

**PENGARUH *TENSION MYOSITIS SYNDROME* (TMS)  
TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA  
PT. INDAH KIAT PULP AND PAPER Tbk  
PERAWANG TAHUN 2022**

**SKRIPSI**



**Oleh**

**Tasya Arieska Yulanda  
1810070120001**

**PRODI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH PADANG  
TAHUN 2022**

**PENGARUH *TENSION MYOSITIS SYNDROME* (TMS)  
TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA  
PT. INDAH KIAT PULP AND PAPER Tbk  
PERAWANG TAHUN 2022**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar  
SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT



**Oleh**

**Tasya Arieska Yulanda  
1810070120001**

**PRODI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH PADANG  
TAHUN 2022**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH  
Skripsi, Agustus 2022**

**Tasya Arieska Yulanda**

**Pengaruh *Tension Myositis Syndrome* Terhadap Kelelahan Kerja Pada  
Pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang Tahun 2022**

**vii + 53 Halaman + 15 Tabel + 2 Gambar + 7 Lampiran**

**ABSTRAK**

Kelelahan kerja merupakan penurunan ketahanan dan daya tubuh untuk melakukan pekerjaan. Pada observasi awal didapati permasalahan bahwa pekerja merasa beban kerja yang menumpuk serta pekerjaan yang mengharuskan pekerja duduk dengan sikap statis di depan komputer dalam waktu yang cukup lama dan memicu terjadinya nyeri serta ketidaknyamanan pada tubuh pekerja hingga menimbulkan kelelahan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *tension myositis syndrome* terhadap kelelahan kerja pada pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang tahun 2022.

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*, berupa kuesioner dan *reaction timer* kepada pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Perawang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja di divisi *Engineering & Construction Division* sebanyak 50 responden. Pengolahan data menggunakan SPSS dan menggunakan analisa data univariat dan bivariat serta analisis uji statistik *Wilcoxon* dan Korelasi *Spearman*.

Hasil analisis univariat menunjukkan rerata *tension myositis syndrome* sebelum bekerja adalah 12,64 dan rerata sesudah bekerja adalah 20,64. Rerata kelelahan kerja sebelum bekerja adalah 281,2 mm/det dan sesudah bekerja 420,4 mm/det. Hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan *tension myositis syndrome* dengan kelelahan kerja sebelum bekerja (*p-value* = 0,345), sesudah bekerja (*p-value* = 0,215).

Diharapkan perusahaan lebih memperhatikan kesehatan pekerja dan diharapkan memberikan fasilitas rekreasi, cuti, dan liburan. Pekerja diharapkan dapat membiasakan posisi kerja yang benar, duduk dengan punggung tegak, dan kepala yang tidak terlalu membungkuk.

**Kata Kunci** : *Tension Myositis Syndrome*, Kelelahan Kerja  
**Daftar Bacaan** : 27 (2005-2021)

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH  
BAITURRAHMAH UNIVERSITY  
Thesis, August 2022**

**Tasya Arieska Yulanda**

***The Effect of Tension Myositis Syndrome on Work Fatigue in Workers PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang Year 2022***

**vii + 53 Pages + 15 Tables + 2 Pictures + 7 Attachments**

**ABSTRACT**

*Work fatigue is a decrease in the body's resistance and power to do work. In the initial observations, it was found that the problem was that workers felt an accumulated workload and jobs that required workers to sit in a static attitude in front of the computer for a long time and trigger pain and discomfort in the worker's body to cause work fatigue. This study aims to determine the effect of tension myositis syndrome on work fatigue in workers PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang in 2022.*

*The type of research used in this study is quantitative with a cross-sectional design, in the form of questionnaires and reaction timers to workers PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang. The sample used in this study was all workers in the Engineering & Construction Division as many as 50 respondents. Data processing using SPSS and using univariate and bivariate data analysis as well as wilcoxon statistical test analysis and Spearman Correlation.*

*The results of the univariate analysis showed that the average tension myositis syndrome before work was 12.64 and the average after work was 20.64. The average work fatigue before work is 281.2 mm/sec and after work 420.4 mm/sec. The results of the bivariate analysis showed no relationship between tension myositis syndrome and work fatigue before work ( $p$ -value = 0.345), after work ( $p$ -value = 0.215).*

*It is expected that the company pays more attention to the health of workers and is expected to provide recreational, leave, and vacation facilities. Workers are expected to be able to get used to the correct working position, sitting with an upright back and a head that is not too bent.*

**Keywords** : Tension Myositis Syndrome, Work Fatigue

**Reading List** : 27 (2005-2021)

## PERNYATAAN PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Pengaruh *Tension Myositis Syndrome* (TMS) Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Perawang Tahun 2022  
Nama : Tasya Arieska Yulanda  
NPM : 1810070120001

Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah dan dinyatakan lulus pada Senin, 15 Agustus 2022.

