

Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja *Factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar Tahun 2016

Hasbi Ibrahim¹, Munawir Amansyah², Githa Nurfaridha Yahya³

^{1,3} Bagian Kesehatan dan Keselamatan Kerja FKIK UIN Alauddin Makassar

² Bagian Kesehatan Lingkungan FKIK UIN Alauddin Makassar

ABSTRAK

Penyebab utama stres kerja adalah tuntutan pekerjaan yang tidak sesuai dengan kemampuan atau keterampilan pekerja, keinginan atau aspirasi yang tidak tersalurkan dan ketidakpuasan dalam bekerja. Dari potensi terjadinya stres kerja perlu dilakukan uji hubungan untuk melihat faktor apa saja yang berhubungan dengan stres kerja. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja *factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dengan populasinya adalah seluruh pekerja yang bekerja di *factory 2*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh dari pekerja yang ada di *factory 2*. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pekerja yang mengalami stres kerja berat sebesar 11 orang (34,4%) dan mengalami stres ringan sebanyak 21 orang (65,6%). Kemudian dari hasil analisis bivariat, diperoleh tidak ada faktor yang berhubungan dengan stres kerja. Hubungan umur dengan stres kerja $p=0,70$, hubungan masa kerja dengan stres kerja $p=0,70$, hubungan beban kerja dengan stres kerja $p=0,13$, hubungan upah kerja dengan stres kerja $p=0,70$, hubungan risiko lingkungan kerja dengan stres kerja $p=0,50$, hubungan antara hubungan kerja dengan stres kerja $p=0,70$. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka ada beberapa saran yang dapat direkomendasikan kepada pihak perusahaan agar melakukan teknik manajemen stres yang tepat dan sesuai, berupa pengaturan fasilitas dalam ruangan kerja secara memadai untuk lingkungan kerja dan beban kerja. Pihak instansi dapat menyediakan tempat kerja dibagian mengukir yang pencahayaannya sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

Kata Kunci : *Stres Kerja, Beban Kerja, Risiko Lingkungan Kerja*

PENDAHULUAN

Pembangunan nasional yang telah dilaksanakan sampai saat ini telah menghasilkan banyak perubahan dan kemajuan diberbagai bidang dan sektor kehidupan. Kehidupan manusia sehari-hari tidak dapat dilepaskan dari masalah kerja

sebagai salah satu perwujudan aktivitas baik yang menyangkut aktivitas fisik maupun aktivitas psikis berfungsi sebagai sarana dalam memenuhi kebutuhan fisik maupun kebutuhan psikis, dan sangat tergantung atas beberapa kondisi baik yang terdapat di dalamnya dirinya maupun kondisi yang

diluar dirinya.

Persaingan dan tuntutan profesional yang semakin tinggi menimbulkan banyaknya tekanan-tekanan yang harus dihadapi individu dalam lingkungan kerja. Selain tekanan yang berasal dari lingkungan kerja, lingkungan keluarga dan lingkungan sosial juga sangat berpotensi menimbulkan kecemasan. Dampak yang sangat merugikan dari adanya gangguan kecemasan yang sering dialami oleh masyarakat atau karyawan khususnya disebut stress.

Stres merupakan suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seseorang dimana ia terpaksa memberikan tanggapan melebihi kemampuan penyesuaian dirinya terhadap suatu tuntutan eksternal (lingkungan). Stres yang terlalu besar dapat mengancam kemampuan seseorang untuk menghadapi lingkungannya. Sebagai hasilnya, pada diri para karyawan berkembang berbagai macam gejala stres yang dapat mengganggu pelaksanaan kerja mereka.

WHO menyatakan stres merupakan epidemi yang menyebar ke seluruh dunia. Laporan PBB menjuluki stres kerja sebagai “penyakit abad 20” The American Institute of Stress menyatakan bahwa penyakit-penyakit yang berkaitan dengan stres telah menyebabkan kerugian ekonomi Negara Amerika Serikat lebih dari \$100 miliar per

tahun.

Institute Nasional Keselamatan dan Kesehatan Kerja (NIOSH) di Amerika Serikat mencatat bahwa sejak tahun 90-an dari seluruh biaya kompensasi kesehatan tenaga kerja, sebesar 80% dikeluarkan untuk penyakit yang berhubungan dengan pekerjaan (Work Related Diseases) yaitu “Stress Related Disorder” (ICD-9-309) sedangkan di Inggris (UK) tercatat sebesar 71% manajer yang mengalami gangguan kesehatan fisik maupun mental akibat stres kerja dan juga dijumpai di Australia.

