

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Sejarah adanya bengkel dinamo dan las dapat ditarik kembali ke perkembangan industri dan teknologi, khususnya dalam bidang pembangunan mesin dan peralatan listrik. Berikut adalah hasil singkat sejarah bengkel dinamo dan las.

Pada awal abad ke-19, dengan berkembangnya revolusi industri, mesin-mesin mulai digunakan secara luas dalam produksi dan transportasi. Pada masa ini, dinamo menjadi penting sebagai pembangkit listrik, menyediakan tenaga untuk mesin-mesin dan lampu-lampu. Kebutuhan akan perbaikan dan pemeliharaan dinamo membuka peluang bagi bengkel-bengkel yang spesialis dalam bidang ini.

Teknologi las juga mengalami perkembangan yang signifikan pada abad ke-19 dan ke-20. Proses las elektrik pertama kali dikembangkan pada tahun 1800-an, yang kemudian berkembang menjadi berbagai jenis teknik las yang digunakan dalam konstruksi dan manufaktur. Kebutuhan akan pengelasan logam dan material lainnya membuka peluang bagi bengkel las.

Selama Perang Dunia I dan II, bengkel dinamo dan las menjadi sangat penting. Mereka terlibat dalam perbaikan dan pemeliharaan peralatan militer, termasuk dinamo untuk kapal dan pesawat, serta dalam produksi dan perbaikan kendaraan militer.

Setelah Perang Dunia II, periode pasca-perang menyaksikan lonjakan pertumbuhan industri dan pembangunan. Bengkel dinamo dan las memainkan peran krusial dalam mendukung ekspansi industri dan pembangunan infrastruktur, memperbaiki dan merawat peralatan listrik serta melaksanakan pekerjaan pengelasan dalam konstruksi.

Seiring berjalannya waktu, bengkel dinamo dan las terus mengikuti perkembangan teknologi. Penggunaan otomatisasi dan kontrol digital dalam peralatan dinamo, serta inovasi dalam teknologi pengelasan, menjadi bagian integral dari bengkel-bengkel ini.

Seiring dengan perkembangan industri dan teknologi, bengkel dinamo dan las mulai mendiversifikasi layanan mereka. Mereka tidak hanya memperbaiki dan merawat peralatan eksisting, tetapi juga terlibat dalam desain dan pembuatan komponen baru, memasuki bidang perbaikan otomotif, dan menyediakan solusi teknologi tinggi.

Bengkel dinamo dan las terus beradaptasi dengan perubahan kebutuhan industri dan teknologi, menjadikan mereka entitas yang penting dalam mendukung berbagai sektor ekonomi. Sejarah mereka mencerminkan evolusi teknologi dan industri selama beberapa dekade terakhir.

Dalam beberapa dekade terakhir, dengan berkembangnya era digital, bengkel dinamo dan las juga terpengaruh oleh revolusi teknologi. Otomatisasi, sensor cerdas, dan sistem kontrol digital semakin diterapkan dalam peralatan dinamo. Bengkel dinamo dan las yang canggih juga mulai memanfaatkan teknologi informasi untuk pemantauan jarak jauh, perawatan prediktif, dan

manajemen inventaris.

Dalam konteks kesadaran lingkungan dan keberlanjutan, bengkel dinamo dan las ikut berkontribusi dengan mengeksplorasi teknologi dan proses yang lebih ramah lingkungan. Mereka mungkin terlibat dalam proyek-proyek energi terbarukan atau memodifikasi peralatan untuk meningkatkan efisiensi dan mengurangi dampak lingkungan.

Bengkel dinamo dan las seringkali terlibat dalam proyek konstruksi besar seperti pembangunan gedung pencakar langit, jembatan, dan infrastruktur kritis lainnya. Mereka menyediakan layanan pengelasan untuk menyatukan struktur baja, serta merawat dan memperbaiki peralatan listrik yang mendukung proyek-proyek ini.

Dalam menjalankan operasinya, bengkel dinamo dan las cenderung mengedepankan standar keamanan dan kualitas. Beberapa mungkin memegang sertifikasi industri atau keamanan tertentu untuk memastikan bahwa pekerjaan yang mereka lakukan memenuhi standar yang ditetapkan.

