

**PERBEDAAN KUALITAS TIDUR PEKERJA *SHIFT* YANG TERPAPAR  
KEBISINGAN PADA BAGIAN *SEWING* GARMEN  
PT. DAN LIRIS SUKOHARJO**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Sains Terapan



**Ellysabeth Rismaully Simanjuntak  
R. 0211017**

**PROGRAM DIPLOMA 4 KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA  
FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

**Surakarta  
2015**

*commit to user*

## PENGESAHAN SKRIPSI

**Skripsi dengan judul : Perbedaan Kualitas Tidur Pekerja *Shift* yang Terpapar Kebisingan pada Bagian *Sewing* Garmen PT. Dan Liris Sukoharjo**

Ellysabeth Rismaully Simanjuntak, NIM : R. 0211017, Tahun : 2015

Telah diuji dan sudah disahkan di hadapan  
**Dewan Penguji Skripsi**

Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja  
Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari : ....., Tanggal..... 2015

**Pembimbing I**

Istar Yuliadi, dr., M.Si., FIAS  
NIP. 19600710 198601 1 001

(.....)

**Pembimbing II**

Lusi Ismayenti, ST., M.Kes  
NIP. 19720322 200812 2 001

(.....)

**Penguji**

Khotijah SKM., M.Kes  
NIP. 19821005 201012 2 002

(.....)

Surakarta,

Tim Skripsi



Haris Setyawan, SKM., M.Kes  
NIP. 19840715 201404 1 001

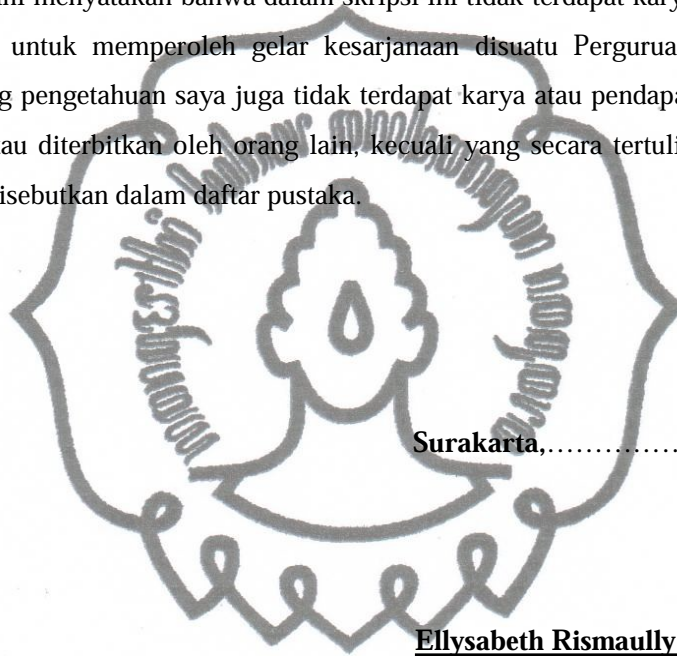
Kepala Program Studi  
Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja



Ipop Sjarifah, Dra., M.Si  
NIP. 19560328 198503 2 001

## PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah disebutkan dalam daftar pustaka.



Surakarta,.....

**Ellysabeth Rismaully Simanjuntak**

**NIM.R0211017**

## ABSTRAK

**Ellysabeth Rismaully Simanjuntak, R0211017, 2015.** Perbedaan Kualitas Tidur Pekerja *Shift* yang Terpapar Kebisingan pada bagian *Sewing* Garmen PT. Dan Liris Sukoharjo, Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.

**Latar Belakang :** Industri tekstil adalah salah satu industri yang berkembang cukup pesat di Indonesia, untuk meningkatkan produksinya banyak industri tekstil yang menerapkan sistem *shift* kerja. Rutinitas harian seseorang dapat mempengaruhi pola tidur dan kualitas tidur. Individu yang bekerja bergantian seringkali mempunyai kesulitan menyesuaikan perubahan jadwal tidur. Selain *shift* kerja, pekerja tekstil juga terpapar kebisingan yang berasal dari mesin yang digunakan. Kebisingan dapat menyebabkan dampak non pendengaran seperti, susah tidur, mudah emosi dan gangguan konsentrasi yang memungkinkan dapat menimbulkan kecelakaan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan kualitas tidur pekerja *shift* yang terpapar kebisingan pada bagian *Sewing* Garmen PT. Dan Liris Sukoharjo.

