

DAFTAR ISI

	Halaman
COVER.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	i
ABSTRAK.....	ii
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	ii
DAFTAR GAMBAR	iii
DAFTAR TABEL.....	iv
DAFTAR LAMPIRAN.....	iv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah.....	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Kegunaan Penelitian	5
1.6 Sitematika Penulisan	5
BAB II LANDASAN TEORI.	4
2.1 Ergonomi	7
2.1.1 Definisi.....	7
2.1.2 Tujuan Ergonomi	8
2.1.3 Prinsip Ergonomi.....	8
2.1.4 Manfaat Ergonomi	8
2.2 Faal Kerja	9
2.2.1 Definisi.....	9
2.3 Kelelahan Kerja.....	10
2.3.1 Definisi.....	10
2.3.2 Jenis-jenis Kelelahan.....	10
2.3.3 Penyebab Kelelahan.....	11
2.3.4 Gejala-gejala Kelelahan	12
2.3.5 Faktor-faktor Individu Yang Dapat Mempengaruhi	
Kelelahan.....	13
2.3.6 Mekanisme Terjadinya Kelelahan.....	16

2.3.7 Akibat Kelelahan Kerja.....	17
2.3.8 Pengukuran Kelelahan	18
2.3.9 Beban Kerja.....	19
2.3.8 Beban Kerja Mental	19
2.4 Ritme Sikandian	20
2.5 NASA-TLX	21
2.5.1 Pembobotan	23
2.5.2 Pemberian Rating.....	23
2.5.2.1 Langkah-langkah Pemecahan Masalah Metode NASA-TLX	25
2.5.2.2 Variabel Terikat	25
2.5.2.3 Variabel Bebas	25
2.6 SOFI	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	28
3.1 Sistematika Penyelesaian Masalah.....	28
3.2 Studi Literatur.....	29
3.3 Studi Lapangan	29
3.4 Identifikasi Dan Perumusan Masalah.....	29
3.5 Penentuan Tujuan Penelitian	29
3.6 Penentuan Metode Penyelesaian Masalah	30
3.7 Pengumpulan Data	30
3.8 Pengolahan Data.....	31
3.9 Analisis	34
3.10 Kesimpulan Dan Saran	34
BAB IV PENGUMPULAN DAN PENGOLAHAN DATA.....	35
4.1 Pengumpulan Data.....	35
4.1.1 Data Demografi.....	35
4.1.2 Data Pengukuran Beban kerja Menggunakan Metode SOFI.....	37
4.1.3 Data Pengukuran Beban Kerja Menggunakan NASA-TLX.....	37
4.2 Pengolahan Data.....	38
4.2.1 Data Tingkat Kelelahan Kerja Karyawan Shift Menggunakan Metode SOFI.....	38

4.2.2 NASA-TLX.....	40
4.2.2.1 Shift Pagi.....	40
4.2.2.2 Shift Siang.....	41
4.2.2.3 Shift Malam.....	42
BAB V ANALISA DAN PEMBAHASAN	47
5.1 Analisis Tingkat Kelelahan Pada Pekerja Shift Menggunakan SOFI	47
5.1.1 Analisis Hubungan Beban Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Karyawan Shift Menggunakan UJI ANOVA	48
5.2 Analisis Beban Kerja Pada Pekerja Shift Menggunakan NASA-TLX.....	52
5.1.1 Analisis Hubungan Beban Kerja Terhadap Tingkat Kelelahan Mental Karyawan Shift Menggunakan UJI ANOVA.....	54
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	57
6.1 Kesimpulan.....	57
6.2 Saran.....	57
DAFTAR PUSTAKA	v
LAMPIRAN-LAMPIRAN	vi

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Teori Kombinasi Pengaruh Penyebab Kelelahan dan Penyebuan Yang Diperlukan Untuk Mengimbangnya (Kroemer & Grandjean 2005).....	6
Gambar 2.2 Kuesioner SOFI.....	27
Gambar 3.1 Diagram Metodologi Penelitian	28
Gambar 4.1 Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin	35
Gambar 4.2 Distribusi Responden Menurut Umur	36
Gambar 4.3 Distribusi Responden Menurut Pendidikan Terakhir	36
Gambar 4.4 Data Kuesioner SOFI	38
Gambar 4.5 Data Responden Kuesioner NASA-TLX	44
Gambar 4.6 Data Rata-Rata WWL Kuesioner NASA-TLX.....	46

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.2 Jam Kerja Karyawan.....	2
Tabel 1.3 Pencapaian Target Kecacatan Produksi Departemen Finishing.....	3
Tabel 2.1 Perbandingan Berpasangan Untuk Indikator.....	23
Tabel 2.2 Klasifikasi Rating Nilai Beban Kerja	24
Tabel 3.1 Skor Beban Kerja	34
Tabel 4.1 Pembobotan Dan Rating NASA-TLX Shift Pagi.....	40
Tabel 4.2 Pembobotan Dan Rating NASA-TLX Shift Siang	41
Tabel 4.3 Pembobotan Dan Rating NAsa –TLX Shift Malam.....	42