

ABSTRAK

Penerapan *shift* kerja memiliki risiko terjadi kelelahan secara fisik maupun psikologis. Kelelahan akibat *shift* kerja meliputi terganggunya tidur siang dan gangguan pencernaan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *shift* kerja terhadap kelelahan pada pekerja wanita di bagian *sock lining* PT. STAR, Sidoarjo.

Jenis penelitian ini menggunakan survei analitik dengan menggunakan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh pekerja wanita bagian *sock lining* sebanyak 54 pekerja, besaran sampel sebanyak 50 pekerja diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Data diambil menggunakan kuesioner IFRC.

Hasil wawancara menunjukkan dari 50 responden pada *shift* kerja pagi sebanyak 20 (40%) pekerja mengalami kelelahan sedang dan pada *shift* kerja sore terjadi kelelahan rendah sebanyak 18 (36%) pekerja. Setelah dianalisis menggunakan *chi square* didapatkan nilai $p (0,000) \leq \alpha (0,05)$. Jadi, ada pengaruh tingkat kelelahan kerja antara *shift* pagi dan *shift* sore pada tenaga kerja wanita di bagian *sock lining* PT. STAR, Sidoarjo.

Oleh karena itu disarankan bagi perusahaan diharapkan memberikan tambahan waktu istirahat pada pekerja secara bergantian. Sedangkan saran bagi pekerja wanita *shift* pagi diharapkan dapat mengatur waktu istirahat dan pada *shift* sore diharapkan agar membiasakan diri melakukan peregangan otot disela pekerjaan.

Kata Kunci : *Shift* Kerja, Kelelahan Kerja