**Metode :** Penelitian ini adalah penelitian survey analitik, dengan desain *cross sectional*. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *simple random sampling*. Populasi adalah seluruh pekerja bagian *sewing* garmen yang berjumlah 120 pekerja. Penelitian ini menggunakan *sound level meter* untuk mengukur intensitas kebisingan dan *The Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk mengukur kualitas tidur pekerja. Teknik analisis data yang digunakan untuk uji beda *Mann-Whitney* dan uji korelasi *Spearman*.

**Hasil :** Berdasarkan hasil uji perbedaan terdapat perbedaan kualitas tidur pekerja *shift*, dengan nilai p sebesar 0,001525 ( $p < 0.05$ ) dan terdapat hubungan antara intensitas kebisingan dengan kualitas tidur dengan nilai p sebesar 0,002 ( $p < 0.05$ ).

**Simpulan :** Terdapat perbedaan kualitas tidur pekerja *shift* yang terpapar kebisingan pada bagian *sewing* garmen PT. Dan Liris Sukoharjo.

**Saran :** Perusahaan mendesain rotasi *shift* kerja pekerja sehingga pekerja dapat memiliki waktu yang cukup untuk beristirahat dan penyesuaian terhadap *shift* selanjutnya dan melakukan rotasi penempatan pekerja agar tidak terpapar kebisingan terus-menerus.

---

**Kata Kunci :** *shift* kerja, intensitas kebisingan, kualitas tidur

## ABSTRACT

**Ellysabeth Rismaully Simanjuntak, R.0211017, 2015.** *The Difference of Shift Workers' Sleep Quality Which Exposed by Noise in The Sewing Garment Department PT. Dan Liris Sukoharjo. Mini Thesis, Diploma 4 Occupational Safety and Health, Faculty of Medicine, Sebelas Maret University, Surakarta.*

**Background :** *Textile industry is growing rapidly in Indonesia, for production increase lot of the textile industries implement work shift system. A person's daily routine can affect sleep patterns and sleep quality. Individuals who work on shift often have difficulty on the changes of sleep schedules. Besides work shift, textile workers are also exposed by the noise which is coming from the machines that used. Noise can cause non-auditory effects such as insomnia, easy emotion and concentration disorders that can cause workplace accidents This study aims to determine the difference of shift workers' sleep quality which exposed by noise in the sewing garment department PT. Dan Liris Sukoharjo.*

**Method :** *This study was an analytic survey with cross sectional design. The sampling technique used was simple random sampling. The population was the workers of garment sewing section which has 120 workers. This study used sound level meter to measure the noise intensity and the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) to measure workers' sleep quality. Bivariate analysis techniques used Mann-Whitney test and Spearman Correlation test.*

**Result :** *Based on the test results there was difference of shift workers' sleep quality with p value 0.001525 ( $p < 0.05$ ) and correlation between noise intensity with sleep quality with p value of 0.002 ( $p < 0.05$ ).*

**Conclusion :** *There was difference of shift workers' sleep quality which exposed by noise in the sewing garment department PT. Dan Liris Sukoharjo.*

**Recommendations :** *Company does shift work rotation so the workers have times for rest and suitabling their sleep schedule to the next work shift and rotation of worker's work position so the workers don't exposed noise continuously.*

**Keywords:** *Work Shift, Noise Intensity, Sleep Quality*

<sup>1</sup> Student of Occupational Health and Safety, Faculty of Medicine, SebelasMaret University

<sup>2</sup> Program Diploma 4 Occupational Health and Safety, Faculty of Medicine, SebelasMaret University

## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala limpahan berkat, kasih, karunia, kesehatan, kekuatan dan kemudahan dalam penyusunan skripsi dengan judul **“Perbedaan Kualitas Tidur Pekerja Shift yang Terpapar Kebisingan pada bagian Sewing Garmen PT. Dan Liris Sukoharjo”**.

