



# KUESIONER

## FATIGUE ASSESSMENT

**PT. INDONESIA POWER UNIT BISNIS  
PEMBANGKITAN SURALAYA  
TAHUN 2008**

OLEH :

**Duhita Pangesti Putri**

**DEPARTEMEN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS INDONESIA**



4. Berapa kali Anda beristirahat dalam satu hari kerja?  
A. 1 kali/hari            B. 2 kali/hari            C. 3 kali/hari            D. 4 kali/hari
5. Apakah Anda menganggap waktu istirahat sudah memadai?  
A. Ya            B. Tidak

→ **Beban Kerja**

6. Apakah pekerjaan Anda secara fisik sangat membutuhkan banyak tenaga ?  
A. Ya            B. Tidak
7. Apakah pekerjaan Anda secara mental dirasakan berat ?  
A. Ya            B. Tidak
8. Apakah pekerjaan Anda membutuhkan ketelitian ?  
A. Ya            B. Tidak
9. Apakah Anda bekerja buru-buru agar tepat waktu ?  
A. Ya            B. Tidak
10. Apakah menurut Anda pekerjaan yang dilakukan pada saat bekerja itu terlalu banyak ?  
A. Ya            B. Tidak

→ **Variasi Kerja**

11. Apakah Anda melakukan pekerjaan sebagian besar pada lokasi yang sama?  
A. Ya            B. Tidak
12. Apakah Anda merasa jenuh dengan pekerjaan sekarang?  
A. Ya            B. Tidak
13. Apakah tugas-tugas yang Anda lakukan menurut Anda bersifat monoton (tidak bervariasi)?  
A. Ya            B. Tidak

→ **Shift Kerja**

14. Apakah Anda bekerja dengan sistem shift (bergilir) ?  
A. Ya            B. Tidak
15. Jika "Ya", waktu kerja yang sedang Anda lakukan saat ini merupakan shift apa ?  
A. Pagi            B. Siang            C. Sore            D. Malam

### III. Gejala Kelelahan

**Petunjuk :** Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan menandai (  $\surd$  ) atau ( X ) pada tempat yang telah disediakan.

Apakah pada saat Anda melakukan pekerjaan, Anda merasakan hal-hal sebagai berikut :

#### Pelemahan Kegiatan

No	Gejala Kelelahan	Sangat Sering	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Kepala Anda terasa berat				
2.	Merasa lelah di seluruh 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	Sangat Sering	Sering	Jarang	Tidak Pernah
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	Sangat Sering	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Sakit kepala				
2.	Bahu terasa kaku				
3.	Merasa nyeri di bagian punggung				
4.	Sesak nafas / sulit untuk bernafas				
5.	Marasa haus				
6.	Suara Anda serak				
7.	Merasa pening / pusing				
8.	Kelopak mata terasa berat				
9.	Gemetar pada bagian tubuh tertentu				
10.	Merasa kurang sehat				

--- TERIMA KASIH ATAS KERJASAMANYA---

Responden,

(.....)



→ **Waktu Istirahat**

3. Dalam satu hari kerja, berapa lama Anda mempunyai waktu istirahat yang paling optimal (tanpa/tidak melakukan aktivitas atau kegiatan apapun) ?  
A. < 15% dari seluruh waktu kerja/hari  
B.  $\geq$  15% dari seluruh waktu kerja/hari
4. Berapa kali Anda beristirahat dalam satu hari kerja?  
A. 1 kali/hari      B. 2 kali/hari      C. 3 kali/hari      D. 4 kali/hari
5. Apakah Anda menganggap waktu istirahat sudah memadai?  
A. Ya      B. Tidak

→ **Beban Kerja**

6. Apakah pekerjaan Anda secara fisik sangat membutuhkan banyak tenaga ?  
A. Ya      B. Tidak
7. Apakah pekerjaan Anda secara mental dirasakan berat ?  
A. Ya      B. Tidak
8. Apakah pekerjaan Anda membutuhkan ketelitian ?  
A. Ya      B. Tidak
9. Apakah Anda bekerja buru-buru agar tepat waktu ?  
A. Ya      B. Tidak
10. Apakah menurut Anda pekerjaan yang dilakukan pada saat bekerja itu terlalu banyak ?  
A. Ya      B. Tidak

→ **Variasi Kerja**

11. Apakah Anda melakukan pekerjaan sebagian besar pada lokasi yang sama?  
A. Ya      B. Tidak
12. Apakah Anda merasa jenuh dengan pekerjaan sekarang?  
A. Ya      B. Tidak
13. Apakah tugas-tugas yang Anda lakukan menurut Anda bersifat monoton (tidak bervariasi)?  
A. Ya      B. Tidak



