

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	I-1
1.2 Perumusan Masalah	I-3
1.3 Batasan Masalah dan Asumsi	I-3
1.3.1 Batasan masalah	I-3
1.3.2 Asumsi.....	I-3
1.4 Tujuan Penelitian	1-4
1.5 Manfaat Penelitian	1-4
1.6 Sistematika Penulisan	1-4
BAB II LANDASAN TEORI	
2.1 <i>Shift</i> Kerja	II-1
2.2 Dampak Kerja <i>Shift</i> pada Kinerja Karyawan	II-2
2.3 Manajemen Kerja <i>Shift</i>	II-3
2.4 Kelelahan	II-4
2.5 Faktor Penyebab Terjadinya Kelelahan.....	II-5
2.6 Langkah Mengatasi Kelelahan	II-7
2.7 Pengukuran Kelelahan.....	II-8
2.8 <i>30 Items Of Rating Scale</i>	II-9
2.9 <i>Bourdon Wiersma Test</i>	II-12
2.10 Waktu Istirahat Pendek.....	II-14
2.11 Hipotesis Statistik.....	II-15
2.12 Metode Pengolahan Data.....	II-18
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
3.1 Objek Penelitian	III-1
3.2 Pengumpulan Data	III-1
3.3 Kerangka Penelitian	III-3
3.4 Pengolahan Data	III-5

3.5 Analisis Hasil	III-11
3.6 Kesimpulan dan Saran	III-11

BAB IV PENGOLAHAN DATA DAN ANALISIS HASIL

4.1 Pengumpulan Data	IV-1
4.1.1 Proses Produksi	IV-2
4.1.2 Data Karakteristik Responden.....	IV-5
4.2 Pengolahan Data	IV-7
4.2.1 Tabulasi Data Sebelum Intervensi Waktu Istirahat PendekIV-7	
4.2.2 Uji Normalitas	IV-9
4.2.3 Uji Reliabilitas.....	IV-10
4.2.4 Tingkat Kelelahan Sebelum Intervensi Istirahat Pendek	IV-11
4.2.5 Tabulasi Data Setelah Intervensi Waktu Istirahat Pendek	IV-16
4.2.6 Uji Beda.....	IV-22
4.3 Analisis Hasil	IV-29
4.3.1 Karakteristik Responden	IV-29
4.3.2 Tingkat Kelelahan Subjektif dan Objektif pada <i>Shift</i> Pagi, <i>Shift</i> Siang dan <i>Shift</i> Malam	IV-31
4.3.3 Pengaruh Intervensi Waktu Istirahat Pendek.....	IV-40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan.....	V-1
5.2 Saran	V-1

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN