

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyanto; Choirul, Badriyah (2012) Analisa Beban Kerja Operator Mesin Pemotong Batu Besar (Sirkel 160Cm) Dengan Metode 10 Denyut Di PT PAH
- Bridger, R.S. 1880. *Motion and Time Study. Design and Measurement of Work.* New York: John Willey & Sons
- Grandjean, E. 2000. Fitting the Task to the Man. A Textbook of Occupational Ergonomics 5thEdition. London : Taylor & Francis Inc
- Hart, S. G., & Steveland, L. E. (1998). Development of Nasa-TLX (Task Load Index): Result of Empirical and Theoretical Research. *Human Mental Workload*, 139-183.
- Mutia, Mega. Pengukuran Beban Kerja Fisiologis dan Psikologis pada Operator Pemetikan Teh dan Operator Produksi Teh Hijau di PT Mitra Kerinci. *Jurnal Optimasi Sistem Industri*, 2016, 13.1: 503-517.
- Pambudi, Agus Setyo; ADI, Poernomo. Pengukuran Beban Kerja Operator Alat Berat Menggunakan Metode 10 Denyut.
- Pulat, B.M. *Fundamental of Industrial Ergonomics* New Jersey: Prentice Hall. Englewood Clieffs.
- Puteri, R. A., & Sukarna, Z. N. (2017). Modeling Mental Metode CVL dan Nasa-TLX di PT ABC. *Spektrum Industri*, 15(2), 211-221.
- S. Widodo (2008) 'Penentuan Lama Waktu Istirahat Berdasarkan Beban Kerja Dengan Menggunakan Pendekatan'.
- S. Wignjosoebroto, *Ergonomi, Studi Gerak dan Waktu*, Jakarta: Guna Widya, 2000
- S.W. Utami, Pengukuran Beban Kerja Psikologis dan Fisiologis yang Dialami oleh Operator pada Produk Cup di PT Indomex Dwijaya Lestari [Laporan Kerja Praktek], Fakultas Teknik Universitas Andalas, Padang, 2012.
- Sajiyo (2008) Redesain Tempat Dan Sistem Kerja dengan Intervensi Ergonomi Meningkatkan Kinerja Tukang Giling Sigarete Kretek Tangan Pada Industri rokok "X" Di Kediri Jawa Timur.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Rekapitulasi Hasil Perhitungan Beban kerja fisik Obyektif Operator Rotari

Nama Bagian : Operator Rotari								
Hari : Selasa								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	%CVL	Kebutuhan Energi
1	Abdul Qodir	26	52,784	90,541	194,000	26,737	26,737	129,95
2	M Ali Usman	25	53,114	91,233	195,000	26,866	26,866	131,54
3	Dedik	25	51,693	91,529	195,000	27,798	27,798	136,85
4	Yusuf	26	52,933	93,108	194,000	28,479	28,479	139,03
5	Feri	27	51,964	95,366	193,000	30,774	30,774	150,30
Rata-rata						39,858	28,131	137,535

Nama Bagian : Operator Rotari								
Hari : Rabu								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	%CVL	Kebutuhan Energi
1	Abdul Qodir	26	54,585	90,210	194,000	35,625	25,553	123,3038
2	M Ali Usman	25	54,885	91,350	195,000	36,465	26,025	126,616
3	Dedik	25	53,735	87,413	195,000	33,678	23,840	115,535
4	Yusuf	26	53,274	89,969	194,000	36,694	26,075	126,37
5	Feri	27	53,135	90,832	193,000	37,697	26,953	129,9881
Rata-rata						36,032	25,689	124,363

Nama Bagian : Operator Rotari								
Hari : Kamis								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	%CVL	Kebutuhan Energi
1	Abdul Qodir	26	54,610	97,793	194,000	43,183	30,980	151,37
2	M Ali Usman	25	53,802	91,535	195,000	37,733	26,724	130,59
3	Dedik	25	54,242	97,914	195,000	43,671	31,026	152,94
4	Yusuf	26	53,362	91,477	194,000	38,116	27,102	131,70
5	Feri	27	53,135	92,397	193,000	39,262	28,071	135,79
Rata-rata						40,393	28,780	140,477

Nama Bagian : Operator Rotari								
Hari : Jum'at								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	%CVL	Kebutuhan Energi
1	Abdul Qodir	26	55,548	88,252	194,000	32,704	23,621	113,11
2	M Ali Usman	25	57,206	94,067	195,000	36,862	26,751	129,53
3	Dedik	25	56,940	92,018	195,000	35,079	25,408	122,75
4	Yusuf	26	55,051	92,018	194,000	36,968	26,605	128,59
5	Feri	27	55,018	91,330	193,000	36,312	26,317	126,13
Rata-rata						35,585	25,740	124,023

