

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Lembar Kuesioner Kelelahan IRFC

Nama :

Umur :

Jenis Kelamin :

Tinggi Badan & Berat Badan :

Masa Kerja :

#### Lembar Kuesioner IRFC Tingkat Kelelahan Pekerja

No	Daftar Pertanyaan	Skoring			
		0	1	2	3
1	Apakah saudara ada perasaan berat di kepala?				
2	Apakah saudara merasa Lelah pada seluruh badan?				
3	Apakah saudara merasa berat di kaki?				
4	Apakah saudara sering menguap saat bekerja?				
5	Apakah pikiran saudara kacau pada saat bekerja?				
6	Apakah saudara merasa mengantuk?				
7	Apakah saudara merasa ada beban pada bagian mata?				
8	Apakah Gerakan saudara terasa canggung dan kaku?				

9	Apakah saudara merasakan pada saat berdiri tidak stabil?				
10	Apakah saudara merasa ingin berbaring?				
11	Apakah saudara merasa susah berpikir?				
12	Apakah saudara merasa malas untuk berbicara?				
13	Apakah saudara merasa gugup?				
14	Apakah saudara merasa tidak dapat berkonsentrasi?				
15	Apakah saudara merasa sulit memusatkan perhatian?				
16	Apakah saudara merasa mudah melupakan sesuatu?				
17	Apakah saudara merasakan kepercayaan diri berkurang?				
18	Apakah saudara merasa cemas?				
19	Apakah saudara merasa sulit untuk mengontrol sikap?				
20	Apakah saudara merasa tidak tekun dalam pekerjaan?				
21	Apakah saudara merasakan sakit di bagian kepala?				
22	Apakah saudara merasakan kaku di bagian bahu?				
23	Apakah saudara merasakan nyeri di bagian punggung?				
24	Apakah saudara merasa sesak nafas?				
25	Apakah saudara merasa haus?				
26	Apakah suara saudara terasa sesak?				
27	Apakah saudara merasa pening?				

28	Apakah saudara merasa ada yang menganjai di kelopak mata?				
29	Apakah anggota badan saudara terasa gemetar?				
30	Apakah saudara merasa kurang sehat?				
Jumlah skor pada masing-masing kolom :					
Total skor kelelahan individu					

Sumber : Tarwka, (2014)

Keterangan :

Skor 0 = Tidak Pernah Merasakan

Skor 1 = Kadang-Kadang Merasakan

Skor 2 = Sering Merasakan

Skor 3 = Sering Sekali Merasakan

Lampiran 2. Data Pengukuran Umur, Masa Kerja, IMT

Nama	Umur	Masa Kerja	Tinggi Badan	Berat Badan	IMT
Aprilia Dwi P	23	3	159	55	21,76
Aning Dwi S	31	4	160	57	22,27
Daryono	48	5	173	75	25,06
Romansyah	39	5	167	65	23,31
Abdul Azis	32	5	171	68	23,26
Haris Sutriswan	26	1	165	65	23,88
Kiki Rohmawati	29	3	163	60	22,58
Ahmad Sanusi	25	3	174	60	19,82
M Ridho	22	2	169	58	20,31
M Hafidh	22	2	172	50	16,90
Ainnur Jannati	23	1	160	50	19,53
Ananda Miftakhul J	21	1	169	53	18,56
Prayogo Puji P	20	1	170	64	22,15
Septia Nur Safitri	21	1	153	75	32,04
Elif K	28	3	166	60	21,77
Yoga Alfantino	22	1	170	65	22,49
Hartatik	41	6	155	60	24,97
Bagus Pratama	27	6	168	62	21,97

Sandi Indrianto	24	4	170	55	19,03
Rikky Dwi M	25	1	172	71	24,00
Mohamad Ardi	31	1	168	59	20,90
Tio Deviansah	28	1	175	77	25,14
Linda Kusuma	27	1	158	60	24,03
Zahrah	25	1	161	52	20,06
Luluk Nur Janah	26	5	158	42	16,82
Suharnik	40	3	165	63	23,14
Tias U	28	3	158	46	18,43
Fandy Akhmad	24	3	165	58	21,30
Jarot Antonio	52	3	168	53	18,78
David Rudi S	22	4	163	62	23,34
Zakaria Asham	23	4	171	68	23,26
Fuji Nur H A	22	2	156	48	19,72
Mochamad Sofyan N	24	3	168	62	21,97
Inesa Firly P	22	2	157	52	21,10
Rizka Dwi N	23	3	155	53	22,06
Eka Candra	23	4	170	62	21,45
Sinta Prima	29	5	156	52	21,37
Yuda Pratama Putra	25	1	172	81	27,38
Dendy Prasetya	39	3	168	76	26,93

