

**PENGARUH MUSIK KERJA TERHADAP TINGKAT KELELAHAN DAN
PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN UNIT *FILLING* PT. INDO
ACIDATAMA Tbk. KEMIRI, KEBAKKRAMAT, KARANGANYAR**

Ruliya Dewi Astuti*, Tarwaka, Sri Darnoto*****

*Mahasisiwi S1 Kesehatan Masyarakat FIK UMS, ** Dosen Kehehatan
Masyarakat FIK UMS, *** Dosen Kesehatan Masyarakat FIK UMS

ABSTRAK

Tempat kerja *filling* merupakan tempat produksi *Acetic acid* yang setiap hari memproduksi ± 1200 jerigen yang berisi cairan 30 kg. Pekerjaan yang dilakukan mulai dari pengisian sampai produksi dilakukan secara manual dan monoton. Sehingga dapat mudah merasakan bosan dan lelah yang dapat mempengaruhi produktivitas. Untuk menurunkan kelelahan karyawan dan meningkatkan produktivitas, maka dapat diberikan musik. Karena dengan mendengarkan musik kesukaan dapat menurunkan tingkat kelelahan yang dialami oleh karyawan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh musik kerja terhadap tingkat kelelahan dan produktivitas kerja karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen dengan pendekatan eksperimen semu dan jenis rancangan *One group pretest posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah karyawan pada bagian *filling* yang berjumlah 21 orang. Pemilihan sampel menggunakan total sampling. Uji statistik dengan *paired sample t test* menggunakan spss. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$ sehingga dinyatakan bahwa musik berpengaruh pada kelelahan dan produktivitas kerja karyawan, serta diperoleh nilai $p\text{-value } 0,000 < 0,05$ pada hasil yang menunjukkan terdapat pengaruh antara kelelahan dan produktivitas kerja.

Kata kunci: Musik, Kelelahan Kerja, Produktivitas Kerja

ABSTRACT

The work place filling of production Acetic Acid which everyday produces ± 1200 tank contain filled with fluid 30 kg. Work carried out starting from filling up the production is done manually and monotonous. So it can be easy to feel bored and tired that may affect productivity. To reduce fatigue and increare productivity of employees, it can be given to music, due to listen to favorite music can lower levels of fatigue experienced by employees. The aim of this studies to know the influence work music to level fatigue and working productivity at employees unit filling PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar. The method was ured ekperiment design with quasi experiment approach and one group pretest posttest design. The population study employees unit filling were have 21 persons. The

sample selection using the total sampling. The statistic used paired sample t test SPSS programs. The result study showed that there is influence between work music to fatigue and productivity ($p=0,000$), the result also showed that there is influence between fatigue to working productivity ($p=0.000$) at unit filling employees PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar .

Key Word : Work Music, Fatigue, Working Productivity

PENDAHULUAN

Pada zaman yang semakin maju ini, perusahaan juga semakin pesat dan semakin ketat dalam persaingan produk maupun kualitas hasil produksi. Tuntutan konsumen yang semakin meningkat membuat perusahaan harus memperkerjakan karyawan lebih banyak untuk memenuhi kebutuhan konsumen. Namun saat ini sudah banyak pekerjaan yang dilakukan dengan memanfaatkan mesin. Meski demikian, sebagian industri masih ada pekerjaan yang dilakukan secara manual yang membutuhkan kerja fisik yang berat, sehingga kelelahan pada karyawan lebih cepat meningkat.

Selain itu pertumbuhan dan perkembangan suatu perusahaan tidak dapat dilepaskan dari lingkungan sekitarnya. Dengan kata lain lingkungan dapat berpengaruh baik positif maupun negatif terhadap perusahaan. Lingkungan kerja mencakup hubungan kerja antara sesama karyawan maupun karyawan dengan atasan.

Pekerjaan *manual handling* dapat menyebabkan stress pada kondisi fisik pekerja, seperti ; pengerahan tenaga, sikap tubuh yang dipaksakan dan gerakan berulang sehingga muncul berbagai keluhan secara fisik maupun

psikis, sehingga akan menurunkan performansi kerja yang pada akhirnya akan menurunkan produktivitas kerja (Tarwaka, 2010). Pekerjaan yang dilakukan secara manual dapat memicu terjadinya rasa lelah dalam bekerja. Kelelahan adalah suatu mekanisme perlindungan tubuh agar tubuh terhindar dari kerusakan lebih lanjut sehingga terjadi pemulihan setelah istirahat (Tarwaka, 2010). Menurut *International Labour Organisation* (ILO) setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Dalam penelitian tersebut dijelaskan dari 58.115 sampel, 18.828 diantaranya (32,8%) mengalami kelelahan. Semua aktivitas menjadi terganggu dan terhambat karena munculnya gejala kelelahan tersebut. Tidak ada gairah untuk bekerja baik secara fisik maupun psikis, segalanya terasa berat dan merasa ngantuk. Jadi faktor manusia sangatlah berpengaruh terhadap tingkat produktivitas kerja, seperti masalah tidur, kebutuhan biologis, dan juga kelelahan kerja, bahkan diutarakan bahwa penurunan produktivitas tenaga kerja di lapangan sebagian besar disebabkan oleh kelelahan kerja (Sedarmayanti, 2009). Apabila tingkat produktivitas seorang tenaga kerja terganggu yang

