

HUBUNGAN USIA, *SHIFT* KERJA, DAN BEBAN KERJA FISIK DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA BAGIAN *PACKER* PT SEMEN GROBOGAN

DESRA DIANA ROLIN- 25000122130136
2026-SKRIPSI

Pekerja *packer* menghadapi tuntutan fisik yang tinggi, pekerjaan manual yang berulang, serta sistem *shift* bergilir yang meningkatkan risiko kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara usia, *shift* kerja, dan beban kerja fisik dengan tingkat kelelahan pada pekerja *packer* bagian muat di PT Semen Grobogan. Penelitian menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* yang melibatkan 60 pekerja melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner karakteristik individu, sistem *shift* kerja, pengukuran beban kerja fisik, serta kuesioner *Industrial Fatigue Rating Comitte* (IFRC). Analisis data dilakukan menggunakan uji *chi-square* dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan ringan dan sedang dialami secara seimbang oleh sebagian besar responden. Terdapat hubungan yang signifikan antara usia ($p=0,004$), *shift* kerja ($p=0,001$), dan beban kerja fisik ($p=0,001$) dengan kelelahan kerja. Pekerja usia tua cenderung mengalami kelelahan sedang, seluruh pekerja *shift* malam mengalami kelelahan sedang, dan beban kerja yang lebih tinggi berkaitan dengan peningkatan tingkat kelelahan. Faktor usia, *shift* kerja, dan beban kerja fisik merupakan faktor penting yang memengaruhi kelelahan kerja sehingga diperlukan upaya pengendalian untuk mengurangi risiko pada pekerja.

Kata Kunci : *shift* kerja, beban kerja fisik, kelelahan kerja, pekerja *packer*.