

DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, D. N., Nugraha, C., & Prassetiyo, H. (2022). Perancangan Alat Deteksi Dini Kondisi Kantuk untuk Mengurangi Risiko Kecelakaan Kerja Berbasis Pengolahan Citra Digital. *Fti*.
- Aldin, M., Nurhidayati, I. R., & Maulana, A. Y. (2023). Hubungan Kualitas Tidur dengan Atensi yang Diukur dengan Trail Making Test pada Peserta Didik Fakultas Kedokteran. *Junior Medical Journal*, 2(3), 325–337.
- Allo, A. A., & Yanti, P. (2022). Hubungan Beban Kerja Fisik, Kualitas Tidur Terhadap Kelelahan Kerja Pengemudi Bentor Di Kelurahan Mentirotik, Toraja Utara. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(3), 46–51.
- Alya Harahap, R., & Susilawati. (2023). Pengaruh Waktu Kerja Pada Kelelahan Kerja Terhadap Supir Transportasi Darat B3. *Zahra: Journal of Health and Medical Research*, 3(4), 380–387.
- Amalia, R. (2023). *Hubungan Shift Kerja dan Beban Kerja terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat Rumah Sakit Umum Daerah Kota Makassar Tahun 2023*. Universitas Hasanuddin.
- Anggraini, F. D. P., Aprianti, Setyawati, V. A. V., & Hartanto, A. A. (2022). Pembelajaran Statistika Menggunakan Software SPSS untuk Uji Validitas dan Reliabilitas. *Jurnal Basicedu*, 6(4), 6491–6504.
- Anggraini, S. (2022). *Pengembangan Butir Soal Hot's dalam Kegiatan Evaluasi Pembelajaran Mata Pelajaran Akidah Akhlak Kelas Viii Semester 1 di Mts Al-Ahsan Kota Bogor*. Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia.
- Ardila, Y. (2023). *Evaluasi Beban Kerja Mental Mahasiswa Universitas Jambi Menggunakan Metode Nasa-Tlx*. Universitas Jambi.
- Arsyam, M., & Tahir, M. Y. (2021). Ragam Jenis Penelitian dan Perspektif. *Al-Ubudiyah: Jurnal Pendidikan Dan Studi Islam*, 2(1), 37–47.
- Ary, M. A., & Azhari, H. (2025). Hubungan Aktivitas Olahraga dengan Irama Sirkadian, Gangguan Sistem Saraf Simpatik, dan Metabolisme Tubuh. *Sport Science and Health*, 7(6), 243–249.
- Asmeati, Thamrin, A., Yusriandi, & Paloboran, M. (2022). Analisis Beban Kerja Fisik Terhadap Kelelahan Kerja Dengan Menggunakan Metode Cardiovascular Load Di PT. XYZ. *Jurnal Teknik AMATA*, 3(2), 26–35.
- Badan Pusat Statistik. (2025). *Statistik Transportasi Darat*.

- Barend, B. T., & Puspitasari, A. (2025). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja di PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar. *Window of Public Health Journal*, 6(4), 720–727.
- Bedha, H., Se, H., Helena, M., & Mea, C. D. (2024). *Pengaruh Kualitas Pelayanan Terhadap Kepuasan Konsumen Pengguna Jasa Angkutan Umum Antar Jemput*. 4, 56–65.
- Chintami, A. S., Renovaldi, D., & Putra, M. D. (2023). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Kualitas Tidur terhadap Irama Sirkadian pada Lansia di Panti Sosial. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 4(1), 35–43.
- Daffa, F., & Pitoyo, D. (2023). Penggunaan Metode Modified Cooper Harper Scale Mental Staf Konsultan IT Pada Pelaksanaan Proyek Pembangunan Sistem Informasi di PT Abcd. *Jurnal ReTiMs*, 5(1), 7–12.
- Efendy, N. M. (2025). Pengukuran Beban Kerja Mental pada Divisi HSE pendekatan NASA – TLX. *Journal of Industrial Engineering and Technology V*, 1(2), 118–124.
- Erliana, C. I., Syarifuddin, S., & Trisyiam, Y. (2023). Analisis Pengukuran Beban Kerja Fisik dan Mental Karyawan Menggunakan Metode Cardiovascular Load Dan Nasa Task Load Index Di PT. Charoen Pokphan Cabang Gebang. *Industrial Engineering Journal*, 12(1), 39–48.
- Erliana, C. I., Syarifuddin, Wahyuri, R., & Abdullah, D. (2022). Analisis Postur Kerja pada Pekerja Es Balok CV. Mulieng Iceberg. *Industrial Engineering Journal*, 11(2).
- Feriaty, S. R., Iridiastadi, H., Permana, S., & Sukmada, U. (2021). Kajian Kelelahan pada Pengemudi Tank Menggunakan Pittsburgh Sleep Quality Index (Studi Kasus di Pusat Pendidikan Kavaleri). *Jurnal Teknik Industri*, 2(1), 51–57.
- Fitra, Susanti, L., Zadry, H. R., & Firman. (2023). *Work Productivity at Honda SUZ Dealer Dumai*. 7(November), 247–257.
- Geopani, A. (2024). *Pengaruh Beban Kerja terhadap Kinerja Pegawai pada Puskesmas Sungai Abang Kecamatan Vii Koto Kabupaten Tebo*. Universitas Batanghari Jambi.
- Gunawan, S., T., L. O. A. S., & Gunawan, S. (2024). Analisis Hubungan Beban Kerja Mental Terhadap Kelelahan (Fatigue) dan Kejenuhan (Burnout) Pada Pengemudi (Studi Kasus : PT. CSM Corporatama (Indorent). *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(4), 953–961.

