

CEK_TURNITIN

by turnitin student

Submission date: 18-Dec-2024 03:26AM (UTC-0500)

Submission ID: 2555212644

File name: SIDANG_YANG_KE_2_sudah_TTD.pdf (2.98M)

Word count: 12863

Character count: 65482

**EFEK PEMBERIAN STIMULUS MUSIK DANGDUT DAN
KAFEIN TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA
KARYAWAN CV SAKA KREASI INDO YOGYAKARTA**

6
Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana



Disusun Oleh :
Hardi Mardiansyah
1800019056

**PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA
2024**

**THE EFFECTS OF PROVIDING DANGDUT MUSIC STIMULUS AND
CAFFEINE ON EMPLOYEES' FATIGUE IN CV SAKA KREASI INDO
YOGYAKARTA EMPLOYEES**

⁶
Thesis

**Submitted as a partial fulfillment of the requirements for the
attainment of the Bachelor degree**



Written By:

HARDI MARDIANSYAH

1800019056

**DEPARTMENT OF INDUSTRIAL ENGINEERING
FACULTY OF INDUSTRIAL TECHNOLOGY
UNIVERSITAS AHMAD DAHLAN
YOGYAKARTA**


2024

**EFEK PEMBERIAN STIMULUS MUSIK DANGDUT DAN KAFEIN
TERHADAP TINGKAT KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN
CV SAKA KREASI INDO**

Dipersiapkan dan disusun oleh:



Menyetujui,
Pembimbing


Hapsoro Agung Jatmiko, S.T., M.Sc.
NIPM : 19910622201810111311184

**EFEK PEMBERIAN STIMULUS MUSIK DANGDUT DAN KAFEIN
TERHADAP TINGKAT KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN
CV SAKA KREASI INDO**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Hardi Mardiansyah
1800019056

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 27 Agustus 2024
dan dinyatakan telah lulus

Susunan Dewan Penguji

Ketua : Hapsoro Agung Jatmiko, S.T., M.Sc.

Penguji I : Choirul Bariyah, S.T., M.T.

Penguji II : Ir. Utaminingsih Linarti S.T., M.T.



Yogyakarta, 27 September 2024
Dekan Fakultas Teknologi Industri
Universitas Ahmad Dahlan



Prof. D. R. Siti Jamilatun, M.T.
NIPM : 1966812199601010785324

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hardi Mardiansyah
NIM : 1800019056
Program Studi : Teknik Industri
Fakultas : Teknologi Industri (FTI)

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tugas Akhir/Skripsi ini saya tulis benar-benar merupakan hasil karya sendiri bukan jiplakan atau pikiran orang lain.

Apabila di kemudian hari skripsi ini terbukti hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi.

Yogyakarta, 22 September 2024

Mengetahui,

Yang membuat pernyataan

Hardi Mardiansyah

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Hardi Mardiansyah
NIM : 1800019056
Email : hardi1800019056@webmail.uad.ac.id
Fakultas : Teknologi Industri
Program Studi : Teknik Industri
Judul tugas akhir : Efek Pemberian Stimulus Musik Dangdut dan Kafein
Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja pada Karyawan CV
Saka Kreasi Indo

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Hasil karya yang saya serahkan ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar kesarjanaan baik di Universitas Ahmad Dahlan maupun di institusi pendidikan lainnya.
2. Hasil karya saya ini bukan saduran/terjemahan melainkan merupakan gagasan, rumusan, dan hasil pelaksanaan penelitian/implementasi saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan pembimbing akademik dan narasumber penelitian.
3. Hasil karya saya ini merupakan hasil revisi terakhir setelah diujikan yang telah diketahui dan disetujui oleh pembimbing.
4. Dalam karya saya ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali yang digunakan sebagai acuan dalam naskah dengan menyebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari terbukti ada penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya saya ini, serta sanksi lain yang sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Universitas Ahmad Dahlan.

Yogyakarta, 27 September 2024

Mengetahui,

Yang membuat pernyataan



Hardi Mardiansyah

PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Hardi Mardiansyah
NIM : 1800019056
Email : hardi1800019056@webmail.uad.ac.id
Program Studi : Teknik Industri
Judul Tugas Akhir : Efek Pemberian Stimulus Musik Dangdut dan Kafein Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja pada Karyawan CV Saka Kreasi Indo

Dengan ini saya menyerahkan hak sepenuhnya kepada Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan untuk menyimpan, mengatur akses serta melakukan pengelolaan terhadap karya seni saya ini dengan mengacu pada ketentuan akses tugas akhir elektronik sebagai berikut:

Saya (~~tidak mengizinkan~~ **mengizinkan**)* karya tersebut di unggah ke dalam aplikasi *Repository* Pusat Sumber Belajar Universitas Ahmad Dahlan.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Yogyakarta, 27 September 2024

Mengetahui,

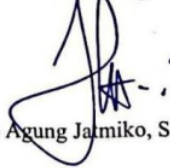
Yang membuat pernyataan



Hardi Mardiansyah

Mengetahui,

Pembimbing



Hapsoro Agung Jatmiko, S.T., M.Sc.

Ket :

*coret salah satu

**jika diizinkan TA dipublish maka ditandatangani dosen pembimbing dan mahasiswa

MOTTO

“ WE LEFT HOME TO MAKE HOME ”

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Wr. Wb.

Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat, rahmat, dan ridho-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul **“Efek Pemberian Stimulus Musik Dangdut dan Kafein Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja pada Karyawan CV Saka Kreasi Indo”**

Dalam penyusunan Tugas Akhir ini, penulis telah mendapatkan banyak bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Semua pihak yang terkait dengan penulisan Tugas Akhir ini layak untuk diberi penghargaan, untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Muchlas, M.T., selaku Rektor Universitas Ahmad Dahlan.
2. Ibu Prof. Dr. Ir. Siti Jamilatun, M.T. selaku Dekan Fakultas Teknologi Industri Universitas Ahmad Dahlan.
3. Bapak Hapsoro Agung Jatmiko, S.T., M.Sc. selaku Ketua Program Studi Teknik Industri Universitas Ahmad Dahlan.
4. Bapak Hapsoro Agung Jatmiko, S.T., M.Sc. selaku dosen pembimbing Tugas Akhir atas segala bimbingan, arahan serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Ibu Hayati Mukti Asih, S.T., M.Sc., Ph.D. selaku dosen dosen pembimbing akademik yang telah membantu dalam mengikuti dan menyelesaikan studi di Universitas Ahmad Dahlan.
6. Ibu Choirul Bariyah, S.T., M.T. dan Ibu Utaminingsih Linarti, S.T., M.T. selaku dosen penguji Tugas Akhir atas segala bimbingan, arahan serta saran yang diberikan kepada penulis sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan dengan baik.

7. Seluruh staff pengajar Program Studi Teknik Industri Universitas Ahmad Dahlan yang telah memberikan ilmu pengetahuan tak ternilai selama penulis menempuh pendidikan di Universitas Ahmad Dahlan.
8. Kepada pemilik CV Saka Kreasi Indo Bapak Erik Gamayudha.
9. Kepada orang tua penulis, Bapak dan Ibu yang selalu memberi semangat, dukungan serta restu dan doa kepada penulis.
10. Kepada kakak penulis, yang telah memberi dukungan dan doa.
11. Kepada Putri Ramadanti Setiawati
12. Kepada teman-teman BERKENDARARIA
13. Seluruh teman – teman Program Studi Teknik Industri angkatan 2018 yang telah saling memotivasi dalam proses penyelesaian Tugas Akhir ini.
14. Kepada seluruh pihak yang mendukung dan membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak sangat diperlukan untuk menyempurnakan Tugas Akhir ini.

Wassalamualaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 22 September 2024

Penyusun



Hardi Mardiansyah

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR.....	iv
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN AKSES	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
ABSTRAK	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA	6
A. Tinjauan Pustaka	6
B. Dasar Teori	12
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	16
A. Objek Penelitian	16
B. Data Yang diperlukan	16
C. Teknik Pengumpulan Data	16
BAB IV PENGUMPULAN DAN PENGOLAHAN DATA	20
A. Pengumpulan Data.....	20
B. Pengolahan Data	20

C. Pembahasan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Tahapan Penelitian	19
Gambar 4. 1 Variabel Musik Terhadap Penurunan Kegiatan	28
Gambar 4. 2 Variabel Musik Dangdut Terhadap Penurunan Motivasi.....	29
Gambar 4. 3 Variabel Musik Dangdut Terhadap Gejala Kelelahan Fisik	30
Gambar 4. 4 Variabel Kafein Terhadap Penurunan Kegiatan.....	31
Gambar 4. 5 Variabel Kafein Terhadap Penurunan Motivasi.....	33
Gambar 4. 6 Variabel Kafein Terhadap Gejala Kelelahan Fisik	34

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Analisis Deskriptif Musik Dangdut Terhadap Penurunan Kegiatan	23
Tabel 4. 2 Analisis Deskriptif Musik Dangdut Terhadap Penurunan Motivasi	24
Tabel 4. 3 Analisis Deskriptif Musik Dangdut Terhadap Gejala Kelelahan Fisik	25
Tabel 4. 4 Uji Analisis Deskriptif Kafein Terhadap Penurunan Kegiatan.....	25
Tabel 4. 5 Uji Analisis Deskriptif Kafein Terhadap Penurunan Motivasi	26
Tabel 4. 6 Uji Analisis Deskriptif Kafein Terhadap Gejala Kelelahan Fisik..	27
Tabel 4. 7 Uji Chi square Variabel Musik Dangdut	36
Tabel 4. 8 Uji Chi square Variabel Musik Dangdut	36

**EFEK PEMBERIAN STIMULUS MUSIK DANGDUT DAN KAFEIN
TERHADAP TINGKAT KELELAHAN KERJA PADA KARYAWAN
SAKA KREASI INDO**

Hardi Mardiansyah 1800019056
Program Studi Teknik Industri, Universitas Ahmad Dahlan
Kampus IV UAD Jl. Ringroad Selatan, Banguntapan, Yogyakarta
hardi1800019056@webmail.uad.ac.id

ABSTRAK

CV Saka Kreasi Indo merupakan suatu perusahaan yang memproduksi berbagai jenis souvenir. Berdasarkan observasi yang dilakukan karyawan pada ruangan produksi memiliki permasalahan kelelahan kerja pada karyawan, seperti pegal, jenuh, mengantuk dan merasa sulit untuk fokus karena pola kerja yang monoton, dengan beban kerja yang ringan tetapi terjadi repetisi yang tinggi, hal ini tentu saja menjadi masalah bagi para pekerja karena akan mengganggu performa kerja karyawan.

Penelitian ini menggunakan metode analisis deskriptif dan crosstab untuk melihat ada atau tidaknya dampak positif atau negatif dari pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap variabel kelelahan kerja. Objek penelitian ini ialah pekerja pada ruang produksi CV Saka Kreasi Indo. Pengukuran ini terbatas hanya di ruang produksi CV Saka Kreasi Indo. Berdasarkan uji analisis deskriptif yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa variabel musik dangdut dan kafein memberikan dampak positif terhadap kelelahan kerja, hal ini dapat dilihat pada hasil mean, median, dan modus yang dihasilkan dari uji analisis deskriptif memiliki nilai $> 2,50$ hasil ini merupakan salah satu tanda dampak positif yang dialami pekerja.

Frekuensi jawaban tentang stimulus musik dangdut menunjukkan hasil yang positif, dari hasil jawaban kuisioner para responden merasa terbantu dengan stimulus musik dangdut dan kafein. Hasil uji crosstab pada penambahan stimulus musik dangdut dan kafein memiliki hasil $< 0,005$ angka ini menunjukkan bahwa responden merasakan efek positif dari stimulus musik dangdut dan kafein. Dari 3 uji yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan stimulus musik dangdut dan kafein memberikan dampak positif terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan CV Saka Kreasi Indo.

Kata Kunci : Analisis Deskriptif , CrossTab, Kafein, Kelelahan Kerja, Musik Dangdut

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Lingkungan kerja adalah segala sesuatu di sekitar karyawan yang dapat mempengaruhi dirinya saat bekerja dan pekerjaan yang diberikan. Jika tempat kerja tidak ergonomis, efeknya akan terasa dan terlihat dalam waktu yang lama, sehingga akan menyulitkan dalam melakukan pekerjaan secara lebih efektif dan efisien.

Lingkungan kerja terdiri dari kondisi material dan psikologis yang berlaku dalam organisasi. Oleh karena itu, perusahaan harus menyediakan tempat kerja yang sesuai, seperti lingkungan fisik (desain kantor yang baik, lingkungan yang bersih, ventilasi yang baik, warna yang sesuai, pencahayaan dan musik), ruang kerja yang baik dapat mendukung pekerjaan untuk meningkatkan kinerja dan antusiasme karyawan. Motivasi kerja yang buruk dapat berdampak negatif pada kinerja karyawan (Efentris & Chandra, 2019).