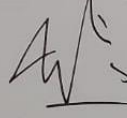
### Komisi Pembimbing

Pembimbing I



Dr. Amrizal Arief, M. Kes

Pembimbing II



drg. Intan Kamala Aisyiah, MARS

### Pengesahan

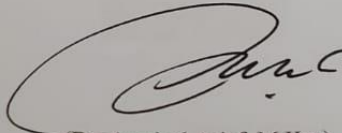
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
DEKAN

Hary Budiman, SKM, M.Kes

**TIM PENGUJI SKRIPSI  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS BAITURRAHMAH**

Padang, 15 Agustus 2022

Ketua



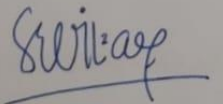
(Dr. Amrizal Arief, M.Kes)

Anggota



(Sri Mindayani, SKM, M.Kes)

Anggota



(Sevilla Ukhtil Huvaid, SKM, M.Kes)

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Tasya Arieska Yulanda  
Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru, 03 April 2000  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Jurusan : Kesehatan Masyarakat  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Agama : Islam  
Nama Ayah : Yunizar  
Nama Ibu : Yuliarni  
Anak Ke : 1  
Alamat : Jl. Kartika Indah Blok A1 No. 6 Kel. Sri Meranti Kec. Rumbai Kota Pekanbaru

## RIWAYAT PENDIDIKAN

1. TKIT Al-Ittihad : Lulusan 2007
2. SDIT Al-Ittihad : Lulusan 2013
3. SMPIT Al-Ittihad : Lulusan 2015
4. SMAIT Al-Ittihad : Lulusan 2018
5. Program Pendidikan S-1 Sarjana Kesehatan Masyarakat : Lulusan 2022

## LEMBAR PERSEMBAHAN



*Sembah sujud syukur kepada Allah Subhanahu Wata'ala. Taburan cinta dan kasih sayang-Mu telah memberikanku kekuatan, membekaliku ilmu, serta memperkenalkanku dengan cinta. Atas karunia dan kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan. Shalawat dan salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad Shallallahu 'Alaihi Wassalam. Kupersembahkan karya ini kepada orang yang sangat kukasih dan kusayangi.*

### *Keluarga Tercinta*

*Sebagai tanda bakti, hormat dan rasa terimakasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Papa (Yunizar) dan Mama (Yuliarni) yang telah memberikan kasih sayang, secara dukungan, ridho, dan cinta kasih yang tiada terhingga yang tiada mungkin dapat Icha balas hanya dengan selembar kertas yang bertuliskan kata persembahan. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat Papa dan Mama bahagia karena Icha sadar, selama ini belum bisa berbuat lebih. Untuk Papa dan Mama yang selalu membuat Icha termotivasi dan selalu menyiram kasih sayang, selalu mendoakan, selalu menasehati serta selalu meridhoi Icha dalam melakukan hal yang lebih baik.*

*Terima kasih Papa... Terima kasih Mama...*

*Terima kasih kupersembahkan kepada adik-adikku (Hamdani, Ayyad, dan Salim). Terimakasih telah memberikan semangat dan doa untuk kakak hingga akhirnya kakak dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Semoga awal mula perjalanan kakak ini menjadi motivasi untuk adik-adik kakak. Teruslah berjuang dan bersama kita membanggakan Papa dan Mama. Wujudkan mimpi-*



*mimpi kalian, ada kakak, Papa, dan Mama yang akan selalu mendukung kalian.*

### ***Teman - Teman dan Orang Terdekat***

*Untuk teman-teman yang selalu memberikan motivasi, nasihat, dukungan moral, serta selalu membuatku semangat untuk menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih kepada Mohammad Farid Nurichsan yang selalu berada di sisiku dan selalu sabar menghadapi mood yang luar biasa, terima kasih telah memberi bantuan saat aku membutuhkannya, terima kasih karena kamu selalu mendengarkan tangisanku, keluh kesahku dalam perskripsian ini dan kamu selalu menghiburku disaat aku sedang kesulitan. Terimakasih kepada (Rahmi Salsabila dan Nadhila Nurmaef) yang sudah memberikan semangat dalam pengerjaan skripsi ini.*

*Terimakasih kepada Cilaw Grup (Vellin Azitawansa dan Lisa Erliana) teman perkuliahan yang menemaniku selama perkuliahan dan membantu selama proses tugas akhir ini. Serta tidak lupa pula teman-teman angkatan 18 terima kasih untuk 4 tahun yang sangat berharga dan berkesan.  
Terima kasih untuk semuanya...*

### ***Dosen Pembimbing Tugas Akhir***

*Bapak Dr. Amrizal Arief, M.Kes dan Ibu drg. Intan Kamala Aisyiah, MARS selaku dosen pembimbing skripsi saya, terima kasih banyak bapak dan ibu sudah membantu selama ini, diingatkan, mengarahkan saya, meluangkan waktu, tenaga dan memberikan saran-saran kepada saya sampai skripsi ini selesai.*

## *Dosen - Dosen dan Civitas Akademik*

*Terima kasih tak terhingga kepada Bapak dan Ibu dosen yang telah memberikan dan mengajarkan ilmu yang sangat bermanfaat, semoga ilmu yang diberikan mampu menjadi amal dan lading pahala bagi Bapak dan Ibu dosen, serta terima kasih kepada civitas akademik yang telah membantu system perkuliahan selama 4 tahun ini. Semoga FKM Universitas Baiturrahmah semakin jaya dan sukses, begitu juga dengan Universitas Baiturrahmah.*

*With Love,*

*Tasya Ariéska Yulanda, SKM*

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Tasya Arieska Yulanda  
NPM : 1810070120001  
Program Studi : Kesehatan Masyarakat  
Peminatan : Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)  
Jenjang : Sarjana

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

Pengaruh *Tension Myositis Syndrome* Terhadap Kelelahan Pada Pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang Tahun 2022.

