

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGASAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xii
RINGKASAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Umum Tentang Kelelahan.....	9
1. Pengertian Kelelahan Kerja	9
2. Jenis Kelelahan	10
3. Penyebab Kelelahan	12
4. Gejala Kelelahan Kerja	13
5. Faktor Kelelahan Kerja	15
6. Akibat Kelelahan Kerja	17

7. Pengukuran Kelelahan	17
B. Tinjauan Umum Tentang Umur	20
C. Tinjauan Umum Tentang Beban Kerja	22
1. Pengertian Beban Kerja	22
2. Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	24
3. Beban Kerja Mental	25
4. Pengukuran NAS- <i>Task Load Index</i> (TLX)	26
D. Tinjauan Umum Tentang Lama Kerja	29
E. Tinjauan Umum Tentang Status Gizi (IMT)	30
1. Pengertian Status Gizi	30
2. Hubungan Status Gizi dengan Kelelahan	30
F. Tinjauan Umum Tentang Waktu Tidur	31
G. Kerangka Teori	34

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Dasar Pemikiran Variabel yang Diteliti	35
B. Kerangka Konsep	38
C. Definisi Operational dan Karakteristik Objektif	39
D. Hipotesis	45

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian	48
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	48
C. Populasi dan Sampel	48
D. Pengumpulan Data	50

E. Sumber Data	50
F. Pengolahan Data dan Analisis Data	51
1. Pengolahan Data	51
2. Analisis Data	52
G. Penyajian Data	52
H. Langkah-langkah Penelitian	52

BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	55
B. Hasil	55
C. Pembahasan	64

BAB VI PENUTUP

1. Kesimpulan	76
2. Saran	77

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