Kelelahan merupakan akumulasi berbagai aktivitas tubuh yang menghasilkan kondisi tubuh yang ditandai dengan adanya perasaan lelah dan konsentrasi menurun. Kelelahan juga dapat diartikan berupa suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat. Kelelahan sering kali diabaikan oleh tenaga kerja, yang dimana seharusnya hal ini mendapatkan perhatian sebab berkaitan dengan perlindungan kesehatan tenaga kerja.

Kelelahan kerja merupakan dampak yang sering dialami oleh tenaga kerja. Suasana kerja yang tidak ditunjang dengan kondisi lingkungan yang sehat, nyaman dan selamat akan memicu terjadinya kelelahan kerja. Kelelahan kerja juga dapat mengakibatkan gangguan kesehatan baik penyakit fisik, psikologis, serta dapat mengganggu kinerja pekerja saat melaksanakan tugasnya. Hasil penelitian disebutkan bahwa dari 80% *human error*, 50% nya disebabkan oleh kelelahan kerja yang mengakibatkan terjadinya penurunan daya kerja dan berkurangnya ketahanan tubuh untuk bekerja (Berdi & Narimawati, 2018). Kelelahan ini mengakibatkan seseorang kehilangan

kemauan untuk bekerja dikarenakan kondisi psikologisnya. Lelah yang berat mengakibatkan seseorang berhenti untuk bekerja dikarenakan seseorang tersebut tidak mampu lagi meneruskan pekerjaannya. Pekerja yang mengalami lelah dan tetap meneruskan pekerjaannya dapat mempengaruhi kelancaran pekerjaan dan berdampak buruk terhadap kesehatan tubuhnya (Sari, 2019). Kelelahan bisa terjadi pada fisik dan mental, selama ini perusahaan hanya fokus kepada kelelahan fisik, sedangkan kelelahan mental tidak kalah penting dibandingkan kelelahan fisik.

Ada beberapa variabel yang memberikan pengaruh dan berhubungan dengan kelelahan kerja, mulai dari usia, berat badan, masa bekerja, postur tubuh, pencahayaan, suhu, kualitas udara maupun stimulus yang diberikan kepada pekerja, seperti asupan kafein dan pemutaran musik pada saat bekerja.

Seperti penelitian yang telah dilakukan pada karyawan pabrik rokok PT. Djitoe Indonesia Tobako Surakarta menunjukkan bahwa Uji statistik dengan Wilcoxon Rank Test menggunakan SPSS versi 17. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p value = $0,000 < 0,05$ sehingga dinyatakan bahwa musik berpengaruh signifikan terhadap semangat kerja dan produktivitas tenaga kerja serta diperoleh nilai p-value $0,750 > 0,05$ pada hasil pre test dan p-value $0,125 > 0,05$ pada hasil post test yang menunjukkan bahwa semakin meningkatnya semangat kerja maka akan meningkatkan produktivitas kerja. Akan tetapi tidak ada hubungan yang signifikan antara semangat kerja dengan produktivitas. Jadi musik berpengaruh terhadap semangat kerja dan produktivitas tenaga kerja (Utomo, 2014).

Berbicara tentang musik, ada banyak sekali genre atau aliran musik yang ada didunia, seperti rock, jazz, dangdut dll. Melihat era industri musik di Indonesia sekitar 5 tahun belakangan, genre musik dangdut menjadi pilihan yang sangat menarik oleh masyarakat Indonesia, hal ini bisa terjadi karena banyak sekali lagu dangdut yang bercerita tentang kehidupan sehari-hari seperti percintaan dan keluarga, sehingga para pendengar merasa terwakili dengan karya-karya musik genre dangdut.

Menurut studi yang telah dilakukan, musik dangdut dapat mempengaruhi tingkat kelelahan pekerja yaitu unsur-unsur dari musik dangdut yang terdiri dari irama, melodi, tempo, lirik lagu, dan suara penyanyi dapat mempengaruhi semangat kerja. Irama dangdut koplo yang enerjik dengan tempo yang cepat dapat membuat orang yang mendengarkan menjadi bergoyang atau melakukan gerakan lain seperti menghentakan kaki, bersiul, menambah semangat kerja.

Kopi merupakan minuman yang sejak lama digemari masyarakat Indonesia. Keberadaannya semakin dibuktikan dengan kemampuan Indonesia menjadi negara produsen kopi keempat terbesar dunia setelah Brazil, Vietnam, dan Colombia. Kafein mempunyai efek langsung pada medula adrenal untuk mengeluarkan epinefrin. Konsumsi kopi menyebabkan curah jantung meningkat dan terjadi peningkatan tekanan *sistol* dan tekanan *diastole*.

Mengonsumsi kafein dalam jumlah yang tepat dapat meningkatkan kewaspadaan seseorang secara signifikan selama hari kerja. Sementara itu, penelitian yang dilakukan terhadap 354 responden didapatkan hasil bahwa 92,3% responden mengatakan mengonsumsi minuman berkafein (dalam hal ini kopi) dapat menghilangkan rasa kantuk mereka, menjadi lebih bugar (24,4%), lelah berkurang (16,0%) dan sebanyak 20,5% responden mengatakan kopi dapat meningkatkan daya konsentrasi mereka. Kafein diserap dengan cepat dari saluran pencernaan dan mencapai konsentrasi maksimum di darah dalam waktu 1-1,5 jam setelah dikonsumsi karena kafein dapat dengan mudah didistribusikan ke seluruh tubuh serta dapat melewati penghalang darah-otak dengan waktu paruh eliminasi kafein antara 3-7 jam. Secara konsisten, kafein berhubungan dengan peningkatan mood, waktu reaksi, dan kewaspadaan ketika kewaspadaan seseorang menurun serta dapat meningkatkan gairah seseorang ketika ia berada dalam keadaan kelelahan. Sebuah studi yang dilakukan terhadap pekerja malam hari menyatakan bahwa kafein telah terbukti dapat meningkatkan perhatian seseorang. Studi yang dilakukan menyatakan bahwa konsumsi kopi dan teh yang mengandung kafein dapat meningkatkan

kewaspadaan, mengurangi kelelahan, mengurangi tingkat stress dan juga dapat memberi kesegaran. (Jeneta, 2016)

CV Saka Kreasi Indo telah berdiri sejak tahun 2016, yang beralamatkan di Jalan Affandi CT X No. 22B, Karang Gayam, Caturtunggal, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Saka Kreasi Indo merupakan perusahaan yang bergerak di bidang souvenir promosi atau *Merchandise* untuk menunjang kebutuhan kegiatan acara perusahaan swasta, pemerintahan dan juga kampus, dan menghasilkan omset kurang lebih 500.000.000 perbulan. Perusahaan Saka Kreasi Indo memiliki total karyawan sebanyak 20 orang, 14 karyawan di bagian office dan 6 karyawan dibagian produksi.

CV Saka Kreasi Indo ini termasuk tempat terjadinya aktivitas manusia dalam proses pembuatan pesanan berupa souvenir. Dengan demikian CV Saka Kreasi Indo ini perlu dirancang sedemikian rupa untuk menyediakan tempat kerja yang nyaman dan ergonomis bagi pekerja yang bertujuan untuk meningkatkan produktivitas dan menekan tingkat kelelahan pekerja. Berdasarkan observasi peneliti didapatkan permasalahan kelelahan kerja yang terjadi, Karyawan sering mengeluh tentang kelelahan kerja seperti kurang fokus, pegal dan mengantuk. Hal ini disebabkan karena pekerja melakukan kegiatan yang sama dan cenderung monoton secara berulang dalam waktu yang lama, setidaknya 8 jam kerja tanpa lembur, maka dari itu peneliti mencoba menambahkan stimulus musik dangdut dan kafein kepada pekerja CV Saka Kreasi Indo untuk melihat ada atau tidaknya efek musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja pada karyawan CV Saka Kreasi indo.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, didapatkan identifikasi masalah, sebagai berikut :

1. Pekerja CV Saka Kreasi Indo mengalami kelelahan kerja, seperti pegal, mengantuk, jenuh dan merasa sulit fokus.

C. Batasan Masalah

Batasan masalah yang dapat dibuat dari definisi latar belakang diatas yaitu sebagai berikut:

1. Penelitian dilakukan di CV Saka Kreasi Indo.
2. Penelitian ini hanya dilakukan pada Ruang Produksi CV Saka Kreasi Indo.
3. Penelitian ini hanya meneliti efek musik dangdut dan kafein terhadap tingkat kelelahan pekerja.
4. Penelitian ini berlangsung dari tanggal 18 juni-3 juli 2024

D. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang tersebut, sehingga didapatkan Rumusan Masalah penelitian, sebagai berikut:

1. Bagaimana efek pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja karyawan CV Saka Kreasi Indo?

E. Tujuan Penelitian

Menurut rumusan masalah, maka penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut:

1. Mengetahui efek pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan karyawan CV Saka Kreasi Indo

F. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian yang telah dilakukan diharapkan dapat memberi manfaat, adapun manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efek musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

Berikut ini merupakan beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh peneliti lain terkait dengan analisis pengaruh musik dangdut dan kafein terhadap tingkat kelelahan kerja :

Salah satu elemen yang merupakan aset penting bagi perusahaan yaitu manatau sumber daya manusia. Perusahaan harus mengetahui bagaimana beban kerja fisiologis dan psikologis pekerja. Hal ini penting agar hasil sesuai target yang telah ditetapkan perusahaan (Bramantyo & Pramono, 2023). Setiap beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun mental pekerja yang menerima beban kerja tersebut agar tidak terjadi kelelahan (Ramadhan dkk., 2014). Kelelahan (*fatigue*) adalah suatu fenomena fisiologis, suatu proses terjadinya keadaan penurunan toleransi terhadap kerja fisik, Penyebabnya sangat spesifik bergantung pada karakteristik kerja tersebut aktivitas berlebihan, kurang istirahat, kondisi fisik lemah, olahraga dan tekanan sehari-hari dapat menyebabkan kelelahan. Kelelahan dibagi dalam dua tipe, yaitu kelelahan mental dan kelelahan fisik. Kelelahan mental adalah kelelahan yang merupakan akibat dari kerja mental seperti kejemuian sebab kurangnya minat. Sedangkan kelelahan fisik disebabkan karena kerja fisik atau kerja otot. Kelelahan dapat dipicu oleh berbagai faktor internal maupun faktor eksternal.

Pemberian musik saat bekerja dilakukan untuk menuntun kerja terutama kecepatan dan irama kerja, pada penelitian ini dilaksanakan untuk mengkaji musik sebagai pengiring kerja. dengan menghasilkan produk steker listrik lebih banyak. Rata-rata usia dari seluruh naracoba pada saat perakitan yaitu 23,8 tahun dengan tempo musik pop yang lebih digemari oleh naracoba serta irama yang menarik dari musik pop naracoba dapat memberikan rasa semangat dan hiburan sehingga dapat lebih cepat pada saat merakit. Musik meningkatkan

produktivitas melalui peningkatan kewaspadaan, penurunan kebosanan, dan melawan kelelahan (Budiyatna & Wahyuning, 2022).

⁴ Musik dapat mempengaruhi produktivitas melalui relaksasi. Relaksasi memberikan daya penggerak. Relaksasi akan menimbulkan rasa gairah bekerja pada seseorang, agar seseorang terdorong untuk bekerja sama secara bekerja efektif dan terintegrasi. Jika karyawan bekerja dengan efektif dan terintegrasi, maka organisasi akan memiliki produktivitas kerja yang baik. Karyawan yang memiliki semangat kerja, cenderung memiliki produktivitas yang baik. Hal tersebut dikarenakan kondisi pikiran yang selalu terjaga. Produktivitas yang baik berakar dari kondisi pikiran yang selalu terjaga. Relaksasi dapat dilakukan dengan cara yang sederhana. Salah satu caranya adalah dengan menggunakan media musik. Mendengarkan musik dapat ⁴ menumbuhkan ketenangan tersendiri bagi karyawan dan anggota organisasi. Dengan relaksasi musik, karyawan akan menghasilkan produktivitas kerja (Lukmana, 2020).

Musik dangdut dapat mempengaruhi tingkat kelelahan pekerja yaitu unsur-unsur dari musik dangdut yang terdiri dari irama, melodi, tempo, lirik lagu, dan suara penyanyi dapat mempengaruhi semangat kerja. Irama dangdut koplo yang enerjik dengan tempo yang cepat dapat membuat orang yang mendengarkan menjadi bergoyang atau melakukan gerakan lain seperti menghentakan kaki, bersiul, menambah semangat kerja (Ferdianto & Muttaqin, 2017).

