

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan dari hasil analisis pengaruh faktor individu dan faktor lingkungan terhadap stres kerja pada pekerja Proyek Revitalisasi Transjakarta PT Wijaya Karya tahun 2022, yaitu sebagai berikut:

- a. Berdasarkan hasil wawancara dan pengisian kuesioner 100 orang pekerja (100%) di Proyek Revitalisasi Transjakarta PT Wijaya Karya tahun 2022 didapatkan nilai minimum skor stres kerja sebesar 31 dan nilai maksimum skor stres kerja sebesar 105 dengan *mean* atau rata-rata sebesar 67,73 yang termasuk ke dalam kategori stres kerja sedang dan median sebesar 75 serta standar deviasi sebesar 20,70.
- b. Berdasarkan hasil wawancara dan pengisian kuesioner 100 orang pekerja (100%) di Proyek Revitalisasi Transjakarta PT Wijaya Karya tahun 2022 juga didapatkan data faktor individu, di mana umur pekerja termuda yaitu 20 tahun dan umur pekerja tertua yaitu 45 tahun. Rata-rata umur pekerja sebesar 28,26 tahun dengan median sebesar 28 tahun dan standar deviasi sebesar 4,62. Diketahui juga masa kerja tersingkat yaitu selama 1 tahun dan masa kerja terlama yaitu 15 tahun. Rata-rata masa kerja yaitu sebesar 6,69 tahun dengan median sebesar 7 tahun dan standar deviasi sebesar 4,62. Sebanyak 66% pekerja berstatus kawin dan 34% lainnya belum kawin. Mayoritas pekerja memiliki tingkat pendidikan yang tinggi (SMA), yaitu sebesar 59% dan 41% lainnya memiliki tingkat pendidikan rendah (SD-SMP).
- c. Berdasarkan hasil pengukuran faktor lingkungan fisik pada 4 titik area kerja (jalan umum, jalan kerja, lantai 1 dan lantai 2), didapatkan iklim kerja panas terendah sebesar 25,73°C dan iklim kerja panas tertinggi sebesar 30,62°C. Rata-rata iklim kerja panas sebesar 28,69°C dengan median sebesar 30,17°C dan standar deviasi sebesar 2,20. Selanjutnya dari hasil pengukuran kebisingan didapatkan intensitas kebisingan sebesar 80,13

dBA dan intensitas kebisingan tertinggi sebesar 103,93 dBA. Rata-rata kebisingan sebesar 93,96 dBA dengan median sebesar 103,38 dBA dan standar deviasi sebesar 10,76.

- d. Berdasarkan hasil analisis bivariat ditemukan adanya hubungan antara faktor individu, yaitu umur ($p\text{-value} = 0,000$, $(r) = 0,791$), masa kerja ($p\text{-value} = 0,000$, $(r) = 0,825$), status perkawinan ($p\text{-value} = 0,000$) dan pendidikan ($p\text{-value} = 0,000$) dengan stres kerja. Berdasarkan hasil analisis bivariat juga ditemukan adanya hubungan antara faktor lingkungan, yaitu iklim kerja panas ($p\text{-value} = 0,000$, $(r) = 0,428$) dan kebisingan ($p\text{-value} = 0,000$, $(r) = 0,461$) dengan stres kerja.

V.2 Saran

Setelah dilakukannya penelitian dan didapatkan kesimpulan, maka dapat dirumuskan beberapa saran, yaitu sebagai berikut:

V.2.1 Bagi Perusahaan

- a. Menyesuaikan beban kerja dengan kemampuan pekerja, di mana pekerja senior memiliki beban kerja yang lebih ringan dibandingkan dengan pekerja muda.
- b. Memberikan tunjangan anak istri kepada pekerja yang sudah berkeluarga.
- c. Mengadakan pelatihan kerja secara rutin sebagai bentuk pendidikan informal di mana pekerja dapat mempelajari keahlian-keahlian baru di bidang konstruksi sehingga pekerja dapat menambah, mengasah dan menyetarakan wawasan mereka terlepas dari pendidikan formal yang dimilikinya.
- d. Melakukan *engineering control* untuk mengendalikan bahaya dan risiko iklim kerja panas dengan membuat *shelter* yang layak sebagai tempat pekerja beristirahat dan juga berteduh dari panas sinar matahari. Selain itu, perusahaan juga perlu membuat dan menyediakan tempat pengisian air minum pada setiap area kerja, yakni jalan umum, jalan kerja, lantai 1 dan lantai 2.
- e. Melakukan *engineering control* untuk mengendalikan bahaya dan risiko iklim kerja panas dengan memasang peredam mesin pada alat-alat kerja

yang bersifat bising seperti gerinda, *cutting wheel*, mesin bobok dan alat *bolting*.

- f. Melakukan *administrative control* untuk mengurangi durasi paparan pekerja terhadap iklim kerja panas dan juga kebisingan dengan menerapkan sistem rotasi kerja dan lembur yang sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku (maksimal 4 jam lembur per hari).
- g. Menyediakan dan mewajibkan pekerja memakai *Protective Personal Equipment* (PPE) kebisingan seperti *ear plug* atau *ear muff* setiap menggunakan alat kerja dengan intensitas kebisingan tinggi.

V.2.2 Bagi Pekerja

- a. Menggunakan pakaian panjang yang mudah menyerap keringat serta patuhi peraturan penggunaan APD selama berada di area kerja.
- b. Minum air putih yang cukup (minimal 2 liter per hari) dan mengonsumsi makanan bergizi.
- c. Istirahat dan tidur yang cukup, minimal 7-8 jam dalam sehari.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Menambah variabel terkait stres kerja lain yang tidak diteliti di dalam penelitian ini seperti faktor ergonomi karena *manual handling* merupakan pekerjaan yang sangat sering dilakukan di proyek konstruksi.
- b. Menggunakan desain studi yang berbeda dengan desain studi penelitian ini, seperti desain studi *case control* di mana efek dari faktor-faktor penyebab stres kerja dapat diketahui lebih jelas pada kelompok *control* dan *case*.