

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian

Dipo Lokomotif Medan terletak di Kota Medan, Sumatera Utara. Secara geografis, lokasi Dipo Lokomotif Medan berada di dekat Stasiun Medan dan merupakan bagian dari Divisi Regional I Sumatera Utara dan Aceh PT Kereta Api Indonesia (KAI). Dipo Lokomotif ini terletak di daerah Medan Barat, Kota Medan.

Untuk wilayah administratif, Dipo Lokomotif Medan berdekatan dengan beberapa area:

1. Medan Barat: Lokasi utama dipo berada di kecamatan ini.
2. Medan Timur: Wilayah ini terletak di bagian timur dipo.
3. Medan Petisah: Berada di bagian barat dan sedikit di sebelah selatan Dipo Lokomotif Medan.
4. Medan Maimun: Terletak di sebelah selatan.

Dipo Lokomotif Medan dekat dengan beberapa jalan utama seperti Jalan Stasiun, Jalan Prof. HM Yamin, dan Jalan Sutomo. Dipo ini menjadi pusat pemeliharaan lokomotif dan kereta api yang melayani rute di wilayah Sumatera Utara

4.2 Analisis Univariat

Untuk dapat mengukur setiap variabel secara deskriptif maka dapat digunakan analisis univariat. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik setiap variabel. variabel independen pada penelitian ini yaitu stres kerja dan variabel dependen yaitu kelelahan kerja. Pengukuran dilakukan pada 62 pekerja

Depo Lokomotif Medan yang menjadi sampel penelitian dan pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner.

1) Stres Kerja

Tingkat stres kerja dapat dilihat dari skor perolehan angket yang dimiliki oleh setiap subjek penelitian ini. Berikut merupakan deskripsi mengenai tingkat stres kerja yang di tunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 4.1 Tingkat Stres Kerja

No	Interval Nilai	Stres Kerja		Kategori
		Frekuensi	Persentase	
1	Skor >33	50	80,64%	Sangat berat
2	26-33	10	16,12%	Berat
3	19-25	2	3,22%	Sedang
4	15-18	0	0,00%	Ringan
5	0 -14	0	0,00%	Sangat ringan

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diperoleh hasil tingkat stres kerja pekerja di depo lokomotif medan yaitu terdapat 50 pekerja (80,64%) dengan tingkat stres yang berada pada kategori “Sangat berat”, terdapat 10 pekerja yang berada pada kategori “Berat”, dan yang berada pada kategori “Sedang” ada 2 pekerja. Dan tidak ada pekerja yang memiliki tingkat stres kerja pada kategori “Ringan” dan “Sangat ringan”. Sehingga secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa karyawan yang bekerja di Depo Lokomotif Medan memiliki tingkat stres kerja yang sangat tinggi.

2) Kelelahan Kerja

Tingkat kelelahan kerja dapat dilihat dari skor perolehan angket yang dimiliki oleh setiap subjek penelitian ini. Berikut merupakan deskripsi mengenai tingkat kelelahan kerja yang di tunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 4.2 Tingkat Kelelahan Kerja

No	Interval Nilai	Stres Kerja		Kategori
		Frekuensi	Persentase	
1	49-60	10	16,12%	Sangat berat
2	39-48	44	70,96%	Berat
3	29-38	7	11,29%	Sedang
4	19-28	1	1,61%	Ringan
5	9-18	0	0,00%	Sangat ringan

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diperoleh hasil tingkat kelelahan kerja pekerja di Depo Lokomotif Medan yaitu terdapat 10 pekerja (16,12%) dengan tingkat kelelahan yang berada pada kategori “Sangat berat”, terdapat 44 pekerja yang berada pada kategori “Berat”, dan yang berada pada kategori “Sedang” ada 7 pekerja, dan hanya 1 pekerja (1,61%) pekerja yang memiliki tingkat kelelahan kerja yang berada pada kategori “Ringan”, serta tidak ada pekerja yang memiliki tingkat stres kerja pada kategori “Sangat ringan”. Sehingga secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa karyawan yang bekerja di Depo Lokomotif Medan memiliki tingkat tingkat kerja yang tinggi.