disebabkan oleh faktor kelelahan fisik maupun psikis maka akibat yang ditimbulkannya akan dirasakan oleh perusahaan berupa penurunan produktivitas perusahaan (Silastuti,2006).

Pekerjaan yang dilakukan secara manual mempunyai tingkat kelelahan maupun kejenuhan yang tinggi, namun kelelahan maupun kejenuhan dapat dikurangi dengan mendengarkan musik. Dalam penelitian yang dilakukan Teresa Lesiuk (2012) mengenai pengaruh musik pada pekerjaan, ia menemukan bahwa orang yang mendengarkan musik mampu memenuhi tugasnya lebih cepat dan memiliki ide-ide lebih baik. Salah satu penyebabnya adalah karena musik meningkatkan mood.

PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar merupakan perusahaan yang memproduksi bahan kimia seperti *Ethanol, Acetic Acid, Ethyl Acetate* dan Pupuk Bio Organik Plus. Bagian *filling* merupakan tempat produksi *Acetic Acid* yang setiap hari memproduksi ± 1200 jerigen, dan setiap jerigen berisi 30 kg, semua pekerjaan yang dilakukan mulai dari pengisian sampai produksi dilakukan secara manual handling. Setelah melakukan survei pendahuluan awal melalui pengamatan, diketahui belum pernah ada musik yang didengar di PT. Indo Acidatama. Dari hasil wawancara dengan beberapa karyawan mereka menyatakan suka mendengar musik. Dari survey awal, keadaan lingkungan fisik yaitu kebisingan pada unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar adalah sebesar 76 dBA.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Pengaruh Musik Kerja terhadap Tingkat Kelelahan dan Tingkat Produktivitas Kerja Karyawan Unit *Filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar.

METODE

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu dengan pendekatan *One Group Pretest Posttest*. Tempat penelitian ini adalah di PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar yang dilaksanakan pada bulan Agustus-September 2014.

Populasi dalam penelitian adalah seluruh karyawan yang berjumlah 21 orang karyawan pada bagian *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar.

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh karyawan unit *filling* yang diikutsertakan dalam penelitian (*Total Sampling*). Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel. Sedangkan analisis bivariat digunakan untuk melihat perbedaan tingkat kelelahan dan produktivitas sebelum dan sesudah pemberian musik kerja. Analisis yang digunakan adalah menggunakan uji *t test*, data berdistribusi normal menggunakan uji *paired sample t test*.

HASIL

A. Pemutaran Musik Kerja

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh karyawan sebagian besar menyukai musik dangdut koplo yaitu hampir 76 % karyawan, 14 %

menyukai POP dan 10 % menyukai campursari. Pemutaran musik dilakukan pada pukul 08.30-10.30 dan pukul 13.30-14.30 WIB, dan pada jam tersebut responden sudah mulai dengan kegiatan angkat-angkut drigen mulai dari pengisian sampai meletakkan di gudang penyimpanan. Pemberian musik dilakukan selama enam hari perlakuan dan dua hari percobaan. Dalam setiap satu jam pemutaran musik terdapat tiga jenis musik yang diputar yaitu dangdut koplo selama 35 menit, POP 15 menit dan campursari selama 10 menit. Pemutaran musik disesuaikan dengan jumlah jenis musik yang disukai karyawan.

B. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

a. Umur Responden

Berdasarkan tabel 1 proporsi umur responden sebagian besar berumur 41-50 tahun berjumlah 11 responden (52.4 %). Rata-rata umur responden 38 ± 10.8 tahun. Dari hasil uji tabulasi (*crosstab*) pada tabel 2 umur dengan \geq rata-rata kelelahan nilai presentasi total kelelahan adalah 47.6 % dan $<$ rata-rata kelelahan adalah 52.4 %. Sedangkan pada umur dengan \geq rata-rata produktivitas nilai presentasi total produktivitas adalah 52.7 % dan $<$ rata-rata produktivitas adalah 46.6%.

