

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, J, Aziz, N. & Yunus, M. (2013). *Pengaruh Penempatan Dan Beban Kerja Terhadap Motivasi Kerja Dan Dampaknya Pada Prestasi Kerja Pegawai Dinas Tenaga Kerja Dan Mobilitas Penduduk Aceh*. Aceh: Jurnal Manajemen Pascasarjana Universitas Syiah Kuala.
- Aryanny, E & Bayyinah, B. (2021). *Analisis Beban Kerja Operator Di Bagian Produksi Dengan Metode Cardiovascular Load (CVL) dan Bourdoun Wiersma Untuk Mengurangi Kelelahan Di CV. XYZ*. Surabaya: Tekmapro: *Jurnal of Industrial Engineering and Management* Vol. 16, No.01, Tahun 2021, Nomor 59-70.
- Fithri, P. & Wiindi F. A. (2017). *Pengukuran Beban Kerja Psikologis dan Fisiologis Pekerja di Industri Tekstil*. Jurnal Optimasi Sistem Industri, Vol. 16, No. 2.
- Hardianto, I & Yassierli. (2014). *Ergonomi Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Hima, A.F. & Umami, M.K. (2011). *Evaluasi Beban Kerja Operator Mesin pada Departemen Log and Veneer Preparation di PT. XYZ*. Madura: Jurnal Teknik dan Manajemen Industri Volume 6 No. 2 Desember 2011 hal. 106-113.
- Irawati, R. & Carrollina, D.A. (2017). *Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Operator Pada Pt Giken Precision Indonesia*. Batam: Jurnal Inovasi dan Bisnis, Vol. 5, No. 1, Juni 2017, hlm. 53-58.
- Junaini., Yano, H.A., & Yunanri. (2021). *Analisis Ergonomi Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Pekerja Manual Batu Bata Dengan Regresi Linier Berganda Berbasis Web*. Bontang: Jurnal Teknik JAGO Vol. 1, No. 1, Juni 2021.
- Juniar, H.A. (2017). *Analisis Sistem Kerja Shift Terhadap Tingkat Kelelahan dan Pengukuran Beban Kerja Fisik Perawat RSUD Karanganyar*. Surakarta: Performa Vol. 16, No, 1, pp. 44-53.
- Kurniawan, Rahmad. (2019). *Urgensi Bekerja Dalam Alquran*. Palangka Raya: Jurnal Transformatif Vol. 3, No. 1.
- Kuswana, S.K. (2014). *Ergonomi dan K3*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Kuswana, S.K. (2015). *Antropometri Terapan untuk Perancangan Sistem Kerja*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.

- Lubis, R.F & Nurhamida S.S. (2017). *Pengaruh Pemberian Semangka Terhadap Denyut Nadi Pemulihan Setelah Melakukan Aktivitas Fisik*. Medan: ISSN 2580-5150, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
- Munte, S, Chalis F.H, & Syaiful B.L. (2021). *Analisis Pengukuran Beban Kerja dengan Menggunakan Cardiovascular Load (CVL) pada PT. XYZ*. Medan: JIME (*Journal of Industrial and Manufacture Engineering*), 5(1) Mei 2021.
- Musa, Muhammad, N.D., & Surijadi, Herman. (2020). *Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Pegawai*. Ambon: LPPM STIA Said Perintah Volume 1, No. 2.
- Nugroho, G.K.T, Ulfah, N, & Harwanti, S. (2015). *Hubungan Sikap Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Laundry Di Kecamatan Purwokerto Utara Kabupaten Banyumas*. Jurnal Kesmasindo, Vol, 7, No, 3, pp. 209-217.
- Ninggar, G.D. (2018). *Pengukuran Cardiovascular Load Dalam Penentuan Keseimbangan Beban Kerja Fisik (Studi Kasus Di PT. Yamaha Indonesia)*. Yogyakarta: Fakultas Teknologi Industri Universitas Islam Indonesia.
- Prasetyo, N.D. (2019). *Analisis Beban Kerja Fisik Dengan Menggunakan Metode Cardiovascular Load (CVL) serta Konsumsi Oksigen dan Beban Kerja Mental Dengan Metode Defence Research Agency Workload Scale (DRAWS) (Studi Kasus : Perusahaan Genteng Atin)*. Surakarta: Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putra, N.A.V, & Sunardi. (2021). *Analisis Sistem Kerja Untuk Mengurangi Kelelahan Pekerja Bagian Produksi Dengan Metode Cardiovascular Load (CVL) dan Bourdon Wiersma di PT. XYZ*. Surabaya: Juminten Vol. 02, No. 03, Tahun 2021, Hal 155-166.
- Ramdhani, & Ridwan A, M, N. (2018). *Analisis Ergonomi Menggunakan Metode Quick Exposure Checklist pada Praktikan Bidang Keahlian Chassis Otomotif*, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ratna P.A. (2016). *Analisis Pengaruh Temperatur Lingkungan, Berat Badan dan Tingkat Beban Kerja Terhadap Denyut Nadi Pekerja Ground Handling Bandara*. Semarang: Jurnal Teknik Industri, Vol. XI, No. 1, Januari 2016.
- Suardi, R. (2016). *Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Suma'mur, P.K. (1996). *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Dalam Eva Dwiana Mei. W: *Pengaruh Beban Kerja Terhadap Denyut Nadi Tenaga Kerja Di Bagian Mekanik Di PT. Indo Acidatama*. Tbk. Kemiri, Kebakkramat,