Lingkungan kerja, kondisi kerja yang buruk berpotensi menjadi penyebab karyawan mudah jatuh sakit, mudah stres, sulit berkonsentrasi dan menurunnya produktivitas kerja. Bayangkan saja, jika ruangan kerja tidak nyaman, panas, sirkulasi udara kurang memadai, ruangan kerja terlalu pada, lingkungan kerja kurang bersih, berisik, tentu besar pengaruhnya pada kenyamanan kerja karyawan.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rice (2006) seorang ahli psikologi didapatkan bahwa wanita yang bekerja mengalami stres lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Hal ini dikarenakan wanita yang bekerja menghadapi konflik peran.

Studi pendahuluan Nur Qalbi (2012) di PT. Maruki Internasional Indonesia terhadap 21 tenaga kerja bagian

produksi tentang stres kerja diperoleh sebanyak 12 orang (57,1%) yang mengalami stres kerja dan yang tidak mengalami stres kerja sebanyak 9 orang (42,9%). Jadi berdasarkan data dapat digambarkan lebih banyak tenaga kerja yang mengalami stres kerja.

Disamping itu, stres kerja selain dapat menurunkan tingkat kesehatan dapat

ini meliputi observasi lapangan, wawancara responden dengan menggunakan kuesioner, analisis data serta penyusunan laporan akhir. Adapun lokasi penelitian ini dilakukan pada pekerja *factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar.

Jenis Penelitian, Populasi dan Sampel

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik dengan menggunakan metode *cross*

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin pada Pekerja *Factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia Tahun 2016

Jenis Kelamin	N	%
Laki-laki	24	75,0
Perempuan	8	25,0
Total	32	100,0

Sumber: *Data Primer, 2016*

pula mempengaruhi tingkat produktivitas kerja dan akhirnya mempengaruhi kualitas performa kerja (Fatmah, 2011).

Dari hal-hal yang sudah dipaparkan diatas, penulis mencoba untuk melakukan penelitian terhadap salah satu perusahaan swasta yang bergerak di bidang pembuatan furniture. Penulis ingin melakukan penelitian terhadap para pekerja unit produksi khususnya untuk para pekerja di *factory 2* untuk mengetahui tentang stres kerja sesuai dengan faktor penyebabnya.

METODE PENELITIAN

Waktu dan Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 16 Januari -16 Februari 2016. Penelitian

sectional melalui observasi dan wawancara menggunakan kuesioner untuk melihat hubungan umur, masa kerja, beban kerja, upah kerja, risiko lingkungan kerja, hubungan kerja dengan stres kerja pada pekerja *factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia Tahun 2016.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja yang bekerja di *factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia. Jumlah populasi yang terdapat di pada pekerja *factory 2* PT. Maruki Internasional sebanyak 32 orang yang terdiri dari karyawan laki-laki sebanyak 24 orang dan karyawan perempuan sebanyak 8 orang.

Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel dil-

akukan dengan cara *total sampling* yaitu sampel yang diteliti keseluruhan dari pekerja yang ada di *factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data primer dilakukan dengan metode wawancara dengan menggunakan kuesioner dan observasi terhadap para responden yang menjadi sam-

kategori ringan yaitu sebesar 21 orang (65,6%). .

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang berada dalam kategori masa kerja lama terdapat 6 responden (30,0%) yang mengalami stres berat sedangkan dari 12 responden yang berada pada kategori masa kerja baru yang mengalami stres berat sebanyak 5 respond-

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Stres Kerja pada Pekerja *Factory 2* PT. Maruki Internasional Indonesia Tahun 2016

Stres Kerja	N	%
Berat	11	34,4
Ringan	21	65,6
Total	32	100,0

Sumber: *Data Primer, 2016*

pel.

Data sekunder yang menyangkut perusahaan termasuk data-data ketenagakerjaan diperoleh dibagian personalia PT. Maruki Internasional Indonesia.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 32 responden, presentase tertinggi terdapat pada jenis kelamin laki-laki yaitu 75,0% (24 orang) sedangkan presentase terendah terdapat pada jenis kelamin perempuan yaitu 25,0% (8 orang).

