

## Analisis faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan fatigue pada pengemudi truk trailer di PT STAL Ddan PT MMS pada tahun 2019 = Analysis of risk factors related to fatigue of truck drivers in PT STAL and PT MMS at 2019

Ahmad Bujiyoko, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20492282&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

Kecelakaan yang melibatkan pengemudi truk yang mengalami fatigue cukup tinggi, studi untuk mengetahui faktor-faktor risiko yang berhubungan dengan fatigue menjadi sangat penting. Tesis ini menganalisis faktor-faktor risiko yang berhubungan terhadap fatigue pada pengemudi truk trailer di PT STAL dan PT MMS di tahun 2019. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif deskriptif dengan menggunakan metode Cross Sectional. Untuk pengukuran fatigue digunakan kuesioner SOFI (Swedish Occupational Fatigue Inventory) dan aplikasi telepon pintar Sleep 2 Peak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa shift kerja malam hari ( $p < 0,05$ ), Kebiasaan minum kopi ( $<0,01$ ), Kebiasaan minum minuman berenergi ( $p < 0,05$ ), kebiasaan berolah raga ( $p < 0,05$ ), Waktu mengemudi ( $p < 0,05$ ) dan dukungan rekan ( $p < 0,01$ ) memiliki hubungan bermakna dengan Fatigue pada metode SOFI. Untuk pengukuran metode S2P faktor yang berhubungan bermakna adalah bekerja shift malam ( $p < 0,01$ ), kebiasaan minum kopi ( $p < 0,05$ ), atau minuman berenergi ( $p = 0,05$ ), dukungan rekan ( $p < 0,001$ ) dan Sleep Hygiene ( $p < 0,001$ ). Hasil penelitian menyarankan perusahaan harus dan pengemudi harus adalah shift kerja malam hari ( $p < 0,01$ ), kebiasaan minum kopi ( $p < 0,05$ ), menerapkan pola hidup sehat dengan menghindari minum kopi, meningkatkan sleep hygiene untuk meningkatkan kualitas tidur dan menjaga kerjasama team yang sudah baik.

---

**ABSTRACT**

Accident involved truck driver who experiences fatigue is high, to understand risk factors related to driver fatigue is important. The focus of this study is to analyze risk factors related to fatigue for truck driver in PT STAL and PT MMS at 2019. This is a qualitative descriptive study with cross sectional design. This study utilized questionnaire SOFI (Swedish Occupational Fatigue Inventory) and smart phone app Sleep 2 Peak. The study result shows night shift work ( $p < 0,05$ ), driver habit to drink coffee ( $p < 0,01$ ), or energy drink ( $p < 0,05$ ), habit to do exercise ( $p < 0,05$ ), duration of driving ( $p < 0,05$ ) and support from colleague ( $p < 0,05$ ), are significantly related to fatigue. While measurement of fatigue with Sleep 2 Peak shows night shift work ( $p < 0,01$ ), habit to drink coffee ( $p < 0,05$ ), or energy drink ( $p < 0,05$ ), support from colleague ( $p < 0,001$ ) and sleep hygiene ( $p < 0,001$ ) has significant relation with fatigue. The study suggests to company and drivers to practice health behaviour such as avoid drinking coffee and energy drink, improve sleep quality with practicing good sleep hygiene and keep to implement good teamwork.