⁵ Ada hubungan antara konsumsi kopi dengan mood. Pada *The Acute Effects of Caffeinated Black Coffee on Cognition and Mood in Healthy Young and Older Adults* tahun 2018, di Newcastle, Inggris dalam hal efek mood, tingkat kewaspadaan dan mood secara keseluruhan lebih tinggi dan tingkat kelelahan mental lebih rendah setelah minum kopi biasa dibandingkan dengan plasebo. Lalu pada *A Randomised Placebo-Controlled Trial to Differentiate the Acute Cognitive and Mood Effects of Chlorogenic Acid from Decaffeinated Coffee* pada tahun 2013, di Melbourne, ⁵ Australia mengkonfirmasi temuan sebelumnya bahwa enam gram kopi campuran hijau tanpa kafein

meningkatkan perhatian dan mood. Dan terakhir pada *Caffeine Content and Perceived Sensory Characteristics of Pod Coffee: Effects on Mood and Cognitive Performance* pada tahun 2018, di Rockhampton, Australia menunjukkan bahwa konsumsi kafein / kopi berkafein meningkatkan konsentrasi, kewaspadaan, kegembiraan dan kebahagiaan. Selain itu, ditemukan juga penurunan pada kantuk dan sakit kepala (Nasrullah & Djojogito, 2022).

Tabel 2. 1 Tinjauan Pustaka

Nama dan Tahun	Judul Penelitian	Metode	Variabel	Hasil penelitian
Bramantyo & Pramono, (2023)	<p>Analisis Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Kerja Dengan Metode Subjective Self Rating Test (Studi Kasus: Pekerja Bagian Lantai Produksi Pt. Marabunta Berkarya Ceperindo)</p>	Subjective Self Rating Test	Kelelahan Kerja	<p>Peneliti mendapatkan hasil bahwa tingkat kelelahan yang dialami pekerja lantai produksi PT. Marabunta Berkarya Ceperindo adalah 81,81% kelelahan ringan dan 18,18% kelelahan sedang. Tidak terdapat hubungan antara faktor internal usia, masa kerja, dan status gizi terhadap kelelahan pekerja pekerja lantai produksi PT. Marabunta Berkarya Ceperindo. Hal ini dibuktikan dengan hasil Sig > 0,05 yaitu 0,807 untuk usia pekerja, 0,545 untuk masa kerja, dan 0,312 untuk status gizi pada Uji Korelasi Spearman. Sehingga, kelelahan kerja dapat dipicu oleh faktor internal lain selain usia, masa kerja, dan status gizi.</p>
Budiyatna & Wahyuning, (2022)	Kajian Pengaruh Musik Terhadap Kecepatan Dan Ketepatan Kerja Pada Pekerjaan Perakitan	Eksperimen	Musik, Kecepatan dan Ketepatan Kerja	<p>Peneliti mendapatkan hasil bahwa bahwa pada proses perakitan terjadi peningkatan kecepatan kerja setelah diperdengarkan musik baik musik pop dan dangdut, sehingga pemberian musik pop dan dangdut meningkatkan kinerja naracoba.</p>

<p>4 Lukmana, (2020)</p>	<p>Pengaruh Musik Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Dengan Relaksasi Sebagai Variabel Intervening Di Kantor Kementerian Agama Kota Surabaya</p>	<p>Regresi linear berganda</p>	<p>Musik, Produktivitas, Relaksasi</p>	<p>1 Peneliti mendapatkan hasil bahwa pengaruh langsung antara musik terhadap produktivitas sebesar 0,069 atau sama dengan 6,9%. Sedangkan pengaruh tidak langsung antara musik terhadap produktivitas melalui relaksasi sebesar 0,609X0,384=0,2338 atau sama dengan 23,34%. Sehingga pengaruh total musik terhadap produktivitas melalui relaksasi adalah 0,069+0,234=0,303. Hasil tersebut menggambarkan, bahwa pengaruh tidak langsung lebih besar dibandingkan pengaruh langsung, sehingga musik melalui relaksasi berpengaruh signifikan terhadap produktivitas.</p>
<p>Ferdiyanto & Muttaqin, (2017)</p>	<p>Pengaruh Penggunaan Musik Dangdut Terhadap Semangat Kerja Para Pekerja Bangunan Drainase Di Desa Margorejo Kecamatan Margorejo Kabupaten Pati</p>	<p>triangulasi data</p>	<p>Musik dangdut, Semangat Kerja</p>	<p>Musik dangdut mempengaruhi semangat para pekerja bangunan. Aspek-aspek musikal musik dangdut yang dapat memicu semangat kerja para pekerja adalah, tempo, dinamik, dan teks pada lagu yang diputar</p>

Nasrullah & Djojusugito, (2022)	<p>5 Hubungan Antara Konsumsi Kopi Terhadap Mood Pada Orang Dewasa</p>	<p>5 PRISMA (preferred reporting items for systematic review and meta-analyses)</p>	Kopi ,Mood orang dewasa	<p>5 Pada hasil penelitian didapatkan efek utama yang signifikan dari waktu, dengan peserta menunjukkan bahwa mereka merasa tingkat konsentrasi ($p= < 0.001$), kewaspadaan ($p= < 0.001$), kegembiraan ($p= < 0.001$), dan kebahagiaan ($p= < 0.001$) yang lebih tinggi; dan memiliki tingkat Sakit Kepala yang lebih rendah setelah konsumsi kopi ($p= 0.031$).</p>
Mardiansyah (2024)	<p>Hubungan Musik Dangdut Dan Kafein Terhadap Tingkat Kelelahan Kerja Di CV Saka Kreasi Indo Yogyakarta</p>	<p>Analisis Deskriptif, Cross Tabulasi</p>	<p>Musik Dangdut,Kafein, Kelelahan Kerja</p>	<p>Pada penelitian ini dapat dilihat stimulus musik dangdut dan kafein berdampak positif terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan CV Saka Kreasi Indo, hal ini dapat dilihat dari uji analisis deskriptif yang menghasilkan mayoritas nilai mean,median, dan modus diatas 2,50-, pada uji frekuensi jawaban responden juga mayoritas menjawab merasa sangat terbantu dengan stimulus musik dangdut dan kafein, pada uji cross tab juga memiliki hasil $< 0,50$ maka disimpulkan variabel musik dangdut dan kafein memiliki dampak positif terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan CV Saka Kreasi Indo.</p>

B. Dasar Teori

1. Musik Dangdut

Musik dangdut merupakan salah satu pilihan genre favorit masyarakat Indonesia saat ini, musik dangdut juga merupakan perkembangan budaya bangsa Indonesia yang harus dijaga dan dilestarikan. Dalam sejarahnya, musik dangdut pada mulanya memiliki karakteristik musik yang terdiri dari beberapa budaya yang digabungkan yaitu, melayu, india, dan arab, hal ini tentunya dikarenakan pertemuan atau dialog yang terjadi di Indonesia pada saat itu.

Seperti contohnya para pekerja kantoran, pekerja kuli, mahasiswa atau juga ibu rumah tangga yang stres karena memiliki banyak masalah hidup, atau juga tugas maupun masalah yang ada di dalam rumah dan juga masalah yang lainnya yang mungkin ada beberapa memiliki masalah sendiri sehingga tidak dapat dibicarakan oleh orang banyak, dari sana banyak sekali yang menggunakan musik sebagai media untuk meredakan stres dengan mendengarkan musik, sehingga banyak sekali orang-orang, yang menyukai musik ketika sedang mengalami stres. Ada juga yang beranggapan bahwa, mendengarkan musik dapat mempengaruhi pekerjaan kita dan juga bisa mendapatkan moodboster, atau juga bisa meningkatkan mood saat mendengarkan musik, beberapa pendapat yang mengemukakan soal musik sebagai penghilang stres dan juga, musik bisa mempengaruhi pola pikir kita serta musik dapat mempengaruhi pola mood kita, saat melakukan pekerjaan atau saat kita mengalami stres yang cukup berkepanjangan, adapun beberapa yang berpendapat bahwa musik memiliki hubungan dengan psikologi, yang menjadi satu regulasi antara musik dan psikologi. (Najla, 2020)

2. Kafein

Kafein adalah senyawa alkaloid metilxantine (basa purin) yang berwujud kristal berwarna putih dan bersifat psikoaktif. Kafein digunakan sebagai stimulan sistem saraf pusat dan mempercepat metabolisme (diuretik). Konsumsi kafein berguna untuk meningkatkan kewaspadaan, menghilangkan

kantuk dan menaikkan mood. Kafein juga membantu kinerja fisik dengan meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan kontraksi otot. Atlet yang mengkonsumsi kafein memiliki kelebihan dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi kafein karena atlet akan dapat bertahan lebih lama saat melakukan aktivitas olahraga (Ennis, 2014).

efek dari konsumsi kafein secara akut dapat menyebabkan peningkatan pada mood, konsentrasi, memori. 30 responden dari penelitiannya didapatkan meminum minuman kopi yang mengandung kafein berpengaruh terhadap peningkatan konsentrasi santri Pondok Pesantren As Salafiyah. Kafein dapat berperan sebagai antagonis adenosin, yaitu zat yang dapat merangsang rasa ngantuk dengan mengurangi aktivitas neuron, sehingga mencegah penghambatan pengeluaran neurotransmitter ke seluruh otak yang meningkatkan performa kerja otak. (Magfiroh, 2019)

3. Kelelahan Kerja

Kelelahan kerja adalah respon total individu terhadap stress psikososial yang dialami dalam satu periode waktu tertentu dan kelelahan kerja cenderung menurunkan prestasi maupun motivasi pekerja bersangkutan. Kelelahan kerja merupakan kriteria yang lengkap tidak hanya menyangkut kelelahan yang bersifat fisik dan psikis saja tetapi lebih banyak kaitannya dengan adanya penurunan kinerja fisik, adanya perasaan lelah, penurunan motivasi, dan penurunan produktivitas kerja.

Kelelahan kerja merupakan salah satu permasalahan kesehatan dan keselamatan kerja yang dapat menjadi faktor risiko terjadinya kecelakaan saat bekerja. Kelelahan kerja disebabkan oleh banyak faktor baik dari faktor individu, dan juga faktor dari luar seperti lingkungan kerja.

Kelelahan memberikan dampak dan risiko terhadap para pekerja, yaitu motivasi kerja yang menurun, performansi rendah, kualitas kerja menurun, banyak terjadi kesalahan kerja, produktifitas menurun, stress akibat kerja, penyakit akibat kerja (PAK), dan cidera diakibatkan kecelakaan kerja. Beberapa

hal tersebut yang mungkin diakibatkan dari kelelahan yang sangat tinggi sehingga tidak mampu lagi melakukan pekerjaannya. Beberapa gejala yang dirasakan akan menghambat pekerjaan dan menyebabkan terjadinya kesalahan dalam suatu pekerjaan. Akan timbul rasa malas untuk melakukan pekerjaan, yang mungkin muncul rasa mengantuk dan sangat letih. (Tarwaka, 2015)

4. Subjective Self Rating Test

Subjective Self Rating Test dari Industrial Fatigue Research Committee (IFRC) Jepang, Menurut (Oesman, 2011) ini merupakan satu diantara lainnya kuesioner yang bisa mengukur tingkat kelelahan subjektif. Kuesioner mencakup 30 daftar pertanyaan yang terdiri dari:

- a. 10 pertanyaan mengenai penurunan kegiatan: perasaan berat di kepala, lelah semua anggota tubuh, kebas di kaki, menguap, pemikiran tidak jelas, kepala terasa ringan, mata tegang, gerakan canggung dan kaku, berdiri goyah, ingin berbaring.
- b. 10 pertanyaan mengenai penurunan motivasi: sulit berpikir, lelah berbicara, gugup, tidak mampu berkonsentrasi, sangat mudah lupa, kepercayaan diri yang menurun, selalu merasa cemas, sulit mengendalikan sikap, serta tidak rajin bekerja.
- c. 10 pertanyaan mengenai gejala kelelahan fisik: Sakit kepala, bahu pegal, nyeri pada punggung, sesak napas, rasa dahaga, suara serak, kelopak mata berkedut, anggota tubuh gemetar, kondisi fisik buruk.

Kuesioner ini selanjutnya dikembangkan yang mana jawaban diskoring sesuai 4 skala Likert, yaitu Sangat Sering (SS) diberikan nilai 4, Sering (S) diberikan nilai 3, Kadang-kadang (K) diberi nilai 2, dan Tidak Pernah (TP) dengan diberi nilai 1. Penilaian dengan cara ini dapat bersifat subjektif. Artinya penilaian tergantung dengan bagaimana jawaban responden yang diteliti.

5. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dapat menjadi langkah awal sebelum dilaksanakannya analisis yang lain karena analisis deskriptif dapat membantu peneliti dalam mengidentifikasi data. Hal ini karena analisis deskriptif akan sangat membantu dalam mengatur, menyusun, dan menyajikan dalam bentuk yang mudah dipahami (Maswar, 2017).

Statistika deskriptif sesuai definisinya merupakan salah satu metode statistika yang berkaitan untuk pengumpulan dan penyajian sehingga dapat memberikan informasi yang berguna. Memberikan informasi yang berguna disini dimaksudkan bahwa penyajiannya akan memudahkan pembaca atau pengguna informasi untuk dapat membaca dan memanfaatkan data secara lebih mudah. Beberapa bentuk deskriptif dari data dapat dibuat berdasarkan kebutuhan dan optimalnya sebuah informasi. Peneliti dapat menentukan jenis deskripsi seperti apa yang akan dibuat sehingga data dapat menggambarkan informasi yang berguna dan mudah dicerna. (Martias, 2021).

6. Analisis Cross Tab

Analisis crosstab adalah suatu metode analisis berbentuk tabel yang menampilkan tabulasi silang dari data yang diamati. Tabulasi silang atau table kontingensi ini digunakan untuk mengidentifikasi dan mengetahui apakah ada korelasi atau hubungan antara satu variable dengan variabel yang lain. Analisis crosstab merupakan metode untuk mentabulasikan beberapa variabel yang berbeda ke dalam suatu matriks. Tabel yang dianalisis di sini adalah hubung anantara variable dalam baris dengan variable dalam kolom (Ghozali, 2011 dalam MARIANI). Analisis crosstab memungkinkan penggunaan yang menyilangkan data pada variable satu dengan variable lainnya. Analisis crosstab dapat dilakukan pada variabel yang berbentuk ordinal atau nominal. (Ghozali, 2011)

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Objek Penelitian

Penelitian dilaksanakan di CV Saka Kreasi Indo khususnya pada ruang produksi dengan 6 orang jumlah pekerja, yang dimana peneliti melakukan penelitian tentang efek pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja karyawan CV Saka Kreasi Indo.

B. Data Yang diperlukan

1. Data Primer

Data primer adalah data yang diperoleh dengan observasi dan data hasil penyebaran kusioner oleh peneliti terhadap objek penelitian yaitu CV Saka Kreasi Indo untuk mengetahui keadaan pekerja di CV Saka Kreasi Indo terkhusus tentang masalah kelelahan kerja.

2. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang sudah tersedia atau disajikan oleh pihak lain atau CV Kreasi Indo Langsung, termasuk data jumlah pekerja, durasi kerja karyawan. dan jadwal kerja dan sebagainya.

C. Teknik Pengumpulan Data

1. Observasi lapangan

Observasi dilakukan dengan mengamati proses kerja atau hal-hal yang terjadi pada CV Saka Kreasi Indo, kemudian secara sistematis mencatat hasil pengamatan yang dilakukan untuk memperoleh informasi yang diperlukan untuk penyelidikan yang sedang berlangsung.

2. Dokumentasi

Dokumentasi dilakukan dengan menggunakan kamera handphone untuk mendapatkan dokumentasi atau foto pekerjaan di CV Saka Kreasi Indo. Foto-foto tersebut diambil untuk mendapatkan gambaran sebenarnya dari pendekatan kerja lapangan. Citra yang dihasilkan secara holistik dapat mencerminkan sikap kerja terhadap aspek-aspek yang akan diteliti.

3. Tahapan Penelitian

a) Observasi lapangan

Observasi ini bertujuan untuk mengetahui objek penelitian secara umum, agar mendapatkan data dan informasi demi kelancaran penelitian ini, seperti Jenis pekerjaan yang dilakukan, serta waktu melaksanakan pekerjaan, dll.

b) Identifikasi Masalah

Identifikasi Masalah bertujuan akan menangkap konflik yang terjadi pada objek penelitian. Kegiatan ini diidentifikasi untuk menemukan penyebab masalah pada penelitian yang dilakukan di ruang produksi CV Saka Kreasi Indo.

c) Rumusan Masalah

Rumusan masalah ini bermaksud untuk mengidentifikasi masalah yang akan terjadi. Pada CV Saka Kreasi Indo.

d) Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini bermaksud untuk mengetahui efek antara musik dangdut dan kafein terhadap tingkat kelelahan kerja karyawan CV Saka Kreasi Indo.

e) Studi Literatur Review

Studi literatur bertujuan akan mengambil referensi teoritis untuk dasar penelitian. Hal ini dilakukan atas dasar penyelesaian masalah hingga pencapaian tujuan dalam suatu penelitian. Informasi ini didapat dari jurnal penelitian terdahulu.

f) Kuesioner

Dalam penelitian yang akan dilakukan peneliti menggunakan kuesioner Subjective Self Rating Test dari Industrial Fatigue Research Committee (IFRC) Jepang, Menurut (Oesman,

2011) ini merupakan satu diantara lainnya kuesioner yang bisa mengukur tingkat kelelahan subjektif.

g) Penyebaran Kuesioner

Penyebaran kuesioner dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada setiap pekerja CV Saka Kreasi Indo khususnya di bagian ruang produksi.

h) Pengumpulan Data

Pengumpulan data didapatkan dari hasil dari penyebaran kuesioner untuk diolah atau diuji.

i) Pengolahan Data

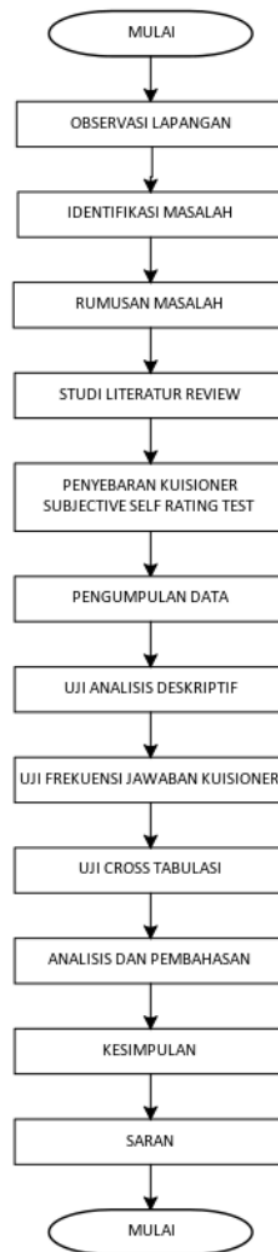
Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif untuk melihat ada atau tidaknya dampak dari musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja karyawan CV Saka Kreasi Indo.

j) Analisis dan Pembahasan

Setelah melakukan pengolahan data dengan metode analisis deskriptif maka dapat diketahui hubungan kafein dan musik dangdut terhadap tingkat kelelahan pekerja. Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan *software* SPSS dengan menggunakan metode analisis deskriptif.

k) Kesimpulan dan Saran

Membuat kesimpulan berdasarkan analisis yang telah dilakukan, maka akan melihat efek dari kafein dan musik dangdut terhadap tingkat kelelahan pekerja, serta memberikan saran berupa solusi. Berikut ini adalah kerangka penelitian yang akan dipaparkan pada gambar 3.1 :



Gambar 3. 1 Tahapan Penelitian

BAB IV PENGUMPULAN DAN PENGOLAHAN DATA

A. Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang dilakukan di CV Saka Kreasi Indo menggunakan cara wawancara dan observasi lalu menyebarkan kuesioner subjective self rating test di ruang produksi CV Saka Kreasi Indo. Pengambilan keputusan dalam pemilihan variabel yang digunakan mengikuti kondisi yang ada pada ruang produksi CV Saka Kreasi Indo. Rekapitulasi data berupa data kuesioner musik dangdut *independent* X1, Kafein sebagai variabel *independent* X2, kelelahan kerja sebagai variabel *dependent* Y.

B. Pengolahan Data

Setelah dilakukannya pengumpulan data dan rekapitulasi data dari hasil observasi dan wawancara. Pada penelitian ini terdapat tahapan pengolahan data untuk mengetahui dampak variabel Musik dangdut X1 dan variabel Kafein X2 terhadap Kelelahan Kerja Y. Pengolahan data ini dilakukan menggunakan bantuan aplikasi Microsoft Excel dan IBM SPSS *Statistics* 26, adapun hasil dari pengolahan data sebagai berikut.

1. Uji Analisis Deskriptif

Metode analisis deskriptif merupakan jenis analisis statistik yang populer untuk menyajikan data. Statistika deskriptif biasanya digunakan sebagai langkah awal merapikan data sebelum dilaksanakan analisis lebih lanjut. Akan tetapi statistika deskriptif dapat juga berdiri sebagai analisis sendiri yang bisa menyajikan data dan memberikan berbagai informasi mengenai data.

Sudaryono, Saefullah, dan Rahardja (2012) menjelaskan bahwa ukuran pemusatan merupakan suatu bilangan yang menunjukkan kecenderungan memusatnya label angka (bilangan) pada suatu distribusi data. Ukuran pemusatan ini akan membantu untuk merangkum dan mendeskripsikan data dengan cara mencari indeks (angka) tertentu yang

mewakili data yang dimiliki. Meskipun tidak mengungkapkan informasi individu (subyek data) secara tunggal, tapi ukuran pemusatan dapat memberi ringkasan yang komprehensif terhadap data. Terdapat tiga buah ukuran tendensi sentral yang bisa mewakili data yakni :

a. Rata – Rata Hitung (Mean)

Rata – rata hitung biasa juga disebut sebagai rerata atau mean disimbolkan dengan μ untuk data populasi dan untuk data sampel. Mean adalah nilai yang paling umum untuk menggambarkan kumpulan data. Meskipun mean bukanlah salah satu nilai faktual pada data, akan tetapi mean sangat membantu dalam memprediksi nilai lain yang ada dalam data. Mean dapat diperoleh dengan membagi jumlah nilai – nilai data dengan jumlah individu (cacah data) (Sudaryono, Saefullah, dan Rahardja, 2012). Nilai mean yang dihasilkan bahkan bisa digunakan untuk perbandingan data populasi satu dengan data populasi lain. Misalnya Ketika berbicara tentang gaji dua perusahaan maka mean yang dihasilkan dari masing – masing data perusahaan akan dapat menentukan gaji perusahaan mana yang lebih tinggi.

b. Median

Median biasa disebut juga sebagai rata – rata letak. Sudaryono, Saefullah, dan Rahardja (2012) menjelaskan bahwa dalam mencari median dari sejumlah data dapat diawali dengan mengurutkan data dari yang terkecil hingga yang terbesar kemudian dibagi menjadi dua kelompok. Separuh termasuk kelompok tinggi dan separuhnya termasuk kelompok rendah. Maka titik tengah yang berada diantara kedua kelompok tersebut bisa disebut sebagai median. Nilai median bisa menjadi alternatif untuk mencari perkiraan nilai mean. Atau bisa berperan terbalik dari mean ketika terdapat pencilan (outlier) dalam urutan yang menyebabkan penyimpangan harga mean.

c. **Modus**

Modus adalah nilai dari data yang memiliki frekuensi tertinggi atau merupakan nilai yang sering muncul dalam kelompok data (Riduwan, 2012). Sedemikian hingga modus dapat dijadikan ukuran untuk melihat gejala atau kejadian yang sering muncul atau terjadi. Pada data kuantitatif, modus tidak selalu bersifat tunggal. Berbeda dengan mean dan median, bisa jadi pada suatu data terdapat lebih dari 1 modus.

Pada penelitian ini uji analisis deskriptif dibagi menjadi 3 tahapan uji, sesuai dengan alat pengambilan data yaitu kuesioner subjective self rating test mencakup 30 daftar pertanyaan yang terdiri dari :

- 1) 10 pertanyaan mengenai penurunan kegiatan
- 2) 10 pertanyaan mengenai penurunan motivasi
- 3) 10 pertanyaan mengenai gejala kelelahan fisik

Untuk mengetahui frekuensi intensitas kondisi masing-masing variabel dapat diketahui dengan perkalian antara skor tertinggi dalam setiap variabel dengan jumlah item pertanyaan yang ada setiap variabel yang kemudian dibagi dalam 4 kategori (Umar, 2005), adalah sebagai berikut :

$$RS = (m-n) / k$$

$$RS = (4-1) / 5 = 0,75$$

RS = Rentang Skala

m = Skor maksimal

n = Skor minimal

k = Jumlah Kategori

Dimana :

Berdasarkan data diatas kategori jawaban responden dapat dijelaskan sebagai berikut:

1,00 -1,75 : Sangat rendah atau sangat tidak baik yang menunjukkan kondisi variabel yang masih sangat rendah atau sangat kecil.

