

## Analisis Hubungan Shift Kerja, Kuantitas dan Kualitas Tidur Dengan Kelelahan (Fatigue) pada Operator Haul Truck PT. X Tahun 2018

Husairi

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=131107&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Operator haul truck merupakan salah satu pekerjaan yang berisiko tinggi untuk mengalami kelelahan kerja (fatigue) disebabkan oleh penerapan shift kerja, gangguan kuantitas dan kualitas tidur, serta pengaruh berbagai faktor lainnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara shift kerja, kuantitas dan kualitas tidur, serta faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan fatigue pada operator haul truck. Desain studi cross-sectional digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan kuisioner Fastigue Assessment Scale (FAS), pengukuran tingkat stress menggunakan alat cocorometer, serta pengukuran kuantitas dan kualitas tidur menggunakan alat fitbit di antara 196 responden laki-laki yang bekerja sebagai operator haul truck. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kuantitas tidur (OR = 3,222, p = 0,028) dan kualitas tidur (OR = 2,800, p = 0,025) dengan kelelahan, sedangkan shift kerja tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan. Faktor risiko lain yang juga memiliki hubungan signifikan dengan kelelahan pada operator haul truck di PT X adalah beban mental (OR = 2,296, p = 0,027), lingkungan kerja (OR = 2,400, p = 0,014), monoton pekerjaan (OR = 3,371, p = 0,002), usia (OR = 2,708, p = 0,005), dan sleep hygiene (OR = 3,840, p = 0,001).

**Kata Kunci:** Kelelahan; Fatigue Assessment Scale (FAS); Shift Kerja; Tidur; Fitbit

---

**Operator haul truck** Haul truck operator is one of the high-risk occupations in experiencing fatigue caused by the implementation of shift work, sleep quantity and quality disturbance, other related factors. The objective of this study was to analyze the relationship between shift work, quantity and quality of sleep, and other factors associated with fatigue on the haul truck operator. A cross-sectional study was conducted in this study using questionnaires of Fatigue Assessment Scale (FAS), measurement of stress using cocorometer, and measurement of sleep quantity and quality using fitbit among 196 male respondents who work as haul truck operator. The result of this study shown there is a significant correlation between the quantity of sleep (OR = 3,222, p = 0,028) and fatigue, also between the quality of sleep (OR = 2,800, p = 0.025) and fatigue. However, shift work has no significant correlation with fatigue. Other factors, including mental workload (OR = 2,296, p = 0,027), work environment (OR = 2,400, p = 0,014), monotonous work (OR = 3,371, p = 0,002), age (OR = 2,708, p = 0,005), and sleep hygiene (OR = 3,840, p = 0,001) also have significant correlation with operator fatigue in PT X.

**Keywords:** Fatigue; Fatigue Assessment Scale (FAS); Shift Work, Sleep; Fitbit; Haul truck operator