4.3 Analisis Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang dipakai untuk meneliti hubungan antara variabel independent dengan variable deperdent. Analisis bivariat yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis Regresi Linier Sederhana. Untuk dapat mengetahui bentuk hubungan dari dua variabel maka dapat digunakan uji regresi. Namun sebelum melakukan uji regresi perlu dilakukan terlebih dahulu uji validitas, reliabilitas, uji normalitas, serta uji linieritas.

1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan sebagai suatu alat ukur tes dalam kuisisioner. Berdasarkan uji validitas yang telah dilakukan berdasarkan kaidah keputusan uji

validitas adalah jika $r_{hitung} > r_{tabel}$, maka dapat dikatakan valid, jika sebaliknya maka tidak valid.

Adapun hasil uji validitas instrumen menggunakan bantuan aplikasi SPSS untuk Instrumen stres kerja menunjukkan bahwa seluruhnya dinyatakan valid karena memiliki $r_{hitung} > r_{tabel}$. Sedangkan untuk Instrumen Kelelahan kerja berdasarkan hasil perhitungan menggunakan aplikasi SPSS dapat diketahui hasil validasi instrumen kelelahan kerja menunjukkan bahwa seluruh pertanyaan dinyatakan valid karena memiliki $r_{hitung} > r_{tabel}$.

2) Uji Reliabilitas

Berdasarkan hasil dari uji reliabilitas diperoleh bahwa *Crombach Alpha* stres kerja sebesar 0,844 dan kelelahan kerja sebesar 0,642 yang menunjukkan bahwa keduanya variabel tersebut reliabel karena memiliki nilai yang lebih besar dari r_{tabel} yaitu 0,6.

3) Uji Normalitas

Setelah dilakukan uji validitas dan reliabilitas langkah selanjutnya yaitu pengujian normalitas. Dalam pengujian ini bertujuan untuk mengetahui apakah nilai residual data distribusi model regresi yang baik. Apabila dari uji normalitas memiliki nilai residual yang berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusannya adalah apabila nilai signifikansinya $> 0,05$ maka nilai residualnya berdistribusi normal, sedangkan apabila nilai signifikansinya $< 0,05$ maka nilai residualnya berdistribusi tidak normal.

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan program SPSS dengan teknik one-sample kolmogrov-smirov test. Hasil dari uji normalitas sebagai berikut:

Tabel 4.3 hasil uji normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test	
Asymp. Sig. (2-tailed)	.060

Berdasarkan tabel 4.5 hasil uji normalitas diatas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi $0,060 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residualnya berdistribusi normal.

4) Uji Linieritas

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui linier tidaknya hubungan antara variabel bebas (stres kerja) terhadap variabel terikat (kelelahan kerja). Adapun dasar pengambilan keputusannya apabila nilai signifikan deviation from linearity $> 0,05$ maka terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat, sedangkan jika nilai signifikan deviation from linearity $< 0,05$ maka tidak terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas dengan variabel terikat. Uji linieritas dilakukan dengan menggunakan program SPSS. Hasil uji linieritas antara variabel stres kerja dengan variabel kelelahan kerja adalah sebagai berikut.

Tabel 4.4 Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
KELELAHAN * STRES	Between Groups	(Combined)	742.031	25	29.681	1.391	.179
		Linearity	216.562	1	216.562	10.149	.003
		Deviation from Linearity	525.469	24	21.895	1.026	.463
	Within Groups		768.179	36	21.338		
	Total		1510.210	61			

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas diketahui bahwa nilai signifikansi *Deviation from Linierity* $0,463 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel bebas (stres kerja) dengan variabel terikat (kelelahan kerja).

5) Uji Regresi Linear Sederhana

Untuk mengetahui hubungan dari dua variabel yaitu variabel x (Stres kerja) dan y (kelelahan kerja) dalam penelitian ini dilakukan analisis Regresi Linear Sederhana. Berikut ini merupakan data hasil pengujian dari dua variable tersebut.

