

SKRIPSI

DESAIN PELATIHAN MANAJEMEN KELELAHAN PADA PENGEMUDI PERUSAHAAN JASA TRANSPORTASI JAVA TRANS DI KABUPATEN DEMAK

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai gelar Sarjana
Sains Terapan pada Program Studi Diploma IV Manajemen Keselamatan
Transportasi Jalan



Diajukan oleh :

ROZI SAHLUL CHULUQ

Notar : 13.I.0185

PROGRAM STUDI DIPLOMA IV MANAJEMEN KESELAMATAN TRANSPORTASI
JALAN

POLITEKNIK KESELAMATAN TRANSPORTASI JALAN

TEGAL, AGUSTUS 2017

SKRIPSI

**DESAIN PELATIHAN MANAJEMEN KELELAHAN PADA PENGEMUDI
PERUSAHAAN JASA TRANSPORTASI JAVA TRANS
DI KABUPATEN DEMAK**

Diajukan untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai gelar Sarjana
Sains Terapan pada Program Studi Diploma IV Manajemen Keselamatan
Transportasi Jalan

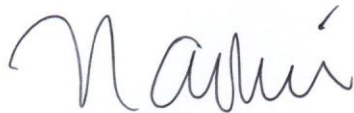
Oleh :

ROZI SAHLUL CHULUO

Notar : 13.I.0185

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pembimbing I



NAOMI SRIE K, M.Sc

NIP. 19800202 200812 2 001

Tanggal : 1-8-2017.....

Pembimbing II



YAN EL RIZAL UD, M.Sc

Tanggal : 3-8-2017.....

SKRIPSI

**DESAIN PELATIHAN MANAJEMEN KELELAHAN PADA PENGEMUDI
PERUSAHAAN JASA TRANSPORTASI JAVA TRANS
DI KABUPATEN DEMAK**

dipersiapkan dan disusun oleh :

ROZI SAHLUL CHULUQ
Notar : 13.I.0185

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 8 Agustus 2017

Susunan Dewan Penguji

Ketua Sidang



NAOMI SRIE K, M.Sc
NIP. 19800202 200812 2 001

Penguji I



NUGROHO SUADI, ATD, M.T
NIP. 19571130 198001 1 001

Penguji II



Drs. BUDHY HARJOTO, M.M
NIP. 19560106 198603 1 001

Mengetahui
Ketua Program Studi Diploma IV
Manajemen Keselamatan Transportasi Jalan



NAOMI SRIE K, M.Sc
NIP. 19800202 200812 2 001

PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa sepanjang pengetahuan saya dan berdasarkan hasil penelusuran berbagai karya ilmiah, gagasan dan masalah ilmiah yang diteliti dan diulas di dalam skripsi ini adalah asli dari pemikiran saya. Tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya. Jika di kemudian hari terbukti bahwa skripsi saya merupakan hasil jiplakan maka saya bersedia untuk menanggalkan gelar Sarjana Sains Terapan yang saya peroleh.

Tegal, 1 Agustus 2017

Rozi Sahlul Chuluq

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rozi Sahlul Chuluq
Notar : 13.I.0185
Program Studi : Diploma IV Manajemen Keselamatan Transportasi Jalan
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (None-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**DESAIN PELATIHAN MANAJEMEN KELELAHAN PADA PENGEMUDI
PERUSAHAAN JASA TRANSPORTASI JAVA TRANS
DI KABUPATEN DEMAK**

beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan memublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Tegal

Pada Tanggal : 1 Agustus 2017

Yang menyatakan

Rozi Sahlul Chuluq

PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim

Syukur Alhamdulillah kupersembahkan kepada Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas segala rahmat dan kesempatan untuk menyelesaikan skripsi ini. Segala syukur kuucapkan kepadaMu karena telah menghadirkan mereka yang selalu memberi doa dan semangat dalam perjalananku dan KarenaMu lah mereka ada. Hanya padaMu tempat kumengadu dan mengucapkan syukur. Shalawat serta salam selalu terlimpahkan keharibaan Rasulullah Muhammad Salallahu 'Alaihi Wasallam.

Sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga kupersembahkan karya kecil ini kepada Ayahanda Toris dan Ibunda tersayang Endah Wahyuningsih. Tiada kata yang bisa menggantikan segala sayang, usaha, semangat, dan juga materi yang telah dicurahkan untuk penyelesaian skripsi ini.

Teruntuk kakak-kakak ku, mbak Nita dan mbak Ilma yang tak lelahnya selalu memberikan motivasi, terima kasih atas segala dukungan baik itu moril maupun materiil selama adikmu ini berjuang di kampus ini.

Kepada yang terhormat Ibu Naomi dan Bapak Yan El Rizal selaku dosen pembimbing, saya ucapkan terimakasih telah membimbing, memberi masukan-masukan positif dan banyak memberi ilmu kepada saya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

Terimakasih yang sebesar-besarnya keluarga besar Dinas Perhubungan Kabupaten Demak atas dukungan baik moril maupun materiil dan telah menjadi bagian dari terselesaikannya skripsi ini. Dan tak lupa, seluruh anggota tim PKP Kabupaten Demak yang telah mencurahkan tenaga, pikiran dan perasaan dalam melaksanakan tugas yang mulia bersama.

Untuk seluruh rekan – rekan taruna seperjuangan Angkatan XXIV, terima kasih atas kebersamaanya selama 4 tahun ini dalam suka maupun duka. Semoga kekompakan kita tetap selalu terjaga. Dan tak lupa untuk adik-adik taruna tingkat 1, 2 dan 3 terimakasih atas doa dan dukungan kalian.

Dan akhirnya terimakasih kepada semua pihak yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan berguna untuk kemajuan ilmu pengetahuan di masa yang akan datang.

Semoga rasa syukur selalu menyelimuti hati kita
Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala selalu memberikan rahmat dan hidayahNya kepada kita semua, Aamiin.

ABSTRAK

Mengemudi adalah suatu pekerjaan yang melelahkan, dan merupakan salah satu pekerjaan yang memerlukan perhatian berkelanjutan. Kelelahan pengemudi dapat mengakibatkan menurunnya kesiagaan dan perhatian sehingga memungkinkan kehilangan kewaspadaan yang berakibat pada kecelakaan di jalan. Mengutip dari thesis Purnisa Damarany (2012), penelitian menunjukkan kelelahan pengemudi dapat menjadi sebuah faktor penyebab hingga 20% dari kecelakaan di jalan, dan 1/4 dari kecelakaan fatal dan serius (ROSPA, 2001). Perusahaan jasa transportasi Java Trans Kabupaten Demak melayani jasa perjalanan pariwisata dan wisata *religi* atau ziarah kubur. Perjalanan yang menempuh jarak dengan waktu lama sehingga dibutuhkan pengetahuan manajemen kelelahan pada pengemudinya. Berdasarkan latar belakang tersebut maka dilakukan penelitian mengenai desain pelatihan manajemen kelelahan pengemudi.

Metode penelitian menggunakan metode penelitian *pre-eksperimental*. Desain eksperimen yang digunakan adalah *Design One Group Pretest-Posttest*. Teknik sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampel*. Sampel penelitian adalah seluruh pengemudi perusahaan Java Trans yang berjumlah 6 pengemudi. Teknik pengumpulan data menggunakan metode tes (*Pre-test* dan *Post-test*). Pengujian persyaratan analisis menggunakan uji normalitas dan uji homogenitas. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji *Paired Sample T-test*.

Berdasarkan hasil Uji *Paired Sample T-test* terlihat pada output $\text{sig} = 0,007 < 0,05$, maka H_0 ditolak, artinya bahwa hasil *Pre-test* dan *Post-test* memiliki perbedaan dengan kata lain H_a diterima. Pada penelitian ini hasil Uji T tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara sebelum adanya pelatihan dengan setelah pelatihan. Hasil peningkatan pengetahuan menunjukkan peningkatan sebesar 40% dari kategori cukup menjadi baik. Jadi dapat disimpulkan bahwa desain pelatihan manajemen kelelahan pengemudi dapat meningkatkan pengetahuan manajemen kelelahan pada pengemudi.

