

# HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, LAMA TIDUR, DAN BEBAN KERJA FISIK DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEDAGANG KAKI LIMA DI KOTA YOGYAKARTA

STEFFANI DEVA PRAMUDITA NUGRAHA-25000119140275  
2023-SKRIPSI

Kelelahan adalah melemahnya kondisi seseorang untuk melakukan kegiatan yang dapat terjadi pada sektor formal maupun informal. Terjadinya kelelahan dapat disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Hal tersebut juga dapat terjadi pada pedagang kaki lima yang berisiko mengalami kelelahan kerja karena faktor individu maupun beban dari pekerjaan. Tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu menganalisis hubungan karakteristik individu, lama tidur, dan beban kerja fisik dengan kelelahan kerja pada pedagang kaki lima di Kota Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif menggunakan desain *cross sectional* dengan sampel 42 orang yang diambil dengan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan melalui angket karakteristik individu, pengukuran status gizi dengan IMT, pengukuran beban kerja fisik dengan *pulse oxymeter*, dan pengukuran kelelahan kerja dengan aplikasi *reaction time*. Uji statistik menggunakan uji *Chi-square* dengan  $\alpha$  (0,05). Hasil penelitian menyatakan ada hubungan antara usia ( $p=0,010$ ), masa kerja ( $p=0,012$ ), status gizi ( $p=0,001$ ), lama tidur ( $p=0,031$ ), dan beban kerja fisik ( $p=0,000$ ) dengan kelelahan kerja. Sementara jenis kelamin ( $p=0,166$ ) tidak berhubungan dengan kelelahan kerja. Oleh karena itu, pedagang kaki lima sebaiknya melakukan peregangan di sela – sela waktu berjualan, memanfaatkan waktu untuk istirahat singkat ketika tidak ada pembeli, mencukupi kebutuhan waktu tidur sesuai usia, melakukan olahraga rutin, dan mengonsumsi makanan bergizi seimbang.

Kata kunci : beban kerja fisik, karakteristik individu, kelelahan kerja, lama tidur