→ **Shift Kerja**

14. Apakah Anda bekerja dengan sistem shift (bergilir) ?

A. Ya

B. Tidak

15. Jika "Ya", waktu kerja yang sedang Anda lakukan saat ini merupakan shift apa ?

A. Pagi

B. Siang

C. Sore

D. Malam

**III. Gejala Kelelahan**

**Petunjuk :** Pilihlah jawaban yang paling sesuai dengan menandai ( √ ) atau ( X ) pada tempat yang telah disediakan.

Apakah pada saat Anda melakukan pekerjaan, Anda merasakan hal-hal sebagai berikut :

**Pelemahan Kegiatan**

No	Gejala Kelelahan	Sangat Sering	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Kepala Anda terasa berat				
2.	Merasa lelah di seluruh 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	Sangat Sering	Sering	Jarang	Tidak Pernah
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	Sangat Sering	Sering	Jarang	Tidak Pernah
1.	Sakit kepala				
2.	Bahu terasa kaku				
3.	Merasa nyeri di bagian punggung				
4.	Sesak nafas / sulit untuk bernafas				
5.	Marasa haus				
6.	Suara Anda serak				
7.	Merasa pening / pusing				
8.	Kelopak mata terasa berat				
9.	Gemetar pada bagian tubuh tertentu				
10.	Merasa kurang sehat				

--- TERIMA KASIH ATAS KERJASAMANYA---

## LAMPIRAN 2

### Frequencies

#### Statistics

keluhan subyektif kelelahan

N	Valid	27
	Missing	0

keluhan subyektif kelelahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak lelah	5	18,5	18,5	18,5
	kelelahan rendah	13	48,1	48,1	66,7
	kelelahan sedang	9	33,3	33,3	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

### Frequencies

#### Statistics

	umur responden	masa kerja	IMT	kesehatan pekerja	waktu istirahat	beban kerja fisiologis	variasi kerja	shift kerja
N	Valid	27	27	27	27	27	27	27
	Missing	0	0	0	0	0	0	0

### Frequency Table

umur responden

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	usia produktif	5	18,5	18,5	18,5
	usia non produktif	22	81,5	81,5	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

IMT

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	tidak overweight	7	25,9	25,9	25,9
	overweight	20	74,1	74,1	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

**kesehatan pekerja**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	sehat	17	63,0	63,0	63,0
	sakit	10	37,0	37,0	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

**beban kerja fisiologis**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	light work	8	29,6	29,6	29,6
	non light work	19	70,4	70,4	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

**variasi kerja**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	bervariasi	10	37,0	37,0	37,0
	tidak bervariasi	17	63,0	63,0	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

**shift kerja**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	shift tidak berisiko	6	22,2	22,2	22,2
	shift berisiko	21	77,8	77,8	100,0
	Total	27	100,0	100,0	

## Crosstabs

### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
umur responden * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
masa kerja * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
IMT * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
kesehatan pekerja * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
waktu istirahat * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
beban kerja fisiologis * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
variasi kerja * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%
shift kerja * keluhan subyektif kelelahan	27	100,0%	0	,0%	27	100,0%

### umur responden \* keluhan subyektif kelelahan

#### Crosstab

		keluhan subyektif kelelahan		Total	
		tidak lelah	lelah		
umur responden	usia produktif	Count	3	2	5
		% within umur responden	60,0%	40,0%	100,0%
	usia non produktif	Count	2	20	22
		% within umur responden	9,1%	90,9%	100,0%
Total		Count	5	22	27
		% within umur responden	18,5%	81,5%	100,0%

#### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6,998(b)	1	,008		
Continuity Correction(a)	4,030	1	,045		
Likelihood Ratio	5,741	1	,017		
Fisher's Exact Test				,030	,030

Linear-by-Linear Association	6,739	1	,009	
N of Valid Cases	27			

a Computed only for a 2x2 table

b 3 cells (75,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,93.

#### Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for umur responden (usia produktif / usia non produktif)	15,000	1,496	150,395
For cohort keluhan subyektif kelelahan = tidak lelah	6,600	1,469	29,661
For cohort keluhan subyektif kelelahan = lelah	,440	,149	1,298
N of Valid Cases	27		

#### IMT \* keluhan subyektif kelelahan

##### Crosstab

			keluhan subyektif kelelahan		Total
			tidak lelah	lelah	
IMT	tidak overweight	Count	4	3	7
		% within IMT	57,1%	42,9%	100,0%
	overweight	Count	1	19	20
		% within IMT	5,0%	95,0%	100,0%
Total	Count	5	22	27	
	% within IMT	18,5%	81,5%	100,0%	

#### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	9,343(b)	1	,002		
Continuity Correction(a)	6,207	1	,013		
Likelihood Ratio	8,374	1	,004		
Fisher's Exact Test				,009	,009
Linear-by-Linear Association	8,997	1	,003		
N of Valid Cases	27				

a Computed only for a 2x2 table

b 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,30.

