

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Setiap individu berpotensi untuk mengalami stres pada waktu tertentu. Karena hakikatnya manusia selalu melakukan kegiatan dari yang terkecil. Bahkan setiap saat manusia selalu berfikir tentang apa yang harus dilakukan dan berbagai macam pikiran lainnya. Peluang terjadinya stres bisa terjadi kapan pun dan di mana pun kita berada, salah satunya pada saat bekerja. Menurut Handoko (2001) stres kerja ialah keadaan di mana seseorang mengalami ketegangan yang memengaruhi pikiran dan emosi, serta berakibat fatal apabila dialami terus menerus. Hal tersebut dapat menyebabkan menurunnya produktivitas seseorang karena mengganggu pelaksanaan tugas-tugasnya.

Pekerja yang mengalami stres kerja akan sangat berdampak pada kinerjanya dan produktivitas perusahaan. Menurut Pratama (2013) dampak dari stress kerja dikategorikan menjadi subjektif, perilaku, kognitif, fisiologis, kesehatan dan organisasi. Dampak subjektif menimbulkan keletihan, frustrasi, kehilangan kesabaran yang akan berhubungan dengan dampak perilaku. Pekerja tersebut akan lebih mudah emosi kepada rekan kerjanya. Hal ini sangat berbahaya apabila terjadi apalagi dalam waktu yang lama. Dampak kesehatan yang akhirnya menjadi sasaran akhir untuk diri pekerja dari stres yaitu sulitnya tidur, turunnya imunitas tubuh sehingga memperburuk kesehatannya dan gangguan psikosomatis. Ketika pekerja mengalami hal tersebut, risiko kecelakaan kerja akan meningkat. Stres kerja dapat disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, faktor pekerjaan dengan adanya tuntutan mental dan beban kerja, faktor eksternal pekerjaan, dan faktor individu seperti usia, jenis kelamin, status pernikahan, status gizi, dan tingkat pendidikan (Karima, 2014).

Pekerja muda memiliki motivasi yang tinggi dalam bekerja diikuti dengan emosi yang masih labil, dapat dikatakan pengendalian emosi pada pekerja muda masih kurang baik. Hal ini menunjukkan umur seseorang memiliki pengaruh pada stres kerja. Tingkat pendidikan seseorang memiliki pengaruh pada stres kerja.

Responden yang menempuh pendidikan hanya sampai SMA lebih banyak yang tergolong stres kerja, yakni 60,6% dibanding dengan responden yang menempuh pendidikan hingga perguruan tinggi dengan angka 12,1%. Hal ini membuktikan pekerja dengan kategori tingkat pendidikan yang kurang akan lebih berpotensi mengalami tingkat stres kerja tinggi dibanding pekerja dengan pendidikan akhirnya di perguruan tinggi (Ratih dan Suwandi, 2013). Selain itu, faktor pencetus terjadinya stres kerja ditempat kerja adalah jenis kelamin. Perempuan memiliki gejala stres kerja yang diperoleh dari faktor fisiologis tubuh akibat dari tanggung jawab di lingkup keluarganya ketika sudah menikah (Habibi dan Jefri, 2018).

Selain karakteristik individu, ada faktor pekerjaan yang menjadi penyebab stres kerja. Faktor pekerjaan diantaranya beban kerja fisik, masa kerja, durasi kerja, *shift* kerja dan dukungan sosial. Beban kerja dengan tingkat sangat tinggi yang dialami pekerja dapat menyebabkan pekerja mengalami kelelahan dan berisiko mengalami stres kerja (Haryanto, *et al.* 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Rayni dengan pernyataan adanya makna dari hubungan beban kerja dengan stres kerja. Beban kerja dengan tingkat yang tinggi berbanding lurus dengan stres kerja yang semakin meningkat (Sari dan Rayni, 2020). Menurut penelitian Suci (2018), masa kerja dapat menjadi penyebab kejadian stres kerja. Pekerja yang sudah lama bekerja di suatu tempat akan lebih mudah untuk mengatasi tekanan yang diperoleh. Pekerja tersebut juga lebih memahami dan mengerti atas tanggung jawabnya. Adapun studi yang dilakukan oleh Natalia *et al.* (2017) menunjukkan bahwa *shift* kerja memiliki dampak kepada pekerja yaitu, emosi yang tidak stabil karena merasa kurangnya waktu tidur. Apabila kurangnya waktu tidur dilakukan secara terus menerus akan menyebabkan stres kerja yang tinggi. Hal ini berkaitan dengan durasi kerja yang berlebihan. Faktor yang tidak kalah penting yaitu dukungan sosial, di mana kita sebagai manusia pasti membutuhkan bantuan kepada sesama.. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Caesaria (2010) menunjukkan bahwa rendahnya stres kerja disebabkan oleh tingginya dukungan sosial yang diterima, begitupula sebaliknya tingginya stres kerja dipengaruhi oleh rendahnya dukungan sosial pada pekerja.