b. Pendidikan

Berdasarkan tabel 1 pendidikan responden sebagian besar SMA berjumlah 15 responden (71.4 %). Hari hasil uji tabulasi (*crosstab*) pada tabel 2 dapat diketahui pendidikan dengan \geq rata-rata kelelahan nilai presentasi total kelelahan adalah 47.6 % dan $<$ rata-rata kelelahan adalah 52.4 %. Sedangkan pada pendidikan dengan \geq rata-rata produktivitas nilai presentasi total produktivitas adalah 52.4 % dan $<$ rata-rata produktivitas adalah 46.6%.

c. Masa Kerja

Berdasarkan tabel 1 proporsi masa kerja responden diketahui dari 21 responden masa kerja sebagian besar antara 1- 10 tahun berjumlah 11 responden (52.38 %), Rata-rata masa kerja 12.5 ± 8.5 tahun. Berdasarkan uji tabulasi (*crosstab*) pada tabel 2 dapat diketahui masa kerja dengan \geq rata-rata kelelahan nilai presentasi total kelelahan adalah 47.6 % dan $<$ rata-rata kelelahan adalah 52.4 %. Sedangkan pada masa kerja dengan \geq rata-rata produktivitas nilai presentasi total produktivitas adalah 52.4 % dan $<$ rata-rata produktivitas adalah 46.6%.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur (Th)		
20-30	6	28.6 %
31-40	4	19.0 %
41-50	11	52.4 %

Total	21	100 %
Pendidikan		
SMP	6	28.6 %
SMA	15	71.4 %
Total	21	100 %
Masa Kerja (Th)		
1-10	11	52,38 %
11-20	6	28,57 %
> 20	4	19,05 %
Total	21	100 %

Tabel 2. Hasil Uji Tabulasi Umur, Pendidikan, Masa Kerja dengan Kelelahan dan Produktivitas

Umur	kelelahan				Total		Produktivitas				Total	
	<Rata-rata		≥Rata-rata				< Rata-rata		≥Rata-rata			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
<38 tahun	6	85.7	1	14.3	7	100	1	14.3	6	85.7	7	100
≥38 tahun	5	35.7	9	64.3	14	100	9	64.3	5	35.7	14	100
Total	11	52.4	10	47.6	21	100	10	47.6	11	52.7	21	100
Pendidikan												
SMP	3	50.0	3	50.0	6	100	3	50.0	3	50.0	6	100
SMA	8	53.3	7	46.7	15	100	7	46.7	8	53.3	15	100
Total	11	52.4	10	47.6	21	100	10	47.6	11	52.4	21	100
Masa Kerja												
<12 th	7	70.0	3	30.0	10	100	3	30.0	7	70.0	10	100
≥12 th	4	36.4	7	63.3	11	100	7	63.6	4	36.4	11	100
Total	11	52.4	10	47.6	21	100	10	47.6	11	52.4	21	100

2. Hasil Pengukuran Kelelahan pada Karyawan bagian Unit *Filling*

Hasil pengukuran kelelahan pada karyawan diketahui nilai rata-rata kelelahan kerja sebelum pemutaran musik diketahui nilai rata-rata 64.33 ± 4.99 dan nilai minimum 55 dan maksimum 77 sedangkan nilai rata-rata kelelahan kerja sesudah mendapatkan pemutaran musik nilai rata-rata 55.57 ± 4.86 dan nilai minimum 45 dan maksimum 65. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui ada penurunan rata-rata nilai kelelahan kerja sebesar 13.61 %.

3. Hasil Pengukuran Produktivitas Kerja pada Karyawan Unit *Filling*.

Hasil pengukuran produktivitas kerja pada karyawan diketahui nilai

rata-rata produktivitas kerja sebelum pemutaran musik diketahui nilai rata-rata 0.88 ± 0,67 dan nilai minimum 0,74 dan maksimum 1.03, sedangkan nilai rata-rata kelelahan kerja sesudah pemutaran musik mendapatkan nilai rata-rata 1,02 ± 0,09 dan nilai minimum 0,87 dan maksimum 1,26. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui ada peningkatan rata-rata nilai produktivitas kerja sebesar 13.72 %.

C. Analisis Bivariat

1. Uji Normalitas Data

Dari penghitungan nilai *Kolmogorov-Smirnov* pada tabel 3 dapat diketahui nilai *p-value* > 0,05 yang berarti semua data penelitian berdistribusi normal maka uji statistik yang digunakan adalah *Paired Sample T Test*.

Tabel 3. Uji Normalitas Data *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

	Pre_Kllhn	Pos_Kllhn	Pre_Prod	Pos_Prod
N	21	21	21	21
Normal Parameters ^{a,b} Mean	64.33	55.57	.88	1.02
Std. Deviation	4.99	4.86	.06	.095
Most Extreme Differences				
Absolute	.10	.16	.13	.20
Positive	.10	.10	.13	.20
Negative	-.08	-.16	-.10	-.10
Kolmogorov-Smirnov Z	.48	.76	.59	.95
Asymp. Sig. (2-tailed)	.97	.59	.87	.32

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

2. Uji Kelelahan Kerja Sebelum dan Sesudah Pemutaran Musik dengan *Paired Sample T Test*

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T Test* dapat dijelaskan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara kelelahan sebelum

pemutaran musik dan sesudah pemutaran musik dengan nilai $p\text{-value} < 0,005$. Dengan demikian dinyatakan bahwa musik kerja berpengaruh signifikan terhadap kelelahan kerja.