Tabel 4.5 Hasil Uji Regresi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.379	.143	.129	4.643
a. Predictors: (Constant), Sarapan Pagi				

Ukuran yang penting dan sering digunakan dalam analisis regresi linier sederhana adalah koefisien determinasi atau disimbolkan dengan R. Koefisien determinasi berguna untuk mengetahui seberapa besar variasi variabel dependen dapat dijelaskan oleh variabel independen, atau dengan kata lain R square menunjukkan seberapa jauh variabel independen dapat memprediksi variabel dependen. Semakin besar nilai R square maka semakin baik/semakin tepat variabel independen memprediksi variabel dependen. Berdasarkan tabel 4.5 bahwa nilai R square adalah sebesar 0,253. Artinya bahwa persamaan garis regresi yang diperoleh dapat menerangkan 25,3% variasi stress pada pekerja

Tabel 4.6 Tabel ANOVA

ANOVA						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	24.452	1	24.452	40.063	.000
	Residual	71.367	118	.601		
	Total	96.367	119			
a. Dependent Variable: Kelelahan Kerja						
b. Predictors: (Constant), Sarapan Pagi						

Pengambilan keputusan dalam uji regresi linear sederhana dapat mengacu pada dua hal yakni:

Membandingkan nilai signifikansi dengan nilai dengan nilai probabilitas 0,05

- Jika nilai signifikansi $< 0,05$, artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y
- Jika nilai signifikansi $> 0,05$, artinya variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,379. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,143 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (stres) terhadap variabel terikat (kelelahan) adalah sebesar 14,3%. Dan berdasarkan tabel anova juga dapat dilihat bahwa nilai p value (di kolom sig) sebesar $0,002 < 0,05$ yang artinya variabel artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y.

4.4 Pembahasan

1. Stres Kerja

Stres kerja pada karyawan di ukur melalui pemberian angket tentang stres kerja kepada responden yang berjumlah Depo Lokomotif Medan 62 orang mengukur stres kerja. Dapat diketahui bahwa karyawan Depo Lokomotif Medan memiliki tingkat stres kerja yang sangat tinggi. Hal ini dibuktikan dalam data yang menunjukkan bahwa terdapat 50 pekerja dengan tingkat stres yang berada pada kategori “Sangat berat”, terdapat 10 pekerja yang berada pada kategori “Berat”, dan yang berada pada kategori “Sedang” ada 2 pekerja. Dan tidak ada pekerja yang memiliki tingkat stres kerja pada kategori “Ringan” dan “Sangat ringan”

Stres merupakan suatu kondisi dimana ketegangan yang mempengaruhi emosi, jalan pikiran dan kondisi fisik seseorang. Seseorang yang mengalami stres akan mengalami Berbagai penurunan salah satunya yaitu kondisi fisik atau tubuh yang dapat mempengaruhi kinerja karyawan (Nurazizah, 2020). Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa tidak ada karyawan yang mengalami stres ringan dan sangat ringan, namun sebagian besar dari karyawan mengalami tingkat stres kerja yang sangat tinggi. hal ini dapat dilihat dari tanggungjawab yang didapat setiap karyawan berbeda. karyawan yang memiliki tanggungjawab yang cukup besar lebih cenderung memiliki presentase tingkat stres yang tinggi. Berdasarkan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar karyawan Depo Lokomotif Medan mengalami tingkat stres yang sangat tinggi

2. Kelelahan kerja

Kelelahan adalah suatu proses yang mengakibatkan penurunan kesejahteraan, kapasitas atau kinerja sebagai akibat dari aktivitas kerja. Kelelahan juga merupakan suatu keadaan ketika seseorang merasa lelah secara fisik dan mental, yang dapat disebabkan oleh Jam kerja yang panjang tanpa intervensi istirahat periode penyembuhan Aktivitas fisik yang kuat dan berkelanjutan, Bekerja selama beberapa atau semua waktu alami untuk tidur (sebagai akibat dari Shift atau bekerja untuk waktu yang panjang) Tidur dan istirahat yang kurang cukup (Mattola, 2020).

Kelelahan kerja pada karyawan diukur melalui pemberian angket tentang kelelahan kerja kepada responden yang berjumlah Depo Lokomotif Medan 62 orang mengukur stres kerja. Dapat diketahui bahwa karyawan Depo Lokomotif Medan memiliki tingkat kelelahan kerja yang tinggi 10 pekerja (16,12%) dengan tingkat kelelahan yang berada pada kategori “Sangat berat”, terdapat 44 pekerja yang berada pada kategori “Berat”, dan yang berada pada kategori “Sedang” ada 7 pekerja, dan hanya 1 pekerja (1,61%) pekerja yang memiliki tingkat kelelahan kerja yang berada pada kategori “Ringan”, serta tidak ada pekerja yang memiliki tingkat stres kerja pada kategori “Sangat ringan”. Sehingga secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa karyawan yang bekerja di Depo Lokomotif Medan memiliki tingkat tingkat kerja yang tinggi.

