



KUESIONER PENELITIAN

**“HUBUNGAN FAKTOR INTERNAL DAN EKSTERNAL TERHADAP
TINGKAT KELELAHAN (*FATIGUE*) PADA PENGEMUDI TRAVEL X
TRANS TRAYEK JAKARTA-BANDUNG
TAHUN 2009”**

Yth, Saudara/I
Selamat Pagi/ siang./Sore/Malam
Assalamualaikum Wr.Wb.

Saya adalah mahasiswi S1 Reguler Jurusan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia angkatan tahun 2005 yang sedang menyusun skripsi mengenai tingkat kelelahan (*fatigue*) serta hubungannya dengan faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya hubungan faktor internal dan eksternal pengemudi terhadap kelelahan (*fatigue*) pada pengemudi travel X Trans trayek Jakarta-Bandung. Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan telaah dalam memberi masukan kepada sistem kerja dan manajemen kerja guna membantu pengemudi travel dalam meningkatkan produktifitas kerja.

Saya membutuhkan informasi sebagai data penelitian. Saya mohon kesediaan Anda untuk mengisi kuesioner ini. Kuesioner ini terdiri beberapa bagian, yakni berisi pertanyaan-pertanyaan yang berkaitan dengan faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi kelelahan pada pengemudi dan pertanyaan-pertanyaan yang menggambarkan tingkat kelelahan berdasarkan metode pengukuran dengan menggunakan skala *Industrial Fatigue Research Commitee (IFRC)* atau disebut *Subjective Symptom Test (SST)*

Semua jawaban yang Anda tulis akan membantu saya. Penelitian ini tidak akan mencapai sasaran apabila jawaban Anda tidak sesuai dengan apa yang ada pada diri Anda. Semua data akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk penelitian ini. Sebelum mengembalikan kuesioner ini, memohon periksa kembali jawaban Anda, jangan sampai ada bagian yang terlewat. Jika ada hal-hal yang ingin ditanyakan, dapat menghubungi peneliti pada nomor yang tertera dibawah ini. Atas bantuan dan kerja sama yang Anda berikan, saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,
Pratiwi Andiningsari

I. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Nama :
Usia : Th
Jenis Kelamin : P / L
Berat Badan : _____Kg
Tinggi Badan : _____M

Petunjuk : Jawablah pertanyaan dibawah ini dengan cara memberi tanda (X) atau memberi jawaban yang paling sesuai pada tempat yang sudah di sediakan.

II. PERTANYAAN UMUM

1. Pendidikan terakhir Anda:
 - a. SD
 - b. SMP
 - c. SMA / SMK
 - d. D3
 - e. Sarjana
 - f. Lain-lain
2. Sudah berapa lama Anda berprofesi sebagai pengemudi?
 - a. <1 tahun
 - b. 1-5 tahun
 - c. 5-10 tahun
 - d. > 10 tahun
3. Sudah berapa lama Anda berprofesi sebagai pengemudi travel:
 - a. < 1 tahun
 - b. 1-2 tahun
 - c. 3-4 tahun
4. Waktu kerja hari ni, mulai Pukul: _____s/d _____
5. Berapa lama Anda mengemudi dalam satu hari kerja (tidak termasuk waktu istirahat)? _____Jam

III. SHIFT KERJA

6. Apakah Anda bekerja dengan sistem shift (bergilir)?
 - a. Ya
 - b. Tidak

7. Jika "Ya", waktu kerja yang sedang Anda lakukan saat ini merupakan shift apa?
- a. Pagi
 - b. Siang
 - c. Sore
 - d. Malam
8. Pola kerja apa yang saat ini Anda jalankan?
- a. 1-1 (1 rit hari ini dan besok 1 rit)
 - b. 2-0 (2 rit hari ini dan besok libur)
 - c. 2-1 (2 rit hari ini dan besok 1 rit)
9. Pada saat mengemudi, sistem mengemudi apa yang Anda laksanakan?
- a. Satu mobil satu pengemudi
 - b. Satu mobil dua pengemudi

IV. KONDISI FISIK

10. Apakah Anda pernah/sedang menderita penyakit Flu/demam/Anemia/gangguan tidur/hypothyroid/TBC/penyakit jantung/penyakit kronis/parkinson/Diabetes?
- a. Ya, _____ Tahun
 - b. Tidak
11. Apakah Anda pernah/sedang mengonsumsi obat-obatan terlarang atau minuman beralkohol?
- a. Ya, _____ Tahun
 - b. Tidak
13. Apakah Anda sedang atau pernah mengalami kondisi tubuh yang kurang baik (dalam keadaan sakit) dalam 1 minggu terakhir ini?
- a. Ya
 - b. Tidak
14. Jika "Ya". Apakah kondisi tersebut mempengaruhi Anda ketika sedang mengemudi dan tidak dapat melakukan pekerjaan dengan baik?
- a. Ya
 - b. Tidak

Apakah pada saat Anda mengemudi, Anda merasakan hal-hal sebagai berikut:

Pelemahan Kegiatan

No.	Gejala Kelelahan	SS	S	K	TP
1.	Kepala Anda terasa berat				
2.	Merasa lelah diseluruh badan				
3.	Kaki Anda terasa berat				
4.	Frekuensi menguap				
5.	Pikiran Anda kacau				
6.	Anda mengantuk				
7.	Mata terasa berat (ingin dipejamkan)				
8.	Kaku dan canggung untuk bergerak				
9.	Tidak seimbang dalam berdiri				
10.	Merasa ingin berbaring				

