



**HUBUNGAN KERJA LEMBUR DAN *SHIFT* KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA PEKERJA PROYEK *FIT-OUT*
INTERIOR KANTOR IFG PT X JAKARTA SELATAN TAHUN
2021**

SKRIPSI

GIAN JORDAN

1710713148

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
2021**



**HUBUNGAN KERJA LEMBUR DAN *SHIFT* KERJA DENGAN
STRES KERJA PADA PEKERJA PROYEK *FIT-OUT*
INTERIOR KANTOR IFG PT X JAKARTA SELATAN TAHUN
2021**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

GIAN JORDAN

1710713148

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar,

Nama : Gian Jordan
NRP : 1710713148
Tanggal : 16 Juli 2021

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 16 Juli 2021

Yang menyatakan,



(Gian Jordan)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Gian Jordan
NRP : 1710713148
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah yang berjudul: Hubungan Kerja Lembur dan *Shift* Kerja dengan Stres Kerja Pada Pekerja Proyek *Fit-Out* Interior Kantor IFG PT X Jakarta Selatan Tahun 2021.

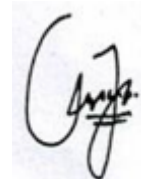
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/ mempublikasikan skripsi Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 16 Juli 2021

Yang menyatakan,



(Gian Jordan)

PENGESAHAN

Skripsi yang diajukan oleh :

Nama : Gian Jordan
NRP : 1710713148
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Kerja Lembur dan *Shift* Kerja dengan Stres Kerja Pada Pekerja Proyek *Fit-Out* Interior Kantor IFG PT X Jakarta Selatan Tahun 2021

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep., MKKK
Ketua Penguji

Arga Buntara, SKM, MPH
Penguji I

Rizki Amalia, SKM, M.H.Sc
Penguji II



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan

Arga Buntara, SKM, MPH
Kaprosdi Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 16 Juli 2021

HUBUNGAN KERJA LEMBUR DAN *SHIFT* KERJA DENGAN STRES KERJA PADA PEKERJA PROYEK *FIT-OUT* INTERIOR KANTOR IFG PT X JAKARTA SELATAN TAHUN 2021

Gian Jordan

Abstrak

Lingkungan kerja memiliki peluang untuk menjadi sumber stres pekerja. Stres kerja merupakan masalah global yang dihadapi 54 negara di dunia (termasuk Indonesia). Negara di wilayah Asia Pasifik memiliki tren stres kerja dengan tingkat melebihi rerata dunia secara statistik. Stres kerja dapat dipengaruhi oleh kerja lembur dan *shift* kerja. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan kerja lembur dan *shift* kerja dengan stres kerja pada pekerja di Proyek *Fit-Out* Interior PT X. Penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sebanyak 47 pekerja Proyek *Fit-Out* Interior PT X diikutsertakan sebagai sampel dalam penelitian ini dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan uji *Fisher's Exact*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 38 pekerja mengalami stres kerja. Hasil analisis bivariat menunjukkan kerja lembur ($p\text{-value} = 0,049$ dan nilai POR=4,971) dan *shift* kerja ($p\text{-value} = 0,039$ dan nilai POR=8,000) memiliki hubungan yang signifikan dengan stres kerja. Saran untuk perusahaan adalah menerapkan sistem manajemen stres yang baik dan menerapkan sistem rotasi cepat kerja lembur dan *shift* malam. Saran untuk pekerja adalah melakukan manajemen stres dan istirahat atau tidur yang cukup.

Kata kunci : Pembagian Waktu Kerja, Renovasi Interior, Tekanan Terkait Kerja, Waktu Kerja Berlebih

ASSOCIATION BETWEEN WORKING OVERTIME AND WORK-SHIFT WITH WORK-RELATED STRESS AMONG WORKERS AT IFG OFFICE FIT-OUT INTERIOR PROJECT PT X SOUTH JAKARTA IN 2021

Gian Jordan

Abstract

The workplace had a chance to be workers' source of stress. Work-related stress is a global issue which 54 countries around the world (including Indonesia) faced. Asia Pacific countries have work-related stress trends that exceed the world average statistically. Work-related stress can be affected by overtime work and work shift. The purpose of this study was to determine the association of overtime work and work shift with work stress among workers of IFG Office Fit-Out Interior Project PT X. This was a quantitative analytic research with a cross-sectional design. A total of 47 workers at IFG Office Fit-Out Interior Project PT X were recruited as samples in this study by using a total sampling technique. All data was analyzed using *Fisher's Exact test*. The results showed that were 38 workers who experienced stress. The results of bivariate analysis showed that overtime work (p-value=0.049 and POR=4.971) and work shift (p-value=0.039 and POR=8.000) were associated with work-related stress. Suggestions for the company are to apply good stress management system and to apply quick overtime work and night shift rotating system. Suggestions for workers are doing stress management program and having a good rest/sleep.

