

HUBUNGAN SHIFT KERJA DAN DURASI MENGENEMUDI DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PENGENEMUDI
BUS RAPID TRANSIT KORIDOR I KOTA SEMARANG

SITI NUR JAYANTI – 25010115130200

(2019 - Skripsi)

Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh sehingga dapat terhindar dari kerusakan lebih lanjut karena terjadi pemulihan setelah istirahat. Pengemudi yang menjalankan pekerjaan yang dinamis dan kompleks, dengan tugas yang berulang-ulang dan pekerjaan yang menuntut perhatian berkelanjutan. Pekerjaan ini sangat melelahkan. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis faktor shift kerja dan durasi mengemudi yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pengemudi BRT (Bus Rapid Transit) Koridor I Terminal Mangkang -Terminal Penggaron. Variabel terikat pada penelitian ini adalah kelelahan kerja. Sedangkan variabel bebas adalah shift kerja dan durasi mengemudi. Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional dengan pendekatan studi *cross sectional*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner, lembar observasi dan *Deary-Liewald Reaction Time*. Sampel dalam penelitian yaitu 40 orang pengemudi dengan metode total sampling. Hasil pengukuran kelelahan menunjukkan pengemudi mengalami kelelahan ringan dan kelelahan sedang. Berdasarkan hasil uji statistik *Chi-Square*, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kelelahan kerja dengan shift kerja ($p=0,747$) dan durasi mengemudi ($p=0,519$). BLU Trans Semarang disarankan untuk menyediakan tempat istirahat khusus untuk pengemudi dan menyediakan pengemudi stand by di Terminal Mangkang. Saran untuk pengemudi BRT adalah sebaiknya menjaga pola hidup sehat dengan mengurangi merokok dan melakukan peregangan otot kaki, tangan, bahu dan seluruh badan untuk melepaskan ketegangan otot saat waktu istirahat.

Kata Kunci: Kelelahan, pengemudi, shift kerja, durasi mengemudi