Pelemahan Motivasi

No.	Gejala Kelelahan	SS	S	K	TP
1.	Merasa susah untuk berfikir				
2.	Lelah berbicara				
3.	Merasa gugup				
4.	Sulit untuk berkonsentrasi				
5.	Sulit untuk memusatkan perhatian				
6.	Cenderung untuk lupa				
7.	Kurang kepercayaan				
8.	Cemas terhadap sesuatu				
9.	Tidak dapat mengontrol sikap				
10.	Tidak dapat tekun dalam bekerja				

Kelelahan Fisik

No.	Gejala Kelelahan	SS	S	K	TP
1.	Sakit Kepala				
2.	Bahu terasa kaku				
3.	Merasa nyeri di bagian punggung				
4.	Sesak napas / sulit untuk bernapas				
5.	Merasa Haus				
6.	Suara Anda serak				
7.	Merasa pening / pusing				
8.	Kelopak mata terasa berat				
9.	Gemetar pada bagian tubuh tertentu				
10.	Merasa kurang sehat				

**PERIKSALAH KEMBALI JAWABAN ANDA,
JANGAN SAMPAI ADA YANG TERLEWATKAN!!
TERIMA KASIH ATAS PARTISIPASI ANDA**

DISTRIBUSI FREKUENSI GEJALA KELELAHAN

Gejala	Kejadian	Jumlah	(%)
Kepala terasa berat	Tidak pernah	20	38.5
	Kadang-Kadang	31	59.6
	Sering	1	1
	Total	52	100
Lelah diseluruh badan	Tidak pernah	12	23.1
	Kadang-Kadang	36	69.2
	Sering	4	7.7
	Total	52	100
Kaki terasa berat	Tidak pernah	27	51.9
	Kadang-Kadang	21	40.4
	Sering	4	7.7
	Total	52	100
Frekuensi menguap	Tidak pernah	5	9.6
	Kadang-Kadang	32	61.5
	Sering	12	23.1
	Sangat sering	3	5.8
	Total	52	100
Pikiran Kacau	Tidak pernah	29	55.8
	Kadang-Kadang	22	42.3
	Sering	1	1.9
	Total	52	100
Mengantuk	Tidak pernah	10	19.2
	Kadang-Kadang	35	67.3
	Sering	7	13.5
	Total	52	100
Mata terasa berat	Tidak pernah	20	38.5
	Kadang-Kadang	31	59.6
	Sering	1	1.9
	Total	52	100

kaku dan canggung untuk bergerak	Tidak pernah	38	73.1
	Kadang-Kadang	11	21.2
	Sering	3	5.8
	Total	52	100
Berdiri tidak seimbang	Tidak pernah	45	88.5
	Kadang-Kadang	7	13.4
	Total	52	100
Ingin berbaring	Tidak pernah	27	51.9
	Kadang-Kadang	18	34.6
	Sering	8	11.5
	Sangat sering	1	1.9
	Total	52	100
Susah berfikir	Tidak pernah	49	76.9
	Kadang-Kadang	12	23.1
	Total	52	100
Lelah berbicara	Tidak pernah	26	50
	Kadang-Kadang	23	44.2
	Sering	3	5.8
	Total	52	100
Gugup	Tidak pernah	42	80.8
	Kadang-Kadang	10	19.2
	Total	52	100
Sulit konsentrasi	Tidak pernah	40	76.9
	Kadang-Kadang	12	23.1
	Total	52	100
Sulit memusatkan perhatian	Tidak pernah	41	78.8
	Kadang-Kadang	11	21.2
	Total	52	100
Lupa	Tidak pernah	35	67.3
	Kadang-Kadang	13	25
	Sering	4	7.7
	Total	52	100

Kurang kepercayaan	Tidak pernah	40	76.9
	Kadang-Kadang	10	19.2
	Sering	2	3.8
	Total	52	100
Cemas	Tidak pernah	24	46.2
	Kadang-Kadang	23	44.2
	Sering	5	9.6
	Total	52	100
Tidak dapat mengontrol sikap	Tidak pernah	37	71.2
	Kadang-Kadang	12	23.1
	Sering	3	5.8
	Total	52	100
Tidak tekun	Tidak pernah	51	98.1
	Kadang-Kadang	1	1.9
	Total	52	100
Sakit kepala	Tidak pernah	23	44.2
	Kadang-Kadang	29	53.8
	Sering	1	1.9
	Total	52	100
Bahu terasa kaku	Tidak pernah	28	53.8
	Kadang-Kadang	16	30.8
	Sering	7	13.5
	Sangat sering	1	1.9
	Total	52	100
Punggung nyeri	Tidak pernah	19	36.5
	Kadang-Kadang	19	36.5
	Sering	11	21.2
	Sangat sering	3	5.8
	Total	52	100
Sesak napas	Tidak pernah	48	92.3
	Kadang-Kadang	4	7.7
	Total	52	100

Haus	Tidak pernah	2	3.8
	Kadang-Kadang	12	23.1
	Sering	15	28.8
	Sangat sering	23	44.2
	Total	52	100
Suara serak	Tidak pernah	39	75
	Kadang-Kadang	12	23.1
	Sering	1	1.9
	Total	52	100
Pening/pusing	Tidak pernah	25	48.1
	Kadang-Kadang	21	40.4
	Sering	6	11.5
	Total	52	52
Kelopak mata berat	Tidak pernah	28	53.8
	Kadang-Kadang	23	44.2
	Sering	1	1.9
	Total	52	100
Gemetar	Tidak pernah	32	61.5
	Kadang-Kadang	17	32.7
	Sering	2	3.8
	Sangat sering	1	1.9
	Total	52	100
Merasa kurang sehat	Tidak pernah	23	44.2
	Kadang-Kadang	27	51.9
	Sering	2	3.8
	Total	52	100

Posisi Duduk Pengemudi





Lampiran 4

Gambar Kendaraan Mikrobus ELF yang digunakan di travel X-Trans



