

**FAKTOR RISIKO KELELAHAN BEKERJA PADA
KARYAWAN BAGIAN PRODUKSI STUDI KASUS PT
ARNOTT'S INDONESIA DI MEDAN SATRIA BEKASI**

SKRIPSI

Oleh :

Erwin Alfiansyah Reza Waskitha

201810325459



PROGRAM STUDI MANAJEMEN

FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS

UNIVERSITAS BHAYANGKARA JAKARTA RAYA

2022



LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Faktor Risiko Kelelahan Bekerja Pada Karyawan
Bagian Produksi Studi Kasus PT.Arnott's
Indonesia Di Medan Satria Bekasi

Nama Mahasiswa : Erwin Alfiansyah Reza Waskitha

Nomor Pokok Mahasiswa : 201810325459

Fakultas/Program Studi : Ekonomi Manajemen

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 15 Juli 2022



Jakarta, 22 Juli 2022

MENYETUJUI

Pembimbing

Ir. Djuni Thamrin, M.sc., Ph.D

NIDN 0307066401



LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : Faktor Risiko Kelelahan Bekerja Pada Karyawan
Bagian Produksi Studi Kasus PT.Arnott's Indonesia
Di Medan Satria Bekasi

Nama Mahasiswa : Erwin Alfiansyah Reza Waskitha

Nomor Pokok Mahasiswa : 201810325459

Program Studi/Fakultas : Manajemen/Ekonomi dan Bisnis

Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 15 Juli 2022

Jakarta, 22 juli 2022

MENGESAHKAN,

Ketua Tim Penguji : Dr.Ir.Rorim Panday, MM., MT

NIDN 0425025801

Penguji I : Novita Wahyu Setyawati, SE.,MM

NIDN 0313117902

Penguji II : Ir.Djuni Thamrin, M.sc.,Ph.D

NIDN 0307066401

MENGETAHUI,

Ketua Program Studi

Dekan

Manajemen

Fakultas Ekonomi dan Bisnis

Dr.Hadita S.Pd.,M.M

NIDN 0329048302

Dr. Istianingsih, S.E.,M.S.Ak

NIDN 0318107101

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

skripsi saya yang berjudul “Faktor Risiko Kelelahan Bekerja Pada Karyawan Bagian Produksi Studi Kasus PT.Arnett’s Indonesia Di Medan Satria Bekasi” merupakan hasil pekerjaan saya sendiri dan seluruh ide, pendapat atau materi yang diperoleh dari sumber lain yang telah dikutip dengan cara penulisan referensi yang sesuai

Apabila dikemudian hari ditemukan adanya kecurangan dalam karya ini, saya bersedia menerima sanksi dari Universitas Bhayangkara Jakarta Raya sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Saya memberikan izin kepada perpustakaan Universitas Bhayangkara Jakarta Raya untuk menyimpan skripsi ini dalam bentuk digital dan mempublikasinya melalui internet selama publikasi tersebut melalui web Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Jakarta, 21 juli 2022

Yang membuat pernyataan



Erwin Alfiansyah Reza Waskitha

201810325459

ABSTRAK

Erwin Alfiansyah Reza Waskitha 201810325459 Faktor Risiko Kelelahan Bekerja Pada Karyawan Bagian Produksi Studi Kasus PT.Arnett's Indonesia Di Medan Satria Bekasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui, menganalisis, dan mengkaji tentang faktor risiko terhadap kelelahan bekerja serta bagaimana cara mengatasi dampak dari kelelahan tersebut agar dapat memberikan solusi dalam permasalahan tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif yaitu penelitian berupa analisis deskriptif melalui observasi, wawancara dan dokumentasi dengan sumber data primer yaitu hasil wawancara dengan banyaknya 4 informan serta data sekunder yaitu literatur yang dilakukan terhadap buku, catatan-catatan yang berhubungan dengan penelitian dan situs internet. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa *shift* kerja, kualitas tidur, dan beban kerja menjadi penyebab kelelahan bekerja pada karyawan bagian produksi di PT.Arnett's. *shift* kerja mempunyai dampak terhadap kesehatan karyawan yang berpengaruh terhadap kinerja karyawan tersebut, tidur sekitar 4-6 jam serta beberapa karyawan mengalami masalah saat tidur membuat kualitas tidur tidak maksimal, beban kerja yang harus mengerjakan pekerjaan yang diberikan secara mendadak dan tambahan pekerjaan membuat mereka merasa lelah lebih cepat.

