



**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN
KERJA PADA PEKERJA BAGIAN MONTAGE DI
PT ARA SHOES INDONESIA**

SKRIPSI

DISUSUN OLEH :

Nama : Vera Mulyaningrum

Nim: 024211016

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KSEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2025**



**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN
KERJA PADA PEKERJA BAGIAN MONTAGE DI
PT ARA SHOES INDONESIA**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana

DISUSUN OLEH :

Nama : Vera mulyaningrum

Nim: 024211016

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO
TAHUN 2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi

**ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELELAHAN KERJA
PADA PEKERJA BAGIAN MOTAGE DI
PT ARA SHOES INDONESIA**

Disusun oleh :

Vera Mulyaningrum

024211016

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

Telah dieperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah
diperkenankan untuk diajukan

Ungaran, Juli 2025

Pembimbing



Kartika Dian Pertiwi, S.KM., M. Kes

NIDN.0631039202

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN
KERJA PADA PEKERJA BAGIAN MONTAGE DI PT ARA SHOES
INDONESIA**

disusun oleh:

VERA MULYANINGRUM

024211016

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Pada:

Hari : Jum'at

Tanggal : 8 Agustus 2025

Ketua / Pembimbing Utama

Kartika Dian Pertiwi, S.KM., M. Kes

NIDN . 0614077602

Anggota / Penguji 1

Sri Lestari, S.K.M., M.Kes.

NIDN . 0630059101

Ketua Program Studi

Sri Lestari, S.K.M., M.Kes

NIDN. 0630059101

Anggota / Penguji 2

Yuliaji Siswanto, S. KM., M.Kes(Epid)

NIDN. 0015027801

Dekan Fakultas



Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0627097501

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Vera Mulyaningrum

Nim : 024211016

Program Studi: Kesehatan Masyarakat

Fakultas : Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir berjudul "Analisis faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada montage di PT Ara Shoes Indonesia" adalah hasil karya asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Tugas Akhir ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali tertulis dan dicantumkan dalam naskahnya sebagai acuan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dari sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Ungaran, 28 juli 2025

Yang membuat pernyataan



Vera Mulyaningrum

KESEDIAAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Vera Mulyaningrum
Nim : 024211016
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini saya memberikan kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan dan mempublikasikan skripsi saya dengan judul “Analisi Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Montage di PT Ara Shoes Indonesia” untuk kepentingan akademis.

Ungaran, 28 juli 2025



Vera Mulyaningrum

MOTTO

“Orang lain ngga akan bisa paham *struggle* dan masa sulit nya kita, yang mereka ingin tahu hanya bagian *succes stories*. Berjuanglah untuk diri sendiri walaupun gak ada yang tepuk tangan. Kelak diri kita dimassa depan akan sangat bangga dengan apa yang kita perjuangkan hari ini, tetap berjuang ya!”

PERSEMBAHAN

Tiada lembar yang paling inti didalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, laporan skripsi saya ini saya persembahkan sebagai tandabukti kepada Orangtua, sahabat, dan teman-teman yang selalu memberikan support untuk menyelesaikan skripsi ini. Terlambat lulus atau tidak lulus tepat waktu bukanlah sebuah kejahatan, bukan pula sebuah aib. Alangkah kecilnya jika mengukur kecerdasan seseorang hanya dari siapa yang paling cepat lulus. Bukankah sebaik-baiknya skripsi adalah skripsi yang selesai? Karena mungkin ada suatu hal dibalik itu semua, dan percayalah semua pasti ada jalan dan hikmahnya.

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Agustus 2025
Vera Mulyaningrum
024211016

ABSTRAK

Latar Belakang: PT Ara Shoes Indonesia adalah perusahaan manufaktur sepatu yang memiliki beragam divisi, termasuk divisi montase, tempat sebagian besar pekerja telah bekerja lebih dari lima tahun. Banyak pekerja di bagian montase yang berusia di atas 35 tahun, yang rentan mengalami kelelahan kerja akibat masa kerja yang panjang dan tuntutan fisik yang berat. Kelelahan kerja yang terjadi dapat mempengaruhi kondisi fisik dan kesehatan pekerja secara keseluruhan, yang tentunya dapat menurunkan produktivitas dan berisiko meningkatkan kecelakaan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pekerja bagian montase di PT Ara Shoes Indonesia.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian terdiri dari 110 pekerja yang bekerja di bagian montase, dengan jumlah sampel yang diambil sebanyak 86 responden melalui teknik acak sederhana yaitu simple random sampling menggunakan rumus Slovin. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan alat ukur Subjective Self Rating Test (SSRT), yang bertujuan untuk mengukur tingkat kelelahan kerja secara subjektif. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji Chi-Square untuk melihat hubungan antara berbagai faktor dengan tingkat kelelahan kerja.

