

ABSTRAK

Untuk menghadapi perkembangan teknologi yang semakin kompleks manusia mengerahkan segenap potensi untuk mengembangkan diri dan memanfaatkan sumber daya yang ada. Kerja shift merupakan pilihan dalam cara pengorganisasian kerja yang tercipta karena adanya keinginan untuk memaksimalkan produktivitas kerja sebagai pemenuhan tuntutan konsumen.

Penelitian ini menganalisis tingkat kelelahan subjektif dan objektif antara shift pagi, shift siang dan shift malam di PT. Sritex serta pengaruh pengaturan waktu istirahat pendek pada shift yang memiliki tingkat kelelahan tinggi. Dalam hal ini digunakan kuisioner 30 Item of Rating Scale untuk mengetahui tingkat kelelahan subjektif dengan indikasi menurunnya aktivitas, motivasi, dan fisik dan metode Bourdon Wiersma Test untuk mengetahui tingkat kelelahan objektif karyawan dengan interpretasi kecepatan, konstansi dan ketelitian pekerjaan.

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil kelelahan subjektif shift pagi adalah tingkat 1 berklasifikasi rendah dengan penurunan aktivitas tingkat 1 berklasifikasi rendah, penurunan motivasi tingkat 1 berklasifikasi rendah, dan penurunan fisik tingkat 1 berklasifikasi rendah. Untuk tingkat objektivitas shift pagi dengan interpretasi kecepatan sebesar 9,97 dalam golongan cukup baik, ketelitian sebesar 3,75 dalam golongan cukup baik, dan konstansi sebesar 1,95 dalam golongan baik. Kelelahan subjektif shift siang adalah tingkat 2 berklasifikasi sedang dengan penurunan aktivitas tingkat 3 berklasifikasi tinggi, penurunan motivasi tingkat 2 berklasifikasi sedang, dan penurunan fisik tingkat 2 berklasifikasi sedang. Untuk tingkat objektivitas shift siang dengan interpretasi kecepatan sebesar 11,08 dalam golongan cukup baik, ketelitian sebesar 8,25 dalam golongan cukup, dan konstansi sebesar 2,09 dalam golongan cukup baik. Kelelahan subjektif shift malam adalah tingkat 3 berklasifikasi tinggi dengan penurunan aktivitas tingkat 3 berklasifikasi tinggi, penurunan motivasi tingkat 3 berklasifikasi tinggi, dan penurunan fisik tingkat 3 berklasifikasi tinggi. Untuk tingkat objektivitas shift malam dengan interpretasi kecepatan sebesar 14,62 dalam golongan cukup, ketelitian sebesar 11,25 dalam golongan cukup, dan konstansi sebesar 6,05 dalam golongan cukup. Waktu istirahat pendek diterapkan pada shift yang memiliki tingkat kelelahan yang lebih tinggi dan memiliki pengaruh positif terhadap kelelahan subjektif dan objektif serta tingkat produktivitas karyawan.

Kata Kunci : Kelelahan Objektif, Kelelahan Subjektif, Shift Kerja, Bourdon-Wiersma Test, 30 Item of Rating Scale, Waktu Istirahat Pendek.

ABSTRACT

To deal with an increasingly complex technological developments took all of human potential to develop themselves and make use of existing resources. Shift work is a choice in how the organization of work created by the desire to maximize the productivity of labor as the fulfillment of the demands of consumers.

This study analyzes the fatigue level of subjective and objective between the morning shift, the afternoon shift and the night shift at PT. Sritex and the effect of the timing of short breaks on shifts that have high levels of fatigue. In this case the 30 items of the questionnaire used Rating Scale to determine the level of fatigue with an indication of decreased activity opinion, motivation, and physical and Bourdon Wiersma test method to determine the fatigue level objectively employees with the interpretation speed, constancy and accuracy of the work.

Based on the research results obtained subjectivity morning shift fatigue are classified low-level 1 with decreased activity level 1 being classified low, classified decreased motivation level 1 low, and physical decline classified level 1 low. For the level of objectivity to the interpretation morning shift speed of 9.97 in the class pretty good, accuracy is 3.75 in the group pretty good, and the constancy of 1.95 in a good class. Subjectivity afternoon shift fatigue is a level 2 being classified moderate with a decreased activity of higher classified level 3, level 2 classified decreased motivation moderate, and physical decline classified level 2 moderate. For the level of objectivity to the interpretation of the afternoon shift speed of 11.08 in the class of pretty good, accuracy class of 8.25 in group enough, and the constancy of 2.09 in the group pretty good. Subjectivity night shift fatigue is a level 3 being classified high with a decreased activity of higher classified level 3, level 3 classified decreased motivation high, and physical decline classified level 3 high. For the level of objectivity to the interpretation of the night shift speed of 14.62 in the class of enough, accuracy class of 11.25 in group enough, and the constancy of 6.05 in the group enough. When applied to a short break during the shift that has higher levels of fatigue and has a positive influence on subjective and objective fatigue and the level of employee productivity.

Keywords: Fatigue Objective, Subjective Fatigue, Shift Work, Bourdon-Wiersma Test, 30 items of Rating Scale, Short Breaks.