Bengkel dinamo dan las juga dapat terlibat dalam kegiatan pelatihan dan pengembangan sumber daya manusia. Hal ini dapat mencakup pelatihan mekanik, teknisi pengelasan, atau menghadirkan workshop dan seminar untuk tetap mengikuti perkembangan teknologi terkini.

Sejarah bengkel dinamo dan las terus berkembang seiring waktu, mencerminkan perubahan dalam kebutuhan industri, teknologi, dan masyarakat. Dengan tetap adaptif terhadap inovasi dan perubahan lingkungan, bengkel ini tetap relevan dalam mendukung berbagai sektor ekonomi.

#### 4.1.2 Karakteristik Responden

Hasil penelitian mengenai korelasi antara beban kerja dan stres kerja pada karyawan Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar mencakup data mengenai profil atau karakteristik responden dapat diuraikan sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Tabel Karakteristik Responden berdasarkan umur, masakerja, beban kerja dan stress kerja**

Nama variabel	Mi n	Ma x	Mea n	Media n
<b>Umur</b>	20	55	34.7 8	<b>33.00</b>
<b>Masa Kerja</b>	2	39	12.3 1	<b>10.00</b>
<b>Beban Kerja</b>	34	41	38.4 7	<b>39.00</b>
<b>Stres Kerja</b>	<b>43</b>	<b>55</b>	<b>48.3</b> <b>1</b>	<b>48.00</b>

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui umur memiliki nilai mean 34.78, masa kerja memiliki nilai mean 12.31, beban kerja memiliki nilai mean 38.47 dan stresskerja memiliki nilai mean 48.31.

a. Umur

**Table 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Umur**

N o	Umur responden	Frekuen si	%
<b>1</b>	<25	13	<b>36.1</b>
<b>2</b>	25-45	14	<b>38.9</b>
<b>3</b>	>45	9	<b>25.0</b>
<b>Total</b>		<b>36</b>	<b>100.</b> <b>0</b>

## b. Masa Kerja

**Tabel 4.4 Distribusi Responden Berdasarkan Masa Kerja**

<b>No</b>	<b>Masa Kerja</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	<5	16	<b>44.4</b>
<b>2</b>	5-15	11	<b>30.6</b>
<b>3</b>	>15	9	<b>25.0</b>
	<b>total</b>	<b>36</b>	<b>100.0</b>

Dari Tabel 4.4, dapat diperoleh informasi bahwa 16 responden (44,4%) memiliki masa kerja kurang dari 5 tahun, 11 responden (30,6%) memiliki masa kerja antara 5 hingga 15 tahun, dan 9 responden (25,0%) memiliki masa kerja lebih dari 15 tahun dari total sampel yang diambil.

**4.1.3 Gambaran Beban Kerja**

Dari hasil pengisian kuesioner, data mengenai variabel beban kerja di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar adalah sebagai berikut.