Hasil dan Pembahasan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa 54,7% responden berada dalam rentang usia 26 hingga 40 tahun, dengan mayoritas responden adalah perempuan (54,7%). Sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan SMA/SMK (98,8%). 50% responden bekerja pada shift B, sementara 45,3% memiliki masa kerja antara 1 hingga 5 tahun. Dari analisis bivariat, ditemukan bahwa hanya faktor shift kerja yang memiliki hubungan signifikan dengan tingkat kelelahan kerja pada pekerja montase di PT Ara Shoes Indonesia, dengan nilai p sebesar 0,037. Ini menunjukkan bahwa pekerja yang bekerja pada shift tertentu lebih rentan mengalami kelelahan dibandingkan dengan shift lainnya.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian, faktor shift kerja terbukti berhubungan signifikan dengan tingkat kelelahan kerja pada pekerja bagian montase di PT Ara Shoes Indonesia. Oleh sebab itu, perusahaan disarankan untuk memperhatikan manajemen shift kerja sebagai salah satu upaya untuk mengurangi risiko kelelahan kerja. Pengaturan shift yang lebih baik dan lebih sesuai dengan kapasitas fisik pekerja dapat meningkatkan kesehatan dan produktivitas mereka.

Kata Kunci : faktor kelelahan kerja, shift kerja, masa kerja, usia, jenis kelamin, pendidikan pekerja

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Skripsi, August 2025
Vera Mulyaningrum
024211016

Analysis of Factors Influencing Work Fatigue Among Montage Workers

ABSTRAC

Background: *PT Ara Shoes Indonesia is a footwear manufacturing company with various divisions, including the montage division, where most workers have been employed for over five years. Many workers in the montage division are over 35 years old, making them susceptible to work fatigue due to long tenure and heavy physical demands. The work fatigue experienced can affect the workers' overall physical condition and health, which can decrease productivity and increase the risk of workplace accidents. This study aims to analyze the factors influencing work fatigue among montage workers at PT Ara Shoes Indonesia.*

Method: *This study uses a quantitative approach with a cross-sectional design. The research population consists of 110 workers in the montage division, with a sample of 86 respondents selected using simple random sampling based on Slovin's formula. Data was collected using a questionnaire with the Subjective Self Rating Test (SSRT) tool, which aims to measure work fatigue levels subjectively. Data analysis was performed using the Chi-Square test to examine the relationship between various factors and work fatigue levels.*

Results and Discussion: *The results show that 54.7% of respondents are in the age range of 26 to 40 years, with the majority of respondents being female (54.7%). Most respondents have a high school/vocational education level (98.8%). 50% of respondents work in shift B, while 45.3% have a work tenure between 1 to 5 years. Bivariate analysis revealed that only the work shift factor had a significant relationship with work fatigue among montage workers at PT Ara Shoes Indonesia, with a p-value of 0.037. This indicates that workers working in certain shifts are more prone to fatigue compared to those working in other shifts.*

Conclusion: *Based on the research findings, the work shift factor is significantly related to work fatigue among montage workers at PT Ara Shoes Indonesia. Therefore, it is recommended that the company consider managing work shifts as an effort to reduce work fatigue risks. Better shift arrangements that are more aligned with the workers' physical capacities can improve their health and productivity.*

Keyword: *work fatigue factors, work shifts, work tenure, age, gender, education*

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Vera Mulyaningrum
Tempat, tanggal lahir : Blora, 14 oktober 2003
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Kewarganegaraan : Indonesia
Alamat : Dk. Pancur Ds. Kacangan Kec. Todanan Kab. Blora
Email : veramulya48@gmail.com

Latar Belakang Pendidikan

Pendidikan Formal

Tahun 2009-2015 : SDN 2 Kacangan
Tahun 2015-2018 : SMPN 1 Todanan
Tahun 2018-2021 : SMK Bhakti Husada PGRI Blora