Lampiran 2 Rekapitulasi Hasil Perhitungan Beban kerja fisik obyektif Operator Hotpress

Nama Bagian : Operator Hotpress								
Hari : Selasa								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Denyut nadi	%CVL	Kebutuhan Kalori
1	Budi	27	51,502	84,625	193,000	33,122	23,408	111,917
2	Agus safari	28	53,093	84,533	192,000	31,440	22,634	106,8631
3	Ramadhani	27	53,277	86,736	193,000	33,459	23,947	114,4154
4	Dimas	28	52,395	86,627	192,000	34,232	24,520	116,6439
Rata-rata						33,063	23,627	112,460

Nama Bagian : Operator Hotpress								
Hari : Rabu								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Denyut nadi	%CVL	Kebutuhan Kalori
1	Budi	27	52,882	85,182	193,000	32,300	23,052	109,8786
2	Agus safari	28	53,564	89,390	192,000	35,826	25,879	123,3575
3	Ramadhani	27	53,754	91,318	193,000	37,564	26,977	129,9299
4	Dimas	28	53,255	95,322	192,000	42,067	30,320	146,293
Rata-rata						36,939	26,557	127,365

Nama Bagian : Operator Hotpress								
Hari : Kamis								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	% CVL	Kebutuhan Energi
1	Budi	26	53,732	92,674	193,000	38,942	27,962	135,02
2	Agus safari	25	53,879	90,868	192,000	36,988	26,780	127,88
3	Ramadhani	25	53,923	91,400	193,000	37,477	26,947	129,72
4	Dimas	26	55,266	95,925	192,000	40,659	29,736	142,43
Rata-rata						38,517	27,850	133,766

Nama Bagian : Operator Hotpress								
Hari : Jum'at								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	% CVL	Kebutuhan Energi
1	Budi	26	55,021	92,615	193,000	37,594	27,246	130,89
2	Agus safari	25	53,952	91,008	192,000	37,056	26,843	128,17
3	Ramadhani	25	56,020	93,777	193,000	37,757	27,564	132,13
4	Dimas	26	56,383	96,110	192,000	39,727	29,293	139,67
Rata-rata						38,034	27,730	132,722

Lampiran 3 Rekapitulasi Hasil Perhitungan Beban kerja fisik obyektif Bagian Sortir

Nama Bagian : Karyawan Sortir								
Hari : Selasa								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	% CVL	Kebutuhan Energi
1	Siti fatimah	30	57,219	102,512	170,000	45,292	40,160	160,785
2	Tutik haryatik	30	57,748	105,986	170,000	48,238	42,973	171,902
3	Reni	29	56,067	98,087	171,000	42,020	36,561	147,994
4	Siti aisah	28	57,244	102,494	172,000	45,250	39,432	160,643
Rata-rata						45,200	39,781	160,331

Nama Bagian : Karyawan Sortir								
Hari : Rabu								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	% CVL	Kebutuhan Energi
1	Siti fatimah	30	58,159	102,512	170,000	44,352	39,657	157,830
2	Tutik haryatik	30	57,515	105,986	170,000	48,470	43,091	172,632
3	Reni	29	56,596	98,087	171,000	41,492	36,267	146,354
4	Siti aisah	28	58,109	102,494	172,000	44,385	38,972	157,926
Rata-rata						44,675	39,497	158,686

Nama Bagian : Karyawan Sortir								
Hari : Kamis								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	% CVL	Kebutuhan Energi
1	Siti fatimah	30	58,720	102,172	170,000	43,452	39,048	154,804
2	Tutik haryatik	30	59,429	104,948	170,000	45,518	41,167	162,764
3	Reni	29	57,773	98,898	171,000	41,125	36,321	145,680
4	Siti aisah	28	58,474	103,863	172,000	45,389	39,981	161,815
Rata-rata						43,871	39,129	156,266

Nama Bagian : Karyawan Sortir								
Hari : Jum'at								
NO	Nama	Umur	DNI	DNK	DNK MAX	Nadi Kerja	% CVL	Kebutuhan Energi
1	Siti fatimah	30	58,357	97,959	170,000	39,602	35,472	140,355
2	Tutik haryatik	30	57,667	96,523	170,000	38,856	34,590	137,199
3	Reni	29	57,488	97,141	171,000	39,653	34,933	140,058
4	Siti aisah	28	59,415	99,691	172,000	40,277	35,774	143,415
Rata-rata						39,597	35,192	140,257

