Pada, 13 September 2021

Penguji I



Fitri Kurnia Rahim, S.KM., MPH  
NIK. 890125.201209.078

Penguji II



Bibit Nasrokhatus D, S.KM., M.Kes  
NIK. 910720.201902.124

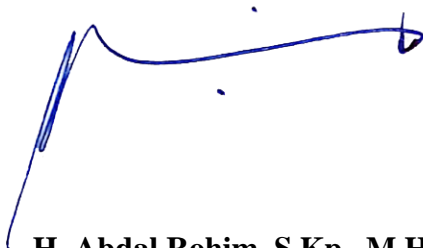
Penguji III



Icca Stella Amalia, S.KM., MPH  
NIK. 851230.201201.070

Mengetahui,

Ketua STIKes Kuningan



H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H  
NIK. 700805.200908.026

Ketua Program Studi  
Kesehatan Masyarakat



Fitri Kurnia Rahim, S.KM., MPH  
NIK. 890125.201209.078

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**SKRIPSI**  
**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN**  
**KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI KECAMATAN CIGASONG**  
**TAHUN 2021**

Diajukan oleh :  
Nama : Elgha Rikenitami  
NIM : CMR0170043

Kuningan, September 2021  
Telah Disetujui Oleh,

**Pembimbing I**



**Bibit Nasrokhatun D., S.KM., M.Kes**  
NIK. 910720.201902.124

**Pembimbing II**



**Icca Stella Amalia, S.KM., MPH**  
NIK. 851230.201201.070

**LEMBAR PERNYATAAN ORISINAL KARYA**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Elgha Rikenitami  
NIM : CMR0170043  
Tempat/Tanggal Lahir : Majalengka, 23 Agustus 1999  
Program Studi/Universitas : Kesehatan Masyarakat/ Stikes Kuningan  
Peminatan : K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja)  
Alamat : Jl. Lanud S.Sukani No.05 Blok Jumat RT/RW  
003/006 Desa Jatiwangi, Kecamatan Jatiwangi,  
Kabupaten Majalengka, Provinsi Jawa Barat. Kode  
Pos 45454

Dengan ini menyatakan bahwa karya skripsi saya dengan judul “Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel di Kecamatan Cigasong Tahun 2021” merupakan hasil karya sendiri berdasarkan hasil penelitian, pemikiran dan pemaparan serta tidak mengandung plagiasi di dalamnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Jika dikemudian hari ditemukan ketidakbenaran informasi dan unsur plagiaris didalamnya, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Kuningan, September 2021

Penulis

Elgha Rikenitami  
NIM CMR0170043

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

### *Bismilahirrohmanirrohim*

Puji syukur kepada Allah SWT karena berkat rahmat dan hidayat-Nya tak lupa cinta dan kasih-Nya yang senantiasa selalu memberikan kesabaran, kekuatan, kelancaran disetiap langkah yang dijalani. Alhamdulillah karena pada akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.

Tak lupa sholawat serta salam tercurah limpahkan kepada Rasulullah SAW.

**Aku persembahkan karya sederhana yang ku buat dengan segala yang aku bisa  
kepada orang-orang yang sangat aku cintai dan aku sayangi**

### **Teruntuk diriku sendiri “Elgha Rikenitami”**

Terimakasih banyak sudah berjalan dengan sangat amat kuat melewati semuanya, berhasil melewati semester 1 sampai dengan 8 dengan baik walaupun dengan banyak kekurangan yang ada. Terimakasih sudah selalu mencoba mengerjakan segalanya walaupun belum sempurna. Maaf terkadang selalu pesimis kepada diri sendiri. Ini bukan akhir dari segalanya, ini awal dari segalanya. Semangat apapun yang terjadi tetap berjalan, lewati semuanya bersama dan jangan menyerah.

“Jangan lupa istirahat ya”

### **Teruntuk orang tua yang sangat amat hebat**

#### **Bapak (Alm) Rahmat Sudarma dan Mamah Euis Naningsih**

Terimakasih banyak bapak atas segalanya yang sudah kau lakukan selama hidup untukku.