1,75-2,50 : Rendah atau tidak baik yang menunjukkan kondisi variabel yang masih rendah atau kecil.

2,50-3,25 : Sedang atau cukup yang menunjukkan kondisi variabel yang sedang atau cukup

3,25-4,00 : Tinggi atau baik yang menunjukkan kondisi variabel yang tinggi atau baik.

Hasil dari uji Analisis deskriptif pada *software* IBM SPSS *Statistics* 26.

1) Variabel Musik Dangdut Terhadap Penurunan Kegiatan

Pada tahapan ini peneliti melihat efek yang ditimbulkan dari pemberian stimulus musik dangdut terhadap penurunan kegiatan yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo dengan melihat nilai mean, median dan modus dari hasil jawaban responden, nilai mean, median, dan modus dari variabel musik dangdut terhadap penurunan kegiatan bisa dilihat pada table 4.1.

Tabel 4. 1 Uji Analisis Deskriptif Musik Dangdut Terhadap Penurunan Kegiatan

	X1P1	X1P2	X1P3	X1P4	X1P5	X1P6	X1P7	X1P8	X1P9	X1P10
MEAN	3,13	2,83	3,13	3,03	3,20	3,27	3,27	3,03	2,83	3,20
MEDIAN	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00
MODUS	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4

Berdasarkan tabel 4.1 di atas hasil pengujian analisis deskriptif pada variabel musik dangdut bagian 1 yang berisi 10 pertanyaan mengenai penurunan kegiatan menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil > 2,50 maka dapat disimpulkan bagian 1 dari pemberian stimulus musik dangdut memberikan dampak positif terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan khususnya pada masalah penurunan kegiatan.

2) Variabel Musik dangdut Terhadap Penurunan Motivasi

Pada tahapan ini peneliti melihat efek yang ditimbulkan dari pemberian stimulus musik dangdut terhadap penurunan motivasi yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo dengan melihat nilai mean, median dan modus dari hasil jawaban responden, nilai mean, median, dan modus dari variabel musik dangdut terhadap penurunan motivasi bisa dilihat pada table 4.2.

Tabel 4. 2 Uji Analisis Deskriptif Musik Dangdut Terhadap Penurunan Motivasi

BAGIAN 2	X1P11	X1P12	X1P13	X1P14	X1P15	X1P16	X1P17	X1P18	X1P19	X1P20
MEAN	3,13	3,20	2,83	3,03	3,27	2,83	3,13	3,13	2,83	3,20
MEDIAN	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00
MODUS	3	4	3	4	4	3	3	3	3	4

Berdasarkan tabel 4.2 di atas hasil pengujian analisis deskriptif pada variabel musik dangdut bagian 2 yang berisi 10 pertanyaan mengenai penurunan motivasi menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dapat disimpulkan bagian 2 dari variabel musik dangdut memiliki dampak positif terhadap kelelahan kerja karyawan, khususnya pada masalah penurunan motivasi.

3) Variabel Musik Dangdut Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

Pada tahapan ini peneliti melihat efek yang ditimbulkan dari pemberian stimulus musik dangdut terhadap gejala kelelahan fisik yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo dengan melihat nilai mean, median dan modus dari hasil jawaban responden, nilai mean, median, dan modus dari variabel musik dangdut terhadap gejala kelelahan fisik bisa dilihat pada table 4.3.

Tabel 4. 3 Uji Analisis Deskriptif Musik Dangdut Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

BAGIAN 3	X1P21	X1P22	X1P23	X1P24	X1P25	X1P26	X1P27	X1P28	X1P29	X1P30
MEAN	3,20	2,83	3,03	3,03	3,13	3,13	3,20	3,13	3,20	2,83
MEDIAN	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00	3,00
MODUS	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3

Berdasarkan tabel 4.3 di atas hasil pengujian analisis deskriptif pada variabel musik dangdut bagian 3 yang berisi 10 pertanyaan mengenai gejala kelelahan fisik menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil > 2,50 maka dapat disimpulkan bagian 3 dari variabel musik dangdut memiliki dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah gejala kelelahan fisik.

4) Variabel Kafein Terhadap Penurunan Kegiatan

Pada tahapan ini peneliti melihat efek yang ditimbulkan dari pemberian stimulus kafein terhadap penurunan kegiatan yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo dengan melihat nilai mean, median dan modus dari hasil jawaban responden, nilai mean, median, dan modus dari variabel kafein terhadap penurunan kegiatan bisa dilihat pada table 4.4.

Tabel 4. 4 Uji Analisis Deskriptif Kafein Terhadap Penurunan Kegiatan

BAGIAN 1	X2P1	X2P2	X2P3	X2P4	X2P5	X2P6	X2P7	X2P8	X2P9	X2P10
MEAN	3,43	3,27	3,53	3,53	3,40	3,30	3,30	3,47	3,50	3,43
MEDIAN	4,00	3,00	4,00	4,00	3,00	3,50	3,50	3,50	4,00	4,00
MODUS	4	3	4	4	3 ^a	4	4	4	4	4

Berdasarkan tabel 4.4 di atas hasil pengujian analisis deskriptif pada variabel kafein bagian 1 yang berisi 10 pertanyaan mengenai penurunan kegiatan menunjukkan hasil mayoritas nilai

mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dapat disimpulkan bagian 1 dari variabel kafein memiliki dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah penurunan kegiatan.

5) Variabel Kafein Terhadap Penurunan Motiivasi

Pada tahapan ini peneliti melihat efek yang ditimbulkan dari pemberian stimulus kafein terhadap penurunan motivasi yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo dengan melihat nilai mean, median dan modus dari hasil jawaban responden, nilai mean, median, dan modus dari variabel kafein terhadap penurunan motivasi bisa dilihat pada table 4.5.

Tabel 4. 5 Uji Analisis Deskriptif Kafein Terhadap Penurunan Motiivasi

BAGIAN 2	X2P11	X2P12	X2P13	X2P14	X2P15	X2P16	X2P17	X2P18	X2P19	X2P20
MEAN	3,53	3,50	3,37	3,53	3,47	3,50	3,40	3,53	3,30	3,47
MEDIAN	4,00	4,00	3,50	4,00	4,00	4,00	3,00	4,00	3,50	3,50
MODUS	4	4	4	4	4	4	3 ^a	4	4	4

Berdasarkan tabel 4.5 di atas hasil pengujian analisis deskriptif pada variabel kafein bagian 2 yang berisi 10 pertanyaan mengenai penurunan motivasi menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dapat disimpulkan bagian 2 dari variabel kafein memiliki dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah penurunan motivasi.

6) Variabel Kafein Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

Pada tahapan ini peneliti melihat efek yang ditimbulkan dari pemberian stimulus kafein terhadap gejala kelelahan fisik yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo dengan melihat nilai mean, median dan modus dari hasil jawaban responden, nilai mean,

median, dan modus dari variabel kafein terhadap gejala kelelahan fisik bisa dilihat pada table 4.6.

Tabel 4. 6 Uji Analisis Deskriptif Kafein Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

BAGIAN 3	X2P21	X2P22	X2P23	X2P24	X2P25	X2P26	X2P27	X2P28	X2P29	X2P30
MEAN	3,40	3,47	3,47	3,47	3,57	3,33	3,43	3,53	3,40	3,27
MEDIAN	3,00	3,50	4,00	3,50	4,00	3,00	4,00	4,00	3,50	3,00
MODUS	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3

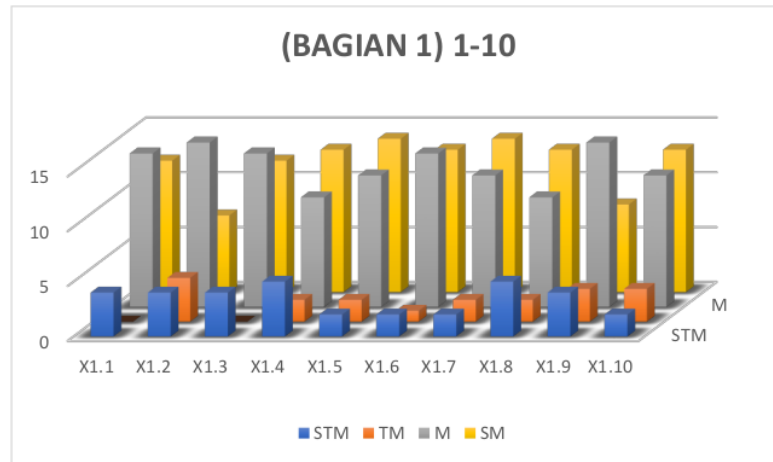
Berdasarkan tabel 4.6 di atas hasil pengujian analisis deskriptif pada variabel kafein bagian 3 yang berisi 10 pertanyaan mengenai gejala kelelahan fisik menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dapat disimpulkan bagian 3 dari variabel kafein memiliki dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah gejala kelelahan fisik.

2. Frekuensi Jawaban Responden Stimulus Variabel Musik Dangdut Dan Kafein Terhadap Kelelahan kerja

Setelah kuesioner disebar dan data telah diterima oleh peneliti, terlihat bahwa jawaban responden cukup menggambarkan keadaan pekerja dan dampak dari pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan CV Saka Kreasi Indo.

a. Variabel Musik Dangdut Terhadap Penurunan Kegiatan

Frekuensi jawaban dari kuesioner subjective self rating test yang telah disebar untuk melihat efek pemberian stimulus musik dangdut terhadap penurunan kegiatan dapat dilihat pada gambar 4.1.



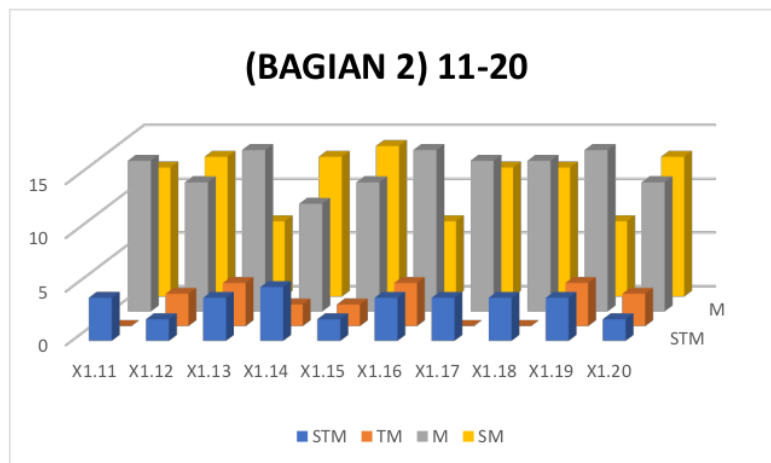
Gambar 4. 1 Data Frekuensi Variabel Musik Terhadap Penurunan Kegiatan

Berdasarkan gambar diatas yang menjelaskan frekuensi jawaban dari responden tentang pemberian efek stimulus music dangdut pada saat bekerja memiliki hasil yang baik, dari 10 pertanyaan yang berisikan tentang kelelahan kerja khususnya pada penurunan kegiatan, mayoritas jawaban dari responnden menunjukkan hasil yang baik dan merasa terbantu dengan adanya stimulus music dangdut.

Melihat dari skor tertinggi jawaban responden pada pertanyaan nomor 2 dan 9 yang berisikan pertanyaan tentang kelelahan fisik pada manusia, dan ini selaras dengan penelitian yang telah dilakukan juga menyatakan bahwa, Rangsangan musik dapat bertindak sebagai efek ergogenik yang mengarah pada peningkatan komponen kebugaran fisik dan kesehatan seperti daya tahan kardiorespirasi dan kebugaran otot. Selain itu, mendengarkan musik dapat memengaruhi kondisi psikologis individu secara positif yang dapat menyebabkan peningkatan kepatuhan berolahraga.(Greco et al., 2022)

b. Variabel Musik Dangdut Terhadap Penurunan motivasi

Frekuensi jawaban dari kuesioner subjective self rating test yang telah disebar untuk melihat efek pemberian stimulus musik dangdut terhadap penurunan kegiatan dapat dilihat pada gambar 4.2.