Kata Kunci : *Shift* Kerja, Kualitas Tidur, Beban Kerja, Kelelahan Kerja.



ABSTRACT

Erwin Alfiansyah Reza Waskitha 201810325459 *Risk Factors of Work Fatigue at Production Division Employees PT. Arnott's Indonesia Case Study in Medan Satria Bekasi.*

This study aims to determine, analyze, and examine the risk factors for work fatigue and how to overcome the effects of fatigue in order to provide solutions to these problems. This study uses qualitative methods, namely research in the form of descriptive analysis through observation, interviews and documentation with primary data sources, namely the results of interviews with 4 informants and secondary data, namely literature conducted on books, records related to research and internet sites. The results of this study indicate that work shifts, sleep quality, and workload are the causes of work fatigue in production employees at PT. Arnott's. work shifts have an impact on the health of employees that affect the employee's performance, sleep about 4-6 hours and some employees experience problems while sleeping making sleep quality not optimal, the workload that has to do the work given suddenly and additional work makes them feel tired faster.

Keywords: *Work Shift, Sleep Quality, Workload, Work Fatigue*



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini dengan judul "Faktor Risiko Kelelahan Bekerja Pada Karyawan Bagian Produksi PT. Arnott's Indonesia Di Medan Satria Bekasi". Skripsi ini ditulis dalam rangka memenuhi Tugas akhir skripsi, pada Program Studi manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

Penyusunan skripsi ini tentunya tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak yang telah rela memberikan bimbingan, do'a dan motivasi yang sangat berarti, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu peneliti dengan segala hormat ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Irjen Pol. (Purn) Dr. Drs. H. Bambang Karsono, S.H., M.M selaku Rektor Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
2. Ibu Dr. Istianingsih Sastrodiharjo, S.E, M.S.Ak, selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
3. Ibu Dr. Hadita, S.E., M.M., selaku Ketua Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
4. Bapak Adi Wibowo Noor Fikri, S.Kom., MBA. Selaku Sekretaris Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
5. Bapak Agus Dharmanto S.E., MM selaku Pembimbing Akademik.
6. Bapak Djuni Thamrin, M.Sc., Ph.D selaku Dosen Pembimbing yang sejak awal pembuatan skripsi terus memberikan arahan, nasihat dan motivasinya kepada peneliti agar segera menyelesaikan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang telah memberikan ilmu yang sangat berarti selama di bangku perkuliahan.
8. Orang Tua dan seluruh keluarga yang selalu memberikan do'a dan semangat.

9. Seluruh teman-teman satu angkatan, khususnya kelas A6 Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.
10. Muhammad Alfharos selaku teman yang membantu dalam proses pengumpulan informasi skripsi saya
11. Rizky Hasanullah selaku karyawan Borongan yang bersedia menjadi narasumber dalam penelitian skripsi saya
12. Bapak Ripto Utomo selaku Pengurus Koperasi, planner pengiriman dan Kordinator Transporter Pt.Arnett's yang bersedia menjadi narasumber dalam penelitian skripsi saya
13. Bapak Dedy Supriyansyah selaku Operator Produksi Pt.Arnett's yang bersedia menjadi narasumber dalam penelitian ini

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu peneliti membutuhkan kritik dan saran yang membangun.