Walaupun kita sudah berbeda dunia tetapi menjadi anak perempuanmu satu-satunya membuat aku sangat amat bahagia. Aku akan melakukan yang terbaik untuk membuatmu bangga diatas sana.

“Semoga kita dipertemukan lagi dikehidupan selajutnya”

Untuk mamah terhebat dalam hidup ini, terimakasih senantiasa menemani sampai pada prosesku saat ini. Terimakasih banyak ya mah, semoga bisa membahagiakan mamah dunia dan akhirat. Sehat terus ya mah.

### **Teruntuk Mang Ended**

Terimakasih banyak mang sudah selalu membantu eneng dan keluarga sampai saat ini.

Terimakasih selalu mendukung apa yang eneng pilih. Terimakasih sudah menjadi malaikat dalam hidung eneng. Terimakasih sudah menjadi sosok ayah pengganti untuk eneng. Semoga Allah selalu kasih jalan untuk membahagiakan dan membalas semua kebaikan mang ended.

### **Teruntuk (Alm)A Eka Fuji Hermawan, A Anggyan Fuji Rizkiyanto**

Terimakasih sudah menjadi saudara kandung yang sangat amat baik dengan versi kalian masing-masing.

### **Teruntuk Saudaraku**

#### **A Toto, Ceuceu, Yayang, Teh eneng, Om Chandra, (Alm) Bi Nani sayang**

Terimakasih orang-orang baik, bersyukur dan sangat amat bahagia sekali mempunyai saudara yang sangat amat mendukung. Terimakasih sudah selalu mengajak ke tempat-tempat yang bahkan belum eneng tau sebelumnya. Semoga kebaikannya diganti lebih oleh Allah SWT (Aamiin).

### **Teruntuk Kakakku Tercinta**

#### **Azizah Rizkivauzi, S.KM**

Terimakasih sudah selalu baik. Terimakasih sudah selalu mau direpotkan. Terimakasih selalu menyemangati dan selalu memberikan apresiasi apapun yang sudah elgha lewati. Terimakasih banyak sudah menjadi salah satu malaikat di hidup elgha dan Terimakasih sudah ada di dunia ini.

*“Love You Teteh Cantik”*

### **Teruntuk Sahabat Terbaiku Semasa Kuliah**

#### **Wiwin Laelasari & Dinda Phingkia Devi**

Terimakasih sudah menjadi orang yang selalu ada. Terimakasih selalu setia ketika yang lain meninggalkan. Terimakasih sudah hadir dan lahir di dunia ini. Bahagia sekali mempunyai kalian.

*“Love You Guys”*

**Teruntuk Sahabat Lelakiku**

**Angga Septiana & Febri Ferdiyansah**

Sebenarnya mereka berkaitan dengan skripsi ini memang tidak ada yaa wkwk. Tapi mau bilang *i'm so gratefull to have them in my life*. Terimakasih ya karena kalian aku merasakan lagi bagaimana bahagianya mempunyai sahabat laki-laki. Terimakasih sudah selalu membuat tertawa disetiap pertemuan dan terimakasih juga sudah sangat amat peduli dan perhatian yaakk *so sweet* amat sih wkwk

*"Love You Bruuuuhhhh"*

**Teruntuk Sahabat Baikku**

**Dhayni Muthia A.T**

Dhay terimakasih sudah menjadi salah satu orang baik di dunia ini. Seneng banget bisa kenal sama dhay. Terimakasih juga sudah selalu meningkatkan setiap perkembangan proposal dan skripsi.

*"Love You Dhay"*

**Teruntuk Podcast RAPOT (Reza, Anka, Radhini, Abigail)**

Terimakasih sudah mewarnai hariku dengan suara-suara indah kalian di Podcast yang jujur membuat saya tidak merasa sendiri ditengah kesendirian ini wkwk bahkan membuat saya terlihat gila karena ketawa sendiri. Terimakasih sudah menemani ditengah-tengah kepusingan drama skripsi a.k.a skriphit ini. Sehat-sehat yaa semuanya, *LUV*.

**Teruntuk Ibu Bibit Nasrokhatun Diniah, SKM., M.Kes dan Ibu Icca Stella Amalia, SKM., MPH**

Terimakasih banyak ibu sudah menjadi pembimbing terbaik yang senantiasa selalu memberikan banyak motivasi untuk tetap tumbuh dan senantiasa memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih banyak bu semoga kebaikan ibu dibalas lebih oleh Allah.

**Teruntuk para Dosen Kesehatan Masyarakat STIKes Kuningan**

Terimakasih telah memberikan ilmu, bimbingan serta nasehat nasehat yang kelak akan berguna di masa yang akan datang. Semoga Jasa Ibu dan Bapak semua dapat di gantikan dengan sesuatu yang tak terhingga oleh Allah SWT.

**Teruntuk STIKes Kuningan**

Terimakasih atas kenangan dan pelajarannya selama 4 tahun ini.

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN KUNINGAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
SKRIPSI, SEPTEMBER 2021**

**ELGHA RIKENITAMI  
CMR0170043**

**ANALISIS FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN  
KERJA PADA PEKERJA MEBEL DI KECAMATAN CIGASONG TAHUN  
2021**

**xvi + 104 Halaman, 15 Tabel, 11 Gambar, 6 Lampiran**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** Kelelahan merupakan kondisi dimana tubuh kehabisan energi karena kegiatan yang dilakukan terlalu berlebihan. Faktor penyebab kelelahan antara lain Faktor Internal antara lain (Usia) dan eksternal antara lain (Lama Kerja dan Masa Kerja ). Tujuan dari penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Cigasong Tahun 2021. Manfaat dari penelitian ini dapat mengidentifikasi serta menganalisa masalah kesehatan pada pekerja khususnya kelelahan dalam bekerja

**Metode Penelitian :** *Survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 3 dan 4 Agustus 2021 dengan jumlah pekerja 43 pekerja yang tersebar di 10 desa di Kecamatan Cigasong. Variabel independen usia, lama kerja dan masa kerja dan variabel dependen adalah kelelahan kerja. Instrumen yang digunakan yaitu lembar kuesioner. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan observasi ke setiap *home industry* mebel yang terdapat di Kecamatan Cigasong. Analisis data penelitian menggunakan metode uji *chi-square*.

**Hasil :** Gambaran usia pada pekerja mebel dengan mayoritas pekerja berusia produktif bekerja dengan persentase 70%, lama kerja > 8 Jam pada pekerja mebel pdengan persentase 70%, masa kerja pada pekerja mebel  $\geq 5$  tahun dengan persentase 71%, kelelahan kerja pada pekerja mebel mayoritas termasuk kedalam kelelahan berat dengan persentase 54%. Hubungan usia dengan kelelahan kerja mendapat nilai *p value* 0,00. Lama kerja dengan kelelahan kerja mendapat nilai *p value* 0,00. Masa kerja dengan kelelahan kerja mendapat nilai *p value* 0,020.

**Simpulan :** Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa usia, lama kerja dan jenis kelamin mempengaruhi kelelahan kerja pada pekerja mebel di Kecamatan Cigasong Tahun 2021.

**Saran :** Pemilik memberlakukan pekerja bekerja sesuai dengan ketentuan atau peraturan yang berlaku yaitu bekerja selama 8 jam/hari.

**Kata Kunci :** Kelelahan Kerja, Usia, Lama Kerja, Masa Kerja  
**Kepustakaan :** 35 Jurnal, 11 Buku



**INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE KUNINGAN  
STUDY PROGRAM OF PUBLIC HEALTH  
UNDERGRADUATED THESIS, SEPTEMBER 2021**

**ELGHA RIKENITAMI  
CMR0170043**

**ANALYSIS OF FACTORS AFFECTING WORK FATIGUE ON  
FURNITURE WORKERS IN CIGASONG DISTRICT IN 2021**

**xvi + 104 Pages, 15 Tables, 11 Pictures, 6 Attachments**

**ABSTRACT**

**Background :** Fatigue is a condition in which the body runs out of energy due to excessive activities. Factors causing fatigue include Internal factors, among others (Age) and external factors, among others (Long Work and Work Period). The purpose of this study is to determine the factors that affect work fatigue in furniture workers in Cigasong District in 2021. The benefits of this research can identify and analyze health problems in workers, especially fatigue at work.