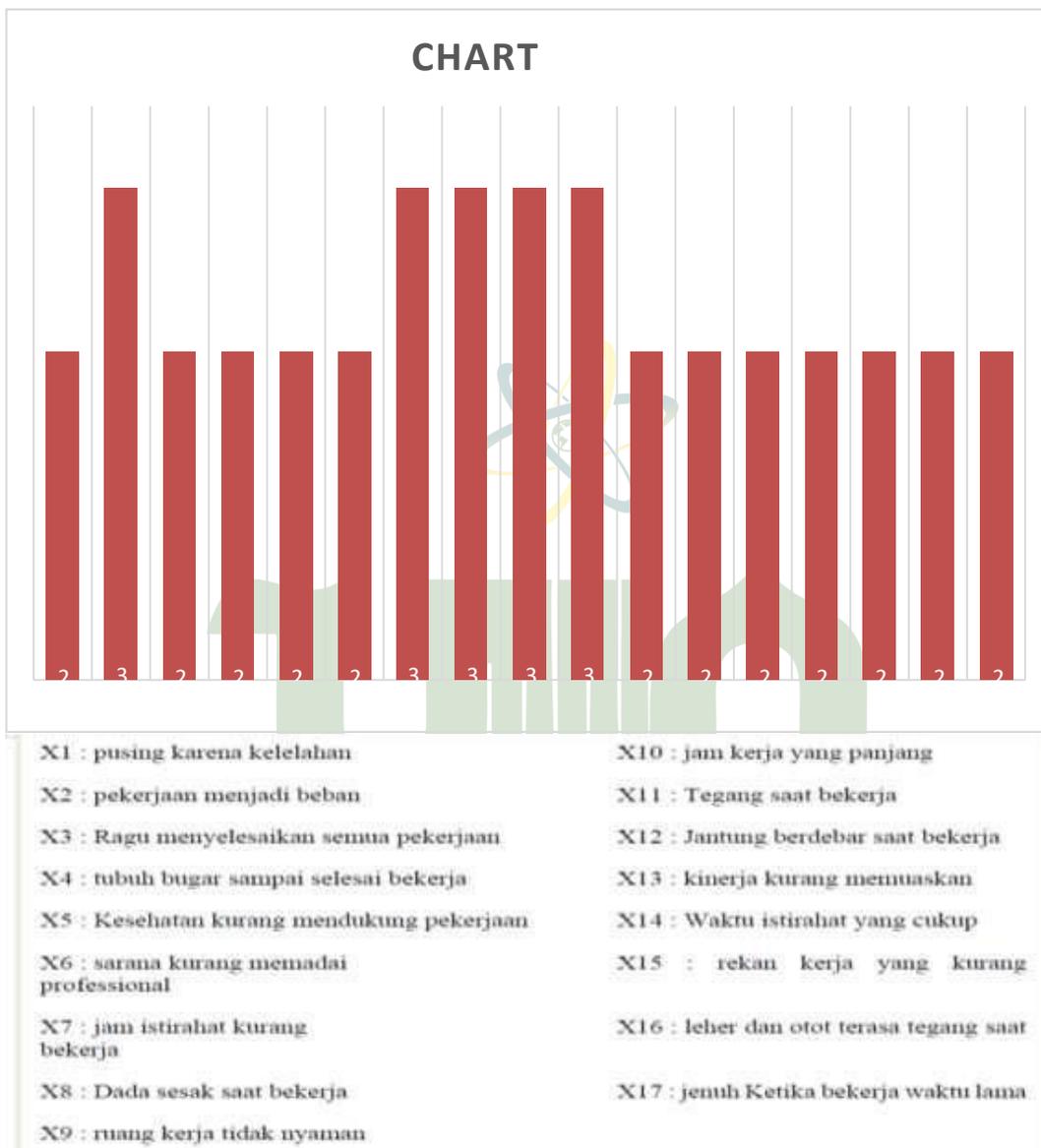
**Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Beban Kerja**

<b>No</b>	<b>Beban Kerja</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>%</b>
<b>1</b>	Ringan	17	<b>47.2</b>
<b>2</b>	Berat	19	<b>52.8</b>
	<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>100.0</b>

Dari tabel 4.5, dapat disimpulkan bahwa beban kerja paling tinggi terjadi pada kategori beban kerja berat, dengan jumlah responden sebanyak 19 orang atau 52,8% dari total sampel. Sedangkan jumlah responden yang mengalami

beban kerja ringan adalah 17 orang atau 47,2% dari total sampel, yang merupakan frekuensi terendah.

**Grafik 1. Persentase jawaban Kuesioner Responden tentang Beban Kerja**



Berdasarkan skala Likert yang digunakan dalam penelitian ini, responden memberikan skor berdasarkan tingkat setuju atau tidak setuju terhadap pernyataan dalam kuesioner. Hasil dari analisis grafik menunjukkan bahwa jawaban terbanyak dari responden, sebanyak 63%, menunjukkan setuju terhadap

pertanyaan pertama mengenai beban kerja yang sering menyebabkan rasa pusing karena kelelahan bekerja. Di sisi lain, pertanyaan ke-10 menunjukkan bahwa 59,5% responden tidak setuju dengan pernyataan bahwa mereka memiliki jam kerja yang panjang, merupakan pendapat yang paling banyak dinyatakan.

