

**PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA
PEKERJA DI DEPO LOKOMOTIF PT KAI MEDAN**

SKRIPSI



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

OLEH:

REZA PAHLEVI
NIM: 0801203284

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA DI DEPO LOKOMOTIF PT KAI MEDAN

REZA PAHLEVI

NIM: 0801203284

ABSTRAK

Salah satu perusahaan di Kota Medan yaitu Depo Lokomotif PT KAI Kota Medan memiliki masalah kelelahan kerja yang terjadi pada pekerja. Dimana pekerja pada Depo Lokomotif Medan tersebut mengalami kelelahan kerja dikarenakan adanya tugas yang berlebihan yang diakibatkan oleh kurangnya personil (pekerja) di tempat tersebut, adanya pekerjaan yang dikerjakan diluar jam kerja sehingga menyebabkan pekerja kelelahan dan resiko pekerjaan yang tinggi di tempat tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang dilakukan yaitu *cross-sectional*. Keseluruhan responden berjenis kelamin laki-laki yang berjumlah 62 orang. Hasil penelitian terhadap karyawan Depo Lokomotif Medan menyatakan bahwa adanya hubungan yang positif antara stres kerja dan kelelahan kerja karyawan yang berkorelasi sedang. Sesuai dengan hipotesis yang diajukan yaitu adanya pengaruh antara stress kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja di Depo Lokomotif PT KAI Medan. Frekuensi pekerja yang memiliki stress kerja sedang dan kelelahan kerja tinggi sebanyak 2 pekerja (3,2%), dan pekerja yang memiliki stress kerja sedang dan kelelahan kerja sangat tinggi sebanyak 1 pekerja (1,6%), pekerja yang memiliki stress kerja berat dan kelelahan kerja tinggi sebanyak 9 pekerja (14,5%), sementara pekerja yang memiliki stress kerja sangat berat dan kelelahan kerja sedang sebanyak 3 pekerja (4,8%), dan pekerja yang memiliki stress kerja sangat berat dan kelelahan kerja tinggi sebanyak 47 pekerja (75,8%). Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh stress kerja terhadap kelelahan kerja pada pekerja di Depo Lokomotif PT KAI Medan.

Kata Kunci: Pengaruh, Stress kerja, Kelelahan kerja, Pekerja Depo Lokomotif PT KAI Medan

**THE EFFECT OF WORK STRESS ON WORK FATIGUE IN WORKERS
AT PT KAI MEDAN LOCOMOTIVE DEPO**

REZA PAHLEVI

NIM: 0801203284

ABSTRACT

One of the companies in Medan City, namely the Locomotive Depot of PT KAI Medan City, has a problem of work fatigue that occurs in workers. Where workers at the Medan Locomotive Depot experience work fatigue due to excessive tasks caused by the lack of personnel (workers) in the place, the existence of work done outside working hours which causes workers to be tired and high work risks in the place. This study is a quantitative study with a cross-sectional research design. All respondents were male, totaling 62 people. The results of the study on Medan Locomotive Depot employees stated that there was a positive relationship between work stress and employee work fatigue which was moderately correlated. In accordance with the hypothesis proposed, there is an influence between work stress and work fatigue in workers at the PT KAI Medan Locomotive Depot. The frequency of workers who have moderate work stress and high work fatigue is 2 workers (3.2%), and workers who have moderate work stress and very high work fatigue is 1 worker (1.6%), workers who have severe work stress and have high work fatigue are 9 workers (14.5%), while workers who have very severe work stress and moderate fatigue levels are 3 workers (4.8%), and workers who have very severe work stress and high fatigue levels are 47 workers (75.8%). The conclusion of this study is that there is an influence of work stress on work fatigue in workers at the PT KAI Medan Locomotive Depot.

