

HUBUNGAN ANTARA KELELAHAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PETUGAS KARCIS PARKIR KAWASAN MEGA MAS KOTA MANADO

Nicia Indira Mamusung*, Paul A.T Kawatu*, Oksfrian J. Sumampouw*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Stres merupakan suatu keadaan yang menekan diri dan jiwa seseorang, diluar batas kemampuannya sehingga jika dibiarkan tanpa ada solusi maka akan berdampak pada kesehatannya. Stres kerja dapat menimbulkan berbagai konsekuensi pada pekerja baik secara fisiologis, psikologis dan perilaku. Stres yang dialami secara terus-menerus dan tidak terkendali dapat menyebabkan terjadinya burnout. Bagi organisasi, stres ditempat kerja dapat berakibat pada rendahnya kepuasan kerja, kurangnya komitmen terhadap organisasi, terhambatnya pembentukan emosi positif, pengambilan keputusan yang buruk, rendahnya kinerja dan pada akhirnya bisa menyebabkan terjadinya kerugian finansial yang tidak sedikit jumlahnya. Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas karcis parkir kawasan mega mas Kota Manado. Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei analitik dengan pendekatan cross sectional study. Sampel dalam penelitian ini yaitu total populasi yang berjumlah 77 petugas. Hasil analisis statistik menggunakan Uji Pearson, di dapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} \leq 0,05$) dan nilai $r = 0,407$ atau korelasi sedang dengan arah hubungan positif (+). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas karcis parkir dimana semakin tinggi skor kelelahan kerja maka akan semakin tinggi skor stres kerja. Berdasarkan hasil penelitian ini maka petugas karcis agar dapat memperhatikan kesehatannya dan memanfaatkan waktu istirahat semaksimal mungkin, menjaga pola makan, dan latihan fisik yang sesuai bagi petugas karcis, terutama bila melakukan pekerjaan dengan keadaan posisi duduk, dalam jangka waktu yang cukup lama.

Kata Kunci: Potong Lintang, Petugas Karcis, Mega Mas

ABSTRACT

Stress is a condition that suppresses oneself and one's soul, beyond the limits of his ability so that if left without a solution it will have an impact on his health. Job stress can have various consequences on workers both physiologically, psychologically and behaviorally. Stress experienced continuously and uncontrollably can cause burnout. For organizations, stress in the workplace can result in low job satisfaction, lack of commitment to the organization, inhibition of the formation of positive emotions, poor decision making, low performance and ultimately can cause financial losses that are not small in number. The purpose of this study was to determine the relationship between work fatigue and work stress in parking attendants in the mega mas area of Manado City. This research is an analytical survey research with cross sectional study approach. The sample in this study is a total population of 77 officers. The results of statistical analysis using the Pearson Test, obtained $p\text{-value} = 0,000$ ($p\text{-value} \leq 0,05$) and $r = 0.407$ or moderate correlation with the direction of a positive relationship (+). The conclusion of this study is that there is a relationship between work fatigue with work stress on parking ticket officers where the higher the work fatigue score, the higher the job stress score. Based on the results of this study, ticket officials should be able to pay attention to their health and take maximum rest time, maintain proper eating patterns, and physical exercise for ticket officers, especially when doing work in a sitting position, for long periods of time.

Keywords: Cross-sectional, Parking ticket officer, Mega Mas

PENDAHULUAN

Stres merupakan suatu keadaan yang menekan diri dan jiwa seseorang di luar batas kemampuannya, sehingga jika terus dibiarkan tanpa ada solusi maka akan

berdampak pada kesehatannya. Stres tidak timbul begitu saja namun, stres timbul umumnya diikuti oleh faktor peristiwa yang mempengaruhi kejiwaan seseorang dan peristiwa itu terjadi di luar dari

kemampuannya sehingga kondisi tersebut telah menekan jiwanya (Fahmi, 2013).