PRAKATA

Assalamualaikum warahmatulahi wabarakatuh

Segala puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Pengasih dan lagi Maha Penyayang, berkat karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan Laporan Akhir dengan judul “Analisis faktor yang mempengaruhi kelelahan kerja pada pekerja bagian montage di PT Ara shoes Indonesia ”. Skripsi ini tidak akan selesai jika tidak adanya bantuan dari para pihak yang telah membantu dalam proses pembuatan laporan Skripsi ini. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Tuhan yang Maha Esa atas segala rahmat, anugerah dan karunia-Nya.
2. Prof Dr. Subyantoro, M.Hum selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo
3. Pintu Surgaku ibunda tercinta yaitu Ibu Darmi yang telah melahirkan, memberikan kasih sayang dan cinta kepada penulis. Terimakasih untuk do'a yang beliau panjatkan selama ini sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
4. Ayah tercinta dan panutanku yaitu bapak Sunarto, terimakasih sudah berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang hanya tamatan SMA yang tidak pernah bermimpi bisa melanjutkan duduk dibangku kuliah. Namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi dan memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
5. Bapak Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan
6. Ibu Sri Lestari S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ngudi Waluyo
7. Ibu Kartika Dian Pertiwi S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing kami yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, kritik, dan saran dengan penuh kesabaran dan keiklasan dalam penyusunan proposal penelitian serta memberikan motivasi kepada penulis
8. Kepada kakak tersayang Mia Reza Sherlyna, Agung Sudarmanto, Suwoto, Ismawati. Terimakasih banyak atas dukungan secara moril maupun material, terimakasih juga atas segala motivasi dan dukungannya yang telah diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studi sampai sarjana.

9. Sahabat terbaikku dari SMK yaitu Siti Nuraini yang sudah menjadi pendengar yang baik atas cerita suka dan duka, yang selalu menemani, memberi motivasi dan semangat yang luar biasa dari pertama kali bertemu hingga saat ini. Terimakasih sudah menjadi sahabat yang sangat baik bahkan sudah seperti saudara sendiri. Terimakasih karena tidak pernah meninggalkan penulis sendirian, selalu menjadi garda terdepan saat penulis membutuhkan bantuan sert selalu mendengarkan keluh kesah penulis selama diperantauan. Terimakasih banyak selalu menghibur penulis dengan segala tingkah lucu dan manisnya.
10. Kepada semua teman-teman genk Romusha yang saling memberikan support satu sama lain selama penyusunan skripsi ini.
11. Terakhir, terimakasih untuk wanita sederhana yang memiliki impian besar, namun terkadang susah dimengerti isi kepalanya yaitu diriku sendiri, Vera Mulyaningrum, seorang anak bungsu yang berusia 21 tahun, karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengatur waktu, tenaga, pikiran, serta keuangan dan perekonomian sendiri dengan sangat amat baik sehingga dapat menyelesaikan biaya perkuliahan dengan hasil jerih payah sendiri. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan dari luar keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi ini tetap diselesaikan dengan baik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Ungaran 28 juli 2025,

Vera Mulyaningrum

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS	v
KESEDIAAN PUBLIKASI	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRAC	ix
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	x
PRAKATA	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Tujuan Penelitian	9
D. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN TEORI	12
A. Tinjauan Umum Kelelahan Kerja	12
B. Kerangka teori	24
C. Kerangka konsep	24
D. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian	26

B. Lokasi Penelitian.....	26
C. Subjek Penelitian.....	26
D. Variabel penelitian.....	28
E. Definisi Operasional.....	29
F. Pengumpulan Data	32
G. Pengolahan Data.....	36
H. Teknik Analisis Data	38
I. Etika Penelitian	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	41
B. Hasil Analisis Univariat	42
C. Hasil Analisis Bivariat.....	48
D. Keterbatasan Penelitian	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	59

DAFTAR SINGKATAN

1. WHO = World Health Organization
2. ILO = International Labour Organization
3. K3 = Keselamatan dan Kesehatan Kerja
4. PAK = Penyakit Akibat Kerja

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1	Definisi Operasional.....	29
Tabel 4. 1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pada Pekerja Motage di PT Ara Shoes Indonesia	42
Tabel 4. 2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Pekerja Motage di PT Ara Shoes Indonesia	43
Tabel 4. 3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Pada Pekerja Motage di PT Ara Shoes Indonesia.	44
Tabel 4. 4	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Massa Kerja Pada Pekerja Motage di PT Ara Shoes Indonesia.	45
Tabel 4. 5	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Shift Kerja Pada Pekerja Motage di PT Ara Shoes Indonesia.	46
Tabel 4. 6	Distribusi frekuensi berdasarkan kelelahan kerja pada pekerja montage di PT Ara Shoes Indonesia.....	46
Tabel 4. 7	Hubungan antara usia dengan kelelahan kerja	48
Tabel 4. 8	Hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja	49
Tabel 4. 9	Hubungan antara massa kerja dengan kelelahan kerja.....	50
Tabel 4. 10	Hubungan antara tingkat pendidikan dengan kelelahan kerja.....	51
Tabel 4.11	Hubungan shift kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja montage di PT Ara Shoes Indonesia.....	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	24
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	24

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Seminar Proposal	59
Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Dan Mencari Data	60
Lampiran 3 EC.....	61
Lampiran 4 Informan concernt	62
Lampiran 5 Kuisisioner peelitian	63
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Skripsi	65
Lampiran 7 Master data kuisisioner	66
Lampiran 8 Output (olahdata)	68
Lampiran 9 Lembar konsul.....	75