Keywords: *Influence, Work stress, Work fatigue, Locomotive Depot Workers of PT KAI Medan*

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Reza Pahlevi

Nim 0801203284

Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat

Peminatan : Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Tempat/Tanggal Lahir : Panyabungan/26 Juni 2001

Judul Skripsi : Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kelelahan Kerja pada
Pekerja di Depo Lokomotif PT KAI Medan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan karya asli saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata 1 di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika di kemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasil dari karya asli saya atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 06 Februari 2025
Yang membuat pernyataan,

Reza Pahlevi
NIM: 0801203284

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Reza Pahlevi

NIM : 0801203284

PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA DI DEPO LOKOMOTIF PT KAI MEDAN

Dinyatakan bahwa skripsi dari mahasiswa ini telah disetujui, diperiksa, dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UINSU Medan)

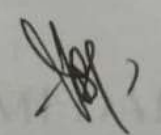
Medan, 06 Februari 2025

Disetujui,

Pembimbing Skripsi

Pembimbing Integrasi


Dr. Tri Niswati Utami, S.Pd., M.Kes
NIP. 19721108202321007


Dr. M Ridwan, M.A
NIP. 197608202003121004

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA DI DEPO LOKOMOTIF PT KAI MEDAN

Yang Disiapkan dan Dipertahankan Oleh:

Reza Pahlevi

0801203284

Telah Diuji dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi

Pada Tanggal 06 Februari 2025

Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji

Penguji I

apt. Wahyudi, S.Farm., M.Si.
NIP. 1991072020201009

Dr. Tri Niswati Utami, S.Pd., M.Kes
NIP. 19721108202321007

Penguji II

Penguji Integrasi Keislaman

Delfriana Ayu A, SST, M.Kes
NIP. 198812102023212037

Dr. M Ridwan, M.A
NIP. 197608202003121004

Medan, 06 Februari 2025

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Dekan,



Prof. Dr. Mesiono, M.Pd
NIP. 197107272007011031

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Reza Pahlevi

Jenis Kelamin : Laki-Laki

Tempat/Tanggal Lahir : Panyabungan, 26 Juni 2001

Agama : Islam

Golongan Darah : O

Status Perkawinan : Belum Menikah

Kewarganegaraan : Indonesia

Alamat : Kampung Padang, Kecamatan Panyabungan
Kota, Kabupaten Mandailing Natal

Email : rezabatubara26@gmail.com

No. Hp 081396082226

RIWAYAT PENDIDIKAN

2006-2013 : SD Negeri 078 Panyabungan

2013-2016 : SMP Swasta Islam Terpadu Al-Husnayain

2016-2019 : SMK Negeri 2 Panyabungan

2020-2025 : Universitas Islam Negeri Sumatera Utara,
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Puji syukur senantiasa penulis panjatkan kepada Allah Swt. Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan segala rahmat dan berkah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul Pengaruh Stres Kerja terhadap Kelelahan Kerja pada Pekerja di Depo Lokomotif PT KAI Medan. Sholawat serta salam dengan tulus dihaturkan kepada baginda Nabi Muhammad saw, Rasul yang menjadi panutan hingga akhir zaman. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. H. Nurhayati, M. Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono, M.Pd selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, M.A. selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A. selaku Wakil Dekan II Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat.
5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H. selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M. Kes, selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

7. Ibu Fitriani Pramita Gurning, S.K.M., M. Kes., selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
8. Ibu Dr. Tri Niswati Utami, S. Pd., M. Kes, selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang telah banyak memberi arahan dan masukan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi sekaligus selaku Ketua Koordinator Peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).
9. Bapak Dr. M Ridwan, M.A., selaku Dosen Pembimbing Integrasi Keislaman yang telah banyak memberi arahan dan masukan serta meluangkan waktu untuk berdiskusi.
10. Bapak apt. Wahyudi, M.Farm, selaku Ketua Penguji.
11. Ibu Delfriana A, SST, M. Kes, selaku Dosen Penguji II.
12. Ibu saya Sofriani Rangkuti yang telah melahirkan saya ke dunia ini, cinta pertama saya dan Ayah saya yang sudah bersusah payah untuk mencukupi segala kebutuhan saya, mengajarkan betapa kerasnya hidup tanpa sebuah kerja keras.
13. Saudara saya Nanda Khairani Batubara, S.Pd, Neni Angriani Batubara, Muhammad Alif Batubara yang telah mensuport skripsi ini dalam bentuk motivasi.
14. Namira Mutiara Nasution, terimakasih telah menjadi salah satu penyemangat dan pendengar keluh kesah dalam penulisan skripsi ini.