Tabel 4. Uji Kelelahan Kerja Sebelum dan Sesudah Pemutaran Musik dengan *Paired Sample T Test*

Uji <i>Paired Sample T Test</i>	Std.		
	Mean	Deviation	p-value
Sebelum Pemutaran Musik	64,33	4,99	
Sesudah Pemutaran Pusik	55,57	4,86	0,000

3. Uji Produktivitas Sebelum dan Sesudah Pemutaran Musik Dengan *Paired Sample T Test*

Berdasarkan hasil uji *Paired Sample T Test* dapat dijelaskan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara

produktivitas sebelum pemutaran musik dan sesudah pemutaran musik dengan nilai $p\text{-value} < 0,005$. Dengan demikian dinyatakan bahwa musik kerja berpengaruh signifikan terhadap produktivitas kerja.

Tabel 5. Uji Produktivitas Sebelum dan Sesudah Pemutaran Musik Dengan *Paired Sample T Test*

Uji <i>Paired Sample T Test</i>	Std.		
	Mean	Deviation	p-value
Sebelum pemutaran musik	0,88	0,06	
Sesudah pemutaran musik	1,02	0,09	0,000

4. Hasil Uji Kelelahan Terhadap Produktivitas dengan *Paired Sample T Test*

Berdasarkan dari hasil uji *Paired Sample T Test* dapat dijelaskan bahwa

ada pengaruh antara kelelahan kerja terhadap tingkat produktivitas kerja dengan nilai $p\text{-value} < 0.05$.

Tabel 6. Hasil Uji Kelelahan Terhadap Produktivitas dengan *Paired Sample T Test*

Uji <i>Paired Sample T Test</i>	Std.		
	Mean	Deviation	p-value
Kelelahan* Produktivitas	8.62	4.20	0.000

PEMBAHASAN

A. Karakteristik Subjek Responden

1. Umur

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 21 responden berumur antara 20-50 tahun, sebagian besar karyawan berumur 41-50 tahun yaitu sebanyak 10 orang (47,62 %), sedangkan yang berumur 31-40 tahun sebanyak 4 orang (19,04 %) dan berumur 20-30 sebanyak 7 orang (33,34 %). Rata-rata umur responden adalah 38 ± 10.8 tahun. Berdasarkan hasil tabel tabulasi umur dengan kelelahan responden yang berumur <38 tahun mempunyai nilai < rata-rata kelelahan sebanyak 6 orang (85.7 %) dan nilai \geq rata-rata kelelahan sebanyak 1 orang (14.3 %), sedangkan yang berumur ≥ 38 tahun mendapatkan hasil nilai < rata-rata kelelahan sebanyak 5 orang (35.7 %) dan \geq rata-rata kelelahan adalah 9 orang (64.3%). Sedangkan tabel tabulasi umur dengan produktivitas kerja responden yang berumur <38 tahun mempunyai nilai < rata-rata produktivitas sebanyak 1 orang (14.3 %) dan nilai \geq rata-rata produktivitas sebanyak 6 orang (85.7 %), sedangkan yang berumur ≥ 38 tahun mendapatkan hasil nilai < rata-rata produktivitas sebanyak 9 orang

(64.3 %) dan \geq rata-rata produktivitas adalah 5 orang (35.7%).

Dusia yang semakin bertambah tua akan diikuti oleh kemampuan organ yang menurun sehingga menyebabkan tenaga kerja semakin mudah lelah dan dapat menyebabkan penurunan produktivitas tenaga kerja itu sendiri (Suma'mur, 1996).

2. Pendidikan

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa dari 21 responden yang berpendidikan SMP adalah 6 orang (28,58%) dan 15 responden berpendidikan SMA (71,42%). Berdasarkan hasil tabel tabulasi pendidikan dengan kelelahan responden tingkat pendidikan SMP mempunyai nilai < rata-rata kelelahan sebanyak 3 orang (50.0%) dan nilai \geq rata-rata kelelahan sebanyak 3 orang (50.0 %), sedangkan yang tingkat pendidikan SMA mendapatkan hasil nilai < rata-rata kelelahan sebanyak 8 orang (53.3 %) dan \geq rata-rata kelelahan adalah 7 orang (66.7 %). Sedangkan tabel tabulasi pendidikan dengan produktivitas kerja responden tingkat pendidikan SMP mempunyai nilai < rata-rata produktivitas sebanyak 3 orang (50.0 %) dan nilai \geq rata-rata produktivitas sebanyak 3 orang (50.0 %), sedangkan tingkat SMA

mendapatkan hasil nilai $<$ rata-rata produktivitas sebanyak 7 orang (46.7 %) dan \geq rata-rata produktivitas adalah 8 orang (53.3%). Karena dalam melakukan pekerjaan angkat-angkut drigen tidak dibutuhkan ketrampilan melainkan hanya kekuatan seorang karyawan.