Kata kunci : *media pelatihan, modul pelatihan, manajemen kelelahan pengemudi*

ABSTRACT

Driving is a grueling job, and is one of the jobs that require ongoing attention. Driver fatigue can result in a decrease in vigilance and attention so as to allow lost vigilance that resulted in accidents on the road. Quoting from the thesis Purnisa Damarany (2012), research shows the driver's fatigue may be a causative factor of up to 20% of accidents on the road, and the 1/4 of serious and fatal accidents (ROSPA, 2001). Java transport service company Trans Demak serve travel services tourism and religious tourism or pilgrimage Tomb. The trip, which travels a distance with a long time so it takes knowledge management fatigue on the rider. Based on the conducted background research on the design of driver fatigue management training.

Research methods the research methods using pre-experimental. The experimental design used was the Design of One Group Pretest-Posttest. Sample techniques used in this research is purposive sample. The research sample is the entire enterprise of driver of Trans Java 6 driver. Engineering data collection using the method of test (Pre test and Post test). Testing requirements analysis using a test of its homogeneity and normality test. Data analysis technique used is the test of Paired Sample T-test.

*Based on the results of a test of Paired Sample T-test looks at the output of the $sig = 0.007 < 0.05$, then **H₀** is rejected, it means that the results of pre-and Post test-test has the distinction in other words **H_a** received. In this research the T test results show that there were differences between prior to training after training. Results improved knowledge shows an increase of 40% of the category to be good enough. So it can be concluded that the design of driver fatigue management training can improve knowledge management fatigue on the driver.*

Keywords : *media training, training modules, driver fatigue management*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang selalu melimpahkan Rahmat, Taufik dan HidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "DESAIN PELATIHAN MANAJEMEN KELELAHAN PADA PERUSAHAAN JASA TRANSPORTASI JAVA TRANS DI KABUPATEN DEMAK" dengan tepat waktu.

Skripsi ini disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan dan pelatihan pada Program Studi DIV Manajemen Keselamatan Transportasi Jalan Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan dan guna memperoleh derajat Sarjana Sains Terapan (S.ST). Dalam penyusunan skripsi ini penulis mendapat bimbingan, arahan serta motivasi dari berbagai pihak dan pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Yudi Karyanto, ATD, M.Sc selaku Direktur Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan.
2. Ibu Naomi Srie Kusumastutie, M.Sc selaku Ketua Program Studi DIV Manajemen Keselamatan Transportasi Jalan sekaligus dosen pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis.
3. Bapak Yan El Rizal, M.Sc selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan terhadap penyusunan skripsi ini.
4. Teristimewa kepada orang tua tercinta yang telah memberikan segala doa, upaya dan motivasi sehingga penulis dapat diberikan kemudahan dan kelancaran dalam menyusun skripsi ini serta kakak kakak-ku tercinta yang selalu mendorong semangat penulis.
5. Para dosen dan karyawan Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan
6. Adik kelas taruna tingkat tiga, dua dan satu yang selalu memberikan motivasi dan bantuan

7. Rekan-rekan taruna dan taruni Angkatan III Politeknik Keselamatan Transportasi Jalan / Angkatan XXIV BPPTD

8. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dikarenakan pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh penulis. Untuk perbaikan kedepan, penulis sangat mengharapkan dan menyambut baik segala masukan saran dan kritik terhadap skripsi ini. Semoga Allah Subhanahu Wa Ta'ala selalu mencurahkan rahmat dan kasih sayang-Nya kepada semua pihak yang telah membantu penulis. Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat yang sebesar-besarnya bagi kita semua.