Jakarta, Juli 2022

Erwin Alfiansyah Reza Waskitha

201810325459



DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Batasan Masalah	5
1.6 Sistematika Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Kelelahan Kerja	7
2.1.1 Definisi Kelelahan Kerja.....	7
2.1.2 Jenis Kelelahan	8
2.1.3 Gejala kelelahan.....	8
2.1.4 Langkah-langkah mengatasi kelelahan	9
2.1.5 Pengukuran Kelelahan	10
2.1.6 Pengendalian Kelelahan.....	12
2.1.7 Faktor penyebab kelelahan kerja.....	13
2.2 Penelitian Terdahulu	15
2.3 Kerangka Pemikiran	19
BAB III METODE PENELITIAN	20
3.1 Desain Penelitian	20
3.2 Tahapan Penelitian	20
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	21

3.4	Metode Pengumpulan Data	21
3.4.1	Data Primer	22
3.4.2	Data Sekunder	22
3.5	Subjek Penelitian	22
3.6	Teknik Pengumpulan Data	23
3.4.3	Metode Observasi	23
3.4.4	Metode Wawancara	24
3.4.5	Metode Dokumentasi	24
3.7	Populasi dan Sampel Penelitian	24
3.8	Analisis Data	25
3.8.1	Analisis sebelum dilapangan	25
3.8.2	Analisis data dilapangan	25
3.9	Uji Kredibilitas	26
3.9.1	Meningkatkan Ketekunan	26
3.9.2	Triangulasi	26
3.9.3	Menggunakan Bahan Referensi	28
BAB IV ANALISIS DAN PEMBAHASAN		29
4.1	Profil Perusahaan	29
4.1.1	Sejarah Perusahaan PT.Arnett's Indonesia	29
4.1.2	Visi dan Misi PT.Arnett's Indonesia	32
4.1.3	Tenaga kerja Dan Jam Operasional	32
4.1.4	Struktur Organisasi PT.Arnett's Indonesia	33
4.1.5	Denah Lokasi PT.Arnett's Indonesia	36
4.1.6	Karakteristik Informan	36
4.1.7	Uraian Tugas Setiap Bagian Informan	37
4.1.8	Jadwal karyawan Borongan	38
4.2	Hasil Pembahasan	38
4.2.1	Faktor <i>shift</i> kerja dapat menyebabkan kelelahan bekerja	38
4.2.2	kualitas tidur pekerja yang harus mengikuti <i>shift</i> kerja	43
4.2.3	Beban kerja dapat memberikan kontribusi pada kelelahan bekerja	47
4.3	Hasil Observasi	53
BAB V KESIMPULAN DAN IMPLIKASI MANAJERIAL		55
5.1	Kesimpulan	55
5.2	Implikasi Manajerial	56

DAFTAR PUSTAKA.....	57
----------------------------	-----------

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Jadwal <i>shift</i> kerja karyawan bagian produksi	2
Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu	18
Tabel 2. 2 Kerangka Pemikiran.....	19
Tabel 4. 1 Struktur Organisasi PT.Arnett's Indonesia	34
Tabel 4. 2 Kualifikasi Pendidikan karyawan bagian produksi.....	36
Tabel 4. 3 Daftar Informan.....	37



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Penyebab kelelahan,Cara mengatasi dan Resikonya.....	10
Gambar 3. 1 Komponen dalam analisis data.....	26
Gambar 3. 2 Tringulasi Sumber Data	27
Gambar 3. 3 Triangulasi Teknik Pengumpulan Data.....	27
Gambar 4. 1 Pabrik PT.Arnott's Indonesia.....	31
Gambar 4. 2 Produk-Produk PT.Arnott's Indonesia.....	31
Gambar 4. 3 Denah Lokasi PT.Arnott's Indonesia	36
Gambar 4. 5 Hasil Observasi Pada PT.Arnott's Indonesia	53



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Riset Untuk PT.Arnott's Indonesia
Lampiran 2	Surat Balasan Riset Dari PT.Arnott's Indonesia
Lampiran 3	Daftar Pertanyaan
Lampiran 4	Kartu Bimbingan
Lampiran 5	Uji Plagiat
Lampiran 6	Uji Referensi
Lampiran 7	Dokumentasi
Lampiran 8	Riwayat Hidup

