

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres kerja sebagai kondisi ketegangan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi kesejahteraan pekerja memiliki dampak negatif yang signifikan (Putra, Halin and Yeni, 2024). Pekerja diberbagai sektor industri memiliki keluhan yang hampir sama, yaitu stres kerja (Adiba and Bahri, 2022). Data HSE (*Health and Safety Executive*) pada tahun 2020/2021 menemukan sebanyak 822.000 pekerja yang merasakan terjadinya stres kerja, depresi, dan gelisah terkait tempat kerja di Britania Raya (HSE, 2022). Prevalensi stres kerja di berbagai perbedaan dunia ditemukan sebesar 25% di India, 27,5% di Thailand, 21,3% di Iran, 28% di Republik Demokratik Kongo, dan 40,4% di Ethiopia (Belete *et al.*, 2020).

Kawasan Asia Pasifik termasuk Indonesia stres kerja dengan kategori mengkhawatirkan, seperti adanya tekanan yang tinggi di lingkungan kerja, stres kerja di Indonesia menjadi masalah serius yang mempengaruhi kesejahteraan fisik dan mental karyawan (Putra, Halin and Yeni, 2024). Berdasarkan *State of the Global Workspace Report* dari Gallup pada tahun 2022 terdapat 44% pekerja yang mengalami stres kerja dengan survei pada 122.416 responden di 160 negara pada 2022, Gallup menyatakan Indonesia memiliki 21% responden pekerja yang dinyatakan stres kerja (Gallup, 2022). Data dari Biro Statistik Ketenagakerjaan tahun 2018 menunjukkan bahwa masalah stres menyumbang 40% dari keluar masuk tenaga kerja (Sumanta, Indah and Hadi, 2022). Data tentang tingkatan stres kerja masih belum ada secara khusus pada pekerja di Indonesia sehingga beberapa

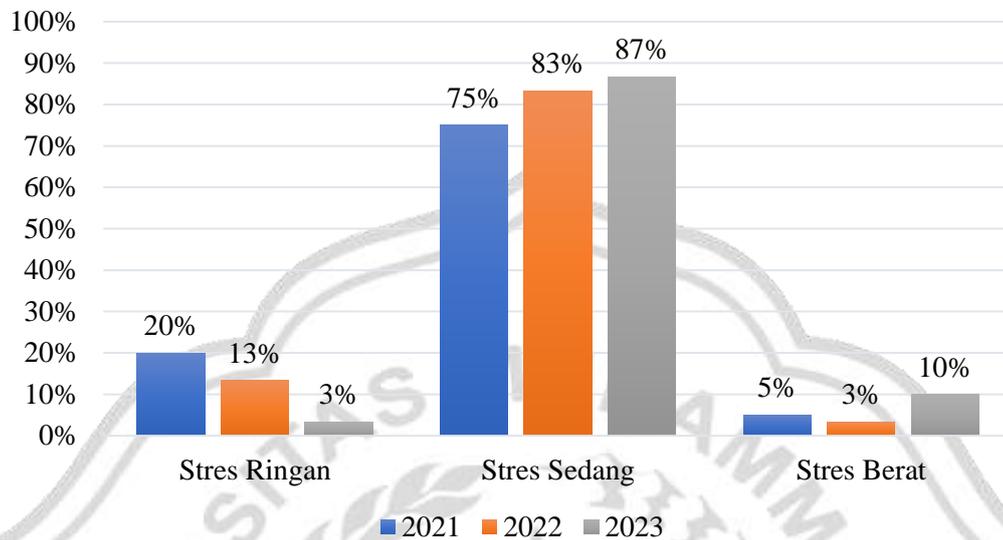
peneliti melakukan riset atau penelitian terkait tingkat stres kerja di beberapa perusahaan (Oktaviana and Hendra, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (Zulkifli, Rahayu and Akbar, 2020) pada PT. Elnusa TBK Wilayah Muara Badak sebanyak 52,5% pekerja dinyatakan stres kerja. Stres kerja pada PT. Duraquit Cemerlang sebanyak 21,4% pekerja dinyatakan stres ringan dan sebanyak 3,6% pekerja dinyatakan stres berat (Alief *et al.*, 2020). Penelitian oleh (Yulianti *et al.*, 2022) pada PT. Jamu Air Mancur terdapat 3 kategori stres kerja yang didapati yaitu sebanyak 21,42% pekerja dengan tingkat sedang, 42,85% pekerja dengan tingkat tinggi, dan 21,43% pekerja dengan tingkat sangat tinggi.