Stres kerja dapat menimbulkan berbagai konsekuensi pada individu pekerja. Baik secara fisiologis, psikologis bahkan perilaku. Stres yang dialami secara terus-menerus dan tidak terkendali menyebabkan terjadinya *burnout* yaitu kombinasi kelelahan secara fisik, psikis dan emosi. Bagi organisasi stres ditempat kerja dapat berakibat pada rendahnya kepuasan kerja, kurangnya komitmen terhadap organisasi, terhambatnya pembentukan emosi positif, pengambilan keputusan yang buruk, rendahnya kinerja, dan tingginya *turnover*. Stres ditempat kerja pada akhirnya bisa menyebabkan terjadinya kerugian finansial pada organisasi yang tidak sedikit jumlahnya (Saragih, 2010).

Kelelahan kerja merupakan aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja, yang dapat disebabkan oleh kelelahan yang sumber utamanya yaitu mata (kelelahan visual), kelelahan fisik umum, kelelahan syaraf, dan kelelahan oleh lingkungan yang monoton, kelelahan oleh lingkungan kronis yang secara terus-menerus sebagai faktor penetap. Kelelahan merupakan mekanisme perlindungan tubuh agar terhindar dari kerusakan lebih lanjut, sehingga dengan demikian terjadilah pemulihan (Suma'mur, 2014).

Kelelahan kerja memiliki kriteria yang lengkap tidak hanya menyangkut kelelahan

fisik dan psikis. tetapi lebih banyak kaitannya dengan perasaan lelah, penurunan kinerja fisik, penurunan motivasi dan produktivitas kerja. Salah satu faktor penyebab utama kecelakaan kerja yang disebabkan manusia adalah kelelahan kerja (*fatigue*). Data dari *International Labour Organization* (ILO) menunjukkan bahwa hampir setiap tahun dua juta pekerja meninggal dunia akibat kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Hasil dari penelitian tersebut menyatakan dari 58.155 sampel sekitar 18.828 sampel menderita kelelahan yaitu sekitar 32,8% dari keseluruhan sampel (Baiduri, 2008). Kelelahan kerja memberikan kontribusi 50% terhadap terjadinya kecelakaan kerja (Maurits, 2011).

Kawasan Mega Mas merupakan salah satu tempat keramaian yang terbesar didaerah Kota Manado, karena semua kelengkapan keperluan sehari-hari yang dibutuhkan oleh masyarakat ada didaerah kawasan mega mas. Petugas karcis parkir yang sehari-hari berprofesi sebagai petugas tempat karcis, setiap hari melayani pelanggan untuk keluar dari daerah kawasan mega mas. Pada hari senin-jumat rata-rata kendaraan yang keluar dari daerah kawasan mega mas sekitar 500 bahkan lebih, dan pada hari *weekend* kendaraan yang keluar bisa sampai 1000 bahkan lebih. Lingkungan kerja seorang petugas karcis loket yaitu kerja yang selalu monoton karena hanya menerima karcis dari

pengguna parkir, kemudian ruang kerja yang tidak nyaman dan terlalu sempit seperti suhu jika pada siang hari terasa panas dan sirkulasi udara juga terbatas dengan ruangpun yang begitu kecil sehingga untuk bergerakpun tidak leluasa.

Berdasarkan observasi awal dengan petugas ada bebetrapa petugas yang mengeluh pada saat bekerja, dengan keluhan mengalami kelelahan kerja berupa mudah mengantuk, kurang berkonsentrasi, dan merasa nyeri pada bagian punggung sedangkan pada stress kerja petugas mengeluh mudah emosi, nyeri punggung, banyak kendaraan, dan panasnya terik matahari. Dari beberapa masalah yang telah ditemukan pada petugas karcis maka penulis tertarik melakukan penelitian tentang hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada petugas karcis parkir kawasan mega mas Kota Manado.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan *cross sectional study* dengan pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Penelitian ini dilakukan dikantor petugas karcis parkir kawasan mega mas pada bulan Juli - November 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petugas karcis parkir dan sampel pada penelitian ini adalah total populasi yang berjumlah 77 petugas. Variabel bebas pada penelitian ini adalah kelelahan kerja dan variabel terikat

pada penelitian ini adalah stres kerja. Alat ukur kelelahan kerja dan stres kerja menggunakan kuesioner.