Medan, 06 Februari 2025

Penulis

Reza Pahlevi

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPUAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Kelelahan Kerja.....	5
2.1.1 Pengertian Kelelahan Kerja.....	5
2.1.2 Gejala Kelelahan Kerja	6
2.1.3 Jenis Kelelahan Kerja.....	7
2.1.4 Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja	8
2.1.5 Penyebab Kelelahan Kerja	10
2.1.6 Dampak Kelelahan Kerja	10
2.1.7 Cara Mengatasi Kelelahan Kerja.....	11
2.2 Stres Kerja	12
2.2.1 Pengertian Stres Kerja	12
2.2.2 Gejala Stres Kerja	13
2.2.3 Tanda Stres Kerja	14
2.2.4 Sumber Stres Kerja	15
2.2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	16
2.2.6 Penyebab Stres Kerja	16
2.2.7 Dampak Stres Kerja	17
2.2.8 Cara Mengatasi Stres Kerja	18
2.3 Kajian Integrasi Keislaman	18
2.4 Kerangka Teori.....	26
2.5 Kerangka Konsep	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
3.1 Jenis Penelitian	27
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.3 Populasi dan Sampel	27
3.3.1 Populasi.....	27

3.3.2 Sampel	27
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	28
3.4 Variabel Penelitian	28
3.4.1 Variabel Bebas	28
3.4.2 Variabel Terikat	28
3.5 Defenisi Operasional	28
3.6 Aspek Pengukuran.....	29
3.6.1 Pengukuran Kelelahan Kerja	29
3.6.2 Pengukuran Stres Kerja	31
3.7 Teknik Pengumpulan Data	32
3.7.1 Jenis Data.....	32
3.7.2 Instrumen Penelitian	32
3.8 Pengujian Instrumen Penelitian	32
3.8.1 Uji Validitas dan Reliabilitas	32
3.9 Teknik Analisis Data	35
3.9.1 Analisis Univariat	35
3.9.2 Analisis Bivariat.....	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	37
4.1 Hasil Penelitian.....	37
4.1.1 Deskripsi Lokasi Peneltian	37
4.2 Karakteristik Responden	37
4.3 Analisis Univariat	37
4.4 Analisis Bivariat	39
4.5 Pembahasan	44
4.6 Integrasi Keislaman	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	51
5.1 Kesimpulan.....	51
5.2 Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Berdasarkan Teori Arbues (2020).....	26
Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian	26



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Defenisi Operasional	29
Tabel 3.2 Validitas Butir Angket Stres Kerja.....	33
Tabel 3.3 Validitas Butir Angket Kelelahan Kerja	34
Table 3.4 Hasil Uji Reliabilitas	35
Table 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	38
Table 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	39
Table 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	41
Tabel 4.4 Tingkat Stres Kerja.....	41
Tabel 4.5 Tingkat Kelelahan Kerja	42
Tabel 4.6 Hasil anova	43



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Di Depo Lokomotif PT KAI Medan	55
Lampiran 2 Hasil Validitas Stres Kerja.....	58
Lampiran 3 Hasil Reliabilitas Kerja.....	62
Lampiran 4 Tabel Hasil Validitas Kelelahan Kerja.....	64
Lampiran 5 Tabel Hasil Reliabilitas Kelelahan Kerja.....	69
Lampiran 6 Tabel Hasil Uji Normalitas	71
Lampiran 7 Tabel Hasil Uji Linieritas.....	72
Lampiran 8 Tabel Hasil Uji Regresi.....	75
Lampiran 9 Dokumentasi	77