Lampiran 4 Data Kusioner 30 Item Gejala Kelelahan Operator Rotari

Kusioner M Ali Usman

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : M. Ali Usman					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala			✓	
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap				✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk				✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala			✓	
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening			✓	
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat			✓	

Kusioner Dedik

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : <i>Devi</i>					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap			✓	
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk			✓	
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata			✓	
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri			✓	
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala				✓
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung				✓
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudaya terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Kusioner Yusuf

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : Yusuf					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala			✓	
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap			✓	
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk			✓	
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata			✓	
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu			✓	
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala				✓
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak				✓
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Kusioner Feri

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : <i>Feri</i>					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap				✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk				✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi			✓	
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala			✓	
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudaya terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Lampiran 5 Data Kusioner 30 Item Gejala Kelelahan Operator Hotpress

Kusioner Agus Safari

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : Agus safari					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap				✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk				✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri			✓	
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala			✓	
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Kusioner Ramadhani

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : <i>Ramadhani</i>					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan				✓
3	Apakah kaki saudara terasa berat				✓
4	Apakah saudara terasa sering menguap			✓	✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk			✓	✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak			✓	✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri			✓	✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala				✓
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	✓
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung				✓
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		✓
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	✓
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Kusioner Dimas

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : <i>Dimas</i>					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat				✓
4	Apakah saudara terasa sering menguap			✓	
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk			✓	
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata			✓	
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala				✓
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Lampiran 6 Data Kusioner 30 Item Gejala Kelelahan Karyawan Sortir

Kusioner Tutik Haryatik

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : Tutik Haryatik					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap				✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk				✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala				✓
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung				✓
24	Apakah saudara merasa tertekan			✓	
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Kusioner Reni

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama : Reni					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala			✓	
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap				✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau			✓	
6	Apakah saudara merasa mengantuk				✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi			✓	
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala				✓
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu				✓
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Kusioner Siti Aisah

KUSIONER 30 ITEM GEJALA KELELAHAN					
Berikanlah tanda (X) pada jawaban yang tersedia sesuai kondisi anda saat ini					
Nama <i>Siti Aisah</i>					
Tanggal :					
No	PERTANYAAN	A	B	C	D
1	Apakah saudara merasa berat di bagian kepala				✓
2	Apakah anda merasa Lelah pada seluruh badan			✓	
3	Apakah kaki saudara terasa berat			✓	
4	Apakah saudara terasa sering menguap				✓
5	Apakah pikiran saudara terasa kacau				✓
6	Apakah saudara merasa mengantuk				✓
7	Apakah saudara merasa ada beban pada mata				✓
8	Apakah saudara merasa canggung dalam bergerak				✓
9	Apakah saudara apakah anda merasa sempoyongan saat berdiri				✓
10	Apakah ada persaaan ingin berbaring				✓
11	Apakah saudara merasa susah berfikir				✓
12	Apakah anda merasa susah untuk berbicara				✓
13	Apakah saudara merasa gugup				✓
14	Apakah saudara merasa tidak berkonsentrasi				✓
15	Apakah saudara tidak bisa memusatkan perhatian				✓
16	Apakah saudara punya kecenderungan untuk lupa				✓
17	Apakah saudara merasa kurang percaya diri				✓
18	Apakah saudara merasa cemas terhadap sesuatu				✓
19	Apakah saudara tidak bisa mengontrol sikap				✓
20	Apakah anda merasa tidak tekun dalam pekerjaan				✓
21	Apakah saudara merasa sakit kepala			✓	
22	Apakah saudara merasa kaku dibagian bahu			✓	
23	Apakah saudara merasa nyeri punggung			✓	
24	Apakah saudara merasa tertekan				✓
25	Apakah saudara merasa haus		✓		
26	Apakah saudara merasa sesak			✓	
27	Apakah saudara terasa pening				✓
28	Apakah kelopak mata saudara terasa kaku				✓
29	Apakah anggota badan saudara terasa bergetar				✓
30	Apakah saudara merasa kurang sehat				✓

Lampiran 7 Data Pembobotan Mandiri Operator rotari

Nama : M Ali Usman

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	40
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	70
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	30
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Skala

M Ali Usman

Nama : Dedik .