Siti Kholipah	30	5	156	55	22,60
Anjarwati	29	7	160	65	25,39
Ita Oktavia	28	1	164	70	26,03
Munawaroh	32	1	156	68	27,94
Ima Z	23	5	155	52	21,64
Djuariyah	32	7	152	45	19,48
Vitria	29	5	151	43	18,86
Restu Asih	30	5	160	60	23,44
Khamiatin	46	5	155	64	26,64
Siti Nani R	27	4	158	54	21,63
Ana Ningsih	29	4	162	70	26,67
Indayati	32	4	150	48	21,33
Andrian	26	5	160	50	19,53
Surya Winata	26	1	170	64	22,15
Lusiana Dewi	27	4	159	53	20,96
Enggar Dwi Y	34	3	153	55	23,50
Ade Amelia Nur	25	3	158	54	21,63
Muslikah	38	2	148	57	26,02
Rinawati	28	2	163	48	18,07
M Ikhwan A	29	1	169	58	20,31
Aan Toyibi	30	1	172	68	22,99

Wisnu Achmad Saputro	28	1	175	80	26,12
Pujiarsih	35	7	150	40	17,78
Candra Adi S	27	5	155	70	29,14

Lampiran 3. Rekap Data Pengukuran Kuesioner IRFC

SHIFT A (PAGi)	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.	Total	
Nama	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	11.	12.	13.	14.	15.	16.	17.	18.	19.	20.	21.	22.	23.	24.	25.	26.	27.	28.	29.	30.	Total	
Aprilia Dwi P	0	0	3	2	0	1	1	0	0	1	0	0	1	3	3	1	1	3	1	1	0	3	3	0	0	0	1	1	0	1	31	
Aning Dwi S	0	3	1	1	0	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	0	0	0	1	1	1	2	33
Daryono	1	1	1	1	0	1	1	3	3	3	0	0	2	2	0	0	0	2	0	0	2	1	1	0	0	0	1	1	0	0	27	
Romansyah	0	0	1	1	3	0	0	0	0	2	2	1	1	0	3	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	3	34
Abdul Azis	2	1	1	2	0	2	1	0	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	36	
Haris Sutriswan	1	0	1	1	0	2	3	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	29	
Kiki Rohmawati	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	31	
Ahmad Sanusi	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	25	
M Ridho	2	2	0	1	0	2	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	3	1	1	1	1	0	0	0	30
M Hafidh	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	3	3	1	1	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	20	
Ainnur Jannati	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	19	
Ananda Miftakhul J	0	0	0	0	0	1	1	0	0	3	3	3	3	0	0	0	0	0	0	0	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	0	31
Prayogo Puji P	0	0	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	2	0	35	
Septia Nur Safitri	0	0	1	2	2	1	1	1	2	0	0	0	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	26	
Elif K	2	1	0	0	1	1	1	2	1	1	2	1	3	0	0	0	0	2	3	1	1	3	1	1	1	1	1	1	0	0	32	
Yoga Alfantino	0	2	2	2	1	1	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	28	
Hartatik	0	0	1	1	0	2	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	26	
Bagus Pratama	1	2	1	2	1	1	0	0	1	3	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	0	3	1	1	1	1	1	1	1	1	29	
Sandi Indrianto	1	1	2	0	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	3	0	0	0	0	31	