Berdasarkan tabel 2 bahwa dari 32 responden, presentase stres kerja dengan kategori berat 11 orang (34,4%) sedangkan

en (41,7%). Berdasarkan hasil tabulasi silang, analisa dengan uji *Fisher* di dapatkan nilai $p=0,70$. Dengan demikian H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara masa kerja dengan stres kerja.

Berdasarkan tabel 4.12 dapat dilihat bahwa dari 20 responden yang berada dalam kategori beban kerja berat terdapat 9 responden (45,0%) yang mengalami stres berat sedangkan dari 12 responden yang berada pada kategori beban kerja ringan yang mengalami stres berat sebanyak 2 responden (16,7%). Berdasarkan hasil tabulasi silang, analisa dengan uji *Fisher* di dapatkan nilai $p=0,13$. Dengan demikian H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti

tidak ada hubungan antara beban kerja dengan stres kerja.

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 12 responden yang berada dalam kategori upah kerja kurang terdapat 5 responden (41,7%) yang mengalami stres berat sedangkan dari 20 responden yang berada pada kategori upah kerja cukup yang

kan nilai $p=0,50$. Dengan demikian H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara risiko lingkungan kerja dengan stres kerja.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pekerja di *factory 2* pada tabel

Tabel 3. Hubungan Masa Kerja Dengan Stres Kerja pada Pekerja *Factory 2* PT.Maruki Internasional Indonesia Tahun 2016

Masa Kerja	Stres Kerja				Total		p value	RP
	Berat		Ringan		N	%		
	n	%	n	%				
Lama	6	30,0	14	70,0	20	100	0,70	0,75
Baru	5	41,7	7	58,3	12	100		
Total	11	34,4	21	65,6	32	100		

Sumber: *Data Primer, 2016*

mengalami stres berat sebanyak 6 responden (30,0%). Berdasarkan hasil tabulasi silang, analisa dengan uji *Fisher* di dapatkan nilai $p=0,70$. Dengan demikian H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada hubungan antara upah kerja dengan stres kerja.

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 21 responden yang berada dalam kategori risiko lingkungan kerja mengganggu terdapat 10 responden (47,6%) yang mengalami stres berat sedangkan dari 11 responden yang berada pada kategori risiko lingkungan kerja tidak mengganggu yang mengalami stres berat sebanyak 1 responden (9,1%). Berdasarkan hasil tabulasi silang, analisa dengan uji *Fisher* di dapat-

4.10 dapat dilihat bahwa dari 11 responden yang berada dalam kategori umur tua terdapat 3 responden (27,3%) yang mengalami stres berat sedangkan dari 21 responden yang berada pada kategori umur muda yang mengalami stres berat sebanyak 8 responden (38,1%).

Hal tersebut menunjukkan bahwa pekerja yang berumur dibawah 40 tahun lebih banyak mengalami stres kerja dari pada pekerja yang berumur diatas 40 tahun. Pekerja yang berada pada kelompok umur kategori tua atau diatas 40 tahun dapat dikatakan lebih memiliki kemampuan untuk mengendalikan stres.

Kategori umur tua yang mengalami

stres berat bisa terjadi karena kondisi fisik yang semakin menurun karena faktor umur sudah tidak seimbang dengan beban kerja yang diterimanya. Kategori umur tua yang mengalami stres ringan bisa diakibatkan oleh kondisi fisik yang sudah tidak kuat namun masih bisa mengedalikan beban kerja yang diterimanya sehingga hanya

pemicu terjadinya stress kerja dan diperberat dengan adanya beban kerja yang berat. Namun masa kerja yang mempengaruhi pekerja karena menimbulkan rutinitas dalam bekerja, sehingga pada akhirnya

Hal ini disebabkan karena semakin lama masa kerja maka semakin besar pula beban dan tanggung jawab yang di-

Tabel 4. Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja pada Pekerja *Factory 2* PT.Maruki Internasional Indonesia Tahun 2016

Beban Kerja	Stres Kerja				Total		p value	RP
	Berat		Ringan		N	%		
	n	%	N	%				
Berat	9	45,0	11	55,0	20	100	0,13	2,8
Ringan	2	16,7	10	83,3	12	100		
Total	11	34,4	21	65,6	32	100		

Sumber: *Data Primer, 2016*

mengalami stres ringan.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purwindasari (2011) yang menunjukkan bahwa faktor umur tidak berhubungan dengan stres kerja. Sama halnya dengan penelitian Prabowo (2009) juga diperoleh hasil bahwa faktor umur tidak berhubungan dengan kejadian stres kerja.