#### 4.1.4 Gambaran Stres Kerja

Data mengenai variabel stres kerja di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar diperoleh dari hasil pengisian kuesioner.

**Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Stres Kerja**

No	Stres Kerja	Frekuensi	%
1	Rendah	25	69.4
2	Tinggi	11	30.4
<b>Total</b>		<b>36</b>	<b>100.0</b>

Dari Tabel 4.6, terlihat bahwa jumlah responden yang mengalami stres kerja rendah mencapai 25 orang atau 69,4% dari total sampel. Sementara itu, jumlah responden yang mengalami stres kerja tinggi hanya sebanyak 11 orang atau 30,4% dari total sampel.

#### 4.1.5 Analisis Bivariat

**Tabel 4.7 Uji Korelasi Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja**

Variabel	Stres Kerja			Keterangan
	N	PR CI 95%	Signifikasi(p)	
Beban Kerja	36	0.878 (0,605- 1.342)	0.000	<b>Korelasi positif, hubungan sangat signifikan</b>

#### 4.2 Pembahasan

##### 4.2.1 Beban Kerja

Beban kerja merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi kinerja dan kesehatan pekerja dalam lingkungan kerja. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden, yaitu 52,8%, mengalami beban kerja yang berat di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah pekerja di bengkel tersebut merasakan tuntutan pekerjaan yang cukup tinggi dan mungkin mengalami tekanan yang signifikan dalam melaksanakan tugas-tugas mereka.

Beban kerja yang berat dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti jumlah pekerjaan yang berlebihan, target waktu yang ketat, kompleksitas tugas, lingkungan kerja yang kurang mendukung, atau kurangnya sumber daya manusia untuk menyelesaikan pekerjaan. Kondisi ini dapat menyebabkan pekerja merasa tertekan, lelah secara fisik dan mental, serta mengalami penurunan produktivitas (Safitri, 2020).

Analisis lebih lanjut dari hasil kuesioner dengan menggunakan skala Likert menunjukkan bahwa sebagian besar responden, yaitu 63%, setuju dengan pernyataan bahwa beban kerja yang mereka hadapi sering menyebabkan rasa pusing karena kelelahan bekerja. Ini mengindikasikan bahwa beban kerja yang berat tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, tetapi juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik pekerja, seperti munculnya gejala sakit kepala atau pusing (Safitri, 2020).

Di sisi lain, sebagian besar responden (59,5%) tidak setuju dengan pernyataan bahwa mereka memiliki jam kerja yang panjang. Ini mungkin menunjukkan bahwa faktor lain, seperti intensitas pekerjaan, tekanan waktu, atau lingkungan kerja, mungkin lebih berpengaruh terhadap beban kerja yang dirasakan oleh pekerja daripada durasi jam kerja itu sendiri.

Beban kerja yang berat dan berlangsung dalam jangka waktu yang panjang dapat memicu munculnya stres kerja pada pekerja. Stres kerja adalah kondisi yang terjadi ketika tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan fisik atau psikologis seseorang untuk mengatasinya. Stres kerja dapat menyebabkan berbagai konsekuensi negatif, seperti penurunan produktivitas, kualitas kerja yang buruk, absensi yang tinggi, hingga masalah kesehatan fisik dan mental (Setyowati & Ulfa, 2020).

Untuk mengatasi masalah beban kerja yang berat dan mencegah terjadinya stres kerja, diperlukan upaya dari berbagai pihak, baik pekerja itu sendiri maupun pihak manajemen bengkel. Pekerja dapat mengembangkan strategi pengelolaan waktu dan prioritas yang efektif, serta meningkatkan keterampilan komunikasi

dan manajemen stres. Sementara itu, pihak manajemen dapat melakukan perbaikan dalam pengaturan beban kerja, menyediakan sumber daya yang memadai, dan menciptakan lingkungan kerja yang aman dan nyaman bagi pekerja.