Gambar 4. 2 Data Frekuensi Variabel Musik Dangdut Terhadap Penurunan Motivasi

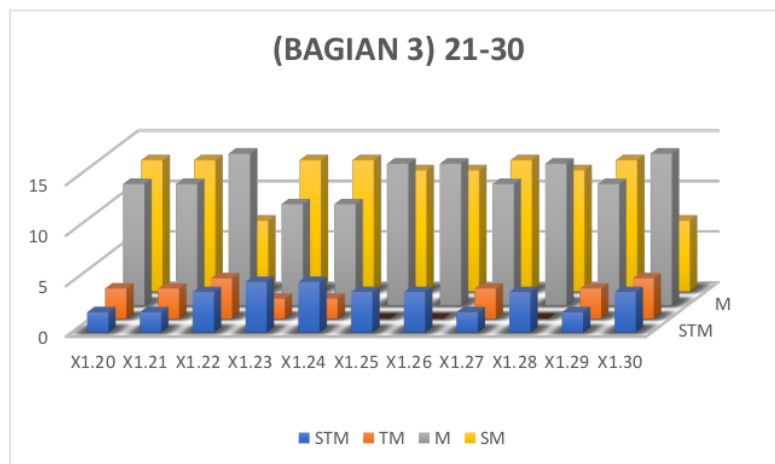
Pada bagian dua seperti yang dijelaskan gambar diatas gambar daiatas yang menjelaskan frekuensi jawaban dari responden tentang pemberian efek stimulus music dangdut pada saat bekerja memiliki hasil yang baik dari pemberian stimulus music dangdut terhadap kelelahan kerja khususnya pada penurunan motivasi. ,mayoritas jawaban dari responden menunjukkan hasil yang baik dan merasa terbantu dengan adanya stimulus music dangdut.

Dilihat dari skor tertinggi jawaban responden pada pertanyaan nomor 13 yang berisikan pertanyaan hubungan pemberian stimulus music dangdut kepada kecemasan dan stress yang dialami pekerja, hal ini sejalan dengan studi yang telah dilakukan dan menyatakan bahwa Rangsangan

musik tampak mengaktifasi jalur-jalur spesifik didalam area otak, seperti sistem limbik yang berhubungan dengan perilaku emosioanal. Dengan mendengarkan musik, sistem limbik ini teraktivasi dan individu tersebut menjadi rileks. Saat keadaan rileks cemas menurun. Alunan musik dapat menstimulasi tubuh untuk memproduksi molekul yang disebut nitric oxide (NO). Molekul ini bekerja pada tonus pembuluh darah sehingga dapat mengurangi kecemasan.(Larasati & Prihatanta, 2016)

c. Variabel Musik Dangdut Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

Frekuensi jawaban dari kuesioner subjective self rating test yang telah disebar untuk melihat efek pemberian stimulus musik dangdut terhadap gejala kelelahan fisik dapat dilihat pada gambar 4.3.



Gambar 4. 3 Data Frekuensi Variabel Musik Dangdut Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

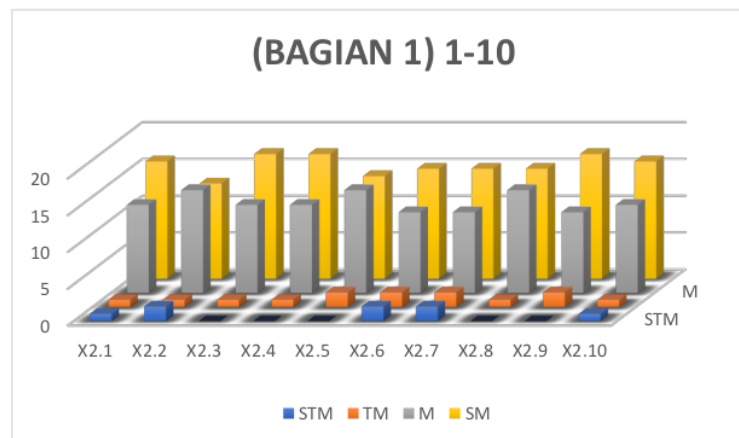
Berdasarkan gambar diatas yang menjelaskan frekuensi jawaban dari responden tentang pemberian efek stimulus music dangdut pada saat bekerja memiliki hasil yang baik, dari 10 pertanyaan yang berisikan tentang kelelahan kerja khususnya pada penurunan motivasi pekerja,,mayoritas

jawaban dari responden menunjukkan hasil yang baik dan merasa terbantu dengan adanya stimulus music dangdut.

Melihat skor tertinggi pada jawaban nomor 22 dan 30 yang berisikan pertanyaan tentang penurunan semangat para pekerja hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada pabrik rokok dibagian linting yang menyatakan Proses kerja pelinting rokok merupakan suatu pekerjaan yang sangat dispesialisasikan dan monoton. Sehingga dapat mudah menyebabkan rasa lelah dan bosan pada jam kerja. Untuk menambah atau meningkatkan semangat kerja dan produktivitas tenaga kerja dari para karyawan, maka cara terbaik adalah melalui musik. Karena dengan mendengarkan musik kesukaan atau musik penambah semangat maka semangat kerja dapat timbul kembali.(Lestari et al., 2014)

d. Variabel Kafein Terhadap Penurunan Kegiatan

Frekuensi jawaban dari kuesioner subjective self rating test yang telah disebar untuk melihat efek pemberian stimulus kafein terhadap penurunan kegiatan dapat dilihat pada gambar 4.4.



Gambar 4. 4 Data Frekuensi Variabel Kafein Terhadap Penurunan Kegiatan

Berdasarkan gambar diatas yang menjelaskan frekuensi jawaban dari responden tentang pemberian efek stimulus kafein yang terkandung

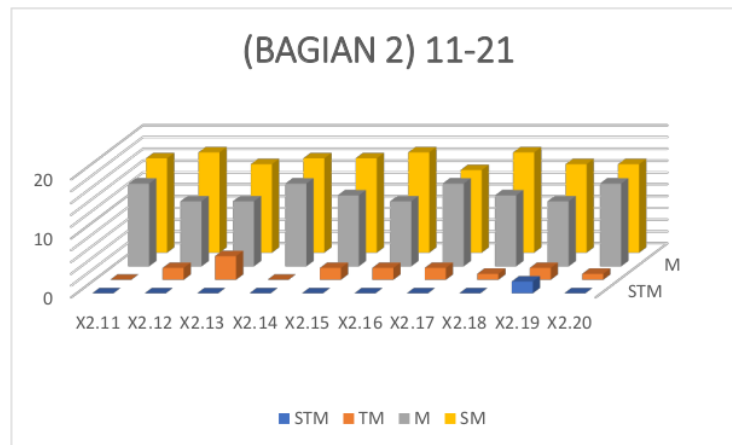
pada kopi pada saat bekerja memiliki hasil yang baik, dari 10 pertanyaan yang berisikan tentang kelelahan kerja khususnya pada penurunan kegiatan, mayoritas jawaban dari responden menunjukkan hasil yang baik dan merasa terbantu dengan adanya stimulus music dangdut.

Dilihat dari skor tertinggi jawaban responden pada pertanyaan nomor 2 dan 4 yang berisikan pertanyaan tentang kelelahan fisik pada manusia, hal ini selaras dengan penelitian yang telah dilakukan menyatakan bahwa, Kafein dipercaya sebagai substansi yang memiliki efek ergogenik hasil ulasan menunjukkan bahwa kopi (kafein) dapat mempengaruhi kekuatan otot. (Kakauhe et al., 2021)

Pada pertanyaan 9 juga pekerja juga merasa terbantu dengan adanya stimulus kafein terhadap rasa kantuk yang dialami saat bekerja, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan dan menyatakan bahwa mekanisme kerja kafein pada sistem saraf pusat yaitu sebagai stimulan yang dapat meningkatkan daya ingat dengan cara menghambat salah satu pusat yang membuat tubuh merasa lelah dan mengantuk yaitu senyawa adenosine yang berasal dari pemecahan ATP berperan dalam metabolisme lipid dan kolestrol. (Uhya, 2021).

e. Variabel Kafein Terhadap Penurunan motivasi

Frekuensi jawaban dari kuesioner subjective self rating test yang telah disebar untuk melihat efek pemberian stimulus kafein terhadap penurunan motivasi dapat dilihat pada gambar 4.5.



Gambar 4. 5 Data Frekuensi Variabel Kafein Terhadap Penurunan Motivasi

Pada bagian dua seperti yang dijelaskan gambar diatas gambar diatas yang menjelaskan frekuensi jawaban dari responden tentang pemberian efek stimulus kafein pada saat bekerja memiliki hasil yang baik dari pemberian stimulus kafein terhadap kelelahan kerja khususnya pada penurunan motivasi. ,mayoritas jawaban dari responden menunjukkan hasil yang baik dan merasa terbantu dengan adanya stimulus kafein.

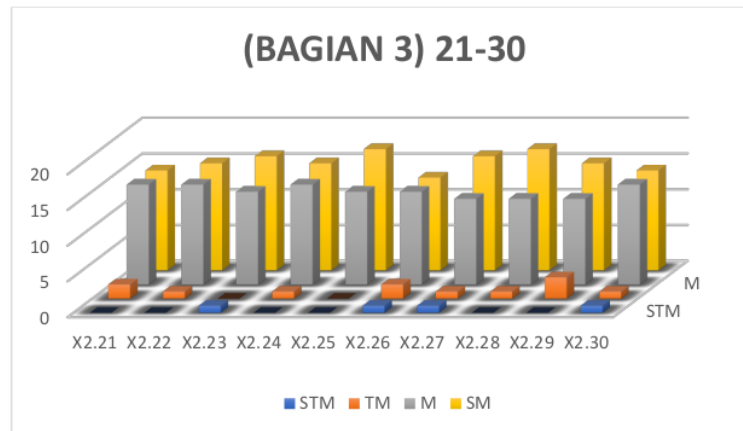
Dilihat dari skor tertinggi jawaban responden pada pertanyaan nomor 16 dan 18 yang berisikan pertanyaan hubungan pemberian stimulus music dangdut kepada kecemasan dan ingatan pada pekerja, hal ini sejalan dengan studi yang telah dilakukan dan menyatakan bahwa Pada konsumsi kopi rendah terdapat 31 orang yang tidak cemas, 7 orang cemas ringan, tidak terdapat cemas sedang, dan 1 orang cemas berat. Sedangkan konsumsi kopi sedang terdapat 26 orang tidak cemas, 23 orang cemas ringan, 7 orang cemas sedang, dan 2 orang cemas berat. Dapat dinyatakan bahwa hipotesis awal diterima karena terdapat hubungan secara statistik antara minum kopi dan kecemasan.(Dewanti & Tadjudin, 2021)

Pada dalam penelitian lain juga menyatakan bahwa mekanisme kerja kafein pada sistem saraf pusat yaitu sebagai stimulan yang dapat

meningkatkan daya ingat dengan cara menghambat salah satu pusat yang membuat tubuh merasa lelah dan mengantuk yaitu senyawa adenosine yang berasal dari pemecahan ATP berperan dalam metabolisme lipid dan kolestrol. (Uhya, 2021).

f. Variabel Kafein Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

Frekuensi jawaban dari kuesioner subjective self rating test yang telah disebar untuk melihat efek pemberian stimulus kafein terhadap gejala kelelahan fisik dapat dilihat pada gambar 4.6.



Gambar 4. 6 Data Frekuensi Variabel Kafein Terhadap Gejala Kelelahan Fisik

Berdasarkan gambar diatas yang menjelaskan frekuensi jawaban dari responden tentang pemberian efek stimulus kafein pada saat bekerja memiliki hasil yang baik, dari 10 pertanyaan yang berisikan tentang kelelahan kerja khususnya pada geja pekerja,,mayoritas jawaban dari responnden menunjukkan hasil yang baik dan merasa terbantu dengan adanya stimulus music dangdut.

Melihat skor tertinggi pada jawaban nomor 22 dan 30 yang berisikan pertanyaan tentang penurunan semangat para pekerja hal ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan dan menyatakan bahwa kopi sangat membantu dalam peningkatan konsentrasi, fungsi kognitif dan juga mood seseorang. Jadi, setelah mengkonsumsi kopi dalam waktu 15-120 menit senyawa kafein yang terkandung didalam kopi akan di distribusikan keseluruh tubuh oleh aliran darah dengan cara menghambat kinerja adenosine untuk mengikat reseptor yang ada di otak sehingga rasa lelah dan mengantuk cenderung tergantikan dan membuat tubuh menjadi lebih bugar juga siap untuk menerima informasi yang baik sebagai penyimpanan memori.(Uhya, 2021).

3. Analisis Cross Tab

Analisis crosstab adalah suatu metode analisis berbentuk tabel yang menampilkan tabulasi silang dari data yang diamati. Tabulasi silang atau table kontingensi ini digunakan untuk mengidentifikasi dan mengetahui apakah ada korelasi atau hubungan antara satu variable dengan variabel yang lain. Analisis crosstab merupakan metode untuk mentabulasikan beberapa variabel yang berbeda ke dalam suatu matriks. Tabel yang dianalisis di sini adalah hubung anantara variable dalam baris dengan variable dalam kolom (Ghozali, 2011 dalam MARIANI). Analisis crosstab memungkinkan penggunaan yang menyilangkan data pada variable satu dengan variable lainnya. Analisis crosstab dapat dilakukan pada variabel yang berbentuk ordinal atau nominal.(Ghozali, 2011).