Keywords : Duty Period, Interior Renovation, Occupational Stress, Working Late Hours

KATA PENGANTAR

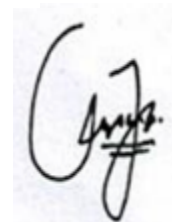
Segala puji serta syukur penulis haturkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat serta karunia-Nya yang tidak akan pernah habis, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan judul “Hubungan Kerja Lembur Dan *Shift* Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Pekerja Proyek *Fit-Out* Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021”.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak Arga Buntara, SKM., MPH selaku Kepala Program Studi Kesehatan Masyarakat sekaligus Dosen Pembimbing II dan Ibu Rizki Amalia, SKM., M.H.Sc selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberi masukan serta bimbingan untuk menyelesaikan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga tercinta serta teman-teman yang telah memberikan dukungan, bantuan serta doa kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada Proyek *Fit-Out* Interior Kantor IFG PT X yang telah memberi izin studi pendahuluan dan penelitian di tempat tersebut beserta responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini dan segala pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa masih ditemukan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan yang membangun agar skripsi menjadi ini lebih baik. Semoga skripsi ini dapat diterima dan disetujui.

Jakarta, 4 Maret 2021

Penulis



Gian Jordan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan.....	3
I.4 Manfaat.....	4
I.5 Ruang Lingkup	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Stres Kerja	5
II.2 Kerja Lembur	8
II.3 Shift Kerja	9
II.4 Penelitian Terdahulu	11
II.5 Kerangka Teori.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15
III.1 Kerangka Konsep	15
III.2 Definisi Operasional.....	17
III.3 Hipotesis.....	19
III.4 Desain Penelitian	19
III.5 Waktu dan Tempat Penelitian	19
III.6 Populasi dan Sampel Penelitian	19
III.7 Teknik Pengumpulan Data	20
III.8 Instrumen Penelitian.....	20
III.9 Pengolahan Data.....	21
III.10 Teknik Analisis Data.....	22
III.11 Etika Penelitian	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	24
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	24
IV.2 Hasil Penelitian	24
IV.3 Pembahasan	29
IV.4 Keterbatasan Penelitian	33

BAB V PENUTUP.....	34
V.1 Kesimpulan.....	34
V.2 Saran.....	34
DAFTAR PUSTAKA	36
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	11
Tabel 2	Definisi Operasional	17
Tabel 3	Hasil Validitas dan Reliabilitas.....	21
Tabel 4	Kode Variabel Penelitian	22
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Stres Kerja pada Pekerja di Proyek Fit-Out Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021	25
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Kerja Lembur pada Pekerja di Proyek Fit-Out Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021	25
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Shift Kerja pada Pekerja di Proyek Fit-Out Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021	25
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Karakteristik Individu (Usia, Tingkat Pendidikan, dan Masa Kerja) pada Pekerja di Proyek Fit-Out Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021	26
Tabel 9	Hubungan Antara Kerja Lembur dengan Stres Kerja pada Pekerja di Proyek <i>Fit-Out</i> Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021.....	27
Tabel 10	Hubungan Antara <i>Shift</i> Kerja dengan Stres Kerja pada di Proyek <i>Fit-Out</i> Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021	27
Tabel 11	Hubungan Antara Karakteristik Individu (Usia, Tingkat Pendidikan, dan Masa Kerja) dengan Stres Kerja pada Pekerja di Proyek <i>Fit-Out</i> Interior Kantor IFG PT X Tahun 2021	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	14
Gambar 2 Kerangka Konsep	15

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 3 Surat Pengajuan *Ethical Clearance*
- Lampiran 4 Surat Persetujuan Etik (*Ethical Approval*)
- Lampiran 5 Lembar Kuisisioner Penelitian
- Lampiran 6 Hasil Uji Validitas Reliabilitas
- Lampiran 7 Master Tabel Penelitian
- Lampiran 8 Uji Univariat
- Lampiran 9 Uji Bivariat
- Lampiran 10 Uji Normalitas
- Lampiran 11 Surat Pernyataan Plagiarisme
- Lampiran 12 Dokumentasi
- Lampiran 13 Hasil TurnItIn