

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi Yang Berjudul Analisis Pengaruh Umur, Sarapan Pagi dan Beban Kerja terhadap Kelelahan pada Pekerja *Cleaning Service* di Universitas Negeri Gorontalo

Oleh Arini Hasan Malewo

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes
NIP : 19660918199203 1 002

Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd, M.Kes
NIP : 19660918199203 1 002

Gorontalo, 17 Juli 2020

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat



Dr. Sylvia Flora Ninta Tarigan, SH., M.Kes
NIP : 19820323200812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

ANALISIS PENGARUH UMUR, SARAPAN PAGI DAN BEBAN KERJA
TERHADAP KELELAHAN PADA PEKERJA *CLEANING SERVICE*
DI UNIVERSITAS NEGERI GORONTALO


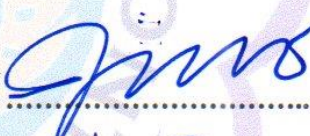
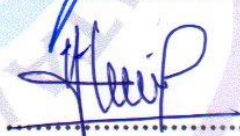

ARINI HASAN MALEWO

811 416 040

Telah dipertahankan di depan penguji

Hari/Tanggal : Rabu, 22 Juli 2020

Waktu : 15.00-16.00 WITA

1. Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes :
NIP : 19631001198803 2 002 
2. Dr. Laksmyn, Kadir, S.Pd, M.Kes :
NIP : 660918199203 1 002 
3. Dr. Lintje Boekoesoe, M.Kes :
NIP : 19590110198603 2 003 
4. Lia Amalia, S.KM, M.Kes :
NIP : 19791129100501 2 007 

Gorontalo, 22 Juli 2020

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan



Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes

NIP : 19631001198803 2 002

ABSTRAK

Arini Hasan Malewo, 811416040, 2020. Analisis Pengaruh Umur, Sarapan Pagi Dan Beban Kerja Terhadap Kelelahan Pada Pekerja *Cleaning Service* Di Universitas Negeri Gorontalo, Skripsi Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo, Pembimbing 1 Dr. Sunarto Kadir, Drs, M.Kes dan Pembimbing II Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd, M.Kes.

Di Indonesia rata-rata terjadi 414 kecelakaan kerja, 27,8% setiap harinya yang disebabkan oleh kelelahan yang cukup tinggi, lebih kurang 9% atau 39 orang mengalami cacat. Kelelahan kerja dapat ditimbulkan akibat dari faktor lingkungan kerja, faktor individu dan pekerjaan itu sendiri. Rumusan masalah apakah ada pengaruh umur, sarapan pagi dan beban kerja terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh umur, sarapan pagi dan beban kerja terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Crosssectional*. Populasi adalah 114 pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo dan teknik penarikan sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari populasi. Analisis data yang digunakan analisis univariat dan analisis bivariat menggunakan Uji *Chi-square*.

Hasil analisis *chi-square*, antara umur dengan kelelahan kerja diperoleh nilai *p value* 0,000 lebih kecil α 0,05. Analisis *chi-square*, antara sarapan pagi dengan kelelahan kerja diperoleh nilai *p value* 0,000 lebih kecil α 0,05. Analisis *chi-square*, antara beban kerja dengan kelelahan kerja diperoleh nilai *p value* 0,000 lebih kecil α 0,05. Simpulan terdapat pengaruh antara umur, sarapan pagi dan beban kerja terhadap kelelahan pada pekerja *cleaning service* di Universitas Negeri Gorontalo. Disarankan untuk pihak perusahaan dapat memperhatikan jam kerja, beban kerja dan umur pekerja itu sendiri agar kualitas dan kuantitas pekerjaan meningkat.

Kata Kunci: Beban Kerja, Kelelahan Kerja, Sarapan Pagi, Umur

ABSTRACT

Arini Hasan Malewo, 811416040, 2020. Analysis of the Effect of Age, Breakfast, and Workload on Fatigue in Cleaning Service Officers at State University of Gorontalo. Skripsi. Public Health Department, Sport and Health Faculty, State University of Gorontalo. Principal Supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs, M.Kes, and Co-supervisor is Dr. Laksmyn Kadir, S.Pd, M.Kes.

An average of 414 work accidents occur in Indonesia, 27.8% is due to extreme fatigue, and around 9% or 39 people have disabilities. Fatigue may be caused by the working environment, individual factors, or the work itself. The problem outline is whether or not the age, breakfast, and workload have an effect on the cleaning service officers' fatigue. This research aims at finding out the effect of age, breakfast, and workload affect the cleaning service officers' fatigue.

This research applies qualitative method using a cross-sectional approach. The research population is 114 cleaning service officers at State University of Gorontalo. A part of the sampling method is from the population. Data analyses are univariate and bivariate using Chi-Square test.

The results of chi-square analyses show that age and fatigue obtain a p-value of 0,000 less than α 0,05. Breakfast and fatigue obtain a p-value of 0,000 less than α 0,05. Workload and fatigue obtain a p-value of 0,000 less than α 0,05. Therefore, it can be concluded that age, breakfast, and workload have an effect on fatigue in the cleaning service officers. It is then suggested that the working hour, workload, and age should be of concern in order to enhance the working quality and quantity.

Keywords: Workload, Fatigue, Breakfast, Age