- Halimah, S., Jamaluddin, & Duskri, M. (2025). Hipotesis dan Uji Hipotesis dalam Bidang Pendidikan. *Journal of Innovative and Creativity*, 5(2), 10895–10906.
- Hallo Riau. (2026). *Travel Pekanbaru–Padang Masuk Jurang di Limapuluh Kota, 4 Korban Dievakuasi Warga*.
- Hamdani, & Sa'diyah, H. (2025). Konsep Dasar Penyusunan Hipotesis dan Kajian Teori dalam Penelitian. *Jurnal of Linguistics and Social Studies*, 2(2), 64–73.
- Hapsari, A., & Kurniawan, A. (2023). Efektivitas Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Penderita Gejala Insomnia Usia Dewasa Awal. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 12(3), 223–235.
- Herwawan, J. H., Chairani, R., & Anwar, S. (2021). Pengaruh Penerapan Sleep Hygiene dan Sleep Diary Terhadap Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah di Kota Ambon. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(5), 178–181.
- Ihsan, Sumardiyono, & Hastuti, H. (2024). *Pengembangan Inovatif Sistem Pengukuran Kelelahan Berbasis Website untuk Pekerja Industri Konstruksi*. 24(2), 241–248.
- Jimmy, Widodo, L., & Sukani, I. W. (2022). Analisis Ergonomi Terhadap Beban Kerja Mental Siswa Smp Selama Masa Pembelajaran Luring dan Daring. *Jurnal Mitra Teknik Industri*, 1(1), 9–23.
- Kacandra, W., Abdullah, A., & Arifin, V. N. (2024). Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Supir Bus Penumpang Rute Aceh – Medan Kota Banda Aceh Tahun 2024. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 4787–4796.
- Kamila, R. S. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Bus Di PT X Tahun 2022. In *Fakultas ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*.
- Kendari, J., Masyarakat, K., Vol, J., & Tahun, N. (2025). Hubungan Durasi Kerja , Beban Kerja , Kualitas Tidur , Sikap Kerja , dan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Kelelahan Kerja pada Pekerja di PT . Galangan Kapal Bontuni Tirtamas Kota Kendari Tahun 2024. *Jurnal Kendari Kesehatan Masyarakat (JKKM)*, 4(3).
- Khusna, C., Rupiwardani, I., & Yohanana, A. (2023). Hubungan Shift Malam dan Kualitas Tidur dengan Beban Kerja Mental Karyawan Produksi. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 216–225.