3. Pengaruh

Berdasarkan hasil analisis pengaruh antara stres kerja dengan kelelahan kerja karyawan Depo Lokomotif Medan dapat diketahui bahwa nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,379. Dari output tersebut diperoleh koefisien

determinasi (R Square) sebesar 0,143 yang berarti bahwa pengaruh variabel bebas (stres) terhadap variabel terikat (kelelahan) adalah sebesar 14,3%. Dan berdasarkan tabel anova juga dapat dilihat bahwa nilai p value (di kolom sig) sebesar $0,002 < 0,05$ yang artinya variabel artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Barokah (2022) Berdasarkan uji hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja diperoleh nilai signifikansinya $0,023 < 0,05$ yang artinya adanya Hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja karyawan toko peralatan rumah tangga UD Heny Salatiga. Sejalan dengan itu berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayatullah (2020) yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan/ berpengaruh antara stres kerja dengan kelelahan kerja.

Hasil yang sama juga diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Rudyarti (2021) yang menunjukkan bahwa terdapat korelasi antara stres kerja dan kelelahan dengan nilai koefisien korelasi (R) = 0,454 dan p-value = 0,05. Hasil dari analisis multivariat regresi linier menunjukkan bahwa stres kerja berperan sebagai determinan kelelahan kerja pada perawat di rumah sakit dengan nilai $R^2 = 0,275$, $p = 0,000$. Artinya kelelahan kerja dipengaruhi oleh stres kerja sebesar 27,5% dan 72,5% dipengaruhi oleh variabel lain. Ada korelasi antara stres kerja dengan kelelahan yang dialami oleh perawat, sehingga stres kerja merupakan sebagai salah satu faktor penentu dari kelelahan kerja pada perawat.

Stres kerja adalah suatu kondisi ketegangan dalam diri seseorang yang menimbulkan ketidakseimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berfikir, dan kondisi seorang karyawan. Sedangkan kelelahan kerja adalah

keadaan yang dialami tenaga kerja yang dapat mengakibatkan penurunan produktivitas kerja. Salah satu resiko kelelahan kerja adalah timbulnya stres akibat kerja. timbulnya rasa lelah terhadap diri manusia merupakan proses yang terakumulasi dari berbagai faktor penyebab dan mendatangkan ketegangan (stres) yang dialami tubuh manusia.

Berdasarkan 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 hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja karyawan Depo Lokomotif Medan.

4.5 Integrasi Keislaman

Ayat Al-Quran tentang stres kerja surah al-insyirah ayat 5 dan 6.

يُسِّرْهُمُ الْعُسْرَ مَعَ فَإِنَّ

يُسِّرْهُمُ الْعُسْرَ مَعَ إِنَّ

Artinya: Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya dan kesulitan ada kemudahan.

Tafsir yang dikutip dari tahlili mengatakan bahwa Dalam ayat ini, Allah mengungkapkan bahwa sesungguhnya di dalam setiap kesemitan, terdapat kelapangan, dan di dalam setiap kekurangan sarana untuk mencapai suatu keinginan, terdapat pula jalan keluar. Namun demikian, dalam usaha meraih sesuatu itu harus tetap berpegang pada kesabaran dan tawakal kepada Allah. Ini adalah sifat Nabi saw, baik sebelum dia diangkat menjadi rasul maupun sesudahnya, ketika dia

terdesak menghadapi tantangan kaumnya. Walaupun demikian, beliau tidak pernah merasa gelisah dan tidak pula mengubah tujuan, tetapi beliau bersabar menghadapi kejahatan kaumnya dan terus menjalankan dakwah sambil berserah diri dengan tawakal kepada Allah dan mengharap pahala dari-Nya. Begitulah keadaan Nabi saw sejak dimulainya dakwahnya. Pada akhirnya, Allah memberikan kepadanya pendukung-pendukung yang mencintai beliau sepenuh hati dan tekad untuk menjaga diri pribadi beliau dan agama yang dibawanya. Mereka yakin bahwa hidup mereka tidak akan sempurna kecuali dengan menghancurleburkan segala sendi kemusyrikan dan kekufuran. Lalu mereka bersedia memaafkan pahala dan nikmat yang disediakan di sisi Allah bagi orang-orang yang berjihad di jalan-Nya dengan jiwa, harta, dan semua yang mereka miliki. Dengan demikian, mereka mampu menghancurkan kubu-kubu pertahanan raja-raja Persi dan Romawi.