Selain itu, program pendidikan dan pelatihan mengenai manajemen stres dan kesehatan kerja dapat diselenggarakan untuk meningkatkan kesadaran dan keterampilan pekerja dalam mengelola beban kerja secara efektif. Dengan upaya yang komprehensif dan kolaboratif, beban kerja yang berat dapat dikelola dengan baik, sehingga mengurangi risiko terjadinya stres kerja dan memastikan kesehatan serta kesejahteraan pekerja di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar.

#### **4.2.2 Stres Kerja**

Stres kerja merupakan salah satu isu penting yang perlu mendapat perhatian dalam lingkungan kerja, termasuk di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar. Berdasarkan hasil penelitian yang disajikan dalam Tabel 4.6, dapat dilihat bahwa sebagian besar responden, yaitu 69,4%, mengalami tingkat stres kerja yang rendah. Meskipun demikian, masih terdapat 30,4% responden yang mengalami stres kerja tinggi, yang merupakan angka yang cukup signifikan dan perlu diatasi.

Stres kerja dapat disebabkan oleh berbagai faktor, baik dari lingkungan kerja maupun faktor personal. Beban kerja yang berlebihan, tekanan waktu, konflik peran, kurangnya dukungan sosial, serta ketidakpastian karir dan masa depan pekerjaan dapat menjadi sumber stres bagi pekerja (Riznanda & Kusumadewi, 2023). Selain itu, faktor-faktor seperti gaya hidup, masalah keluarga, atau kondisi kesehatan juga dapat mempengaruhi tingkat stres yang

dialami oleh individu dalam pekerjaannya.

Meskipun sebagian besar responden di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar mengalami stres kerja yang rendah, namun angka 30,4% responden dengan stres kerja tinggi tidak dapat diabaikan begitu saja. Tingkat stres yang tinggi dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental pekerja, serta menurunkan produktivitas dan kinerja mereka. Oleh karena itu, upaya untuk mengelola dan mengurangi stres kerja menjadi penting untuk dilakukan.

Salah satu cara yang dapat ditempuh adalah dengan mengidentifikasi sumber-sumber stres kerja yang dialami oleh pekerja. Melalui wawancara atau survei, pihak manajemen dapat mengumpulkan informasi tentang faktor-faktor yang menyebabkan stres, seperti beban kerja yang berlebihan, kurangnya dukungan sosial, atau konflik peran. Dengan memahami akar permasalahan, langkah-langkah yang tepat dapat diambil untuk mengatasi sumber stres tersebut (Setyowati & Ulfa, 2020).

Selain itu, program pelatihan dan pendidikan mengenai manajemen stres dapat diselenggarakan untuk membantu pekerja dalam mengembangkan keterampilan dan strategi untuk mengelola stres dengan lebih efektif. Pelatihan ini dapat mencakup teknik relaksasi, manajemen waktu, keterampilan komunikasi, atau pengembangan resiliensi emosional.

Pihak manajemen juga dapat berkontribusi dalam mengurangi stres kerja dengan menciptakan lingkungan kerja yang lebih kondusif dan mendukung. Hal ini dapat dilakukan dengan menyediakan sarana dan prasarana yang memadai, mendorong komunikasi yang terbuka, serta memberikan dukungan dan umpan

balik yang konstruktif kepada pekerja.

Di samping itu, program kesejahteraan karyawan, seperti fasilitas olahraga, konseling, atau kegiatan rekreasi, dapat membantu pekerja dalam melepaskan stres dan menjaga kesehatan mental mereka. Upaya-upaya ini tidak hanya bermanfaat bagi pekerja, tetapi juga dapat meningkatkan produktivitas, menurunkan tingkat absensi, dan memperbaiki citra perusahaan atau bengkel.

Meskipun angka stres kerja tinggi di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar cukup rendah dibandingkan dengan stres kerja rendah, namun upaya untuk mengelola dan mengurangi stres kerja tetap perlu dilakukan secara berkelanjutan. Stres kerja yang tidak ditangani dengan baik dapat memiliki konsekuensi negatif yang signifikan, baik bagi pekerja maupun perusahaan atau bengkel itu sendiri.