- Kusumastuty, I., Maulia, P. H., Dewi, D. R., Oktania, R., Nugroho, F. A., & Handayani, D. (2025). *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dan Persen Lemak Tubuh dengan Kebiasaan Makan pada Mahasiswa di Malang Relationship between Body Mass Index , Body Fat Percentage , and Eating Habits among University Students in Malang.* 9(3), 419–429.
- Lanutama, O., Sianto, M. E., & Mulyono, J. (2022). Pengukuran Beban Mental dan Tingkat Kelelahan Peserta Kuliah Daring dengan DRAWS dan SOFI. *Seminar Dan Konferensi Nasional IDEC 2022*, 1–8.
- Lasulika, F., Jusuf, H., & Mahdang, P. A. (2025). Hubungan Lama Kerja , Kualitas Tidur Dan Beban Kerja Dengan Work Fatigue Menggunakan Metode Fatigue Assesment Scale (FAS) Pada Pengemudi Bus Antar Kota Antar Provinsi (Akap) Di Terminal Tipe A Duingingi. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(9), 6014–6022.
- Lestari, D. (2023). *The Effect Of Psychosocial Work Stress and Fatigue on Risky Driving Behavior among Travel Bus Drivers (Case Study PT Sarah Nursyifa Transport)*. Andalas University.
- Lestari, I. D., Chirzun, A., & Nurhasanah, N. (2023). Analisis Kelelahan Kerja Menggunakan Fatigue Assessment Scale pada PT. Indonesia Power Priok POMU. *Metris: Jurnal Sains Dan Teknologi*, 23(02), 100–107.
- Malau, J. M., & Ramdan, D. H. (2022). Analisis Hubungan Antara Beban Kerja Fisik, Mental dan Lingkungan Terhadap Kelelahan pada Pengemudi Truk di PT. X Tahun 2021. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(3).
- Malino, C., & Suharyanto. (2025). Analisis Faktor Penyebab Kelelahan pada Pekerja Kontruksi Outdoor dan Indoor yang Dapat Memengaruhi Kinerja dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Teknologi Dan Manajemen Industri Terapan (JTMIT)*, 4(2), 513–521.
- Mardiana, N., & Asj'ary, F. (2022). Pengaruh Workload dan Job Insecurity Terhadap Work Fatigue. *Journal of Management and Accounting*, 5(1), 68–78.
- Marfuah, N., Sumardiyono, S., & Fauzi, R. P. (2024). Hubungan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja dan Stres Kerja pada Pegawai PT X. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(2), 140–147.
- Maulana, M. T. (2024). *Pengaruh Beban Kerja Mental terhadap Kelelahan Kerja melalui Stres Kerja pada Karyawan PT Krakatau Chandra Energi*. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- Mauliddiyah, N. L. (2021a). *Hubungan Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja Guru Dalam Kondisi Covid-19 Dan Work From Home*. Universitas Andalas.

- Mauliddiyah, N. L. (2021b). *Jurnal Manajemen Diversitas*. 1, 6.
- Moorjani, A. I., & Putranto, L. S. (2021). Hubungan antara Rawan Bosan Dan Kemudahan Tertidur Dengan Microsleep Saat Mengemudi. *JMTS: Jurnal Mitra Teknik Sipil*, 4(3), 729.
- Nasution, S. S. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja karyawan PT. Tanjung Timberindo Industri. In *Universitas Medan Area*.
- Nelvidawati, & Kasman, M. (2023). Penggunaan Korelasi Spearman Untuk Menguji Hubungan Suhu Dan Besarnya Curah Hujan Bulanan di Kota Padang. *Jurnal Daur Lingkungan*, 6(1), 34.
- Ningsih, D. Y., & Riani, S. (2021). Hubungan Nilai Visual Analogue Scale (VAS) dengan Aktifitas Fisik Pada Penderita Asam Urat di Dusun Mendalan Kecamatan Karangrayung Kabupaten Grobongan. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 4, 1338–1350.
- Onyegbule, C. J., Muoghalu, C. G., Ofoegbu, C. C., & Ezeorah, F. (2025). *The Impact of Poor Sleep Quality on Cardiovascular Risk Factors and Quality of Life*. 17(1), 1–10.
- Pardyani, I., & Susilowati, I. H. (2024). Stress Kerja dan Kualitas Tidur Sebagai Determinan Utama Kelelahan Kerja pada Pekerja Konstruksi. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 15(2), 197–202.
- Parsada Harahap, A., & Fanany Rosyada, Z. (2023). Analisis beban kerja mental menggunakan metode national aeronautics and space administration-task load index (NASA-TLX) pada operator las produk stay 1 (Studi Kasus : Welding Divison PT Setia Guna Selaras). *Industrial Engineering Online Journal*, 12.
- Putri, B. D. G. S., & Izzati, U. A. (2022). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Mixing. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(4), 130–141.
- Putri, W., Permatasari, I., Situngkir, D., Millah, I., & Handayani, R. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Pemasangan Besi di PT X Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 144–160.
- Putrisani, F. S., Nugraha, A. E., & Herwanto, D. (2023). Analisis Kelelahan Kerja Subjektif dengan Menggunakan Kuesioner Subjective Self Rating Test. *STRING (Satuan Tulisan Riset Dan Inovasi Teknologi)*, 7(3), 258.
- Rasidi, E. N. (2022). *Hubungan Pola Makan, Kualitas Tidur, dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Tambang (Operator) di PT. Pamapersada Nusantara*. Universitas Islam Negeri Walisongo.

