

**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, GERAKAN BERULANG, DAN BEBAN KERJA
FISIK DENGAN KELELAHAN SUBJEKTIF PADA PEKERJA BAGIAN PRODUKSI
BAKPJA PATHOK 25 YOGYAKARTA**

**ANGELA RESA DEVINA KURNIASARI-25000121140337
2025-SKRIPSI**

Pekerja produksi Bakpia Pathok 25 Yogyakarta masih menggunakan manual tradisional dan diharuskan untuk memenuhi tuntutan harian yang tinggi dengan tenggat waktu yang cepat. Kelelahan subjektif mengacu pada kelelahan yang dirasakan oleh individu karena aktivitas fisik atau mental yang berlebihan, yang berdampak pada produktivitas dan kesehatan pekerja. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan karakteristik individu, gerakan berulang, dan beban kerja fisik terhadap tingkat kelelahan subjektif. Penelitian *observasional* ini menggunakan desain *cross-sectional* kuantitatif. Sebanyak 80 pekerja produksi bakpia dipilih melalui *probability sampling* dengan menggunakan *simple random sampling*. Instrumen penelitian meliputi kuesioner untuk karakteristik individu, penilaian beban kerja fisik dengan menggunakan *Pulse Oximeter*, pengukuran gerakan berulang dengan *stopwatch* dan alat hitung, dan evaluasi kelelahan subjektif melalui *Subjective Self-Rating Test* (SSRT) oleh *Industrial Fatigue Research Committee* (IFRC). Berdasarkan data yang didapatkan, diketahui mayoritas responden berusia tua 55%, berjenis kelamin laki-laki 63,7%, masa kerja lama 45%, gerakan berulang 62,5%, beban kerja fisik ringan 51,2%. Korelasi yang signifikan ditemukan antara kelelahan subjektif dan faktor-faktor seperti usia ($p\text{-value} = 0,001$), jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,013$), masa kerja ($p\text{-value} = 0,001$), gerakan berulang ($p\text{-value} = 0,001$), dan beban kerja fisik ($p\text{-value} = 0,001$) pada pekerja produksi Bakpia Pathok 25 Yogyakarta. Solusi yang diusulkan dalam mengatasi faktor-faktor ini melalui peregangan 5-10 menit.

Kata kunci : kelelahan subjektif, gerakan berulang, beban kerja fisik, karakteristik individu