

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, KUALITAS TIDUR, BEBAN KERJA MENTAL,
STRES KERJA, DAN DIVISI KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA
KARYAWAN BANK KOTA CIREBON**

**AINAIA SAFANISSA SETIAWAN-25000122140317
2026-SKRIPSI**

Kelelahan merupakan respons tubuh berupa penurunan stamina akibat beban pekerjaan dan aktivitas sehari-hari. Pekerjaan pada sektor perbankan seringkali dituntut untuk bekerja di bawah tekanan yang tinggi serta sangat memperhatikan peningkatan kualitas kinerja pekerjanya. Hal ini dapat menyebabkan karyawan mengalami kelelahan pada saat melakukan pekerjaannya. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan karakteristik individu (usia, jenis kelamin, masa kerja), kualitas tidur, beban kerja mental, stres kerja, dan divisi kerja terhadap kelelahan kerja pada karyawan Bank Kota Cirebon. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Responden penelitian ini menggunakan metode *total sampling* sebanyak 35 karyawan mengisi angket penelitian. Instrumen yang digunakan adalah *Industrial Fatigue Research Committee (IFRC)*, *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, *Rating Scale Mental Effort (RSME)* dan *General Health Questionnaire (GHQ-12)*. Hasil uji statistik *chi-square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara karakteristik individu masa kerja dengan *p-value* 0,008 dan stress kerja dengan *p-value* 0,012 terhadap kelelahan kerja. Kemudian variabel karakteristik individu (usia, jenis kelamin), kualitas tidur, beban kerja mental, dan divisi kerja tidak memiliki hubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan Bank Kota Cirebon. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa variabel masa kerja dan stress kerja memiliki hubungan dengan kelelahan kerja pada karyawan Bank Kota Cirebon.

Kata kunci : kelelahan kerja, karakteristik individu, kualitas tidur, beban kerja mental, stress kerja