4. Analisis Chi Square

Analisis Pearson's chi square digunakan untuk mengetahui adanya hubungan antar variable dengan skala nominal-nominal, nominal-ordinal dan ordinal-nominal(Ghozali, 2011)

Analisis ini akan digunakan untuk penerimaan/penolakan hipotesis 1 yang menyatakan "Ada hubungan positif di antara pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja". Berdasarkan model, variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah Musik dangdut,

kafein, dan kelelahan kerja. Dasar penerimaan hipotesis adalah sebagai berikut:

- a. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ dan nilai Pearson Chi Square Positif, maka ada relasi positif antara Musik dangdut, kafein, dan kelelahan kerja, sehingga hipotesis 1 diterima.
- b. Jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka tidak ada relasi antara Musik dangdut, kafein, dan kelelahan kerja, sehingga hipotesis 1 ditolak.

Tabel 4. 7 Uji Chi square Variabel Musik Dangdut

Chi-Square Tests	
Asymp. Sig. (2-sided)	Nilai uji chi-square
	0,002

Berdasarkan uji chi square yang telah dilakukan, terlihat bahwa ada pengaruh yang positif dari pemberian stimulus musik dangdut terhadap kelelahan kerja, hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar $0,002 < 0,05$, maka dari itu dapat disimpulkan variabel musik dangdut berhubungan positif terhadap kelelahan kerja.

Tabel 4. 8 Uji Chi square Variabel Musik Dangdut

Chi-Square Tests	
Asymp. Sig. (2-sided)	Nilai uji chi-square
	0,031

Berdasarkan uji chi square yang telah dilakukan, terlihat bahwa ada pengaruh yang positif dari pemberian stimulus kafein terhadap kelelahan kerja, hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar $0,031 < 0,05$, maka dari itu dapat disimpulkan variabel musik dangdut berhubungan positif terhadap kelelahan kerja.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada dampak positif/negatif yang dihasilkan dari pemberian stimulus Musik Dangdut dan Kafein Terhadap Kelelahan Kerja di CV Saka Kreasi Indo.

1. Variabel Musik Dangdut

Musik dangdut dipilih menjadi stimulus tambahan untuk mengatasi permasalahan kelelahan kerja yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo, Musik dangdut diputar selama pekerjaan berlangsung, dan peneliti mengumpulkan data dengan kuesioner subjective self rating test untuk melihat apakah musik dangdut memberikan dampak positif atau negatif terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan, dari pengolahan data yang dilakukan dengan metode uji analisis deskriptif diperoleh hasil Pada kuesioner bagian pertama yang berisikan 10 pertanyaan mengenai penurunan kegiatan menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dari itu dapat disimpulkan musik dangdut memberikan dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah penurunan kegiatan. Begitu pula pada kuesioner variabel musik dangdut bagian 2 yang berisikan 10 pertanyaan tentang penurunan motivasi menunjukkan hasil nilai mean, median, dan modus menunjukkan hasil $> 2,50$,

Maka dari itu dapat disimpulkan musik dangdut memberikan dampak positif terhadap permasalahan kelelahan kerja terkhusus pada bagian penurunan motivasi, serta kuesioner bagian 3 dari variabel musik dangdut yang berisikan 10 pertanyaan mengenai gejala kelelahan fisik menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki

hasil $> 2,50$ maka dari itu dapat disimpulkan musik dangdut memberikan dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah gejala kelelahan fisik .

Frekuensi jawaban responden juga menunjukkan hasil yang positif, dari 900 butir pertanyaan yang diberikan, Kategori sangat tidak membantu mendapat jawaban sebanyak 105, kategori tidak membantu mendapat jawaban sebanyak 62, Sedangkan kategori membantu mendapat jawaban dengan jumlah 389, dan kategori sangat membantu sejumlah 344 jawaban.

Pada uji Crosstab yang dilakukan didapatkan nilai sebesar sebesar $0,002 < 0,05$, yang berarti variabel musik dangdut berhubungan positif terhadap kelelahan kerja.

Melihat hasil dari pengolahan 3 bagian data kuesioner pada variabel musik dangdut, frekuensi jawaban kuesioner, dan uji cross tab yang telah dilakukan, sebagai stimulus tambahan untuk mengatasi masalah kelelahan kerja didapatkan hasil yang baik atau variabel musik dangdut memberikan dampak positif untuk permasalahan kelelahan kerja yang terjadi pada karyawan CV Saka Kreasi Indo.

2. Variabel Kafein

Kafein dipilih menjadi stimulus tambahan untuk mengatasi permasalahan kelelahan kerja yang dialami oleh karyawan CV Saka Kreasi Indo, stimulus kafein diberikan selama pekerjaan berlangsung, dan peneliti mengumpulkan data dengan kuesioner subjective self rating test untuk melihat apakah kafein memberikan dampak positif atau negatif terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan, dari pengolahan data yang dilakukan dengan metode uji analisis deskriptif diperoleh hasil :

Pada kuesioner bagian pertama yang berisikan 10 pertanyaan mengenai penurunan kegiatan menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dari itu dapat disimpulkan kafein memberikan dampak positif terhadap kelelahan

kerja khususnya pada masalah penurunan kegiatan. Begitu pula pada kuesioner variabel kafein bagian 2 yang berisikan 10 pertanyaan tentang penurunan motivasi menunjukkan hasil nilai mean, median, dan modus menunjukkan hasil $> 2,50$ maka dari itu dapat disimpulkan kafein memberikan dampak positif terhadap permasalahan kelelahan kerja terkhusus pada bagian penurunan motivasi, serta kuesioner bagian 3 dari variabel kafein yang berisikan 10 pertanyaan mengenai gejala kelelahan fisik menunjukkan hasil mayoritas nilai mean, median, dan modus memiliki hasil $> 2,50$ maka dari itu dapat disimpulkan kafein memberikan dampak positif terhadap kelelahan kerja khususnya pada masalah gejala kelelahan fisik .

Frekuensi jawaban responden juga menunjukkan hasil yang positif, dari 900 butir pertanyaan yang diberikan, Kategori sangat tidak membantu mendapat jawaban sebanyak 14, kategori tidak membantu mendapat jawaban sebanyak 42, Sedangkan kategori membantu mendapat jawaban dengan jumlah 378, dan kategori sangat membantu sejumlah 466 jawaban.

Pada uji Crosstab yang dilakukan didapatkan nilai sebesar sebesar $0,002 < 0,05$, yang berarti variabel kafein berhubungan positif terhadap kelelahan kerja.

Melihat hasil dari pengolahan 3 bagian data kuesioner pada variabel kafein, frekuensi jawaban kuesioner, dan uji cross tab yang telah dilakukan, sebagai stimulus tambahan untuk mengatasi masalah kelelahan kerja didapatkan hasil yang baik atau variabel kafein memberikan dampak positif untuk permasalahan kelelahan kerja yang terjadi pada karyawan CV Saka Kreasi Indo.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan pembahasan yang telah dilakukan terhadap efek musik dangdut dan kafein terhadap tingkat kelelahan kerja di CV Saka Kreasi Indo didapatkan kesimpulan ada dampak positif yang dihasilkan dari pemberian stimulus musik dangdut dan kafein terhadap kelelahan kerja yang dialami karyawan CV Saka Kreasi Indo

B. Saran

Berdasarkan penelitian Analisis hubungan musik dangdut dan kafein terhadap tingkat kelelahan kerja di CV Saka Kreasi Indo maka didapatkan saran sebagai berikut:

1. Pihak CV Saka Kreasi indo baiknya memberikan asupan Musik Dangdut dan Kafein secara rutin kepada karyawan di ruang produksi untuk menurunkan tingkat kelelahan kerja sesuai dengan kadar/dosis yang disarankan.
2. Peneliti Selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel lain diluar variabel yang diteliti dalam penelitian ini, agar supaya bisa lebih menekan tingkat kelelahan yang terjadi di CV Saka Kreasi Indo.

DAFTAR PUSTAKA

- Berdi, A., & Narimawati, U. (2018). PENINGKATAN KINERJA KARYAWAN MELALUI KONFLIK PERAN DAN AMBIGUITAS PERAN (STUDI PADA KARYAWAN TETAP WANITA DI UNIVERSITAS KOMPUTER INDONESIA). *Jurnal Manajemen UNIKOM*, 1(1), 1–14.
- Bramantyo, M. F., & Pramono, S. N. W. (2023). ANALISIS FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB KELELAHAN KERJA DENGAN METODE SUBJECTIVE SELF RATING TEST (STUDI KASUS: PEKERJA BAGIAN LANTAI PRODUKSI PT. MARABUNTA BERKARYA CEPERINDO).
- Budiyatna, I. D., & Wahyuning, C. S. (2022). *Kajian Pengaruh Musik Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Kerja pada Pekerjaan Perakitan*.
- Dewanti, P., & Tadjudin, N. S. (2021). HUBUNGAN MINUM KOPI DAN KECEMASAN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA ANGKATAN 2019 PADA BULAN JANUARI 2021 (Vol. 28, Issue 2).
- Efentris, T., & Chandra, S. (2019). THE INFLUENCE OF WORK ENVIRONMENT ON JOB SATISFACTION, ORGANIZATIONAL COMMITMENT, AND TURNOVER INTENTION AT PT. CAHAYA ARAMINTA PEKANBARU (Vol. 7, Issue 2). <http://www.ejournal.pelitaindonesia.ac.id/ojs32/index.php/PROCURATIO/index>
- Ennis, D. (2014). The Effects of Caffeine on Health: The Benefits Outweigh the Risks. In *Perspectives* (Vol. 6, Issue 2).
- Ferdianto, B. A., & Muttaqin, M. (2017). PENGARUH PENGGUNAAN MUSIK DANGDUT TERHADAP SEMANGAT KERJA PARA PEKERJA BANGUNAN DRAINASE DI DESA MARGOREJO KECAMATAN MARGOREJO KABUPATEN PATI. In *JURNAL SENI MUSIK* (Vol. 6, Issue 2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jsm>
- Ghozali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan program IBM SPSS 19*.
- Greco, F., Grazioli, E., Cosco, L. F., Parisi, A., Bertollo, M., & Emerenziani, G. Pietro. (2022). The effects of music on cardiorespiratory endurance and

- muscular fitness in recreationally active individuals: a narrative review. In *PeerJ* (Vol. 10, pp. 1–14). PeerJ Inc. <https://doi.org/10.7717/peerj.13332>
- Jeneta, J. G. (2016). *Effect If Coffee and Tea Consumption among Dental School Students*.
- Kakauhe, G., Wongkar, D., & Angmalisang, E. C. (2021). *Pengaruh Kopi Terhadap Kekuatan Otot*. 9(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.9.1.2021.32298>
- Larasati, D. M., & Prihatanta, hadwi. (2016). *PENGARUH TERAPI MUSIK TERHADAP TINGKAT KECEMASAN SEBELUM BERTANDING PADA ATLET FUTSAL PUTRI*.
- Lestari, T., P, C. R., & Ainun, S. (2014). *PENGARUH MUSIK TERHADAP SEMANGAT KERJA DAN PRODUKTIVITAS TENAGA KERJA DIBAGIAN LINTING ROKOK PT. DJITOE INDONESIA TOBAKO SURAKARTA*.
- Lukmana, U. D. (2020). *PENGARUH MUSIK TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN DENGAN RELAKSASI SEBAGAI VARIABEL INTERVENING DI KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KOTA SURABAYA*.
- Magfiroh, A. R. (2019). *PENGARUH KAFEIN DALAM KOPI PADA PERHATIAN : PENELITIAN EKSPERIMEN DI PONDOK PESANTREN AS-SALAFIYYAH YOGYAKARTA*.
- Martias, L. D. (2021). STATISTIKA DESKRIPTIF SEBAGAI KUMPULAN INFORMASI. *Fihris: Jurnal Ilmu Perpustakaan Dan Informasi*, 16(1), 40. <https://doi.org/10.14421/fhrs.2021.161.40-59>
- Maswar. (2017). ANALISIS STATISTIK DESKRIPTIF NILAI UAS EKONOMITRIKA MAHASISWA DENGAN PROGRAM SPSS 23 & EVIEWS 8.1. In *JPII* (Vol. 1, Issue 2).
- Najla, A. N. (2020). DAMPAK MENDENGARKAN MUSIK TERHADAP KONDISI PSIKOLOGIS REMAJA. In *Jurnal Edukasi* (Vol. 1, Issue 1).
- Nasrullah, M. H., & Djojosugito, M. A. (2022). Hubungan Antara Konsumsi Kopi terhadap Mood pada Orang Dewasa. *Jurnal Riset Kedokteran*, 2(2), 79–84. <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1464>
- Oesman, T. I. (2011). *Hubungan Faktor Internal dan Eksternal terhadap Kelelahan Kerja Melalui Subjectivre Self Rating Test*.