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, 15 Agustus 2022



(Tasya Arieska Yulanda)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini dengan judul **“Pengaruh *Tension Myositis Syndrome* (TMS) Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang Tahun 2022 ”**.

Dalam penyusunan skripsi, penulis mendapat banyak bantuan, bimbingan, dukungan, serta kerjasama dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Amrizal Arief, M.Kes. selaku pembimbing I dan Ibu drg. Intan Kamala Aisyiah, MARS. selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga dan memberikan saran-saran kepada penulis dalam penyusunan Skripsi.

Selain itu penulis juga mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Hary Budiman, SKM., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah.
2. Ibu Sevilla Ukhtil Huvaid, SKM., M.Kes. selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah.
3. Sri Mindayani, SKM., M.Kes. selaku Wakil Dekan III Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah.
4. Bapak Ibu dosen beserta staf dan karyawan akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah.
5. Pekerja PT. Indah Kiat yang sudah memberikan informasi yang dibutuhkan oleh peneliti dalam penyusunan Skripsi ini.

6. Keluarga tercinta mama, papa, dan adik-adik yang telah memberikan bantuan moril, materil, motivasi, dan doa yang tiada hentinya kepada penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini.
7. Rekan-rekan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Baiturrahmah yang telah memberikan bantuan motivasi dan dukungan, serta ilmu pengetahuan kepada penulis.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan dukungan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.

Demikianlah yang penulis dapat sampaikan, akhirnya kepada-Nya kita berserah diri, semoga Skripsi ini dapat diterima dan memberikan manfaat bagi kita semua dan terutama bagi peneliti sendiri.

Padang, Agustus 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>8</b>
2.1 Kelelahan Kerja.....	8
2.2 <i>Tension Myositis Syndrome</i> .....	14
2.3 Waktu Reaksi ( <i>Reaction Timer</i> ).....	18
2.4 Kerangka Teoritik.....	19
2.5 Kerangka Konsep.....	19
2.6 Hipotesis.....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
3.1 Jenis dan Desain Penelitian .....	21
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian .....	21
3.3 Populasi dan Sampel.....	21
3.4 Pengumpulan Data.....	23
3.5 Pengolahan data .....	24
3.6 Analisis Data .....	26
3.7 Definisi Operasional .....	27
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>28</b>
4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	28
4.2 Karakteristik Responden .....	29

4.3 Analisis Univariat .....	31
4.4 Analisis Bivariat.....	34
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>38</b>
5.1 Analisis Univariat .....	38
5.2 Analisis Bivariat.....	41
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>47</b>
6.1 Kesimpulan.....	47
6.2 Saran .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>53</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Tension Myositis Syndrome Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja PT. Indah Kiat Pulp and Paper Tbk Perawang Tahun 2022 .....	27
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Masa Kerja.....	29
Tabel 4. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Divisi Kerja.....	29
Tabel 4. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	30
Tabel 4. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur .....	30
Tabel 4. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Berat Badan .....	31
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja Sebelum Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 .....	31
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Kelelahan Kerja Sesudah Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 .....	32
Tabel 4.8 Distribusi Kelelahan Kerja Sebelum dan Sesudah Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 .....	32
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi <i>Tension Myositis Syndrome</i> Sebelum Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 .....	33
Tabel 4.10 Distribusi Frekuensi <i>Tension Myositis Syndrome</i> Sesudah Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022.....	33
Tabel 4.11 Distribusi Keluhan <i>Tension Myositis Syndrome</i> Sebelum dan Sesudah Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 .....	34
Tabel 4.12 Perbedaan Kelelahan Kerja Sebelum dan Sesudah Bekerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 .....	34



Tabel 4.13 Perbedaan *Tension Myositis Syndrome* Sebelum dan Sesudah Bekerja Pada Pekerja PT. Indah Kiat Tahun 2022 ..... 36

Tabel 4.14 Hubungan *Tension Myositis Syndrome* dengan Kelelahan Kerja Sebelum Kerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 ..... 36

Tabel 4.15 Hubungan *Tension Myositis Syndrome* dengan Kelelahan Kerja Sesudah Kerja Pada Responden PT. Indah Kiat Tahun 2022 ..... 37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	19
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	19

## **Daftar Lampiran**

1. Kuesioner Penelitian
2. Master Tabel Penelitian
3. Output Penelitian
4. Surat Izin Penelitian
5. Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian
6. Dokumentasi Penelitian
7. Lembar Konsultasi