3. Masa Kerja

Dalam penelitian ini diketahui dari 21 responden yang masa kerja antara 1-10 tahun berjumlah 11 responden (52,38 %), sedangkan yang masa kerja antara 11-20 tahun berjumlah 6 responden (28,57 %) dan yang masa kerja $>$ 20 tahun berjumlah 4 responden (19,05 %). Rata-rata masa kerja yaitu 12.5 ± 8.5 tahun. Berdasarkan hasil tabel tabulasi masa kerja dengan kelelahan responden yang masa kerja $<$ 12 tahun mempunyai nilai $<$ rata-rata kelelahan sebanyak 7 orang (70.0 %) dan nilai \geq rata-rata kelelahan sebanyak 3 orang (30.0 %), sedangkan yang masa kerja \geq 12 tahun mendapatkan hasil nilai $<$ rata-rata kelelahan sebanyak 4 orang (35.4 %) dan \geq rata-rata kelelahan adalah 7 orang (63.6 %). Sedangkan tabel tabulasi masa kerja dengan produktivitas kerja responden yang masa kerja $<$ 12 tahun mempunyai nilai $<$ rata-rata produktivitas sebanyak 3 orang (30.0 %) dan nilai \geq rata-rata produktivitas sebanyak 7 orang (70.0 %), sedangkan yang masa kerja \geq 12 tahun mendapatkan hasil nilai $<$ rata-rata produktivitas sebanyak 7 orang (63.3 %) dan \geq rata-rata produktivitas adalah 4 orang (36.4%).

. Menurut Budiono dkk (2003), masa kerja dapat mempengaruhi pekerja baik positif maupun negatif. Memberikan pengaruh yang positif apabila semakin lama seseorang bekerja maka akan berpengalaman

dalam melakukan pekerjaannya. Sebaliknya akan memberikan pengaruh negatif apabila semakin lama bekerja akan menimbulkan kelelahan dan kebosanan.

Kebosanan dapat terjadi pada karyawan yang melakukan pekerjaan secara monoton, berulang-ulang, serta pelaksanaan atau kegiatan yang cenderung tidak menarik. Namun ada kalanya kebosanan juga dapat ditimbulkan oleh hal-hal yang semula dianggap mengasyikkan namun kelama-lamaan berubah menjadi bosan (Anies, 2005).

4. Musik

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh karyawan sebagian besar menyukai musik dangdut koplo yaitu hampir 75 % karyawan, 15 % menyukai POP dan 10 % menyukai campursari. Hal tersebut dikarenakan musik dangdut koplo pada saat ini banyak digemari dan sangat populer di masyarakat dan banyak orang yang menyukai musik dangdut koplo. Begitu juga dengan karyawan unit filling PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar

Pemutaran musik dilakukan pada pukul 08.30-10.30 dan pukul 13.30-14.30 WIB, dan pada jam tersebut responden sudah mulai dengan kegiatan angkat-angkut drigen mulai dari pengisian sampai meletakkan di gudang penyimpanan. Pemilihan pemutaran musik didasarkan permintaan responden selain itu pertimbangan seperti pada jam-jam tersebut karyawan sudah merasa mengantuk, lelah dan bosan. Pemutaran volume musik yaitu pada tingkat sedang. Menurut Campbell (2001), musik mempengaruhi denyut jantung manusia terutama disesuaikan dengan

bunyi dan musik. Denyut jantung menanggapi variabel-variabel musik seperti kuensi, tempo dan volume, dan cenderung menjadi lebih cepat atau menjadi lebih lambat guna menyamai ritme suatu bunyi. Semakin cepat musiknya, semakin cepat detak jantung, begitu sebaliknya. Detak jantung yang lebih lambat menciptakan tingkat stress dan ketegangan fisik yang lebih rendah dan menenangkan pikiran.

B. Pengaruh Musik Kerja terhadap Kelelahan

Musik berpengaruh signifikan terhadap kelelahan dengan tingkat signifikan 0,000. Dengan pemberian musik kerja maka kelelahan kerja karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar menurun.

