

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	5
1.4.2 Manfaat Bagi Perusahaan.....	5
1.4.3 Manfaat Bagi Pengemudi.....	6
1.5 Batasan Masalah.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Profil Perusahaan.....	7
2.2 Definisi Kelelahan.....	7
2.3 Jenis-Jenis Kelelahan.....	9
2.4 Faktor-Faktor Yang Menyebabkan Kelelahan.....	9
2.5.1 Faktor Pekerjaan.....	10
2.5.1.1 Jenis Pekerjaan.....	10
2.5.1.2 Durasi Kerja.....	10
2.5.1.3 Beban Kerja.....	12
2.5.1.4 Lingkungan Kerja.....	13
2.5.1.5 Waktu Istirahat.....	14
2.5.2 Faktor Non Pekerjaan.....	15
2.5.2.1 Tidur.....	15
2.5.2.2 Waktu Terjaga.....	18
2.5.2.3 Irama Sirkadian.....	18
2.5.2.4 Gangguan Tidur.....	19
2.5.2.5 Kondisi Fisik.....	21
2.5.2.6 <i>Stress</i>	22

2.6 Pengertian Risiko.....	25
2.7 Identifikasi Risiko.....	25
2.8 Analisis Risiko.....	27
2.9 Konsekuensi dan <i>Likelihood</i>	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	31
3.1 Desain Penelitian.....	31
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	31
3.3 Tahapan Penelitian.....	31
3.3.1 Pengamatan Awal.....	33
3.3.2 Perumusan Masalah.....	33
3.3.3 Penetapan Tujuan dan Batasan Masalah.....	33
3.3.4 Studi Kepustakaan.....	33
3.3.5 Pengumpulan Data.....	34
3.3.6 Pengolahan dan Analisis Data.....	34
3.3.7 Hasil dan Pembahasan.....	37
3.3.8 Kesimpulan dan Saran.....	37
3.4 Timeline Penelitian.....	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	39
4.1 Objek Penelitian.....	39
4.2 Kelelahan pada Pengemudi Truk PT Semen Indonesia Distributor.....	39
4.3 Hasil Analisis Tingkat Risiko.....	40
4.3.1 Hasil Analisis <i>Extreme Risk</i>	46
4.3.2 Hasil Analisis <i>High Risk</i>	49
4.3.3 Hasil Analisis <i>Medium Risk</i>	53
4.3.4 Hasil Analisis <i>Low Risk</i>	57
4.3.5 Hasil Analisis Risiko Berdasarkan NASA - TLX.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
5.1 Kesimpulan.....	69
5.2 Saran.....	70
LAMPIRAN LEMBAR WAWANCARA PENGEMUDI TRUK.....	77
LAMPIRAN DOKUMENTASI PENGEMUDI TRUK.....	81
LAMPIRAN APLIKASI METODE NASA - TLX.....	86
BIODATA PENULIS.....	101