**Research method:** analytic survey with cross sectional approach. This research was conducted on 3 and 4 August 2021 with 43 workers spread over 10 villages in Cigasong District. The independent variables are age, length of work and years of service and the dependent variable is work fatigue. The instrument used is a questionnaire sheet. Data collection was carried out by interviewing and observing every furniture home industry in Cigasong District. Analysis of research data using the chi-square test method.

**Results :** The description of the age of the furniture workers with the majority of productive age workers working with a percentage of 70%, working hours > 8 hours for furniture workers with a percentage of 70%, working period of furniture workers > 5 years with a percentage of 71%, work fatigue in the majority of furniture workers included into severe fatigue with a percentage of 54%. The relationship between age and work fatigue has a p value of 0.00. The length of work with work fatigue got a p value of 0.00. The period of work with work fatigue got a p value of 0.020.

**Conclusion:** From the results of the study, it can be concluded that age, length of work and gender affect work fatigue on furniture workers in Cigasong District in 2021.

**Suggestion:** The owner enforces the workers to work in accordance with the applicable provisions/ regulations namely working for 8 hours/ day.

**Keywords:** Work Fatigue, Age, Length of Work, Working Period

**Literature:** 35 Journal, 11 Book

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, akhirnya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi sebagai salah satu tugas akhir semester untuk memperoleh gelar sarjana pada program studi S1 Kesehatan Masyarakat di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kuningan dengan judul skripsi “ **Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja Pada Pekerja Mebel Kecamatan Cigasong Tahun 2021**”.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada banyak pihak yang telah memberikan dukungan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini. Untuk itu peneliti menyampaikan rasa dan ucapan terimakasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat :

1. Ibu Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO selaku ketua Yayasan Pendidikan Bakti Husada Kuningan.
2. Bapak H. Abdal Rohim, S.Kp., MH selaku Ketua STIKes Kuningan.
3. Ibu Fitri Kurnia Rahim, SKM., MPHM selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat,
4. Ibu Bibit Nasrokhatun Diniyah, SKM., M.Kes selaku pembimbing I yang dengan kesungguhan dan kesabaran telah memberikan bimbingan serta pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Icca Stella Amalia, SKM., M.PH selaku pembimbing II yang dengan kesungguhan dan kesabaran telah memberikan bimbingan serta pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.

6. Ibu Fitri Kurnia Rahim, SKM., MPH M Selaku Dosen Penguji yang telah bersedia menerima berkas skripsi saya dan bersedia memberikan banyak saran yang sangat bermanfaat untuk skripsi saya.
7. Seluruh staff Dosen dan Tata Usaha Program Kesehatan Masyarakat STIKes Kuningan yang telah membekali ilmu selama pendidikan sehingga mempermudah dalam menyusun skripsi ini.
8. Seluruh pekerja mebel di Kecamatan Cigasong yang telah ikut berpartisipasi dan memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
9. Orang tua dan keluarga tercinta, yang senantiasa mengcurahkan kasih sayang dan doa serta dukungannya baik moril maupun materil selama mengikuti pendidikan dan penyusunan skripsi ini.
10. Teman-teman terbaik yang senantiasa memberikan motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih belum sempurna dan masih banyak kekurangan. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun untuk langkah penyusunan selanjutnya. Akhir kata penelitian berharap semoga skripsi ini bisa bermanfaat bagi semua pihak pada umumnya bagi pembaca.