Data yang diperoleh dapat dilihat bahwa responden yang berada dalam kategori masa kerja lama lebih banyak yang mengalami stres kerja dibandingkan dengan responden yang berada pada kategori masa kerja baru.

Menurut Munandar (2001) bahwa masa kerja baru maupun lama dapat menjadi

tanggungnya. Sedangkan masa kerja baru yang mengalami stres kerja berat disebabkan karena pekerja masih membutuhkan penyesuaian diri dengan lingkungan kerja dan risiko kerja apa yang bisa terjadi. Masa kerja baru maupun lama dapat menjadi pemicu terjadinya stress kerja dan diperberat dengan adanya beban kerja yang berat. Namun masa kerja yang mempengaruhi pekerja karena menimbulkan rutinitas dalam bekerja, sehingga pada akhirnya menimbulkan stress. Rutinitas kerja yang selalu monoton menimbulkan kebosanan disertai dengan lingkungan kerja yang terbatas membuat pekerja menjadi jenuh.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa

sebagian pekerja merasa beban kerja berat dan mengalami stres berat. Hal ini bisa timbul akibat beban kerja yang diberikan berlebihan dan sulit untuk dikerjakan karena tidak sesuai dengan kemampuan yang dimiliki sehingga pekerja merasa sulit untuk menyelesaikan pekerjaannya. Selain itu beban kerja yang banyak dan menuntut ha-

cukup yang mengalami stres berat. Upah kerja kategori cukup ternyata menderita stres berat hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah beban kerja pekerja. Beban kerja yang didapatkan tidak sesuai dengan upah kerja yang diterima walaupun upah pokok yang diterimanya cukup.

Tabel 5. Hubungan Risiko Lingkungan Kerja Dengan Stres Kerja pada Pekerja *Factory 2* PT.Maruki Internasional Indonesia Tahun 2016

Risiko Lingkungan Kerja	Stres Kerja				Total		p value	RP
	Berat		Ringan		N	%		
	n	%	N	%				
Mengganggu	10	47,6	11	52,4	21	100	0,50	5,2
Tidak Mengganggu	1	9,1	10	90,9	11	100		
Total	11	34,4	21	65,6	32	100		

Sumber: *Data Primer, 2016*

rus diselesaikan dalam waktu tertentu sehingga mencapai target perusahaan dapat memicu timbulnya stres kerja. Sedangkan kategori beban berat yang mengalami stres ringan menganggap bahwa pekerjaan yang berat dan dituntut dengan waktu masih bisa mereka atasi dengan memberikan waktu jeda ketika pekerja merasa mulai lelah akan tetapi waktu jeda hanya sekitar 2-3 menit hal ini dapat menjadikan pekerja untuk menambah tenaga.

Data yang didapat diperoleh bahwa responden yang berada dalam kategori upah kerja cukup dan mengalami stres berat lebih banyak dibandingkan dengan responden yang berada dalam kategori upah kerja tidak

Selain tugas pokok ternyata responden juga sering mendapatkan pekerjaan lainnya diluar pekerjaan pokoknya atau tambahan pekerjaan. Sedangkan pekerjaan tambahan yang dilakukan sering tidak mendapatkan imbalan atau upah tambahan walaupun upah pokok yang diterimanya cukup namun tidak sesuai dengan beban kerja yang diterimanya. Hal ini tentunya mempengaruhi pikiran pekerja sehingga memicu terjadinya stres kerja.

Risiko lingkungan kerja yang terdapat di PT. Maruki Internasional Indonesia dapat berasal dari kebisingan, pencahayaan dan ventilasi. Namun pada *factory 2* pencahayaan merupakan faktor risiko lingkungan

kerja. Sumber penerangan di unit produksi ada 2 sumber yaitu penerangan alami yaitu dari sinar matahari dan penerangan buatan dari lampu.

Ruangan pada unit produksi memiliki jendela dan juga celah atap, sehingga sinar matahari dapat masuk dan dapat digunakan sebagai penerangan di unit produksi. Adanya jendela yang digunakan sebagai penerangan umum bertujuan untuk menghemat energi listrik. Lampu digunakan untuk penerangan umum adalah lampu neon yang jumlahnya berbeda-beda setiap factory sesuai dengan kebutuhan. Misalkan pada factory 2 yang salah satu unitnya yaitu mengukir yang membutuhkan cahaya yang lebih terang dibandingkan unit produksi lainnya.

