ABSTRAK

FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA SUPIR BUS MAKASSAR

RAJIBA PUTRI NANDITA

(dibimbing oleh Sri Syatriani dan Nurleli)

Kelelahan kerja merupakan kondisi yang ditandai oleh penurunan kemampuan seseorang dalam bekerja. Pengemudi bus dan angkutan umum termasuk kelompok yang rentan mengalami kelelahan. Kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti usia, masa kerja, kualitas tidur, waktu istirahat, dan lama mengemudi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan waktu istirahat, durasi mengemudi dan kualitas tidur dengan kelelahan kerja pada sopir bus Makassar.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di perwakilan Bus Remaja Jaya dan Alam Indah di Makassar. Populasi penelitian terdiri atas sopir bus, dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa waktu istirahat tidak berhubungan dengan kelelahan kerja p = 0,230. Sebaliknya, durasi mengemudi memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan kerja p = 0,001. Kualitas tidur juga terbukti berhubungan dengan kelelahan kerja dengan nilai p = 0,007.

Simpulan hasil penelitian menunjukkan bahwa waktu istirahat tidak berhubungan dengan kelelahan kerja, sedangkan durasi mengemudi dan kualitas tidur memiliki hubungan dengan kelelahan kerja. Bagi institusi, perusahaan disarankan untuk mengatur jam kerja, menyediakan fasilitas istirahat yang memadai, serta meningkatkan edukasi mengenai kualitas tidur guna mengurangi kelelahan kerja dan meningkatkan keselamatan berkendara. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji kelelahan kerja di lokasi yang berbeda.

Kata kunci : Kelelahan kerja, waktu istirahat, durasi mengemudi, kualitasi tidur

Daftar Pustaka : 79 (2004-2026)