Kuningan, September 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>viii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR BAGAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1.Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3.Tujuan penelitian .....	6
1.4.Manfaat penelitian .....	7
1.5.Keaslian penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>13</b>
2.1.Tinjauan Umum Kelelahan Kerja .....	13
2.1.1. Definisi Kelelahan .....	13
2.1.2. Definisi Kelelahan Kerja .....	14
2.1.3. Faktor Kelelahan Kerja .....	15
2.1.4. Proses Kelelahan Kerja .....	19
2.1.5. Pencegahan Kelelahan Kerja .....	20
2.1.6. Pengukuran kelelahan kerja .....	20
2.1.7. Penanggulangan Kelelahan Kerja .....	23
2.2.Kerangka Teori .....	24
<b>BAB III KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS .....</b>	<b>25</b>

3.1. Kerangka Konsep .....	25
3.2. Definisi Operasional .....	25
3.3. Hipotesis .....	27
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>	<b>29</b>
4.1. Jenis Penelitian .....	29
4.2. Populasi Dan Sampel .....	29
4.3. Variabel Penelitian .....	31
4.4. Instrumen Penelitian .....	32
4.5. Teknik Pengumpulan Data .....	33
4.6. Prosedur Pengumpulan Data .....	33
4.7. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data .....	36
4.8. Waktu Dan Tempat Penelitian .....	40
<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>41</b>
5.1. Hasil Penelitian .....	41
5.2. Analisis Univariat .....	45
5.3. Analisis Bivariat .....	50
5.4. Pembahasan .....	53
5.5. Keterbatasan Penelitian .....	63
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>67</b>
6.1. Kesimpulan .....	67
6.2. Saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>70</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>74</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian .....	8
Tabel 2.1. Klasifikasi Tingkat Kelelahan.....	23
Tabel 3.1. Definisi Operasional .....	26
Tabel 4.1. Daftar Koding Data .....	37
Tabel 4.2. Data Skoring Kelelahan Kerja .....	38
Tabel 5.1. Jumlah Home Industry mebel di Kecamatan Cigasong .....	43
Tabel 5.2. Luas daerah Kecamatan Cigasong Tahun 2021 .....	43
Tabel 5.3. Distribusi Penduduk dan Rasio Jenis Kelamin di Kecamatan Cigasong Tahun 2021 .....	44
Tabel 5.4. Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden.....	45
Tabel 5.5. Distribusi Statistik Deskriptive Variabel Usia Pada Pekerja Mebel ...	46
Tabel 5.6. Distribusi Frekuensi dan Persentase Lama Kerja.....	46
Tabel 5.7. Distribusi Statistik Deskriptive Variabel Lama Kerja Pada Pekerja Mebel .....	47
Tabel 5.8. Distribusi Frekuensi dan Persentase Masa Kerja .....	47
Tabel 5.9. Distribusi Statistik Deskriptive Variabel Masa Kerja Pada Pekerja Mebel.....	48
Tabel 5.10. Distribusi Frekuensi dan Persentase Tingkat Kelelahan Kerja.....	49
Tabel 5.11. Distribusi Statistik Deskriptive Variabel Tingkat Kelelahan Kerja Pekerja Mebel .....	50
Tabel 5.12. Analisis Hubungan antara Usia dengan tingkat kelelahan kerja.....	51
Tabel 5.13. Analisis Hubungan antara Lama Kerja dengan tingkat kelelahan kerja .....	52
Tabel 5.14. Analisis Hubungan antara Masa Kerja dengan tingkat kelelahan kerja.....	53

**DAFTAR BAGAN**

Bagan 2.1. Kerangka Teori .....	24
Bagan 2.2. Kerangka Konsep .....	25

**DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran I Instrumen Penelitian .....	75
Lampiran II Lembar Persetujuan Menjadi Informan .....	76
Lampiran III Kuesioner .....	77
Lampiran IV Surat Studi Pendahuluan .....	81
Lampiran V Jadwal Penelitian .....	82
Lampiran VI Output Data .....	83
Lampiran VII Dokumentasi .....	104
Lampiran VIII Daftar Riwayat Hidup.....	106