Ayat tersebut seolah-olah menyatakan bahwa bila keadaan sudah terlalu gawat, maka dengan sendirinya kita ingin keluar dengan selamat dari kemalangan tersebut melalui segala jalan yang dapat ditempuh, sambil bertawakal kepada Allah. Dengan demikian, kemenangan bisa tercapai betapapun hebatnya rintangan dan cobaan yang menghadang. Dengan ini pula, Allah memberitahukan kepada Nabi Muhammad bahwa keadaannya akan berubah dari miskin menjadi kaya, dari tidak mempunyai teman sampai mempunyai saudara yang banyak dan dari kebencian kaumnya hingga kecintaan yang tidak ada taranya.

Ayat Al-Quran tentang kelelahan kerja surah al-baqarah ayat 286 yang berbunyi:

وَلَا رَبَّنَا أَخْطَأْنَا أَوْ نَسِينَا أَنْ تُوَاخِذُنَا لَا رَبَّنَا أَكْتَثَبْتَ مَا وَعَلَيْهَا كَسَبَتْ مَا لَهَا وَسُعِيَهَا إِلَّا نَفْسًا اللَّهُ يُكَفِّرُ لَا
لَنَا وَاعْفِرْ عَنَّا وَاعْفُ بِهٖ لَنَا طَاقَةً لَا مَا تُحْمِلُنَا وَلَا رَبَّنَا قَبِلْنَا مِنَ الَّذِينَ عَلَى حِمْلَتِهِ كَمَا إِصْرًا عَلَيْنَا تَحْمِلُ
الْكَافِرِينَ الْقَوْمَ عَلَى فَاَنْصُرْنَا مَوْلَانَا أَنْتَ وَارْحَمْنَا

Artinya: Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.”

Tafsir yang dikutip dari kemenag mengatakan bahwa tidak ada yang berat dalam beragama, dan tidak perlu ada kekhawatiran tentang tanggung jawab atas bisikan-bisikan hati, karena Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia, yakni setiap manusia, mendapat pahala dari kebajikan yang dikerjakannya walaupun baru dalam bentuk niat dan belum wujud dalam kenyataan, dan dia mendapat siksa dari kejahatan yang diperbuatnya dan wujud dalam bentuk nyata. Mereka berdoa, “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa dalam melaksanakan apa yang Engkau perintahkan atau kami melakukan kesalahan karena suatu dan sebab lain. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau memuat kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau memuatkan kepada orang-orang sebelum kami seperti orang-orang Yahudi yang mendapat tugas yang cukup sulit karena ulah mereka sendiri, misalnya untuk mengawasi

harus membunuh diri sendiri. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya, baik berupa ketentuan dalam beragama maupun musibah dalam hidup dan lainnya. Maafkanlah kami, yaitu hapuslah dosa-dosa kami, ampunilah kami dengan menutupi aib kami dan tidak menghukum kami akibat pelanggaran, dan rahmatilah kami dengan sifat kasih dan rahmat-Mu yang luas, melebihi penghapusan dosa dan penutupan aib. Engkaulah pelindung kami, karena itu maka tolonglah kami dengan argumentasi dan kekuatan fisik dalam menghadapi orang-orang kafir.”

Ayat diatas menjelaskan bahwa setiap orang pasti pernah merasakan kesulitan dalam hidupnya baik berupa pekerjaan, ujah hidup, dan lainnya. Namun, dalam ayat ini dijelaskan bahwa setiap kesulitan pasti ada kemudahan. Seperti para pekerja yang mengalami kelelahan kerja tersebut pasti setelahnya akan mendapatkan kemudahan dan keberkahan dalam hidupnya dengan terus diiringin doa dan usaha meminta Kepada Allah SWT agar dipermudah segala urusan baik di dunia maupun di akhirat.