- Ramadhan, R., Tama, I. P., & Yanuar, R. (2014). *ANALISA BEBAN KERJA DENGAN MENGGUNAKAN WORK SAMPLING DAN NASA-TLX UNTUK MENENTUKAN JUMLAH OPERATOR (Studi Kasus: PT XYZ)*.
- Sari, W. R. (2019). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA BAGIAN PENYADAP KARET DI PT.PERKEBUNAN NUSANTARA V RIAU*. 2–5.
- Tarwaka. (2015). *ERGONOMI INDUSTRI: DASAR-DASAR PENGETAHUAN ERGONOMI DAN APLIKASI DI TEMPAT KERJA*.
- Uhya, S. (2021). PENGARUH KOPI TERHADAP MEMORI JANGKA PENDEK PADA MAHASISWA PENDIDIKAN DOKTER UNIVERSITAS ABULYATAMA. *Jurnal Sains Riset* 1, 11(2), 178. <https://doi.org/10.47647/jsr.v10i12>
- Utomo, I. P. (2014). *PENGARUH MUSIK TERHADAP SEMANGAT KERJA DAN PRODUKTIVITAS TENAGA KERJA DIBAGIAN LINTING ROKOK PT. DJITOE INDONESIA TOBAKO SURAKARTA*.

LAMPIRAN

1. Lampiran 1: Pengambilan Data Menggunakan Kuesioner

Kuesioner Subjective Self Rating Test

Nama : Irwan Binoldi 1

Usia : 24 tahun

Masa Kerja : 2 tahun

Durasi bekerja /hari : 8 jam /hari

Tinggi Badan : 170 cm

Berat Badan : 60 kg

Cara pengisian kuesioner :

Mohon untuk memberikan tanda (X) untuk setiap pertanyaan Keterangan :

SS : Sangat Sering (Hampr setiap hari terasa dalam 1 minggu)
S : Sering (3-4 hari terasa dalam 1 minggu)
KK : Kadang-kadang (1-2 hari terasa dalam 1 minggu)
TP : Tidak Pernah (Tidak pernah terasa dalam 1 minggu)

No	Pertanyaan	Jawaban			
		SS	S	Kk	TP
1	Apakah anda mengalami perasaan berat di kepala?				X
2	Apakah anda merasakan lelah di seluruh badan?			X	
3	Apakah anda merasa berat di kaki?		X		
4	Apakah anda sering menguap di saat bekerja?		X		
5	Apakah pikiran anda menjadi tidak karuan ketika bekerja?				X
6	Apakah anda merasa kantuk?			X	
7	Apakah anda merasa ada beban di bagian mata		X		
8	Apakah gerakan anda terasa canggung dan kaku?			X	
9	Apakah anda merasakan tidak stabil saat berdiri?			X	
10	Apakah anda merasa ingin berbaring?			X	
11	Apakah anda merasa sulit berfikir?				X
12	Apakah anda merasa malas berbicara?		X		
13	Apakah anda merasakann waswas			X	
14	Apakah anda merasa tidak bisa berkonsentrasi?				X

1

Kuesioner Subjective Self Rating Test

Nama : *Baru Atsion fro Ramushas*

Usia : *27 tahun*

Masa Kerja : *2 tahun*

Durasi Bekerja : *8 jam / hari*

Tinggi Badan : *170 kg*

Berat Badan : *80 kg*

Cara pengisian kuesioner:

Mohon untuk memberikan tanda (X) untuk setiap pertanyaan

Keterangan:

SS : Sangat Sering (Hampr setiap hari terasa dalam 1 minggu)

S : Sering (3-4 hari terasa dalam 1 minggu)

KK : Kadang-kadang (1-2 hari terasa dalam 1 minggu)

TP : Tidak Pernah (Tidak pernah terasa dalam 1 minggu)

No	Pertanyaan	Jawaban			
		TP	KK	S	SS
1	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat mengalami perasaan berat di kepala?				X
2	Apakah Asupan music dangdut membantu anda saat merasakan lelah di seluruh badan?			X	
3	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasa berat di kaki?				X
4	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat sering menguap di saat bekerja?			X	
5	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat pikiran anda menjadi tidak karuan ketika bekerja?			X	
6	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat kantuk?			X	
7	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasa ada beban di bagian mata			X	
8	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat terasa canggung dan kaku?			X	
9	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasakan tidak stabil saat berdiri?			X	
10	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasa ingin berbaring?			X	
11	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasa sulit berfikir?				X
12	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasa malas berbicara?			X	
13	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasakann waswas			X	
14	Apakah asupan music dangdut membantu anda saat merasa tidak bisa berkonsentrasi?			X	

2. Lampiran 2 : Data Kuesioner

a) Data Variabel Kafein

Hari	Pedagang	item jawaban																															
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30		
1	Irwan	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
	Edo	4	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
	Rian	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	
	Bayu	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
	Adias	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	
2	Michael	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	
	Irwan	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3	
	Edo	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	
	Rian	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
	Bayu	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
3	Adias	2	4	2	2	3	3	2	2	2	4	4	4	4	4	2	2	3	2	3	2	3	2	3	4	4	4	1	2	4	2	4	
	Michael	3	1	3	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	1	4	3	4	3	3	4	1	
	Irwan	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	
	Edo	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	2	2	
	Rian	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
4	Bayu	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
	Adias	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	
	Michael	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	
	Irwan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Edo	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3

	Rian	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4		
	Bayu	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4		
	Adias	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	4		
	Michael	4	3	4	4	1	1	4	4	4	2	2	4	4	4	4	3	4	1	4	3	2	4	2	4	2	4	4	2	3	
5	Irwan	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3		
	Edo	4	1	4	2	4	4	3	2	4	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1
	Rian	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3
	Bayu	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	3
	Adias	4	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	Michael	1	3	4	4	3	3	4	4	1	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	1	4	3	3

b) Data Variabel Musik Dangdut

Hari	karyawan	item jawaban																																
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30			
1	irwan	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3		
	Edo	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4		
	Rian	4	3	4	1	3	3	3	1	3	3	4	3	3	1	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	1	4	4	3	4	3	3		
	Bayu	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	
	Adias	3	3	3	1	3	3	1	1	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3	3	3	
2	Michael	3	2	3	3	4	4	3	2	4	3	4	2	3	3	2	3	3	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	4	2		
	irwan	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3		
	Edo	3	4	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	
	Rian	3	3	3	4	1	4	4	4	3	1	3	1	3	4	4	3	3	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	1	3	1	3	3	
	Bayu	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	Adias	1	4	1	2	2	4	2	2	4	2	1	2	4	2	4	4	1	1	4	2	2	4	4	2	2	1	1	2	1	2	1	2	4

3	Michael	4	1	4	3	4	1	3	3	1	4	4	1	3	3	1	4	4	1	4	4	1	3	3	4	4	4	4	1
	irwan	3	3	3	1	3	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	1	3	3	3	3	3
	Edo	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	4	4	2	4	2	4	4	2	2	2	2	2	4	4	4	4	2	2
	Rian	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Bayu	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
	Adias	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3
	Michael	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	4	1
	irwan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Edo	4	4	4	1	3	3	4	1	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	3	3	4	1	1	4	4	3	4
	Rian	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4
	Bayu	1	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1
	Adias	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4
4	Michael	4	3	4	4	2	3	4	1	3	4	4	2	3	4	2	3	4	1	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1
	irwan	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Edo	4	4	4	1	3	3	4	1	4	4	4	3	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	1	1	4	4
	Rian	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4
	Bayu	1	1	4	4	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1	4	4	1	1	4	4	1	4	4	1	4	1	4	1
	Adias	3	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4
	Michael	4	3	4	4	2	3	1	4	3	2	4	2	3	4	1	3	4	4	3	2	2	3	4	4	4	4	2	3
	irwan	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Edo	1	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1
	Rian	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
	Bayu	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	3
	Adias	4	2	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	4	2
Michael	1	3	1	4	3	3	4	4	3	3	1	3	3	4	4	3	3	1	3	3	3	3	4	4	1	1	3	3	

c) Data Variabel Kelelahan Kerja

Hari	karyawan	item jawaban																														
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	
1	irwan	4	3	2	2	4	3	2	3	3	4	2	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4		2	3	4	3	4
	Edo	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	3

3. **Lampiran 3 : Dokumentasi Saat Pengambilan Data**



b. Uji Analisis Deskriptif Variabel Kafein

1) Uji Analisis Deskriptif Variabel Kafein Bagian 1

		Statistics									
		Apakah asupan kafein membantu anda saat mengalami perasaan berat di kepala?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan lelah di seluruh badan?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa berat di kaki?	Apakah asupan kafein membantu anda saat sering menguap di saat bekerja?	Apakah asupan kafein membantu anda saat menjadi tidak bugar ketika bekerja?	Apakah asupan kafein membantu anda saat kantuk?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa ada beban di bagian mata	Apakah asupan kafein membantu anda saat terasa canggung dan kaku?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan tidak stabil saat berdiri?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa ingin berbaring?
N	Valid	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		3.43	3.27	3.53	3.53	3.40	3.30	3.30	3.47	3.50	3.43
Median		4.00	3.00	4.00	4.00	3.00	3.50	3.50	3.50	4.00	4.00
Mode		4	3	4	4	4	3*	4	4	4	4
Std. Deviation		.728	.828	.571	.571	.621	.877	.877	.571	.630	.728
Minimum		1	1	2	2	2	1	1	2	2	1
Maximum		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

2) Uji Analisis Deskriptif Variabel Kafein Bagian 2

		Statistics									
		Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa sulit berkhir?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa malas berbicara?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa waswas?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa tidak bisa berkonsentrasi?	Apakah asupan kafein membantu anda saat kesulitan untuk memfokuskan perhatian?	Apakah asupan kafein membantu anda saat mudah lupa pada sesuatu?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan kepercayaan diri menurun?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa khawatir?	Apakah asupan kafein membantu anda saat kesulitan untuk menjaga sikap?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa tidak tenang dalam bekerja?
N	Valid	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		3.53	3.50	3.37	3.53	3.47	3.50	3.40	3.53	3.30	3.47
Median		4.00	4.00	3.50	4.00	4.00	4.00	3.00	4.00	3.50	3.50
Mode		4	4	4	4	4	4	3*	4	4	4
Std. Deviation		.507	.630	.718	.507	.629	.630	.621	.571	.877	.571
Minimum		3	2	2	3	2	2	2	2	1	2
Maximum		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

3) Uji Analisis Deskriptif Variabel Kafein Bagian 3

		Statistics									
		Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan sakit kepala?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan kaku bahu?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan nyeri punggung?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa sesak nafas?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa haus?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasakan suara serak?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa pusing?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa mata yang mengganjal dikelopak mata?	Apakah asupan kafein membantu anda saat merasa anggota badan anda terasa gemetar?	Apakah asupan kafein membantu anda saat anda merasa kurang sehat?
N	Valid	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
	Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean		3.40	3.47	3.47	3.47	3.57	3.33	3.43	3.53	3.40	3.27
Median		3.00	3.50	4.00	3.50	4.00	3.00	4.00	4.00	3.50	3.00
Mode		3*	4	4	4	4	4	4	4	4	3
Std. Deviation		.621	.571	.681	.571	.504	.758	.728	.571	.675	.828
Minimum		2	2	1	2	3	1	1	2	2	1
Maximum		4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

b. Uji CrossTab

1) Uji Crosstab Variabel Musik Dangdut

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	36.000 ^a	15	.002
Likelihood Ratio	33.271	15	.004
Linear-by-Linear Association	7.247	1	.007
N of Valid Cases	12		

a. 24 cells (100.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .25.

2) Uji Crosstab Variabel Musik Dangdut

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)
Pearson Chi-Square	30.667 ^a	18	.031
Likelihood Ratio	29.452	18	.043
Linear-by-Linear Association	9.862	1	.002
N of Valid Cases	12		

a. 28 cells (100,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,25.

CEK_TURNITIN

ORIGINALITY REPORT

14%

SIMILARITY INDEX

14%

INTERNET SOURCES

0%

PUBLICATIONS

3%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	ejournal.uin-suka.ac.id Internet Source	4%
2	ejournal3.undip.ac.id Internet Source	3%
3	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	2%
4	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	2%
5	journals.unisba.ac.id Internet Source	2%
6	eprints.uad.ac.id Internet Source	2%

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude matches < 2%