

ABSTRAK

DERY PRAMANDUDI. Pengaruh *Shift* Kerja Terhadap Beban Kerja Fisik dan Stress Kerja Operator Shop 10 PT. Cilegon Fabricator. Dibimbing oleh RATNA EKAWATI dan ANI UMYATI

PT. Cilegon Fabricator merupakan perusahaan yang bergerak dibidang fabrikasi. Perusahaan ini menerapkan sistem kerja *shift* yaitu 2 *shift* terdiri *shift* pagi dan *shift* malam dengan jumlah jam kerja yang panjang yaitu 12 jam tiap *shift*nya. Maka dari pada itu diperlukan adanya penelitian untuk mencegah dampak negatif yang ditimbulkan oleh sistem *shift* kerja tersebut. Operator mesin CNC shop 10 adalah objek penelitian ini karena hanya mesin CNC yang bekerja secara 2 *shift* tiap harinya. Tujuan penelitian ini yaitu mengetahui pengaruh *shift* kerja terhadap beban kerja fisik operator mesin CNC shop 10, mengetahui pengaruh *shift* kerja terhadap stress kerja operator mesin CNC shop 10 dan menentukan sistem *shift* kerja yang baik. Data yang didapat lalu diolah menggunakan metode konsumsi energi, %CVL dan kuesioner SDS. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh *shift* kerja terhadap beban kerja fisik karena terdapat perbedaan *mean* yang signifikan terlihat dari hasil pengujian uji T menggunakan SPSS dimana nilai signifikansi $< 0,005$ yakni, $0,00 < 0,005$ dengan nilai t hitung berada diluar daerah penerimaan H_0 yakni $-9,686 < -2,22814$ dan $-9,686 < 2,22814$ serta nilai 95% *CI of difference* tidak melewati angka 0. Dan untuk nilai stress kerja terdapat pengaruh *shift* kerja terhadap stress kerja di semua faktor karena terdapat perbedaan *mean* yang signifikan terlihat dari pengujian uji T menggunakan SPSS dimana nilai signifikansinya kurang dari $< 0,005$ dan nilai t hitung berada diluar penerimaan H_0 serta nilai 95% *CI of Difference* tidak melewati angka 0.

Kata Kunci: *Shift Kerja, Beban Kerja Fisik, Stress Kerja, Konsumsi Energi,*

%CVL, SDS

ABSTRAK

DERY PRAMANDUDI. Effect of Work *Shift* on Shop 10 Physical Workload and Job Stress Loads PT. Cilegon Fabricator. Supervised by RATNA EKAWATI and ANI UMYATI

PT. Cilegon Fabricator is a company engaged in fabrication. The company implements a *shift* work system that is 2 *shifts* consisting of a morning *shift* and a night *shift* with a long working hour of 12 hours per *shift*. So that research is needed to prevent the negative effects caused by the work *shift* system. CNC shop 10 machine operators are the object of this research because only CNC machines that work on 2 *shifts* every day, the purpose of this study is to determine the effect of work *shifts* on the physical workload of CNC shop 10 machine operators, knowing the effect of work *shifts* on work stress of CNC shop 10 machine operators and determine a good work *shift* system. The data obtained is then processed using the energy consumption method, % CVL and SDS questionnaire. The results of this study indicate the influence of work *shifts* on physical workload because there is a significant difference in meanings seen from the results of testing the T test using SPSS where the significance value is <0.005 ie, $0.00 < 0.005$ with the calculated t value outside the Ho acceptance area of $-9.668 < -2,22814$ and $-9,686 < -2,22814$ and the value of 95% CI of difference does not exceed the number 0. And for the work stress value there is the effect of work *shifts* on work stress on all factors because there is a significant mean difference seen from the T test using SPSS where the significance value is less than <0.005 and the t value is outside Ho's acceptance and 95% CI of Difference not passing number 0.

Keywords: Work *Shift*, Physical Workload, Job Stress, Energy Consumption,% CVL, SDS