Karanganyar (Skripsi). Surakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Tarwaka, (2004). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja, dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.

Tarwaka, (2015). *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi Di Tempat Kerja*. Harapan Press Surakarta.



**POLITEKNIK SINAR MAS
BERAU COAL**

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Keterangan



**KEMENTERIAN PERHUBUNGAN
DIREKTORAT JENDERAL PERHUBUNGAN UDARA
BADAN LAYANAN UMUM
KANTOR UNIT PENYELENGGARA BANDAR UDARA
KELAS I KALIMARAU**

Jalan Kalimantan
Teluk Bayur - Berau

Telepon (0554) 2741966
Faksimile (0554) 2741966

Email: bandara_kalimarau@yahoo.co.id
: upbu_berau@dephub.go.id
Microsite: dephub.go.id/org/upbukalimarau

SURAT KETERANGAN

Nomor : UM.006/ 17 / 196 /PHB-KLM/2022

Dengan hormat, Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **BAMBANG HARTATO**
NIP : 19771217 199903 1 001
Pangkat/Gol. : Pembina (IV/a)
Jabatan : Kepala Kantor BLU UPBU Kelas I Kalimantan

Dengan ini menerangkan :

NO	NAMA	NIM	Program Studi
1	Ahmad Pradika Baihaqy	18401004	Teknologi Rekayasa Logistik
2	Hanif Sulistyawan	18401020	Teknologi Rekayasa Logistik

Bahwa selama melaksanakan prakerin di Kantor BLU UPBU Kelas I Kalimantan mahasiswa tersebut menunjukkan prestasi bekerja dengan baik dan pihak Kantor BLU UPBU Kelas I Kalimantan mengucapkan terima kasih atas prestasinya selama ini.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tanjung Redeb, 14 Januari 2022

Kantor Unit Penyelenggara
Bandar Udara Kelas I Kalimantan

Bambang Hartato
 NIP. 19771217 199903 1 001

Vitaman Keselamatan Dalam Penyelenggaraan Transportasi

Lampiran 2. Surat Permohonan



31 Agustus 2021

Nomor : 213/PSB-02/WDI/VIII/2021
Hal : Permohonan Ijin Perpanjangan Pelaksanaan Praktek Kerja Industri (Prakerin)

**Yth. Pengelola Bandar Udara Kalimantan
Di Tempat**

Dengan hormat,

Salam silaturahmi dan sejahtera kami sampaikan, serta segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan kelancaran dalam setiap kegiatan kita.

Politeknik Sinar Mas Berau Coal adalah institusi pendidikan vokasi di Kabupaten Berau yang mengusung sistem ganda dimana pembelajaran terdiri atas 30% teori dan 70% praktek. Untuk menjalankan sistem tersebut, mahasiswa akan menjalankan program Praktik Kerja Industri (Prakerin) untuk menggali pengetahuan dan mengasah kemampuan dalam dunia kerja nyata.

Bersama surat ini kami bermaksud untuk mengajukan permohonan ijin untuk perpanjangan kegiatan Prakerin I di perusahaan yang Bapak pimpin dengan profil mahasiswa terlampir.

Adapun perpanjangan jadwal Prakerin direncanakan pada tanggal **1 Oktober - 31 Desember 2021**. Besar harapan kami agar permohonan perpanjangan Prakerin yang kami ajukan dapat diterima dengan baik. Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas dukungan dan kerjasama yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,



Dr. Ir. Yan Adriansyah, M.T.
Wakil Akademik

Politeknik Sinar Mas Berau Coal (Jl. Raja Alam 2, kel. Sei belungun, Tanjung Rendah, Berau 77355 | Hp 0811 544 3118 | www.polteksimasberau.ac.id)

