

ABSTRAK

Hubungan Waktu Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Sopir Truk di UD. Rizki Mandiri, Tangerang Tahun 2016

Waktu kerja yang berlebih dari ketentuan dapat menyebabkan kelelahan kerja. Kelelahan kerja dapat diartikan aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja yang ditandai pelemahan kegiatan, pelemahan motivasi, dan pelemahan fisik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan waktu kerja dengan kelelahan kerja pada sopir di UD. Rizki Mandiri. Jenis penelitian yang dipakai adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi berjumlah 67 sopir dengan sampel jenuh (semua populasi digunakan sampel). Instrumen yang digunakan adalah kuisioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat (menggunakan uji *Pearson Product Moment* dengan $\alpha = 0,05$). Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara waktu kerja dengan kelelahan kerja pada sopir di UD. Rizki Mandiri (p-value = 0,000). Saran yang diberikan kepada sopir yaitu sopir harus mengoptimalkan waktun istirahatnya serta melakukan peregangan otot disela-sela pekerjaan. Untuk perusahaan supaya memberikan fasilitas pemantauan kesehatan berkala terhadap sopir.

Kata Kunci : Waktu Kerja, Kelelahan Kerja, Sopir
Ix+halaman : 2 gambar ;18 tabel
Pustaka : 34 (1988-2015)

ABSTRACT

Hubungan Waktu Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Sopir Truk di UD. Rizki Mandiri, Tangerang Tahun 2016

Working time that over the provisions can lead to fatigue. Work fatigue was defined as conditions that accompanied the decline efficiency and endurance in work that marked weakness of activity, weakness the motivation, and physical weakness. The purpose of this study was to determine the relationship between of working time and the fatigue of the driver at UD. Rizki Mandiri. This type of research was descriptive analytic research with cross sectional approach. Population of the research was 67 drivers as the sample (used sample population technique). The instrument used was a questionnaire. Data analysis was performed by univariate and bivariate analysis (using Pearson Product Moment test with $\alpha = 0.05$). The results from this study was there us a relationship between working time and the fatigue of the driver at UD. Rizki Mandiri (p -value = 0.000). A suggestion to the driver was they should optimize the manner of his rest and do a muscle stretching when working. For the company, provides facilities for regular medical monitoring for the driver.

Keywords : *working time, fatigue*
ix+ page : *2 picture; 18 table*
Library : *34 (1988-2015)*