Pengolahan data yaitu menggunakan Uji Statistik *Pearson* dengan nilai korelasi ($p < 0,05$) = artinya terdapat korelasi yang bermakna atau signifikan,

($p > 0,05$) = artinya tidak terdapat korelasi yang bermakna atau tidak signifikan.

(+) Positif = searah, atau

(-) Negatif = berlawanan arah.

(Sugiyono, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Karakteristik responden yang terdapat dalam penelitian ini meliputi umur, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan shift kerja sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N	%
Umur		
19-25 Tahun	60	89,6
26-30 Tahun	7	9,1
31-35 Tahun	1	1,3
Jenis Kelamin		
Laki-laki	16	20,8
Perempuan	61	79,2
Pendidikan Terakhir		
SMA	73	20,8
D3	2	2,5
S1	2	2,6
Shift Kerja		
Pagi	31	40,3
Siang	38	49,4
Malam	8	10,4

Berdasarkan data dari tabel diatas dapat dilihat bahwa umur terbanyak ada pada kelompok umur 19-25 tahun berjumlah 60 responden (89,6%) dan sedikit pada

kelompok umur 31-35 tahun yaitu 1 responden (1,3%). Sebagian besar responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yang berjumlah 61 responden (79,2%) dan laki-laki berjumlah 16 responden (20,8%). Data menunjukkan bahwa responden memiliki tingkat pendidikan SMA terbanyak yang berjumlah 72 responden (20,8%) diikuti dengan pendidikan D3 dan S1 masing-masing 2 responden. Dan sebagian besar responden memiliki shift kerja Siang sebanyak 38 responden (49,4%) dan sedikit shift kerja malam sebanyak 8 responden (10,4%).

Tabel 2. Kelelahan Kerja

Kelelahan Kerja	n	%
Tidak Lelah	6	7,8
Ringan	66	85,7
Sedang	5	6,5

Kelelahan kerja pada petugas karcis parkir kawasan mega mas kota manado diperoleh hasil sebagian besar responden mengalami kelelahan kerja Ringan sebanyak 66 responden (85,7%) hal ini dikarenakan sebagian besar petugas menjawab tidak pernah merasakan kelelahan kerja seperti ada pada pertanyaan tidak pernah merasa enggan bekerja dengan cekatan, tidak pernah merasa tidak kuat lagi berjalan, tidak pernah merasa tenang dalam bekerja. Dan kelelahan kerja Sedang sedikit dengan jumlah 5 responden (6,5%) ditandai dengan beberapa petugas menjawab pertanyaan sangat sering kelelahan kerja

seperti merasa sukar berpikir, merasa lelah berbicara, merasa gugup menghadapi sesuatu, merasa cenderung lupa terhadap sesuatu, merasa kurang percaya terhadap diri sendiri, merasa seluruh tubuh lelah, merasa bertindak lamban, dan merasa cemas terhadap sesuatu.

Kelelahan kerja adalah aneka keadaan yang disertai dengan penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja. Kelelahan yang sumber utamanya adalah mata atau kelelahan visual, fisik umum, syaraf, lingkungan yang monoton, dan lingkungan yang kronis secara terus-menerus adalah faktor yang tetap (Widyasari, 2010). Untuk mengurangi tingkat kelelahan maka harus disertai dengan sikap kerja yang bersifat statis serta mengupayakan sikap kerja yang lebih bervariasi atau dinamis, sehingga sirkulasi udara dan oksigen dapat berjalan normal kedalam seluruh anggota tubuh, sedangkan untuk menilai tingkat kelelahan seseorang dapat melakukan pengukuran kelelahan secara tidak langsung baik secara objektif ataupun subjektif (Tarwaka, 2010).