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	40
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	80
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	30
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10

Dedik

Nama : Yusuf

Tanggal:

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	30
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	70
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	40
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Skala 100

Yusuf

Nama : Feri

Tanggal:

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	30
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	80
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	40
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	70
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	30
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	30

Feri

Lampiran 8 Data Pembobotan Dibimbing Operator Rotari

Nama : M Ali Usman

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	30
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	30
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	20
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	50
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	20
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

M Ali Usman

Nama : Dedik

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	30
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	30
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	20
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	30
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	30
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10

Dedik

Nama : Yusuf .

Tanggal:

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	20
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau lambat dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	30
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	20
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman,putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Yusuf

Nama : Feri

Tanggal:

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	30
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau lambat dilakukan?	40
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	20
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	30
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman,putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10

Feri

Lampiran 9 Data Pembobotan Mandiri Operator Hotpress

Nama : Agus Safari

Tanggal:

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	70
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	50
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	40
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	50
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	70
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman,putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Agus Safari

Nama : *Ramadhani*

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	60
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	50
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santal dilakukan?	50
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	60
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10

Ramadhani

Nama : *Dimas*

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	50
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	30
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santal dilakukan?	40
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	70
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10

Dimas

Lampiran 10 Data Pembobotan Dibimbing Operator Hotpress

Nama : Agus Safari

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	40
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	80
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	60
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Agus Safari

Nama : Ramadhani

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	60
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	50
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	60
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10.

Ramadhani

Nama : *Dimas*

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	50
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	30
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	40
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	50
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Dimas

Lampiran 11 Data Pembobotan Mandiri Bagian Sortir

Nama : *Tutik Haryatik*

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	50
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	50
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	40
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	70
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	40
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Tutik Haryatik

Nama : *Reni*

Tanggal : *15-10-2020*

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	60
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	50
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	80
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	40
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	10

Reni

Nama : *Siti Aisah*

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	60
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	50
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	40
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	40
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Skala
1-100

Siti Aisah

Lampiran 12 Data Pembobotan Dibimbing Bagian Sortir

Nama : Tutik Haryatik

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	60
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	40
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Tutik Haryatik

Nama : Rani

Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	60
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	40
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	30
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Rani

Nama : Siti Aisah
Tanggal :

No	Aspek	Pertanyaan	skala
1	MD	Seberapa besar tuntutan aktifitas mental dan perseptual yang dibutuhkan dalam pekerjaan anda (contoh : berpikir, memutuskan, menghitung, mengingat, melihat) apakah pekerjaan tersebut mudah atau sulit?	50
2	PD	Seberapa besar aktifitas fisik yang dibutuhkan dalam pekerjaan (contoh: mendorong, mengangkat, memotong, menarik dan lainnya),Apakah pekerjaan tersebut sulit atau mudah ?	30
3	TD	Seberapa besar tekanan waktu yang anda rasakan selama pekerjaan atau elemen pekerjaan berlangsung apakah pekerjaan cepat atau santai dilakukan?	30
4	PO	Seberapa besar keberhasilan anda didalam mencapai target pekerjaan ? sberapa puas anda terhadap performa pekerjaan anda?	60
5	EF	Seberapa besar usaha yang anda keluarkan secara mental dan fisik yang dibutuhkan untuk mencapai level performa tersebut	40
6	FR	Seberapa besar rasa tidak aman, putus asa atau tersinggung dibandingkan perasaan aman puas, dan nyaman yang dirasakan selama bekerja	20

Skala

Siti Aisah

Lampiran 13 Foto Penelitian



Pengukuran Denyut Nadi



Stopwatch Alat Pengukur Waktu

BIOGRAFI PENULIS

Rifo Anfasyah Rosa, lahir di Sampit pada tanggal 25 November 1998. Anak dua dari dua bersaudara dari pasangan suami istri Bapak Alm Rofi'i dan Ibu Sati. Penulis mulai menempuh Pendidikan di SD Negeri 1 Mulung, Kecamatan Driyorejo, Kabupaten Gresik pada tahun 2004 – 2010, dan melanjutkan sekolah di SMP Negeri 1 Driyorejo, Kecamatan Driyorejo, Kabupaten Gresik pada tahun 2011 – 2013, dan SMK YPM 1 Sidoarjo, Kecamatan Taman, Kabupaten Sidoarjo pada tahun 2014 – 2017. Penulis kemudian menempuh Pendidikan di Jurusan Teknik Industri Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.