Berdasarkan data yang diperoleh nilai intensitas cahaya di unit mengukir ini adalah 1287 lux, sedangkan menurut Kepmenkes No. 1405 tahun 2002 bahwa pekerjaan amat halus (tidak menimbulkan bayangan) paling sedikit 1500 lux seperti mengukir dengan tangan, pemeriksaan pekerjaan mesin.

Berdasarkan peraturan bahwa intensitas cahaya yang berada di unit mengukir tidak memenuhi standard dan hal ini dapat mengganggu kinerja karyawan terutama dapat menyebabkan kelelahan mata dan dapat mengakibatkan stres kerja.

Hasil penelitian menunjukkan bah-

wa pekerja di unit produksi yang memiliki hubungan kerja yang baik namun mengalami stres berat lebih banyak dibandingkan dengan pekerja yang mengalami hubungan kerja kurang baik yang mengalami stres kerja. Hal ini dapat dihubungkan dengan variabel lain yaitu masa kerja, kebanyakan responden yang baru bekerja di PT. Maruki Internasional Indonesia mengalami stres kerja walaupun mereka mempunyai hubungan yang baik dengan atasan dan para pekerja lainnya.

Hal ini disebabkan karena harus menyesuaikan diri dengan pekerja lainnya, terutama terhadap atasan karena mereka merasa bahwa atasan adalah orang yang harus disegani walaupun hubungan kerja mereka baik.

Suatu proses pengembangan dan perbaikan diri serta suatu kesuksesan tidak dapat dicapai hanya dengan diri sendiri saja. Kita tetap memerlukan bantuan orang lain sesuai kodrat manusia sebagai makhluk sosial. Oleh karena itu hubungan interpersonal yang tidak baik akan menimbulkan stres dan konflik yang pada ujungnya akan menghambat pencapaian prestasi kerja.

Hubungan interpersonal yang baik akan mewujudkan saling pengertian dan saling menguntungkan antar individu. Hal ini akan memudahkan pencapaian prestasi kerja karena kita akan lebih mudah untuk

mencari pertolongan dukungan didalam pencapaian prestasi dalam bekerja.

KESIMPULAN

Tidak terdapat hubungan antara faktor yang berhubungan dengan stress dengan kejadian stress kerja di *factory 2* diantaranya umur, masa kerja, beban kerja, upah kerja, risiko lingkungan kerja, dan hubungan kerja.

SARAN

Bagi karyawan agar lebih mengenal sedini mungkin ciri-ciri dari stres kerja, baik itu stres ringan maupun stres berat sehingga manajemen stres bisa diterapkan lebih.

Pihak perusahaan agar memberikan bimbingan rohani kepada pekerja agar pekerja tidak hanya sehat secara fisik namun juga sehat secara jiwa.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambahkan variabel-variabel lainnya sehingga tidak hanya terbatas pada variabel-variabel dalam penelitian ini saja.

DAFTAR PUSTAKA

- Fatmah. 2011. *Identifikasi Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Karyawan Unit Produksi Langsung PT. Barata Indonesia Cabang Jakarta*. Skripsi. FKM UI
- Munandar, A.S. 2001. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta : UI Press.
- NIOSH. 2000. *Occupational Stress Index*. www.cdc.gov. Diakses tanggal 20 November 2015.
- Prabowo, 2009. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Bagian Produksi Mebel PT. Chia Jian Indonesia Furniture Di Wedelan Jepara Tahun 2009. <http://www.depkes.go.id/downloads/debu.pdf>. [diakses tanggal 20 Juni 2016].
- Purwindasari, Harnila., 2011. Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUD Dr. Iskak, Tulungagung. Skripsi. Universitas Airlangga. Surabaya. <http://eprints.undip.ac.id/13212/> [diakses pada tanggal 20 Maret].
- Qalbi, Nur. 2013. *Gambaran Stres Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi PT. Maruki Internasional Indonesia*. Skripsi Sarjana. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Rice, Virginia Hill. 2006. *Theories Of Stress And Its Relationship To Health*. Dari : [Http://Www.Sagepub.Com/Upm-Data/44175_2.Pdf](http://Www.Sagepub.Com/Upm-Data/44175_2.Pdf) [20 Maret 2016].
- WHO. 1995. *Deteksi Dini Penyakit Akibat Kerja*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran ECG.
- Permenakertrans No. Per 13/MEN/X/2011 Tahun 2011 tentang Nilai Ambang Batas Faktor Fisika dan Faktor Kimia ditempat Kerja.