Tegal, 1 Agustus 2017

Penulis

Rozi Sahlul Chuluq

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	2
C. Rumusan Masalah.....	2
D. Tujuan dan Manfaat Penelitian	3
E. Ruang Lingkup	4
F. Keaslian Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	7
A. Definisi Kelelahan	7
B. Faktor – faktor memengaruhi Kelelahan.....	8
C. Penyebab Kelelahan	9
D. Tanda – tanda Kelelahan	9
E. Dampak Kelelahan Pada Pengemudi	10
F. Mencegah Kelelahan dan Mengantuk saat Mengemudi	10
G. Mengatasi Kelelahan	11
H. Metode Pelatihan	11
I. Pendekatan Pelatihan.....	12
BAB III METODE PENELITIAN	13
A. Jenis Penelitian	13
B. Desain Penelitian	13
C. Bagan Alir Penelitian	14
D. Ruang Lingkup Penelitian	16
1. Sampel Penelitian	16
2. Lokasi dan Waktu Penelitian	16

E. Kegiatan Pelatihan	18
F. Metode Pengumpulan Data	20
G. Instrumen Penelitian	22
H. Metode Analisis Data	22
1. Uji Instrumen	22
2. Uji Data Penelitian	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	28
A. Observasi Implementasi Manajemen Kelelahan.....	28
B. Desain Pelatihan dengan media Modul Pelatihan.....	29
C. Desain <i>Leaflet</i> Manajemen Kelelahan Pengemudi.....	31
D. Pelaksanaan Pelatihan.....	33
1. Tahap Persiapan.....	33
2. Tahap Pelaksanaan.....	36
3. Tahap Akhir	43
E. Pengolahan Data	44
1. Uji Normalitas	44
2. Uji Homogenitas.....	45
3. Uji <i>Paired Sample T-test</i>	46
4. Pembahasan	47
BAB V PENUTUP	50
A. Kesimpulan	50
B. Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Susunan Kegiatan Pelatihan	17
Tabel 3. 2 Kisi – kisi soal	20
Tabel 3. 3 Kriteria Keberhasilan Pengemudi dalam menjawab soal	21
Tabel 3. 4 Tabel validasi <i>SPSS</i>	22
Tabel 3. 5 Hasil uji validitas soal	23
Tabel 3. 6 Interpretasi Nilai <i>r</i>	24
Tabel 4. 1 Anggaran biaya media pelatihan manajemen kelelahan	36
Tabel 4. 2 Susunan kegiatan pelatihan	36
Tabel 4. 3 Hasil tes pengemudi perusahaan jasa transportasi Java Trans.....	44
Tabel 4. 4 Hasil Uji Normalitas	45
Tabel 4. 5 Hasil Uji Homogenitas data <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i>	45
Tabel 4. 6 Tabel hasil peningkatan nilai tes	46
Tabel 4. 7 Hasil Uji <i>Paired Sampel T-test</i>	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Bagan alir penelitian	14
Gambar 3. 2 Perusahaann jasa transportasi Java Trans.....	17
Gambar 3. 3 Validasi oleh ahli.....	25
Gambar 4. 1 Desain leaflet tampak luar	32
Gambar 4. 2 Desain leaflet tampak dalam.....	32
Gambar 4. 3 Persiapan media	37
Gambar 4. 4 Modul Pelatihan	38
Gambar 4. 5 Leaflet	38
Gambar 4. 6 Soal Pre-test dan Post-test	39
Gambar 4. 7 Laptop	39
Gambar 4. 8 LCD Projector	40
Gambar 4. 9 Perkenalan diri	40
Gambar 4. 10 Pembagian soal dan pelaksanaan Pre-test.....	41
Gambar 4. 11 Penyampaian materi pelatihan	41
Gambar 4. 12 Praktek gerakan mengatasi kelelahan saat mengemudi	42
Gambar 4. 13 Pelaksanaan Post-test	42
Gambar 4. 14 Foto bersama peneliti dengan pengemudi	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Soal <i>pre-test post-test</i>	54
Lampiran 2 Modul Pelatihan.....	56
Lampiran 3 Wawancara observasi	57
Lampiran 4 Perhitungan Uji Validitas	59
Lampiran 5 Perhitungan Uji Reliabilitas	62
Lampiran 6 Perhitungan Uji Normalitas dan Homogenitas.....	63
Lampiran 7 Perhitungan Uji <i>Paired Sample T-test</i>	64

