

**HUBUNGAN USIA, JENIS KELAMIN, MASA KERJA, BEBAN KERJA FISIK, STRES  
KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA RESTORAN X KOTA  
SEMARANG**

**SHANDYKA ARYA SASTRA-25000122140359  
2026-SKRIPSI**

Kelelahan kerja merupakan salah satu masalah kesehatan kerja yang dapat menurunkan produktivitas, meningkatkan risiko kesalahan kerja, dan memicu terjadinya kecelakaan kerja. Pekerja restoran menghadapi tuntutan fisik dan psikologis yang tinggi, seperti berdiri dalam waktu lama, melayani pelanggan dengan ritme kerja cepat yang berpotensi menyebabkan kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan usia, jenis kelamin, masa kerja, beban kerja fisik, dan stres kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja Restoran X. Penelitian observasional analitik dengan desain cross-sectional dilakukan pada 38 pekerja Restoran X menggunakan teknik total sampling. Kelelahan kerja diukur menggunakan kuesioner IFRC, stres kerja menggunakan Job Stress Scale, dan beban kerja fisik berdasarkan SNI 7269:2009. Analisis data menggunakan uji *Fisher's Exact Test*. Sebagian besar responden berusia >35 tahun (52,6%), berjenis kelamin perempuan (55,3%), memiliki masa kerja ≤5 tahun (71,1%), beban kerja fisik ringan (55,3%), stres kerja sedang (76,3%), dan kelelahan kerja sedang (65,8%). Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan kelelahan kerja ( $p=0,046$ ) dan stres kerja dengan kelelahan kerja ( $p<0,001$ ). Tidak terdapat hubungan antara usia ( $p=0,883$ ), masa kerja ( $p=0,054$ ), dan beban kerja fisik ( $p=0,333$ ) dengan kelelahan kerja. Jenis kelamin dan stres kerja berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja Restoran X. Disarankan upaya saling bantu antarbagian apabila pelanggan sedang ramai dan selalu menyampaikan kepada rekan kerja apabila membutuhkan bantuan dalam menyelesaikan pekerjaan.

Kata Kunci : Kelelahan kerja, Stres Kerja, Restoran