

DETERMINAN PSIKOSOSIAL DAN DEMOGRAFI TERHADAP STRES KERJA PADA DOSEN UNIVERSITAS X TAHUN 2024

Natasha Putri Ayu Kayla

Abstrak

Stres kerja merupakan tekanan psikologis yang berkaitan dengan keadaan pekerjaan. Psikososial dan demografi dapat mempengaruhi stres kerja. Dosen adalah *white collar worker* yang memiliki peluang mengalami stres kerja. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja dosen Universitas X yaitu dukungan sosial, *self efficacy*, *loneliness*, *coping*, beban kerja mental, usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, status pernikahan, dan masa kerja. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *Accidental Sampling*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 132 responden. Penelitian dilakukan pada bulan April-Juni 2024. Analisis dilakukan dengan model *Cox Regression*. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *The Workplace Stress Scale*, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support*, *General Self-Efficacy Scale*, *UCLA Loneliness Scale*, *the Brief COPE* dan *Rating Scale Mental Effort Scale*. Hasil dari penelitian menemukan 84,1% dosen mengalami stres kerja dengan rata-rata skor 19,11. Seluruh variabel determinan psikososial berhubungan dengan stres kerja. Tidak terdapat hubungan antara determinan demografi dengan stres kerja. Faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah *self efficacy* (PR= 0,87), *loneliness* (PR= 0,94), dan beban kerja mental (PR= 0,34). Kesimpulan yang didapatkan adalah stres kerja tergolong ringan dengan faktor *self-efficacy*, *loneliness*, dan beban kerja mental berperan memproteksi terjadinya stres kerja pada dosen.

Kata kunci : Demografi, Dosen, Psikososial, Stres Kerja

PSYCHOSOCIAL AND DEMOGRAPHIC DETERMINANTS OF JOB STRESS AMONG LECTURERS IN X UNIVERSITY IN 2024

Natasha Putri Ayu Kayla

Abstract

Occupational stress is a psychological pressure related to work conditions. Psychosocial and demographic determinants may be the influence. Lecturers are white collar workers who have the opportunity to experience occupational stress. The aim of this study is to determine the factors that influence occupational stress among lecturers in X University. This research is a quantitative study with a cross-sectional study design. The sampling technique used is Accidental Sampling. The number of samples used was 132 respondents. The study was conducted in April-June 2024. The Cox Regression Model was used to analyze. The instruments used were The Workplace Stress Scale, Multidimensional Scale of Perceived Social Support, General Self-Efficacy Scale, UCLA Loneliness Scale, the Brief COPE dan Rating Scale Mental Effort Scale. This research found 84.1% of lecturers experienced work stress with an average score of 19.11. All psychosocial determinant variables are related to work stress. There is no relationship between demographic determinants and work stress. Factors that influence work stress are self-ability (PR= 0.87), loneliness (PR= 0.94), and mental workload (PR= 0.34). The conclusion obtained is that work stress is relatively light with factors such as self-efficacy, loneliness, and mental workload which protect the occurrence of work stress in lecturers.

Keyword : *Demography, Lecturer, Occupational Stress, Psychosocial*