Menurut karyawan pemberian musik ini dapat mengurangi rasa ngantuk dan rasa bosan yang dikarenakan sifat kerja yang monoton pada karyawan sehingga dapat menurunkan perasaan lelah yang dialami karyawan hal ini ditunjukkan dengan penurunan nilai rata-rata kelelahan sebesar 13.61 %. Menurut Tarwaka, dkk (2004) terdapat dua teori tentang kelelahan otot yaitu teori kimia dan teori syaraf pusat terjadinya kelelahan. Pada teori kimia terjadinya kelelahan akibat berkurangnya cadangan energi dan meningkatnya sisa metabolisme sehingga menyebabkan hilangnya efisiensi otot, sedangkan teori syaraf pusat bahwa perubahan kimia hanya merupakan penunjang proses, perubahan kimia yang terjadi mengakibatkan dihantarkannya rangsangan syaraf melalui syaraf sensorik ke otak yang disadari sebagai kelelahan otot.

Rangsangan aferen ini menghambat pusat-pusat otak dalam mengendalikan gerakan sehingga frekuensi potensial pada sel syaraf menjadi berkurang. Berkurangnya frekuensi akan menurunkan kekuatan dan kecepatan kontraksi otot dan gerakan atas perintah kemauan menjadi lambat. Dengan demikian semakin lambat gerakan seseorang akan menunjukkan semakin lelah kondisi otot seseorang.

Berdasarkan penelitian Wulandari (2013) dengan judul pengaruh musik pengiring kerja terhadap kelelahan kerja dan produktivitas kerja pada tenaga kerja bagian batik tulis di industri batik brotoseno Sragen didapatkan hasil terdapat pengaruh musik pengiring kerja terhadap kelelahan kerja dengan nilai $p\text{-value } 5.499 \times 10^{-9} < 0.001$ dan ditunjukkan dengan penurunan rata-rata hasil pengukuran kelelahan kerja responden yaitu dari 412.16 milidetik menjadi 278.92 milidetik. Hal ini sejalan dengan penelitian saya dengan musik berpengaruh signifikan terhadap kelelahan dengan tingkat signifikan 0,000. Musik yang didengarkan menimbulkan kondisi yang segar dan enjoy sehingga menurunkan perasaan lelah yang dialami oleh responden.

C. Pengaruh Musik Kerja terhadap Produktivitas Kerja

Musik berpengaruh signifikan terhadap produktivitas dengan tingkat signifikan 0,000. Dengan pemberian musik kerja maka produktivitas kerja karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar meningkat. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan angka produktivitas kerja setelah pemberian musik.

Menurut para karyawan musik merupakan hal yang menyenangkan, dapat mengurangi kebosanan dan rasa lelah sehingga produktivitas dapat ditingkatkan. Menurut penelitian Dr. Teresa Lesiuk (2012) musik sesuai dengan susunan interval dan ritmenya memiliki refleksi khusus yang bisa merangsang sel-sel saraf sehingga perasaan manusia bisa diperlemah, diperkuat ataupun dialihkan. Dari sisi biologi, musik yang merdu memang merangsang pelepasan dopamin di area otak yang berkaitan dengan ganjaran (reward), seperti saat kita mengonsumsi makanan lezat, atau mencium aroma harum.

Dalam buku Campbell (2011) University of Washington melaporkan bahwa dalam sebuah studi terhadap sembilan puluh orang yang mengkopiedit sebuah naskah, ketepatan pada kelompok yang mendengarkan musik klasik ringan selama sembilan puluh menit meningkat sebanyak 21.3 %. Sementara itu, orang-orang yang menyunting dalam suasana sunyi, keakuratannya 8.3 % lebih rendah daripada orang-orang yang bekerja dalam suasana suara kantor yang biasa.

Berdasarkan penelitian Wulandari (2013) dengan judul pengaruh musik pengiring kerja terhadap kelelahan kerja dan produktivitas kerja pada tenaga kerja bagian batik tulis di industri batik Brotoseno Sragen didapatkan hasil terdapat pengaruh musik pengiring kerja terhadap produktivitas kerja dengan nilai $p\text{-value}$ $4.675 \times 10^{-6} < 0.001$, hal tersebut ditunjukkan terjadinya peningkatan rata-rata hasil produktivitas kerja responden, yaitu dari 0.88 lembar kain per hari menjadi 1.41 lembar kain per hari setelah pemberian musik. Sedangkan

penelitian yang dilakukan oleh Utomo (2014) dengan judul pengaruh musik terhadap semangat kerja dan produktivitas tenaga kerja dibagian linting rokok PT. Djitoe Indonesia Tobako Surakarta menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0.000 < 0.05$ yang dinyatakan musik berpengaruh signifikan terhadap semangat kerja dan produktivitas tenaga kerja. Hal ini sejalan dengan penelitian saya dengan musik berpengaruh signifikan terhadap produktivitas responden dengan tingkat signifikan 0,000.

