

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL, DURASI KERJA, DAN STRES KERJA TERHADAP KELELAHAN KERJA PADA TELLER BANK X SEMARANG

SHAHAZ LAILITA SETYA BUDI JAYANTI-25000120140325
2024-SKRIPSI

Teller bank memiliki tuntutan kerja yang sangat tinggi sehingga teller bank memiliki beban kerja mental yang cukup berat, mereka dituntut untuk memiliki ketelitian dan kecepatan dan bersikap ramah terhadap nasabah sehingga tak heran seringkali menyebabkan stres kerja dan pada karyawan teller bank tersebut. Pekerjaan yang dilakukan oleh teller bank akan menimbulkan ketelitian, peningkatan kesalahan, dan penurunan konsentrasi yang berujung kelelahan kerja pada teller bank x itu sendiri, ditambah lagi durasi kerja teller bank yang tidak menentu dan tak jarang juga melebihi jam kerja standart dimana para teller dituntut untuk lembur, hal ini mempengaruhi kelelahan kerja pada teller bank tersebut.. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara beban kerja mental, durasi kerja , dan stres kerja dengan kelelahan kerja teller di Bank X Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif *explanatory research* melalui pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini berjumlah 31 orang dengan menggunakan metode *total sampling*. Pengambilan data dilakukan menggunakan instrumen angket terkait beban kerja mental, durasi kerja, stres kerja, dan kelelahan kerja. Melalui uji statistik *Chi Square* diketahui bahwa variabel beban kerja mental dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* sebesar 0.024 ($p\text{-value}<0.05$) yang artinya terdapat hubungan antara variabel beban kerja mental dan kelelahan kerja. Begitu juga dengan variabel durasi kerja berdasarkan uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0.001 ($p\text{-value}<0.05$) yang artinya terdapat hubungan antara variabel durasi kerja dan kelelahan kerja. Dan berdasarkan uji statistik *Chi Square* stres kerja memiliki hubungan dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* sebesar 0.001 ($p\text{-value}<0.05$). Saran yang dapat dilakukan untuk Bank X Semarang yaitu menyiapkan vitamin dan suplemen untuk karyawan sebagai perhatian atas kinerja karyawan, penambahan waktu istirahat sekitar 10–15 menit untuk mengistirahatkan otak sebelum kembali bekerja dan memberikan kesempatan kepada karyawan untuk pulang tepat waktu jika pekerjaan selesai.

Kata Kunci : beban kerja mental, durasi kerja, stres kerja, kelelahan kerja