Tabel 3. Stres Kerja

Stres Kerja	n	%
Ringan	27	71,1
Berat	11	28,9
Total	38	100

Stres kerja pada petugas karcis parkir kawasan mega mas kota manado menunjukkan hasil stres kerja ringan lebih banyak sebesar (98,7%) hal ini dikarenakan sebagian petugas karcis menjawab tidak

pernah mengalami gejala stres kerja yang ada pada pertanyaan, merasa pekerjaan yang dilakukan ditempat kerja sehari-hari terasa memeras otak, merasa jam kerja normal yang dilakukan sehari-hari terasa berlebihan/memberatkan, merasa pekerjaan yang dibebankan terlalu banyak, merasa shift kerja yang dijalani terasa memberatkan. Diikuti stres kerja berat sebesar (1,3%). Hal ini ditandai karena beberapa petugas karcis mengalami sangat sering stres kerja seperti merasa pekerjaan dari waktu ke waktu relatif tidak ada perubahan, berulang - ulang sehingga menimbulkan kejenuhan dan membosankan merasa temperature ditempat kerja terlalu panas/dingin.

Menurut Tarwaka (2015) terdapat beberapa dampak yang disebabkan akibat

stress kerja yaitu reaksi emosional perubahan kebiasaan atau mental, perubahan fisiologis, performansi kerja menurun, kualitas kerja menurun, hubungan kerja menjadi tegang dan absensi pekerja meningkat. Sumber stress berkaitan dengan lingkungan fisik organisasi seperti kebisingan, penerangan, dan getaran. Sumber stress psikososial berkaitan dengan lingkungan sosial organisasi yaitu gaya manajemen, desai jabatan dan konflik peran. Khan dan Byosiere (1992) dala, Cropanzano, et al (1997).

Analisis Bivariat

Untuk mengetahui hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja yaitu menggunakan Uji *statistic Pearson*.

Tabel 4. Hubungan antara Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Pada Petugas Karcis Parkir Kawasan Mega Mas Kota Manado

Kelelahan Kerja	Stres Kerja				Jumlah	%	p-value	R
	Ringan		Berat					
	n	%	n	%				
Tidak Lelah	6	7,8	0	0,0	6	7,8	0,000	0,407
Ringan	66	85,7	0	0,0	66	85,7		
Sedang	4	5,2	1	1,3	5	6,5		
Total	76	98,7	1	1,3	77	100,0		

Berdasarkan hasil Uji *statistic Pearson* data dari tabel diatas menunjukkan bahwa nilai probabilitas (signifikansi) = 0,000 ($p \leq 0,05$). Maka dapat disimpulkan terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja dengan kekuatan hubungan sedang dan arah hubungan adalah positif. Ditandai dengan diperolehnya petugas

karcis yang mengalami kelelahan kerja ringan sebesar 85,7% dan stres kerja ringan sebesar 98,7%. ini berarti semakin ringan kelelahan kerja yang dialami petugas karcis parkir maka stres kerja juga akan semakin ringan.

Sejalan dengan penelitian Widyasari (2010) yang menyatakan bahwa ada

hubungan antara kelelahan kerja dengan stres kerja pada perawat Rumah sakit Islam Yarsis Surakarta, yang artinya semakin berat kelelahan kerja yang dialami perawat ditempat kerja semakin tinggi pula stres kerja pada perawat.

Penelitian yang sama oleh Jacobs dkk (2015) terdapat hubungan yang bermakna antara stres kerja dengan kelelahan kerja, dimana responden yang mengalami stres kerja memiliki peluang 5 kali lebih besar untuk mendapatkan kelelahan kerja.