- Ratnawati, R., Wahyuni, S., Setyawati, N. F., Yunliana, L., & Mulya, W. (2024). Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Penyebab Kelelahan Kerja Pada Karyawan Divisi Warehouse di PT Hexindo Adiperksa Tbk Kota Balikpapan. *Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja Dan Lingkungan Lingkungan*, 10(1), 65–75.
- Rofah, T. N. (2022). *Analisis Kemampuan Berpikir Kreatif Matematik Peserta Didik Ditinjau Dari Adversity Quotient Dan Tipe Chronotype* (Vol. 19, Issue 5). Universitas Siliwangi.
- Rofi'i, A., & Tejamaya, N. (2022). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Tidak Terkait Pekerjaan pada Pengemudi Dump Truck PT X Tahun 2022: Perbandingan Tiga Kuesioner Pengukuran Kelelahan Secara Subjektif. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 56–65.
- Rosadah, S. A., Ardyanto, D., Mandagi, A. M., & Putri, B. S. (2024). Hubungan Beban Kerja Fisik dan Beban Kerja Mental terhadap Kelelahan Kerja pada Pekerja Las PT PAL Indonesia. 3(4), 359–368.
- Rusla, Y., & Edward, K. (2022). Hubungan antara Umur, Masa Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja di Pabrik Kerupuk Subur dan Pabrik Kerupuk Sahara di Yogyakarta. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 39–49.
- S, A. B., Daulay, I. N., Siregar, P. A., & Riau, U. (2023). Analisis Beban Kerja Mental, Stres Kerja, Dan Tingkat Kelelahan Kerja Secara Ergonomis Pada Karyawan Bagian Operasional Pabrik Kelapa Sawit (PKS) PTPN V Sei Galuh Di Kabupaten Kampar. *Jurnal Bahtera Inovasi*, 7(1), 95–106.
- Sadrina, F. (2022). *Hubungan antara Lingkungan Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan PT Prima Kencana Adv.* Universitas Medan Area.
- Saladino, & Schaaf. (2024). *Highway Hypnosis – How to Avoid Accidents on Long Drive Injured In An Accident? Hire An Experienced Personal Injury Attorney.*
- Sanjaya, F. N. (2023). *Metodelogi Penelitian.* Politeknik Pariwisata Bali.
- Saputra, C. A., Erwanto, D., & Rahayu, P. N. (2021). Deteksi Kantuk Pengendara Roda Empat Menggunakan Haar Cascade Classifier dan Convolutional Neural Network. *JEECOM*, 3(1), 1–7.
- Sari, R., & Suliantoro, H. (2021). Analisis Beban Kerja Mental Menggunakan Metode NASA-TLX Pada Divisi Lipat PT Solo Murni. *Ergonomi*, 2.

- Sehangunaung, G. A., Mandey, S. L., Roring, F., Harga, A. P., Dan, P., Pelayanan, K., Sehangunaung, G. A., Mandey, S. L., & Roring, F. (2023). Kepuasan Konsumen Pengguna Aplikasi Lazada di Kota Manado. *Jurnal Emba*, 11(3), 1–11.
- Sinaga, N. N. P., Andriana, J., & Hutagalung, P. (2021). *Risiko Hipertensi pada Pekerja Shift Malam*. Universitas Kristen Indonesia.
- Siregar, A. R. (2021). *Hubungan Antara Lingkungan Kerja Non Fisik Medan Timur*. Universitas Medan Area.
- Syukran, M. I. Al, & S, C. S. W. (2025). Implementasi Subjective Workload Assesment Technique (SWAT) untuk Mengukur Beban Kerja Mental pada Karyawan Divisi Human Resource Development PT Seiko Seat Cover. *Kocenin Serial Konferensi*, 1(1), 1–9.
- Tadjudin, N. S., Santoso, A. H., Gunaidi, F. C., Hekmatyar, H., & Dzakwan, M. F. (2025). Skrining Tingkat Kantuk Remaja dengan Karolinska Sleepiness Scale dan Stanford Sleepiness Scale. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bunda Delima*, 4, 99–107.
- Tarwaka, & Bakri, S. H. A. (2016). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Uniba Press.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2009 Tentang Lalu Lintas Dan Angkutan Jalan (2009).
- Waldani, D. (2020). *Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) dengan Kelelahan pada Pengemudi Bus Cv. Po Safa Marwa Sungai Penuh 2019*. 2(3), 231–238.
- Waruwu, V. P., Boy, P., Siahaan, C., & Hartono. (2022). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Penjahit Ramin Taylor di Jalan Bengkel, Medan*. 8(2), 703–719.
- Wibowo, C. P., & Porusia, M. (2025). Hubungan Beban Kerja Mental dan Kualitas Tidur dengan Kelelahan Kerja pada Dosen di Fik dan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 2154–2162.
- Wulandari, S., & Pranata, R. (2024). Deskripsi Kualitas Tidur dan Pengaruhnya terhadap Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 101–108.
- Yasin, M., Garancang, S., & Hamzah, A. A. (2024). Metode Dan Instrumen Pengumpulan Data (Kualitatif dan Kuantitatif). *Journal of International Multidisciplinary Research*, 2(3), 161–173.