Labour Force Survey melakukan penelitian pada tahun 2014 di Inggris terdapat adanya sekitar 440.000 kasus stres yang diakibatkan pekerjaan dengan

prevalensi sebanyak 1.380 kasus per 100.000 pekerja yang mengidap stres akibat kerja. Dirilis oleh *Health and Safety Executive* (HSE), telah melakukan survey di tahun 2017/2018 terhadap stres dan mendapatkan hasil bahwa ada 595.000 kasus dengan tingkat prevalensi 1.800 per 100.000 pekerja yang mengalami kejadian stres terkait pekerjaan. Terdapat 44% kasus kejadian yang mengganggu kesehatan di tempat kerja yang di sebabkan oleh stres dan depresi (HSE, 2018). Peningkatan terjadi ditahun 2018/2019, di mana jumlah kejadian stres kerja terkait pekerjaan, kecemasan, dan depresi sejumlah 602.000, dengan tingkat prevalensi yang sesuai sama yaitu 1.800 per 100.000 pekerja (HSE, 2019). Disamping itu, gangguan mental dan emosional yang terjadi di Indonesia menunjukkan angka yang tidak bisa di abaikan. Masyarakat Indonesia usia >15 tahun yang menerima gangguan mental emosional dengan prevalensi sebesar 9,8%. Pada usia yang sama, tingkat stres masyarakat berjumlah 6,1% (Kemenkes RI, 2018)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan, Industri Manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022 merupakan pabrik yang bergerak dibidang pembuatan kemasan berbahan dasar kaca dan memiliki beberapa divisi dalam sistem yang berjalan. Salah satunya adalah *Production Support Division* yang bergerak pada bidang pencetakan dan pengemasan. Pada bagian produksi dibagi menjadi dua area yaitu *Hot End* dan *Cold End*, di mana masing-masing area memiliki risiko stres kerja yang tinggi karena pekerja melaksanakan pembakaran untuk pembentukan kemasan minuman dengan bentuk yang berbeda dalam jumlah yang banyak dan melakukan gerakan repetitif untuk melakukan *controlling* serta pengemasan. Pengemasan dalam jumlah yang banyak membutuhkan tenaga fisik yang besar karena masih dilakukan dengan manual. Selain itu, adanya shift sore ke malam membuat pekerja melakukan aktifitas pada malam hari dan melanggar fungsional tubuh yang seharusnya beristirahat. Dalam sebulan terakhir, keluhan kesehatan dari pekerja yang terbanyak adalah sakit kepala sejumlah 31 pekerja. Hal-hal tersebut berisiko terjadinya stres kerja. Selain itu, durasi kerja yang dilakukan oleh 6 pekerja, ada yang tidak sesuai dengan standar dan aturan perusahaan. Perusahaan menetapkan maksimal pekerja boleh melakukan pekerjaan selama 10 jam dan minimal 8 jam. Hal ini dapat menambah beban kerja fisik kepada pekerja apabila melaksanakan pekerjaan diatas jam normalnya dan berbahaya bagi

kesehatan. Durasi kerja yang berlebih juga dapat mengganggu waktu istirahat pekerja dan berisiko menyebabkan stres kerja. Pada industri manufaktur kemasan minuman ini menyatakan belum pernah mengukur tingkat stres para pekerjanya. Sedangkan Kementerian Kesehatan RI membuat SDS (*survei diagnosis stres*) agar setiap perusahaan mengukur tingkat stres para pekerjanya. Maka dari itu, dilihat dari potensi bahaya yang ada, perlunya melakukan penelitian tentang “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja Manufaktur Kemasan Minuman di Jakarta Timur tahun 2022”

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukannya penelitian lebih lanjut untuk menganalisis bagaimana faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis gambaran karakteristik individu pekerja (jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, status gizi) di manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022
- b. Menganalisis gambaran faktor pekerjaan (masa kerja, durasi kerja, *shift* kerja, dukungan sosial, dan beban kerja fisik) manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022
- c. Menganalisis tingkat stres kerja pekerja manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022
- d. Menganalisis hubungan karakteristik individu pekerja (usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status gizi) dengan stres kerja pada pekerja manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022

- e. Menganalisis hubungan faktor pekerjaan (masa kerja, durasi kerja, *shift* kerja, dukungan sosial, dan beban kerja fisik) dengan stres kerja pekerja manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur tahun 2022

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Responden

Memberikan Informasi dan menambah pengetahuan bagi responden agar paham tentang determinan stres kerja sehingga responden dapat menjalankan pencegahan dan pengendalian stres secara individu sedini mungkin.

I.4.2 Bagi Perusahaan

Diharapkan dapat menjadi saran bagi perusahaan untuk membuat kebijakan dan mencegah terjadinya stres kerja pada pekerja.

I.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah informasi dan referensi bagi penelitian selanjutnya guna kepentingan perkuliahan khususnya dibidang Ilmu Kesehatan dan Kesehatan Kerja.

I.4.4 Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan mengaplikasikannya mengenai kesehatan masyarakat khususnya dibidang Keselamatan dan Kesehatan Kerja

I.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilaksanakan di manufaktur kemasan minuman di Jakarta Timur pada tahun 2022. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui bagaimana determinan stres kerja pada pekerja manufaktur. Alasan dilakukannya penelitian ini karena banyaknya pekerja yang bekerja dengan durasi tidak sesuai dengan standar perusahaan, shift kerja sore yang mengganggu waktu istirahat pekerja, selain itu ada pekerja yang merasakan sakit dikepala secara terus menerus, ditambah lagi pengemasan yang membutuhkan tenaga lebih, serta pekerja harus

melakukan gerakan fisik secara repetitif terus menerus. Beberapa hal tersebut berisiko terjadinya beban kerja yang berlebih dan memungkinkan untuk terjadinya stres kerja apabila dilakukan dalam jangka panjang. Penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional* dan *total sampling* dipilih untuk pengambilan sampel. Pengambilan data primer dengan alat yaitu, *oximeter* untuk mengukur denyut jantung terkait beban kerja fisik, *stature meter*, dan timbangan badan untuk mengukur status gizi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *The Workplace Stress Scale* untuk mengukur tingkat stres kerja dan kuesioner *NIOSH Generic Job Stress Questionnaire* untuk mengukur faktor pekerjaan (dukungan sosial). Analisis data menggunakan uji *Chi-Square* dan penelitian dilaksanakan pada bulan April hingga Juni 2022.