**Risk Estimate**

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for IMT (tidak overweight / overweight)	25,333	2,065	310,757
For cohort keluhan subyektif kelelahan = tidak lelah	11,429	1,523	85,738
For cohort keluhan subyektif kelelahan = lelah	,451	,191	1,067
N of Valid Cases	27		

**kesehatan pekerja \* keluhan subyektif kelelahan**  
Crosstab

			keluhan subyektif kelelahan		Total
			tidak lelah	lelah	
kesehatan pekerja	sehat	Count	4	13	17
		% within kesehatan pekerja	23,5%	76,5%	100,0%
	sakit	Count	1	9	10
		% within kesehatan pekerja	10,0%	90,0%	100,0%
Total		Count	5	22	27
		% within kesehatan pekerja	18,5%	81,5%	100,0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,764(b)	1	,382		
Continuity Correction(a)	,130	1	,718		
Likelihood Ratio	,823	1	,364		
Fisher's Exact Test				,621	,371
Linear-by-Linear Association	,736	1	,391		
N of Valid Cases	27				

a Computed only for a 2x2 table

b 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,85.

### Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for kesehatan pekerja (sehat / sakit)	2,769	,264	29,047
For cohort keluhan subyektif kelelahan = tidak lelah	2,353	,304	18,229
For cohort keluhan subyektif kelelahan = lelah	,850	,608	1,188
N of Valid Cases	27		

### beban kerja fisiologis \* keluhan subyektif kelelahan Crosstab

			keluhan subyektif kelelahan		Total
			tidak lelah	lelah	
beban kerja fisiologis	light work	Count	2	11	13
		% within beban kerja fisiologis	15,4%	84,6%	100,0%
	non light work	Count	3	11	14
		% within beban kerja fisiologis	21,4%	78,6%	100,0%
Total		Count	5	22	27
		% within beban kerja fisiologis	18,5%	81,5%	100,0%

### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,163(b)	1	,686		
Continuity Correction(a)	,000	1	1,000		
Likelihood Ratio	,164	1	,685		
Fisher's Exact Test				1,000	,538
Linear-by-Linear Association	,157	1	,692		
N of Valid Cases	27				

a Computed only for a 2x2 table

b 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 2,41.



### Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for beban kerja fisiologis (light work / non light work)	,667	,093	4,803
For cohort keluhan subyektif kelelahan = tidak lelah	,718	,142	3,636
For cohort keluhan subyektif kelelahan = lelah	1,077	,752	1,541
N of Valid Cases	27		

### variasi kerja \* keluhan subyektif kelelahan

#### Crosstab

			keluhan subyektif kelelahan		Total
			tidak lelah	lelah	
variasi kerja	bervariasi	Count	4	6	10
		% within variasi kerja	40,0%	60,0%	100,0%
	tidak bervariasi	Count	1	16	17
		% within variasi kerja	5,9%	94,1%	100,0%
Total		Count	5	22	27
		% within variasi kerja	18,5%	81,5%	100,0%

#### Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	4,857(b)	1	,028		
Continuity Correction(a)	2,859	1	,091		
Likelihood Ratio	4,808	1	,028		
Fisher's Exact Test				,047	,047
Linear-by-Linear Association	4,677	1	,031		
N of Valid Cases	27				

a Computed only for a 2x2 table

b 2 cells (50,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,85.

**Risk Estimate**

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for variasi kerja (bervariasi / tidak bervariasi)	10,667	,984	115,683
For cohort keluhan subyektif kelelahan = tidak lelah	6,800	,878	52,683
For cohort keluhan subyektif kelelahan = lelah	,638	,379	1,072
N of Valid Cases	27		

**shift kerja \* keluhan subyektif kelelahan**

**Crosstab**

			keluhan subyektif kelelahan		Total
			tidak lelah	lelah	
shift kerja	shift tidak berisiko	Count	4	2	6
		% within shift kerja	66,7%	33,3%	100,0%
	shift berisiko	Count	1	20	21
		% within shift kerja	4,8%	95,2%	100,0%
Total		Count	5	22	27
		% within shift kerja	18,5%	81,5%	100,0%

**Chi-Square Tests**

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11,852(b)	1	,001		
Continuity Correction(a)	8,104	1	,004		
Likelihood Ratio	10,196	1	,001		
Fisher's Exact Test				,004	,004
Linear-by-Linear Association	11,413	1	,001		
N of Valid Cases	27				

a Computed only for a 2x2 table

b 3 cells (75,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,11.

### Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for shift kerja (shift tidak berisiko / shift berisiko)	40,000	2,884	554,711
For cohort keluhan subyektif kelelahan = tidak lelah	14,000	1,905	102,895
For cohort keluhan subyektif kelelahan = lelah	,350	,112	1,090
N of Valid Cases	27		

