

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vi
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	viii
PERNYATAAN .....	ix
ABSTRAK .....	xi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Perumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA .....	9
A. Telaah Pustaka .....	9
1. Kelelahan Kerja .....	9
2. Faktor Psikososial .....	14
3. Tidur.....	20
B. Kerangka Teori.....	25
C. Kerangka Konsep .....	26
D. Hipotesis Penelitian .....	27
BAB III. METODE PENELITIAN.....	28
A. Jenis Dan Desain Penelitian .....	28
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	28
C. Subjek Penelitian .....	28
D. Identifikasi Variabel Penelitian .....	29
E. Definisi Operasional .....	30
F. Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data .....	32
H. Etika Penelitian .....	35
I. Keterbatasan Penelitian.....	36
J. Jalannya Penelitian.....	37
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Hasil Penelitian .....	39
1. Gambaran Umum Perusahaan.....	39
2. Analisis Univariat Karakteristik Individu, Faktor Psikososial, dan Kualitas Tidur.....	42
3. Analisis Bivariat Karakteristik Individu, Faktor Psikososial, dan Kualitas Tidur.....	49
B. PEMBAHASAN .....	51
1. Kelelahan Kerja .....	51
2. Karakteristik Individu .....	53
3. Faktor Psikososial .....	55
4. Kualitas Tidur.....	57
5. Hubungan Karakteristik Individu dengan Kelelahan Kerja.....	58

6. Hubungan Faktor Psikososial dengan Kelelahan Kerja.....	66
7. Hubungan Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja .....	73
8. Tidak Dilakukan Analisis Multivariat.....	74
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	76
A. Kesimpulan .....	76
B. Saran .....	77
DAFTAR PUSTAKA .....	79
LAMPIRAN.....	86

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Beberapa penelitian tentang hubungan karakteristik individu, faktor psikososial, dan kualitas tidur dengan kelelahan kerja .....	7
Tabel 2.1 Domain dan dimensi Copenhagen Psychosocial Questionnaire (COPSOQ) III .....	16
Tabel 2.2 Daftar Kode dan Skala Pengukuran Pada COPSOQ III.....	20
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	30
Tabel 4.1 Kelelahan Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	42
Tabel 4.2 Karakteristik Individu Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	43
Tabel 4.3 Faktor Psikososial Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul Berdasarkan Rerata Dimensi.....	44
Tabel 4.4 Data Faktor Psikososial Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul Berdasarkan Domain.....	45
Tabel 4.5 Data Kualitas Tidur Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul Menggunakan Kuesioner PSQI.....	45
Tabel 4.6 Hasil Observasi Pekerjaan Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	46
Tabel 4.7 Hubungan Karakteristik Individu dengan Kelelahan Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	49
Tabel 4.8 Hubungan Faktor Psikososial dengan Kelelahan Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	50
Tabel 4.9 Hubungan Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	51
Tabel 5.1 Saran Bagi Manajemen PLN ULP Bantul.....	77
Tabel 5.2 Saran Bagi Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	77
Tabel 5.3 Saran Bagi Penelitian Selanjutnya .....	78

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Konfigurasi COPSOQ III .....	19
Gambar 2.2 Kerangka Teori .....	25
Gambar 2.3 Kerangka Konsep .....	26
Gambar 4.1 Struktur Organisasi PLN ULP Bantul.....	39
Gambar 4.2 Data Kelelahan Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul ....	52
Gambar 4.3 Data Karakteristik Individu (Umur, Status Pernikahan, dan Pendidikan) Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	53
Gambar 4.4 Data Karakteristik Individu (Konsumsi Air Putih, Status Merokok, dan Kebiasaan Olahraga) Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	54
Gambar 4.5 Data Karakteristik Individu (Masa Kerja, Jadwal Kerja, dan Durasi Kerja) Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	55
Gambar 4.6 Data Faktor Psikososial Berdasarkan Domain Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	55
Gambar 4.7 Data Kualitas Tidur Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	57
Gambar 4.8 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Umur Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	58
Gambar 4.9 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Status Pernikahan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	59
Gambar 4.10 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Tingkat Pendidikan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	60
Gambar 4.11 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Konsumsi Air Putih Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	61
Gambar 4.12 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Status Merokok Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	62
Gambar 4.13 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Kebiasaan Olahraga Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	63
Gambar 4.14 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Shift Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	64
Gambar 4.15 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Masa Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	65
Gambar 4.16 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kategori Durasi Kerja Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	66
Gambar 4.17 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Domain Tuntutan Pekerjaan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	67
Gambar 4.18 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Domain Organisasi dan Konten Pekerjaan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul ...	68
Gambar 4.19 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Domain Relasi Interpersonal dan Kepemimpinan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	69
Gambar 4.20 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Domain Interaksi Individu dan Pekerjaan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul..	70
Gambar 4.21 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Domain Modal Sosial Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul.....	71

Gambar 4.22 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Domain Kesehatan dan Kesejahteraan Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	72
Gambar 4.23 Data Distribusi Kelelahan Kerja Berdasarkan Kualitas Tidur Pada Pegawai Yantek di PLN ULP Bantul .....	73