D. Pengaruh Kelelahan terhadap Produktivitas Kerja

Dalam penelitian ini kelelahan berpengaruh terhadap produktivitas kerja dengan tingkat signifikan 0.000. Hal ini dapat dilihat dengan tingkat kelelahan karyawan, semakin tinggi tingkat kelelahan seorang karyawan maka produktivitas menurun. Begitu sebaliknya apabila angka tingkat kelelahan karyawan menurun maka produktivitas meningkat.

Terdapat keterkaitan yang erat antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja, atau lebih tepatnya kelelahan yang dialami tenaga kerja dengan kinerja perusahaan. Jika tingkat produktivitas seorang tenaga kerja terganggu dikarenakan adanya faktor kelelahan fisik maupun psikis, maka ini akan berdampak juga pada perusahaan yang berupa penurunan produktivitas perusahaan (Budiono dkk, 2003).

Secara garis besar dapat dikatakan bahwa kelelahan merupakan suatu pola yang timbul pada suatu keadaan yang secara umum terjadi pada saat individu yang sudah tidak sanggup lagi melakukan aktivitasnya. Pada dasarnya pola ini ditimbulkan oleh dua

hal, yaitu kelelahan fisiologi (fisik atau kimia) dan kelelahan psikologis (mental atau fungsional). Disisi lain juga dapat bersifat objektif (dapat dilihat pada akibat-akibatnya dalam berbagai kinerjanya) dan dapat bersifat subjektif (akibat perubahan dalam perasaan dan kesadaran). Yang dimaksud dengan kelelahan fisiologis adalah kelelahan yang timbul karena adanya perubahan-perubahan faali dalam tubuh. Dari segi fisiologis, tubuh manusia dapat dianggap sebagai mesin yang mengkonsumsi bahan bakar dan memberikan output berupa tenaga yang berguna untuk melaksanakan aktivitas sehari-hari. Pada prinsipnya, ada lima macam mekanisme yang dijalankan tubuh, yaitu sistem pernapasan, sistem peredaran darah, sistem pencernaan, sistem otot, dan sistem saraf. Kerja fisik yang kontinu berpengaruh terhadap mekanisme-mekanisme di atas, baik sendiri-sendiri maupun sekaligus.

Faktor manusia sangatlah berpengaruh terhadap tingkat produktivitas kerja, seperti masalah tidur, kebutuhan biologis, dan juga kelelahan kerja, bahkan diutarakan bahwa penurunan produktivitas tenaga kerja di lapangan sebagian besar disebabkan oleh kelelahan kerja (Sedarmayanti, 2009).

Berdasarkan penelitian Muizzudin (2013) dengan judul hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja pada tenaga kerja bagian tenun di PT. Alkatex Tegal diketahui terdapat hubungan antara kelelahan kerja dengan produktivitas kerja dengan nilai p -value $0,001 < 0,05$. Hal ini sejalan dengan penelitian saya bahwa kelelahan kerja berpengaruh

terhadap produktivitas kerja karyawan dengan nilai p -value $0,000$.

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Pada karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar menyukai beberapa jenis musik. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh karyawan sebagian besar menyukai musik dangdut koplo yaitu hampir 75 % karyawan, 15 % menyukai POP dan 10 % menyukai campursari. Pemutaran musik dilakukan pada pukul 08.30-11.30 dan pukul 13.30-14.30 WIB.
2. Musik berpengaruh signifikan terhadap kelelahan dengan nilai $p < 0,001$. Dengan pemberian musik kerja maka kelelahan kerja karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar menurun.
3. Musik berpengaruh signifikan terhadap produktivitas dengan nilai $p < 0,001$. Dengan pemberian musik kerja maka produktivitas kerja karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar meningkat.
4. Tingkat kelelahan berpengaruh terhadap produktivitas kerja dengan nilai $p < 0,001$. Semakin tinggi tingkat kelelahan maka produktivitas juga akan menurun, begitu juga sebaliknya apabila tingkat kelelahan menurun maka produktivitas kerja karyawan akan meningkat.

B. Saran

1. Bagi PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar :
 - a. Perusahaan dapat melakukan pemutaran musik untuk menurunkan tingkat kelelahan

- sehingga dapat meningkatkan produktifitas kerja karyawan.
- b. Pemutaran musik dapat dilakukan pada jam-jam yang tepat, berdasarkan saran dari karyawan pemutaran musik di putar pada pukul 08.30-10.30 dan pukul 13.30-14.30 WIB.
 2. Bagi karyawan unit *filling* PT. Indo Acidatama Tbk, Kemiri, Kebakkramat, Karanganyar :
Karyawan dapat menggunakan waktu istirahat dengan sebaik mungkin untuk mengurangi kelelahan yang dialami.
 3. Bagi peneliti lain:
Dalam penelitian selanjutnya dapat menggunakan kasus dan kontrol.

DAFTAR PUSTAKA

- Anies, 2005. *Penyakit Akibat Kerja*. Jakarta: PT. Alex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Balleka, Ali. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medica.
- Budiono S; Jusuf R.M.S; Pusparini A. 2003. *Bunga Rampai Hiperkes dan KK*. Semarang: BP Universitas Diponegoro.
- Campbell, Don. 2001. *Efek Mozart : Memanfaatkan Kekuatan Musik Untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kreativitas, dan Menyehatkan Tubuh*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Hasibuan, Yusdarli. 2010. *Hubungan Kelelahan Kerja dan Kepuasan Kerja dengan Produktivitas Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD Dr. Tengku Mansyur Tanjungbalai*. Skripsi: Universitas Sumatera Utara.
- Kurth, Ernest. 1995. *Sejarah Musik IV*. Dalam Buku Dieter Mack. Penerbit Musik Liturgi.
- Kussriyanto, Bambang. 1993. *Meningkatkan Produktivitas Karyawan, Seri Manajemen no 95*. Jakarta: LPMM & PT Pustaka Binaman Pressindo.
- Lesiuk, Teresa. 2012. *Bekerja Lebih Produktif Berkat Musik*. Diakses : 25 Mei 2014. [Http://m.kompas.com/health/read/2012/08/13/14365695/Bekerja.Lebih.Produktif.Berkat](http://m.kompas.com/health/read/2012/08/13/14365695/Bekerja.Lebih.Produktif.Berkat).
- Mangkunegaran, Prabu Answar. 2002. *Manajemen Sumber Daya Manusia Perusahaan*, Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Mardiana. 2005. *Manajemen Produksi*. Jakarta : Badan IPWI
- Masno. 2010. Faktor-faktotr yang Mempengaruhi terhadap Produktivitas Kerja Pegawai pada Kantor Badan Keluarga Berencana Kota Makasar. *Jurnal Economic Resources*, ISSN.
- Muizzudin, Ahmad. 2013. *Hubungan Antara Kelelahan Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja bagian Tenun di PT. Alkatex Tegal*. [Skripsi Ilmiah]. Semarang: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

- Nitisemito, Alex.S. 2002. *Manajemen Personalia*, Edisi Revisi. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmianto, Eko. 2003. *Ergonomic Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya: Institut Teknologi Sepuluh November.
- Sedarmayanti. 2009. *Sumber Daya Manusia dan Produktivitas Kerja*. Bandung: CV Mandar Maju.
- Silastuti, Ambar. 2006. *Hubungan Antara Kelelahan dengan Produktivitas Tenaga Kerja di bagian Penjahitan PT Bengawan Solo Garment Indonesia*. Skripsi: Universitas Negeri Semarang.
- Suma'mur. 1996. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*, Jakarta: Gunung Agung.
- _____. 2009. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja*. Jakarta: Sagung Seto.
- Sinungan, Muchdarsyah. 2009. *Produktivitas Apa dan Bagaimana*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Soehatman Ramli, 2009. *Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja OHSAS 18001*. Jakarta : PT. Dian Rakyat.
- Sutrisno, Edy. 2009. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Prenada Media.
- Tanto, Dwi. 2012. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produktivitas Pekerja pada Pengerjaan Atap Bajaringan di Perumahan Green Hills Malang. *Jurnal Rekayasa Sipil*. Vol. 6. No1.2012. ISSN 1978-5658.
- Tarwaka, dkk. 2004. *Ergonomi untuk Keselamatan Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA PRESS.
- Tarwaka. 2010. *Ergonomi Industri Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta : Harapan Press.
- Tohardi, Ahmad. 2002. *Pemahaman Praktis Manajemen Sumber Daya Manusia*. Bandung: Penerbit Mandar Maju.
- Utomo, IP. 2014. *Pengaruh Musik terhadap Semangat Kerja dan Produktivitas Tenaga Kerja dibagian Linting Rokok PT. Djitoe Indonesia Tobako* Surakarta. [Skripsi Ilmiah] . Surakarta: Fakultas Ilmu Kesehatan UMS.
- Wignjosoebroto, Sritomo. 2003. *Ergonomi, Studi Gerak dan Waktu Teknik Analisis untuk Peningkatan Produktivitas Kerja*, Surabaya: Penerbit Guna Widya.
- Wulandari KN. 2013. *Pengaruh Musik Pengiring Kerja terhadap Kelelahan Kerja dan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja Bagian Batik Tulis di Industri Batik*

Brotoseno Sragen. [Skripsi
Ilmiah]. Surakarta. Fakultas
Kedokteran Universitas Sebelas
Maret.