Penyusunan skripsi ini sebagai persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan di Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis telah dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini secara khusus perkenalkan penulis untuk menyampaikan penghargaan dan rasa terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Hartono, dr., M.Si selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ibu Ipop Sjarifah, Dra, M.Si selaku Kepala Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Bapak Istar Yuliadi, dr., M.Si., FIAS, selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan laporan ini.
4. Ibu Lusi Ismayenti, ST., M. Kes selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan saran dalam penyusunan laporan ini.
5. Ibu Khotijah SKM., M.Kes selaku Penguji yang telah memberikan evaluasi dalam penyusunan laporan ini
6. Bapak Anang dan Bapak Andiansyah selaku pembimbing lapangan di PT. Dan Liris Sukoharjo.
7. Seluruh pekerja bagian *sewing* garmen M&S PT. Dan Liris Sukoharjo.
8. Bapak Haris Setyawan, SKM., M.Kes selaku Tim Skripsi Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Sebelas Maret Surakarta.
9. Bapak dan Ibu Staff pengajar dan karyawan/karyawati Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Sebelas Maret Surakarta.
10. Ibu, Bapak serta segenap keluarga besar penulis.
11. Teman-teman angkatan 2011 Program Studi D4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta..
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran demi perbaikan dan kesempurnaan laporan ini.

Surakarta, Juli 2015  
Penulis  
Ellysabeth R. Simanjuntak

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK BAHASA INDONESIA .....	iv
ABSTRAK BAHASA INGGRIS .....	v
PRAKATA .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
BAB II. LANDASAN TEORI .....	6
A. Tinjauan Pustaka .....	6
B. Kerangka Pemikiran .....	23
C. Hipotesis .....	24
BAB III. METODE PENELITIAN .....	25
A. Jenis Penelitian .....	25
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	25
C. Populasi Penelitian .....	25
D. Teknik Sampling .....	25
E. Sampel Penelitian .....	26
F. Desain Penelitian .....	27
G. Identifikasi Variabel Penelitian .....	28
H. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	28

I.	Alat dan Bahan Penelitian .....	30
J.	Cara Kerja Penelitian .....	31
K.	Teknik Analisis Data.....	32
BAB IV.	HASIL .....	34
A.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	34
B.	Data Karakteristik Responden .....	35
C.	<i>Shift</i> Kerja di PT. Dan Liris.....	35
D.	Intensitas Kebisingan .....	36
E.	Kualitas Tidur Pekerja.....	37
F.	Uji Normalitas Data .....	39
G.	Uji Perbedaan Kualitas Tidur.....	40
BAB V.	PEMBAHASAN .....	42
BAB VI.	SIMPULAN DAN SARAN .....	52
A.	Simpulan .....	52
B.	Saran .....	52
DAFTAR PUSTAKA	.....	54



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Nilai Ambang Batas Kebisingan.....	12
Tabel 2. Kebutuhan Tidur Manusia.....	18
Tabel 3. Hasil uji korelasi didasarkan pada nilai p, kekuatan korelasi, serta arah korelasinya .....	33
Tabel 4. Deskripsi Distribusi Variabel Penelitian .....	35
Tabel 5. Distribusi Pekerja <i>Shift</i> di bagian <i>Sewing</i> Garmen PT. Dan Liris ..	35
Tabel 6. Hasil Pengukuran Intensitas Kebisingan di Bagian <i>Sewing</i> Garmen	36
Tabel 7. Distribusi Paparan Intensitas Kebisingan .....	36
Tabel 8. Tendensi Skor Kualitas Tidur.....	38
Tabel 9. Hasil Penilaian Kualitas Tidur dan <i>Shift</i> .....	38
Tabel 10. Hasil Penilaian Kualitas Tidur dan Intensitas Kebisingan.....	39
Tabel 11. Hasil Uji Normalitas Data.....	39
Tabel 12. Hasil Uji Perbedaan <i>Mann-Whitney</i> .....	40
Tabel 13. Hasil Uji Korelasi <i>Spearman</i> .....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Pemikiran .....	23
Gambar 2. Rancangan Penelitian .....	27
Gambar 3. Peta Pengukuran Intensitas Kebisingan .....	37



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Syarat-Syarat Administrasi
- Lampiran 2. *Informed Consent* dan Kuesioner PSQI
- Lampiran 3. Data Responden
- Lampiran 4. Data Hasil Uji Statistik