SHIFT B (SIANG)																															
Nama	1. A	2. A	3. A	4. A	5. A	6. A	7. A	8. A	9. A	10. A	11. A	12. A	13. A	14. A	15. A	16. A	17. A	18. A	19. A	20. A	21. A	22. A	23. A	24. A	25. A	26. A	27. A	28. A	29. A	30. A	Total
Rikky Dwi M	1	2	2	1	1	2	0	2	2	2	2	1	1	1	1	2	3	2	2	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	2	46
Mohamad Ardi	1	1	2	2	1	1	2	2	2	0	2	1	1	2	2	1	1	3	3	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	0	43
Tio Deviansah	2	2	1	2	2	1	0	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	0	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	41
Linda Kusuma	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	2	2	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	51
Zahrah	2	1	2	2	1	2	1	2	3	2	1	2	2	2	1	2	3	1	1	3	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	54
Luluk Nur Janah	2	2	3	1	2	2	1	2	2	3	1	2	3	1	0	3	3	3	2	3	3	2	1	1	2	2	2	1	2	2	59
Suharnik	2	2	2	1	2	1	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	3	3	3	2	1	2	3	3	1	1	2	2	56
Tias U	2	1	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	1	1	2	1	1	3	2	1	2	2	2	1	0	1	1	48
Fandy Akhmad	2	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	0	2	2	3	3	1	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	50
Jarot Antonio	2	2	2	1	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	0	1	1	50
David Rudi S	2	2	1	2	2	2	1	3	0	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	3	3	1	1	2	0	1	2	2	1	2	51
Zakaria Asham	2	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	1	0	2	2	0	2	3	2	3	3	1	2	2	1	1	3	1	0	2	48
Fuji Nur H A	2	2	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	55
Mochamad Sofyan N	2	2	2	3	1	1	1	2	2	2	2	1	2	0	2	2	2	2	1	3	3	1	2	2	1	1	2	1	1	2	51
Inesa Firly P	2	2	2	2	2	3	1	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	2	2	3	0	1	2	2	1	2	2	1	0	1	49
Rizka Dwi N	1	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	3	1	3	0	1	2	2	2	3	3	1	2	2	50
Eka Candra	1	2	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	3	2	3	2	3	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	52
Sinta Prima	2	1	2	2	2	2	1	0	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	0	3	3	1	43
Yuda Pratama Putra	1	1	2	3	2	2	2	1	2	3	3	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	2	2	1	2	2	2	1	0	0	49
Dendy Prasetya	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	0	1	1	1	1	2	3	3	1	1	2	0	1	1	1	0	1	2	37
Siti Kholipah	2	2	1	1	3	2	0	0	0	1	2	1	1	2	1	1	2	0	0	2	1	2	1	3	1	2	0	0	2	0	36
Anjarwati	1	2	0	1	2	2	1	0	0	2	2	1	3	2	2	2	2	1	0	1	2	0	2	2	3	1	2	0	0	1	40
Ita Oktavia	2	2	0	2	2	2	1	0	0	3	3	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	0	3	1	2	0	1	3	46
Munawaroh	3	3	0	2	2	2	0	0	1	3	3	0	1	2	1	1	2	2	0	2	2	2	2	1	3	0	3	0	1	2	46



Lampiran 4. Rekap Data Pengukuran Kuesioner IRFC

Shift Pagi		Shift Siang		Shift Malam	
Nama	Denyut Jantung	Nama	Denyut Jantung	Nama	Denyut Jantung
Aprilia Dwi P	89	Rikky Dwi M	110	Ana Ningsih	129
Aning Dwi S	102	Mohamad Ardi	126	Indayati	110
Ainnur Jannati	108	Tio Deviansah	108	Andrian	155
Ananda Miftakhul J	94	Linda Kusuma	128	Surya Winata	145
Septia Nur Safitri	97	Zahrah	98	Lusiana Dewi	130
Elif K	150	Luluk Nur Janah	79	Enggar Dwi Y	124
Daryono	78	Yuda Pratama Putra	129	Ade Amelia Nur	100
Romansyah	98	Dendy Prasetya	130	Muslikah	97
Abdul Azis	100	Siti Kholipah	148	Rinawati	135
Haris Sutriswan	87	Anjarwati	100	M Ikhwan A	137
Bagus Pratama	70	Ita Oktavia	118	Aan Toyibi	92
Sandi Indrianto	98	Munawaroh	98		
		Fuji Nur H A	84		
		Mochamad Sofyan N	100		
		Jarot Antonio	109		

Lampiran 5. Dokumentasi Foto Penelitian





Operator Ring Spinning



Pengukuran Tinggi Badan dan Berat Badan



Pengukuran Denyut Jantung