Lampiran 4. Proses Pengecekan Kargo



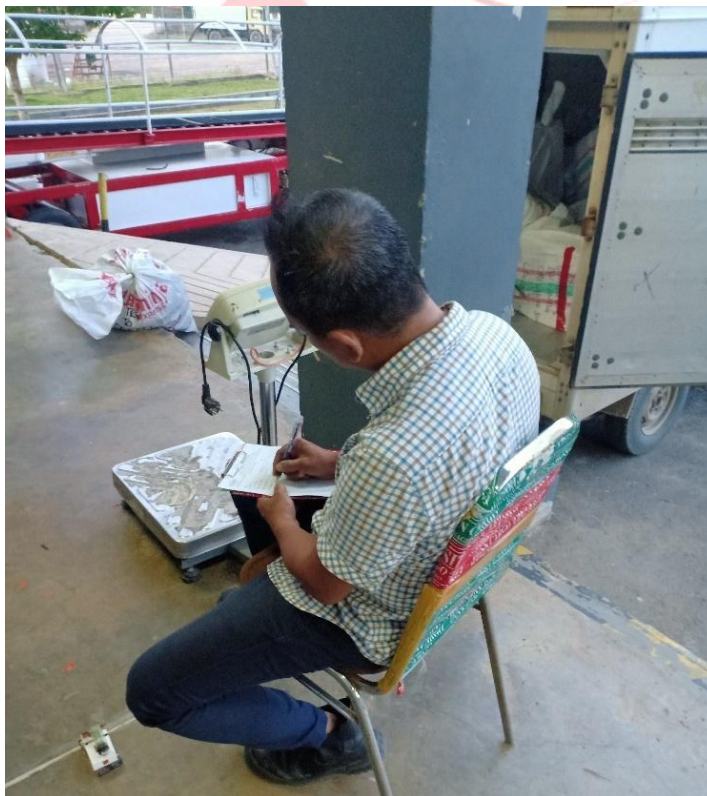
Lampiran 5. Proses Outgoing Cargo



Lampiran 6. Proses Incoming Cargo



Lampiran 7. Proses Checklist Kargo Incoming



Lampiran 8. Kargo Outgoing Yang Menunggu Jadwal Keberangkatan



Lampiran 9. Penarikan Kargo Incoming



Lampiran 10. Proses Mendorong/Memasukkan Kargo Incoming



Lampiran 11. Proses Angkat Kargo Ke Dalam Truk



Lampiran 12. Pengambilan Denyut Nadi Pekerja



Lampiran 13. Rekapitulasi Dasar Waktu Pengambilan Data

		No.	
		Date	
		1	2
(11.00)	Umbu	110	102
	Pangsi	99	98
	Judi	98	100
	Melke	121	112
(19.00)	Umbu	89	97
	Pangsi	85	99
	Judi	82	98
	Melke	91	108
(13.00)	Umbu	102	113
	Pangsi	97	98
	Judi	92	97
	Melke	95	140

Lampiran 14. Rekapitulasi Data Denyut Nadi Pekerja Bulan November

No.			
Date			
November			
	Hari Kerja	DN1	DNK
① Umbo	1	88	110
	2	85	127
	3	82	109
	4	85	111
	5	87	119
② Rusydi	1	82	109
	2	80	121
	3	84	106
	4	86	101
	5	82	102
③ Yudi	1	81	105
	2	83	120
	3	88	102
	4	89	111
	5	87	118
④ Malik	1	82	110
	2	90	126
	3	87	102
	4	91	103
	5	83	122

Lampiran 15. Rekapitulasi Data Denyut Nadi Pekerja Bulan Desember

Date			
Desember			
	Hari Kerja	DN1	DNK
① Umbo	1	86	105
	2	88	115
	3	86	109
	4	92	101
	5	93	122
② Rusydi	1	87	100
	2	87	101
	3	91	103
	4	85	102
	5	89	105
③ Yudi	1	88	105
	2	90	111
	3	92	101
	4	93	103
	5	89	119
④ Malik	1	93	118
	2	87	102
	3	92	101
	4	92	106
	5	88	123

Lampiran 16. Peringatan Daerah Kemanan Terbatas Terminal Kargo



Lampiran 17. Tata Tertib Memasuki Wilayah Terminal Kargo



Lampiran 18. Lembar Plagiarisme



SURAT KETERANGAN

Dengan ini diterangkan bahwa Skripsi yang ditulis oleh:

Nama : Hanif Sulistyawan
NIM : 18401020
Prodi : Teknologi Rekayasa Logistik
Judul : Analisis Pengaruh Beban Kerja Fisik Terhadap Kelelahan Kerja
dengan Metode Cardiovascular Load (CVL) d Bidang Kargo Pada
PT. Avia Jasa Mandiri Kabupaten Berau Kalimantan Timur

Berdasarkan hasil *scanning* menunjukkan tingkat plagiasi sebesar 38% dan memenuhi syarat untuk tahapan selanjutnya dengan ketentuan yang berlaku.

Demikian surat ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Berau, 31 Oktober 2022

Staff Perpustakaan,


Kamelia Saputri
NPK. 220061