Penelitian lain yaitu Sholihaha dan Fauziab (2013) juga menunjukkan adanya hubungan antara stres kerja yang dirasakan oleh pekerja dengan kelelahan kerja pada operator shift malam PT. Indonesia Bulk Terminal Kotabaru, Kalimantan Selatan. Hasil penelitiannya menyebutkan bahwa stres kerja berbanding lurus dengan kelelahan kerja dan juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain ditempat kerja yaitu kebisingan yang tinggi, panas, hubungan dengan keluarga, tingginya tingkat ekonomi ditempat kerja, hubungan di tempat kerja, dan tuntutan fisik yang ada di tempat kerja merupakan bahaya risiko yang dapat meningkatkan stres kerja

Faktor psikologi mempunyai peran besar dalam mempengaruhi kelelahan dan stres, karena penyakit dan kelelahan itu dapat timbul dari konflik mental yang terjadi dilingkungan pekerjaan yang akhirnya dapat mempengaruhi kondisi

Fisik pekerja. Tipe individu yang kurang bisa menerima keadaan sekitarnya akan mudah mengalami stress ditempat kerja dibandingkan mereka dengan tipe kepribadian terbuka (Windyananti, 2010).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu sebagian besar petugas karcis parkir mengalami kelelahan kerja ringan dan sebagian besar petugas karcis mengalami stres kerja ringan dan kelelahan kerja dengan stress kerja berhubungan secara bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

- Baiduri. W. 2008. *Fatigue Assesment Pt. Pama Persada Nusantara*. Jakarta.
- Cropanzano. R. 1997. *The Relationship of Organization Politics an Support to Work Behaviors, Attitudes, an Stress. Journal of Organization Behavior*. 18:59-180.
- Fahmi. I. 2013. *Perilaku Organisasi :Teori, Aplikasi, dan Kasus, Bandung* : CV. Alfabeta.
- International Labour Organization. 2013. *Kesehatan dan Keselamatan Kerja Modul Lima*. Jakarta.
- Jacobs, B.W.P, Kawatu, P.A.T, Maramis, F.R.R, Rattu, A.J.M., 2015. *Hubungan antara Stress Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan Bagian Sumber Daya Manusia di PT. Bank Sulut Cabang Manado*, Jurnal

- Administrasi Publik, Volume 4, No. (32).
- Londok, R. C., Sumampouw, O. J., & Josephus, J. 2016. GAMBARAN STRESS KERJA PADA PEKERJA DI PERSEROAN TERBATAS (PT) DAYA ADICIPTA WISESA KABUPATEN MINAHASA UTARA.
- Maurits, Lientje Setyawati. K. 2011. *Selintas Tentang Kelelahan Kerja*. Yogyakarta : Amara Books.
- Runtuwene, K. S., Kolibu, F. K., & Sumampouw, O. J. 2019. HUBUNGAN ANTARA STRES KERJA DENGAN KINERJA PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH MINAHASA SELATAN. *KESMAS*, 7 (5).
- Saragih. Eva. H. 2010. *Manajemen Stres di Tempat Kerja*. Jakarta : UI Press.
- Sholihaha. Q., Fauziab. R. 2013. *Relationship Work Fatigue Related to Work Stress on Circadian Rhythm Night Shift Operator Employee PT. Indonesia Bulk Terminal Kotabaru, South Kalimantan, Indonesia*. The European Journal of Social & Behavioural Science. Volume. IX, Page. 1410-1416.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta: Bandung.
- Suma'mur. P.K. 2014. *Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja. (HIPERKES) Edisi 2* Jakarta: CV. Sagung Seto.
- Tarwaka. 2015. *Ergonomi Industri*. Revisi Dua. Surakarta : Harapan Press.
- Widyasari. J.K 2010. *Hubungan antara Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Pada Perawat di Rumah Sakit Islam Yarsis Surakarta*. Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta.
- Wungow, I., Suoth, L.F., & Sumampouw, O. J. 2019. HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA DAN STRES KERJA PADA PERAWAT RUMAH SAKIT JIWA PROF. Dr. VLRATUMBUYSANG. *KESMAS*, 7 (4).