Pekerja pada PT. Bumi Persada Karya pada tahun 2021 berjumlah sebanyak 157 pekerja, tahun 2022 sebanyak 158 pekerja, tahun 2023 sebanyak 128 pekerja, dan tahun 2024 sebanyak 130 pekerja. Pengukuran stres kerja yang dilakukan oleh PT. Bumi Persada Karya pada tahun 2021-2023 diperoleh data sampling sebanyak 37% hingga 47% responden yang dilakukan pengukuran stres kerja. Pengukuran dilakukan pada departemen HRD & GA, *Accounting, Marketing, Purchasing and Trading, Rental Tool & Equipment, QAQC, HSE, Supervisor, Civil Coordinator,* dan *Foreman*.

Berdasarkan gambar 1.1 di bawah ini menunjukkan pekerja PT. Bumi Persada Karya dengan stres kerja dengan tingkat ringan pada setiap tahunnya relatif menurun dan paling tinggi pada tahun 2021 sebanyak 20% (12 pekerja), stres kerja dengan tingkat sedang setiap tahunnya mengalami peningkatan dan pada tahun 2023 paling tinggi sebanyak 87% (52 pekerja), dan stres kerja dengan tingkat berat terjadi paling tinggi pada tahun 2023 sebanyak 10% (6 pekerja).

Berikut ini hasil pengukuran stres kerja yang dilakukan dan didukung hasil wawancara terkait stres kerja ditemukan adanya pekerjaan yang dilakukan sesuai target waktu yang diberikan oleh perusahaan.

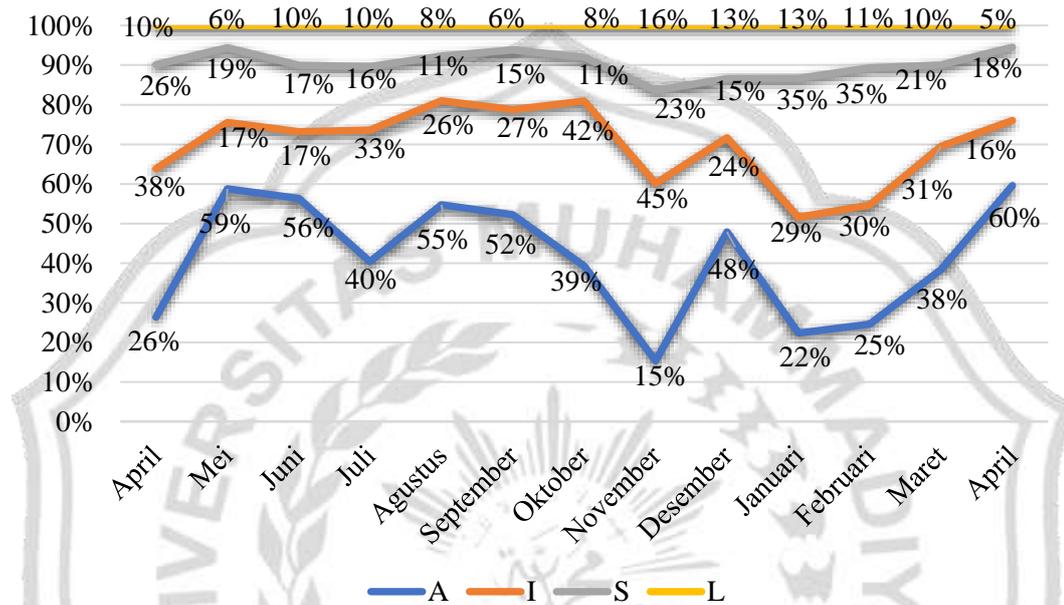


Sumber: PT. Bumi Persada Karya

Gambar 1.1 Data Pengukuran Stres Kerja PT. Bumi Persada Karya

Stres yang dirasakan oleh individu dapat dirasakan kapan saja sehingga tidak bisa dihindari sehingga menjadi bagian dari kehidupan yang dijalani (Munthe, Julmasita and Lestari, 2023). Pekerja yang kesulitan menyesuaikan harapan dengan kenyataan, baik dalam diri pekerja maupun situasi akan sering merasakan stres di tempat kerja (Runtukahu, Areros and Rumawas, 2022). Stres pada dasarnya berasal dari ketidakmampuan manusia untuk memahami keterbatasan dirinya sendiri. Segala macam bentuk stres pada dasarnya sendiri (Khofifa, Arief and Fandiyanto, 2022). Jenis stres paling umum berupa ketidakmampuan dalam mengatasi keterbatasan yang dapat menyebabkan frustrasi, konflik, gelisah, dan rasa bersalah (Rahim, Idris and Asri, 2023).

Dampak negatif dari stres kerja dapat merugikan perusahaan seperti menurunnya kinerja, meningkatkan absensi pekerja, dan beban yang tinggi (Tannady *et al.*, 2022). Salah satu dampak dari stres kerja dapat berupa meningkatnya absensi, berikut ini data absensi pekerja PT. Bumi Persada Karya pada bulan Maret 2023 – Maret 2024:



Sumber: PT. Bumi Persada Karya

Gambar 1.2 Data Absensi Pekerja PT. Bumi Persada Karya Tahun 2023

Berdasarkan gambar 1.2 terkait absensi yang ada, dengan keterangan A (Tanpa Alasan), I (Izin), Sakit (S), dan L (Terlambat/Pulang Awal). Tingkat absensi dengan keterangan A cenderung naik turun, absensi dengan keterangan A meningkat pada bulan Mei 2023 sebesar 59% (40 ketidakhadiran) dan April 2024 sebesar 60% (87 ketidakhadiran). Tingkat absensi dengan keterangan I meningkat pada bulan Oktober 2023 sebesar 42% (120 ketidakhadiran) dan November 2023 sebesar 45% (82 ketidakhadiran). Tingkat absensi dengan keterangan S meningkat pada bulan Januari 2024 sebesar 35% (55 ketidakhadiran) dan Februari 2024 sebesar 35% (65 ketidakhadiran). Tingkat absensi dengan L mulai bulan Januari

2024 hingga bulan April 2024 mengalami penurunan dan meningkat pada bulan November 2023 sebesar 16% (30 ketidakhadiran).

Menurut wawancara dengan SHE (*Safety, Health, and Environmen*) Perusahaan, diketahui bahwa karyawan sering tidak hadir dengan keterangan sakit atau keperluan keluarga, serta tanpa keterangan. Berdasarkan penelitian (Fauzi, Wulandari, *et al.*, 2022) salah satu dampak dari stres kerja seperti menurunnya kinerja karyawan, meningkatnya absensi pekerja, dan pekerja ingin berhenti kerja. Penelitian (Natalia, Novrikasari and Windusari, 2022) juga menyatakan bahwa meningkatnya absensi atau ketidakhadiran menjadi salah satu respon terhadap stres yang bersifat negatif. Menurut (Aprilia *et al.*, 2023) beberapa gejala stres ditempat kerja seperti tingkat absensi karyawan yang berfluktuasi, kesalahan jadwal, dan masalah disiplin. Stres kerja berpotensi menyebabkan gangguan kesehatan psikis atau mental seperti rasa cemas, depresi, kondisi fisik, dan menurunnya konsentrasi dalam bekerja (Putri *et al.*, 2023).

Stres kerja dapat memiliki beberapa faktor, seperti faktor intrinsik yang meliputi tuntutan fisik, tuntutan tugas, beban kerja, faktor peran pada kelompok atau organisasi (Dafinci, Meiliani and Kananlua, 2023). HSE mengidentifikasi terkait penyebab stres kerja yang sering terjadi yaitu tingginya beban kerja, tuntutan yang tinggi, dan kurangnya dukungan dari manajer atau atasan (HSE, 2022). Menurut (Saputra, 2024) hal – hal seperti beban kerja, tekanan saat bekerja, dan waktu yang terbatas, yang berhubungan dengan lingkungan, organisasi, serta individu dapat memicu timbulnya stres kerja. Menurut Mac Donald dalam (Riznanda and Kusumadewi, 2022) menyatakan faktor utama dalam stres kerja adalah beban kerja atau tuntutan kerja.

Beban kerja sering menjadi faktor yang menimbulkan terjadinya stres kerja paling umum dan menjadi alasan utama keluhan bagi pekerja dalam suatu organisasi (Santoso and Rijanti, 2022). Menurut (Setiabudi and Nurjanah, 2022) menyatakan bahwa kelebihan beban kerja dapat menjadi sumber stres kerja. Tingginya beban kerja dan tekanan dari atasan dapat menimbulkan stres kerja dengan keadaan emosional yang dapat merugikan (Alifah and Indiyati, 2023).

Beberapa penelitian yang memiliki keterkaitan antara beban kerja dengan stres kerja salah satunya dengan penelitian pekerja SPPBE PT. Mitha Sarana Wijaya diperoleh $P\text{-value} = 0,004$ (Haraventa and Suri, 2022). Beban kerja pada PT. Agrapersada Medan dengan stres kerja saling berhubungan dengan hasil $P\text{-value} = 0,000$ (Budhiartini, 2021). Penelitian pada PT. Antang Gunung Meratus mengenai beban kerja dan stres kerja saling berhubungan dan memperoleh $P\text{-value} = 0,005$ (Sumanta, Indah and Hadi, 2022).

Berdasarkan pemaparan informasi diatas, peneliti bertujuan menjalankan penelitian di perusahaan PT. Bumi Persada Karya yang menjadi salah satu perusahaan *general contractor and supplier*. PT. Bumi Persada Karya dengan spesialisasi di bidang fabrikasi, kontruksi, perdagangan–pemeliharaan penyewaan alat dan alat berat serta suplai tenaga kerja. Perusahaan menggunakan sistem kerja *non shift*, yang dimulai dari pukul 08.00 – 17.00 WIB selama 5 hari kerja. Pekerjaan dengan target pembuatan ataupun perancangan alat yang ditentukan oleh suatu perusahaan membuat pekerja bekerja dibawah tuntutan dan tekanan.

Semakin tinggi permintaan membuat beban kerja juga meningkat dan dapat menyebabkan stres kerja, namun rendahnya permintaan dapat berpengaruh pada pendapatan pekerja sehingga menjadi sumber stres pada pekerja (Pajow, Kawatu

and Rattu 2020). Beban kerja dibagi menjadi beban kerja fisik dan beban kerja mental (Pratama, Rizqi and Hidayat, 2023). Beban kerja fisik adalah jenis pekerjaan dengan sumber energi dan tingkat konsumsi energi menjadi kekuatan fisik manusia dalam melakukan pekerjaannya (Rohmah, Utami and Safitri, 2022). Beban kerja mental dapat berupa penyelesaian pekerjaan dengan tuntutan psikis atau mental yang dirasakan pekerja (Rohmatin and Josephine, 2022).

Beban kerja dapat berdampak negatif bagi perusahaan seperti menurunnya kualitas kerja, adanya keluhan pelanggan, dan tingkat absensi pekerja mengalami kenaikan (Diana, 2020). Menurut (Almakhi, 2023) kelebihan beban kerja dapat menghambat kelancaran kerja, kondisi tubuh melemah, dan mempengaruhi pekerjaan. Beban kerja pada pekerja di PT. Bumi Persada Karya belum pernah dilakukan pengukuran sebelumnya. Beban kerja yang dialami pekerja bervariasi karena pekerjaan yang dilakukan juga berbeda, sehingga dapat menimbulkan tingkatan stres yang berbeda.

Upaya yang dilakukan departemen K3 PT. Bumi Persada Karya untuk mengurangi stres kerja dengan adanya senam pagi disetiap hari jumat dan adanya *family gathering* dalam 1 tahun sekali, akan tetapi upaya yang dilakukan oleh departemen K3 masih belum maksimal dalam mengurangi stres kerja pada pekerja. Berdasarkan permasalahan yang didapat, penulis melakukan penelitian mengenai hubungan beban kerja dengan stres kerja pada pekerja PT. Bumi Persada Karya, tujuannya mengetahui hubungan antara beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja yang dialami oleh pekerja PT. Bumi Persada Karya. Hasil penelitian yang diperoleh dapat digunakan menjadi bahan

pertimbangan bagi perusahaan dalam menganalisis pencegahan dan pengendalian permasalahan yang berkaitan dengan stres kerja.

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja di PT. Bumi Persada Karya?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

“Menganalisis hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja di PT. Bumi Persada Karya”

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi beban kerja fisik pada pekerja PT. Bumi Persada Karya.
2. Mengidentifikasi beban kerja mental pada pekerja PT. Bumi Persada Karya.
3. Mengidentifikasi tingkat stres kerja pada pekerja PT. Bumi Persada Karya.
4. Menganalisis hubungan beban kerja fisik dan mental dengan stres kerja pada pekerja PT. Bumi Persada Karya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sumber pustaka atau sumber rujukan pada bidang peminatan K3 di Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik terkait dengan beban kerja dan stres kerja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi

Penelitian yang dibuat diharapkan menjadi referensi atau masukan untuk pekerja maupun perusahaan di bagian K3 PT. Bumi Persada Karya dapat mengidentifikasi, menganalisis, dan mengevaluasi kemampuan pekerja dengan beban kerja untuk mencegah terjadinya stres kerja.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini menjadi pengalaman dilapangan secara langsung tentang keterlibatan dalam mengidentifikasi masalah pada pekerja PT. Bumi Persada Karyadan diharapkan menjadi wawasan bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan ilmu pengetahuan terhadap salah satu pencegahan stres kerja

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Batasan lingkup dalam penelitian yang dilakukan adalah menganalisis hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja yang menggunakan kuesioner untuk mendapatkan data kemudian mengidentifikasi dan menganalisis hubunngan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja pada pekerja PT. Bumi Persada Karya yang terletak di Jl. Raya Roomo No. 94B, Maduran, Roomo, Kec. Manyar, Kabupaten Gresik, Jawa Timur, 61151. Penelitian ini dilakukan berdasarkan data psikologi pekerja pada tahun 2021 hingga 2023 yang dilakukan pada 60 pekerja yang rata-rata mengalami stres kerja dengan tingkat sedang. Tujuan dari penelitian yang dibuat untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja pekerja PT. Bumi Persada Karya.

1.6 Hipotesis Penelitian

H0: Tidak terdapat hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja PT. Bumi Persada Karya.

H1: Terdapat hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja pada pekerja PT. Bumi Persada Karya.

