

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU DAN *SHIFT WORK DISORDER* (SWD)
DENGAN KECELAKAAN KERJA PADA PEKERJA BAGIAN INJEKSI OTOMATIS PT X
KABUPATEN JEPARA**

**AULYA ULFATAD DINA-25000119130148
2023-SKRIPSI**

Shift Work Disorder (SWD) merupakan gangguan tidur pada pekerja *shift* yang tidak berhasil melakukan penyesuaian ritme sirkadian dengan jadwal *shift* yang tumpang tindih dengan waktu tidur. Gangguan tersebut dapat menyebabkan defisit tidur dan gangguan fungsi kognitif yang meningkatkan risiko kecelakaan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik individu dengan SWD serta hubungan antara SWD dengan kecelakaan kerja sebagai upaya untuk mendeskripsikan populasi rentan dan menemukan urgensi dari SWD. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* yang melibatkan 48 pekerja di bagian injeksi otomatis PT X Kabupaten Jepara. Data dikumpulkan melalui kuesioner dengan melibatkan penggunaan *Epworth Sleepiness Scale* dan *Insomnia Severity Index*. Analisis data menggunakan uji *Chi Square* dan *Fisher's Exact* dengan nilai α 0,05. Hasil penelitian ini menemukan prevalensi responden yang mengalami SWD sebesar 41,7%. Penelitian ini juga menemukan ada hubungan antara masa kerja ($p = 0,014$) dan konsumsi kopi ($p = 0,020$) dengan SWD serta ada hubungan antara SWD dengan kecelakaan kerja ($p = 0,002$) Saran bagi perusahaan yaitu menerapkan sistem *shift* sesuai dengan kriteria ergonomis, sementara saran bagi pekerja yaitu menghindari cahaya matahari dalam perjalanan pulang setelah bekerja *shift* malam dan menerapkan kebiasaan *sleep hygiene* untuk mempermudah adaptasi ritme sirkadian.

Kata kunci : *Shift Work Disorder*, ritme sirkadian, kecelakaan kerja