Dengan melakukan pendekatan yang komprehensif dan melibatkan semua pihak, baik pekerja maupun manajemen, stres kerja dapat dikelola dengan efektif. Hal ini akan menciptakan lingkungan kerja yang sehat, produktif, dan kondusif bagi kesejahteraan pekerja serta keberhasilan bisnis di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar.

#### **4.2.3 Hubungan Beban Kerja dan Stress Kerja**

Penelitian ini dimaksudkan untuk menjelajahi relasi antara beban kerja dan stres kerja pada pekerja di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar. Hasil studi menunjukkan hubungan yang kuat dan signifikan antara beban kerja dan stres kerja, dengan nilai Prevalence Ratio (PR) mencapai 0,878 (95% CI: 0,605-1,342) dan signifikansi (p) sebesar 0,000.

Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Irawati dkk (2017) yang menyoroti dampak negatif dari beban kerja yang berlebihan, seperti kelelahan fisik dan mental, sakit kepala, serta gangguan pencernaan. Munandar (2001) juga mengungkapkan bahwa beban kerja yang terlalu tinggi dapat mengakibatkan berbagai masalah kesehatan dan psikologis.

Data dari penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden (52,8%) mengalami beban kerja yang berat, sementara 47,2% mengalami beban kerja ringan. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar pekerja di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar menghadapi tingkat beban kerja yang cukup tinggi, yang berpotensi menjadi pemicu stres kerja.

Namun, meskipun mayoritas responden mengalami beban kerja yang berat, sebagian besar dari mereka (69,4%) mengalami stres kerja rendah, dengan hanya 30,4% yang mengalami stres kerja tinggi. Ini menunjukkan bahwa ada faktor-faktor lain yang juga memengaruhi tingkat stres kerja, seperti dukungan sosial, strategi koping, dan karakteristik individu.

Badeni (2013) menekankan bahwa stres dapat memunculkan berbagai gejala, baik secara fisik, psikologis, maupun perilaku. Oleh karena itu, meskipun menghadapi beban kerja yang berat, individu dengan strategi koping dan dukungan sosial yang baik mampu mengelola stres dengan lebih efektif.

Walaupun penelitian ini menegaskan adanya korelasi yang signifikan antara beban kerja dan stres kerja, tetapi fokus hanya terpaku pada dua variabel tersebut. Studi berikutnya dapat menelusuri aspek-aspek lain yang mungkin ikut mempengaruhi tingkat stres kerja, seperti atribut individual, sokongan sosial, atau

teknik penanganan stres yang dipraktikkan oleh pekerja.

Selain itu, penelitian ini hanya mengamati pekerja di Bengkel Dinamo dan Las di Kelurahan Pusat Pasar, mengakibatkan hasilnya mungkin tidak dapat dianggap mewakili populasi secara keseluruhan. Penelitian berikutnya dapat merambah sektor atau lapangan kerja yang berbeda guna melihat apakah temuan yang diperoleh bersifat konsisten atau tidak.

Berdasarkan analisis dan temuan penelitian, terdapat beberapa rekomendasi yang bisa diberikan untuk meningkatkan lingkungan kerja yang lebih seimbang dan produktif. Pertama, organisasi atau perusahaan sebaiknya melakukan evaluasi rutin terhadap pemberian beban kerja kepada karyawan. Ini meliputi analisis distribusi tugas dan jumlah pekerja agar tidak terlampau berat atau berlebihan. Tambahan lagi, memberikan pelatihan mengenai teknik penanganan stres juga penting untuk diberikan kepada karyawan.

Kedua, penting bagi perusahaan untuk mengupayakan kegiatan yang mempererat hubungan sosial di antara karyawan. Misalnya, kegiatan olahraga bersama atau acara pertemuan yang bisa meningkatkan saling dukung di antara staf. Dukungan sosial ini memainkan peran penting dalam mengurangi tingkat stres kerja dan mendukung kesejahteraan mental karyawan.

Ketiga, karyawan sendiri perlu memahami bagaimana stres kerja dapat berdampak pada kesehatan dan produktivitas mereka. Membangun strategi penanganan stres yang tepat seperti melakukan aktivitas olahraga, meditasi, atau mengejar hobi yang menyenangkan, bisa membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kesejahteraan secara menyeluruh.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN