

## **FAKTOR – FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRESS PARA PEKERJA DI PERCETAKAN KOTA CIPUTAT TAHUN 2021**

**<sup>1</sup>Fini Fajrini, <sup>2</sup>Sahar Sakinah, <sup>3</sup>Noor Latifah, <sup>4</sup>Nur Romdhona, <sup>5</sup>Andriyani**

<sup>1,2,3,4,5</sup>Fakultas kesehatan masyarakat, universitas muhammadiyah jakarta  
Jl. KH. Ahmad Dahlan, cirendeu, ciputat, kota tangerang selatan, banten  
Email : [f\\_fajrini@gmail.com](mailto:f_fajrini@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Stress adalah keadaan dimana seseorang mengalami tekanan pada dirinya yang berasal dari dunia luar batas kemampuan seseorang. Sedangkan stress kerja adalah keadaan dimana seseorang mengalami tekanan atau merasa tertekan baik fisik maupun psikis yang dialami di tempat kerja. Menurut *International Labour Organization (ILO)* setiap tahun di berbagai survey yang dilakukan di Eropa, Amerika Serikat, sekitar dua pertiga hingga setengah dari pekerja yang di survey menyatakan bahwa mereka mengalami stress terkait kerja. Lebih dari 32 % pekerja di Jepang melaporkan kegelisahan dan stress berlebihan ditempat kerja, sementara 20 % pekerja di Korea melaporkan tekanan dan beban kerja yang tinggi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara stress kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di percetakan kota ciputat tahun 2021. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan mei 2021 dengan menggunakan desain *cross sectional*. sampel diambil dengan teknik *simple random sampling* sebanyak 80 responden. Analisis dilakukan secara bivariat melalui uji *chi-square*. Sebanyak 50 % pekerja mengalami stress kerja. Hasil uji bivariat menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan antara Beban Kerja ( $p=0,286$ ), Lingkungan Kerja ( $p=0,286$ ), Konflik Peran ( $p=0,721$ ).

***Kata Kunci : Stress Kerja, Beban Kerja, Percetakan***

### **ABSTRACT**

Stress is a condition in which a person experiences pressure on himself that comes from the world beyond the limits of one's abilities. While work stress is a condition where a person experiences pressure or feels depressed both physically and psychologically experienced at work. According to the International Labour Organization (ILO) every year in various surveys conducted in Europe, the United States, about two-thirds to half of the workers surveyed stated that they experienced work-related stress. More than 32% of workers in Japan report anxiety and excessive stress at work, while 20% of workers in Korea report high work pressure and workload. The purpose of this study was to determine the relationship between work stress and work fatigue among workers in the printing house of Ciputat in 2021. This study was carried out in May 2021 using a cross sectional design. samples were taken with a simple random sampling technique of 80 respondents. The analysis was carried out bivariately through the chi-square test. As many as 50% of workers experience work stress. The results of the bivariate test showed that there was no relationship between Workload ( $p=0,286$ ), Work Environment ( $p=0,286$ ), Role Conflict ( $p=0,721$ ).

***Keywords: Worsk Stress, Workload, Printing***

## PENDAHULUAN

Stress kerja adalah keadaan dimana seseorang mengalami tekanan pada dirinya yang berasal dari dunia luar dan diluar batas kemampuan seseorang. Sedangkan stress kerja adalah keadaan dimana seseorang mengalami tekanan atau merasa tertekan baik fisik maupun psikis yang dialami di tempat kerja. Kejadian stress kerja jika di diamkan akan mengakibatkan beberapa dampak kesehatan antara lain, *burnout* (kombinasi kelelahan secara fisik, psikis dan emosi), menurunnya produktivitas kerja, mengalami kegelisahan, kelelahan dan juga bisa menyebabkan depresi.<sup>1</sup>

Dalam sebuah survey yang dilakukan oleh *princeton survey research associates*, diketahui bahwa tiga dari empat orang di amerika mengatakan bahwa pekerja pada saat ini memiliki tingkat stress kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan penelitian beberapa tahun sebelumnya (NIOSH, 1999). Sementara hasil penelitian *Labour Force Survey* tahun 2014, menemukan bahwa terdapat 440.000 kasus stres akibat kerja di Inggris dengan angka kejadian sebanyak 1.380 kasus per 100.000 pekerja yang mengalami stress akibat kerja.<sup>2</sup>

Institut Nasional Keselamatan dan Kesehatan Kerja (NIOSH) di Amerika Serikat mencatat bahwa sejak tahun 90an dari seluruh biaya kompensasi kesehatan tenaga kerja, mencatat sebesar 80% dikeluarkan untuk penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan sedangkan di Inggris (UK) tercatat sebesar 71% manajer yang mengalami gangguan kesehatan fisik maupun mental akibat stres dan dijumpai di Australia.<sup>3</sup>

Di Indonesia stress kerja juga menjadi salah satu masalah dengan angka yang cukup tinggi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh deany 2015, diperoleh rata – rata kebisingan yang terjadi di PT IKPP bagian printing melebihi nilai ambang batas 85 dBA. Hasil penelitian stres kerja menunjukkan bahwa terdapat 12 responden (38,7%) yang mengalami stress kerja ringan, 3 responden (9,7%) yang mengalami stress kerja sedang, 13 responden (41,9%) mengalami stress kerja tinggi, 3 responden mengalami stress kerja sangat tinggi.<sup>4</sup>

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh peneliti terdahulu, stress pada kelompok kerja lebih tinggi dibanding populasi umum. Contohnya Jakarta, pada pekerja eksekutif muda kejadian stress mencapai 25 %. Penelitian yang dilakukan oleh Maryam dan Pertiwi pada karyawan Universitas Negeri Yogyakarta menyatakan bahwa 95 % responden penelitian mengalami stress kerja meskipun masuk kedalam stress kerja yang tergolong ringan.<sup>5</sup>

Menurut Departemen Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2014, laporan yang didapat terkait pelaksanaan Kesehatan kerja di 26 provinsi di Indonesia, ditemukan jumlah kasus penyakit umum pada pekerja berjumlah 2.999.766kasus dengan jumlah kasus penyakit yang berkaitan dengan pekerjaan berjumlah 428.844 kasus.

Stress kerja juga memiliki faktor- faktor resiko terjadinya stress kerja antara lain faktor lingkungan, faktor organisasional dan faktor personal/individu, kelelahan, karakteristik/individual seperti umur, tingkat pendidikan status pernikahan, masa kerja dan lokasi tempat tinggal<sup>6</sup>.

Salah satu faktor penyebab utama kecelakaan kerja yang disebabkan manusia adalah kelelahan kerja (*fatigue*). Data dari *International Labour Organization (ILO)* menunjukkan bahwa hampir setiap tahun dua juta pekerja meninggal dunia akibat kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Sebuah survei yang dilakukan masyarakat di Inggris menunjukkan bahwa 25% wanita dan 20% pria mengeluhkan kelelahan. Lebih dari 60% tenaga kerja masuk ke poliklinik perusahaan memberikan keluhan karena kelelahan bekerja<sup>3</sup>.

Aktivitas kerja yang meningkat dapat memicu stres kerja yang berujung pada kelelahan. Penelitian yang dilakukan oleh Nicia 2019 menunjukkan bahwa makin tinggi derajat kelelahan maka makin tinggi pula stres kerjanya. Salim 2019 menemukan bahwa kelelahan kerja berbanding lurus dengan stres kerja dimana makin tinggi kelelahan kerja akan diikuti dengan makin tingginya juga stres kerja. Dari penjelasan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Stress Kerja dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja di Percetakan Kota Ciputat Tahun 2021”.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. penelitian ini dilakukan di Percetakan Kota Ciputat Tahun 2021. Pemilihan tempat berdasarkan hasil observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti dengan beberapa pekerja yang ada di percetakan bahwa rata – rata, pekerja mengalami keluhan kelelahan kerja seperti, mudah mengantuk, menurunnya tingkat konsentrasi, keluhan pada mata akibat terlalu lama menatap layar komputer, merasa nyeri pada bagian punggung akibat terlalu lama duduk. Sedangkan pada stress kerja pekerja mengeluh mengalami mudah emosi. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat permasalahan stress kerja dan kelelahan kerja yang dirasakan oleh pekerja di percetakan Kota Ciputat. Sampel yang digunakan yaitu seluruh pekerja yang ada di Percetakan Kota Ciputat dengan jumlah sampel 80, yang diambil secara *simple random sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner.

Analisis pada penelitian ini dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik dengan dua tahap, yaitu analisis univariat untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel dependen (Stress Kerja) dan variabel independen (Umur, Jenis Kelamin, Status Pernikahan, Lingkungan Kerja, Masa Kerja, Konflik Peran, Beban Kerja, dan Kelelahan Kerja). Dan yang uji yang kedua adalah analisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen. Analisis bivariat dilakukan dengan uji *chi-square*. Pengukuran variabel dependen (Stres Kerja) dilakukan dengan mengukur Perubahan Psikologis dengan menggunakan kuesioner NIOSH *Generic Job Stress* dengan

nilai  $p$  value < 0,05. Untuk, variabel umur, jenis kelamin, status pernikahan dan masa kerja diukur dengan kuesioner. Untuk variabel beban kerja, lingkungan kerja dan konflik peran diukur dengan menggunakan kuesioner NIOSH *Generic Job Stress*.

## HASIL

Berdasarkan tabel 2.1 dapat diketahui bahwa lebih banyak laki- laki daripada perempuan (88,8% : 11,3%), sedangkan untuk kelompok umur paling banyak adalah yang berusia <29 tahun (67,5%). Hasil analisis pada variabel status pernikahan lebih banyak pekerja yang belum menikah dibanding sudah menikah (44% : 36%). Untuk variabel masa kerja rata – rata pekerja memiliki pengalaman bekerja <4 tahun (77,5%).

**Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur, Jenis Kelamin, Status Pernikahan dan Masa Kerja**

Variabel	n	%
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki – laki	71	88,8
Perempuan	9	11,3
<b>Umur</b>		
<29 Tahun	54	67,5
>30 Tahun	26	32,5
<b>Status Pernikahan</b>		
Belum menikah	44	55
Menikah	36	45
<b>Masa Kerja</b>		
<4 Tahun	62	77,5
>5 Tahun	18	22,5

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa hasil analisis menunjukkan sebesar 62,5% pekerja di Percetakan Kota Ciputat mengakui bahwa mereka mengalami stress kerja, sedangkan 30 responden lainnya mengaku tidak mengalami stress kerja. Hasil analisis menunjukkan bahwa 75% responden memiliki beban kerja yang tinggi dibanding responden yang memiliki beban kerja rendah 25 %. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebesar 50% responden mengakui lingkungan kerjanya baik dibandingkan responden yang mengatakan lingkungan kerjanya buruk 37,5%. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 62,5% responden memiliki konflik peran yang tinggi jika dibandingkan dengan responden yang memiliki konflik peran rendah.

**Tabel 2. Karakteristik Reponden Berdasarkan Beban Kerja, Lingkungan kerja, Stress Kerja, Konflik Peran dan Kelelahan Kerja**

Variabel	n	%
<b>Beban Kerja</b>		
Tinggi	60	75
Rendah	20	25
<b>Lingkungan Kerja</b>		
Baik	50	62,5

Buruk	30	37,5
<b>Stress Kerja</b>		
Stress	50	62,5
Tidak Stress	30	37,5
<b>Konflik Peran</b>		
Tinggi	50	62,5
Rendah	30	37,5

**Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat**

Variabel	Stress Kerja						P Value
	Stress		Tidak stress		Total		
	n	%	n	%	N	%	
<b>Umur</b>							
>30 tahun	34	63	20	37,3	54	100	1000
<29 tahun	16	61,5	10	38,5	26	100	
<b>Jenis Kelamin</b>							
Perempuan	4	44,4	5	55,6	9	100	0,411
Laki – laki	46	64,8	25	35,2	71	100	
<b>Status Pernikahan</b>							
Belum menikah	28	63,6	16	36,4	44	100	1000
Menikah	22	61,1	14	38,9	36	100	
<b>Masa Kerja</b>							
<4 tahun	38	61,3	24	38,7	62	100	0,890
>5 tahun	12	66,7	6	33,3	18	100	
<b>Beban Kerja</b>							
Tinggi	40	66,7	20	33,3	60	100	0,286
Rendah	10	50	10	50	20	100	
<b>Lingkungan Kerja</b>							
Buruk	40	66,7	20	33,3	60	100	0,286
Baik	10	50	10	50	20	100	
<b>Konflik Peran</b>							
Tinggi	30	60	20	40	50	100	0,721
Rendah	20	66,7	10	33,3	30	100	

Hasil analisis statistik hubungan beban kerja dengan stress kerja diketahui bahwa pekerja yang memiliki beban kerja tinggi 60 (75%) jika dibandingkan dengan pekerja yang memiliki beban kerja rendah 20 (25%). Hasil analisis statistik dengan uji *chi-square continuity correction* didapatkan *p value* 0,286 ( $p > 0,05$ ) hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stress kerja. Analisis keeratan variabel didapatkan OR (*Odds Ratio*) 2000 (95% CI 0,716 – 5,590) artinya pekerja yang memiliki beban kerja tinggi berpeluang 2.000 kali lebih besar mengalami stress kerja dibandingkan dengan pekerja yang memiliki beban kerja rendah.

Hasil analisis statistik hubungan lingkungan kerja dengan stress kerja diketahui bahwa pekerja yang mengakui bahwa lingkungan kerjanya baik sebanyak 40 (66,7%), sedangkan sebanyak

10 (50%) pekerja mengakui bahwa lingkungan kerjanya buruk. Hasil analisis statistik dengan uji *chi-square continuity correction* didapatkan *p value* 0,286 maka artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara lingkungan kerja dengan stress kerja. Analisis keeratan variabel didapatkan OR (*Odds Ratio*) 2000 (95% CI 0,716 – 5,590) artinya pekerja yang mengakui bahwa lingkungan kerjanya baik berpeluang 2.000 kali lebih besar mengalami stress kerja dibandingkan dengan responden yang mengakui bahwa lingkungan kerjanya buruk.

Hasil analisis statistik hubungan konflik peran dengan stress kerja diketahui bahwa pekerja yang memiliki konflik peran tinggi sebanyak 30 (60%), sedangkan ada sebanyak 20 (66,7%) pekerja yang mengakui bahwa lingkungan kerjanya buruk. Hasil analisis statistik dengan uji *chi-square continuity correction* didapatkan *p value* 0,721 maka artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara konflik peran dengan stress kerja. Analisis keeratan variabel didapatkan OR (*Odds Ratio*) 0,750 (95% CI 0,291 – 1,93) artinya pekerja yang memiliki konflik peran tinggi berpeluang 0,750 lebih besar untuk mengalami stress kerja dibandingkan dengan pekerja yang memiliki konflik peran rendah.

Hasil analisis statistik hubungan stress kerja dengan kelelahan kerja diketahui bahwa pekerja yang mengakui bahwa mengalami kelelahan kerja sebanyak 50 (62,5%), sedangkan sebanyak 30 (37,5%) pekerja yang tidak mengalami stress kerja. Hasil analisis statistik dengan uji *chi square continuity correction* didapatkan *p value* 0,721 maka artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara stress kerja dengan kelelahan kerja. Analisis keeratan variabel didapatkan OR (*Odds Ratio*) 0,750 (95% CI = 0,291 – 1,933) artinya pekerja yang mengalami kelelahan kerja akan cenderung 0,750 lebih besar mengalami stress kerja dibandingkan dengan pekerja yang tidak mengalami kelelahan kerja.

## PEMBAHASAN

Beban kerja tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stress kerja dengan nilai *p value* = 0,286 (*p value* = > 0,05). Hal ini sesuai dengan pernyataan Manuaba (2000), bahwa beban kerja yang berlebih maupun rendah sama – sama dapat menimbulkan stress kerja. Beban kerja yang terlalu berat dapat menyebabkan penyakit akibat kerja pada pekerja. Peneliti juga berasumsi bahwa tidak adanya hubungan antara jumlah beban kerja dengan stress kerja, pada penelitian ini juga dapat terjadi karena pekerja telah mampu bekerjasama dalam tim secara efektif. Kemampuan tim dalam membagi beban kerja yang berlebih dapat mengakibatkan tim dapat beradaptasi dengan perubahan yang terjadi di lingkungan kerja<sup>7</sup>.

Lingkungan kerja tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stress kerja dengan nilai *p value* = 0,286. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lady, dkk (2017) dimana tidak ada hubungan antara lingkungan fisik dengan stress kerja pada pekerja kantor BPBD Cilegon<sup>8</sup>. Hal ini

disebabkan karena individu memiliki pengertian yang berbeda – beda terakit situasi yang dihadapi dan sejauh mana mereka menganggap stiuasi yang dihadapi merupakan situasi yang stress atau tidak<sup>9</sup>.

Konflik peran tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stress kerja dengan nilai  $p$  value = 0,721. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Kirana (2017), menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara konflik peran dengan stress kerja. Kirana menyatakan bahwa tidak terdapatnya hubungan antara kedua variabel ini, dapat terjadi karena dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik sampel yang dapat dipengaruhi oleh budaya kerja yang diimplementasikan pada suatu negara.

Kelelahan kerja tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stress kerja dengan nilai  $p$  value = 0,721. Dengan diperoleh nilai OR (*Odds Raio*) = 0,750 dengan CI = 0,291 – 1,933, yang artinya pekerja yang mengalami kelelahan kerja yang tinggi (50) atau 62,5% akan cenderung lebih besar mengalami stress kerja dibandingkan dengan pekerja yang tidak mengalami kelelahan kerja (30) 37,5%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Syahdianto (2012). Penyebab tidak adanya hubungan antara stress kerja dengan kelelahan kerja disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah faktor organisasi dan lingkungan kerja. Organisasional sebagai penyebab stress yang berujung kelelahan kerja, dimana ketidakmampuan pekerja dalam menghadapi tuntutan tugas dan tanggung jawab yang berujung kelelahan kerja, dimana ketidakmampuan pekerja dalam menghadapi tuntutan tugad dan tanggung jawab yang mengakibatkan ketidaknyamanan dalam bekerja<sup>11</sup>.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Gambaran stress kerja pada pekerja di Percetakan Kota Ciputat lebih tinggi (62,5%) dibanding dengan pekerja yang tidak mengalami stress kerja (37,5%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja, lingkungan kerja dan konflik peran dengan stress kerja ( $p > 0,05$ ). Diharapkan percetakan lebih memperhatikan lagi jam kerja para pekerja, agar tidak terjadi penumpukkan beban kerja yang tinggi pada pekerja, lingkungan kerja pun harus diperhatikan oleh pihak percetakan, karena lingkungan yang buruk akan sangat mempengaruhi proses pekerjaan yang dilakukan oleh para pekerja, dan membagi adil tugas dan tanggung jawabnya masing – masing agar tidak terjadi konflik peran antar sesama pekerja.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. ILO. (2018). *Meningkatkan Keselamatan dan Kesehatan Pekerja Muda*. ILO.
2. Irham Fahmi. (2013). *Perilaku Organisasi, Teori, Aplikasi dan Kasus*. CV Alfabeta.

3. Lady, L. 2017. Analisis Tingkat Stres Kerja dan Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja pada Pegawai BPBD Kota Cilegon. *Jurnal Industrial Services* Vol. 3 No. 1b (Online) [jurnal.untirta.ac.id/index.php/jiss/article/download/2084/1617](http://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jiss/article/download/2084/1617)
4. Kirana, V. D. C., & Dwiyantri, E. (2017). Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Pada Perawat Dengan Metode Pengukuran DASS 21 Dan IFRC. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 6(1), 133–140. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v6i1.69>
5. Syahdianto. (2012). Hubungan Antara Stress Kerja Tingkat Kelelahan Kerja Pada Pekerja Lapangan Bagian Produksi PT. Resources Bolaang Mongondow.