

SKRIPSI



**PENGARUH PENERAPAN JAM KERJA TERHADAP RISIKO
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. MOTIVE
MULIA PLANT MASPION**

Oleh :

MUHAMMAD ZUHAIR UJAB

NIM : 191102015

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

2022

**PENGARUH PENERAPAN JAM KERJA TERHADAP RISIKO
STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. MOTIVE
MULIA PLANT MASPION**

Muhammad Zuhair Ujab

Email : uzerujab@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Stres kerja merupakan suatu keadaan yang menekan diri dan jiwa seseorang diluar batas kemampuannya, sehingga jika terus dibiarkan tanpa ada solusi maka ini akan berdampak pada kesehatan. Indonesia angka stres meningkat sebesar 9% dari tahun sebelumnya yang hanya sebesar 64%. Stres kerja merupakan masalah serius di Indonesia. Orang yang mengalami stres kerja bisa menjadi *nervous* dan merasakan kekhawatiran kronis. **Tujuan Penelitian** : Menganalisis pengaruh penerapan jam kerja terhadap risiko stres kerja pada karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion **Metode** : Metode observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional study*. Populasi sebanyak 110 karyawan dan 53 sampel dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Sample Random Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner jam kerja dan stres kerja serta uji analisis yang digunakan yakni uji *Statistic Regresi Logistic* sederhana. **Hasil** : Sebagian besar karyawan bekerja dengan jam kerja normal yaitu sebanyak 28 atau (52,8%) dan hampir seluruhnya karyawan mengalami stres kerja ringan yaitu sebanyak 41 atau (77,4%). Hasil uji statistik menunjukkan Signifikansi dengan *P-Value* $0,037 < \alpha 0,05$. **Kesimpulan** : Terdapat pengaruh signifikan penerapan jam kerja terhadap risiko stres kerja pada karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion. Karyawan yang melakukan pekerjaan lembur dari jam kerja yang ditentukan hendaknya meminta upah dari lemburan yang di kerjakan.

Kata Kunci : Jam Kerja, Stres Kerja, Semen, Pekerja

**THE IMPLEMENTATION OF WORKING HOURS ON THE RISK OF
WORK STRES IN EMPLOYEES OF PT. MOTIVE
MULIA PLANT MASPION**

Muhammad Zuhair Ujab

Email : uzerujab@gmail.com

ABSTRACT

Background: Work stres is a condition that suppresses one's self and soul beyond the limits of his ability, so if it continues to be left without any solution then this will have an impact on health. Indonesia's stres rate increased by 9% from the previous year which was only 64%. Work stres is a serious problem in Indonesia. People who experience job stres can become nervous and feel chronic worry. **Objective:** To analyze the effect of the implementation of working hours on the risk of work stres on employees of PT. Motive Mulia Plant Maspion **Method:** Analytical observational method using a cross sectional study approach. The population is 110 employees and 53 samples with the sampling technique using the random sampling technique. The research instrument used a questionnaire on working hours and work stres and the analytical test used was the Simple Logistic Regression Statistical Test. **Results:** Most employees work Normal Working Hours, namely 28 or (52.8%) and Almost all employees experience mild work stres, namely 41 or (77.4%). Based on the statistical test results, it shows significance with a P Value of $0.037 < \alpha 0.05$. **Conclusion:** There is a significant effect of the implementation of working hours on the risk of work stres for PT. Motive Mulia Plant Maspion employees. It is better if employees who work overtime from the specified working hours should ask for wages for the overtime they work.

Keywords: Working Hours, Work Stres, Cement, Worker

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga Peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini dengan baik dengan judul “PENGARUH PENERAPAN JAM KERJA TERHADAP RISIKO STRES KERJA PADA KARYAWAN PT. MOTIVE MULIA PLANT MASPION”.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat penerimaan sebagai langkah awal persiapan kerja menuju penyelesaian gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Universitas Muhammadiyah Gresik. Penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak terlepas dari peran serta beberapa pihak yang telah mengarahkan, memotivasi dan mendukung baik moril maupun materil, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Nadhirotul Laily, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Dr. Siti Hamidah, SST., Bd., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Sestiono Mindiharto, S.Psi., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan kesempatan untuk bisa menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.
4. dr. Nugrahadi Dwi Pasca Budiono, M.Biomed selaku Dosen Pembimbing Akademik.
5. Dwi Faqihatus Syarifah Has, S.KM., M.Epid selaku Dosen Pembimbing utama yang telah memberikan arahan, bimbingan dan masukan untuk bisa menyelesaikan skripsi ini dengan sempurna.

6. Sestiono Mindiharto, S.Psi., M.Kes selaku Dosen Pembimbing kedua yang telah meluangkan banyak waktu dan pikiran untuk bisa memberikan saran dan masukan untuk skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan ilmu dan dukungan kepada peneliti untuk bisa menyelesaikan skripsi ini dengan sempurna.
8. Orang tua, keluarga tercinta yang selalu mendoakan dan memberikan motivasi kepada peneliti. Terkhusus untuk Ayah saya Alm. Siswanto Aziz dan Ibunda saya Cholifah, serta adik-adik saya Saiful Akbar dan Hidayatu Robby yang selalu mendukung saya agar cepat lulus.
9. Teman-teman Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 atas kerja samanya dan telah memberikan informasi, memberikan motivasi dan yang selalu menyemangati peneliti dan selalu menemani disaat suka dan duka dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini jauh dari sempurna dan tidak lepas dari kekurangan, kritik dan saran yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan untuk menyelesaikan skripsi ini. Harapan peneliti laporan skripsi ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dan semoga bermanfaat bagi pembaca dan kita semua.

Gresik, 12 Januari 2023

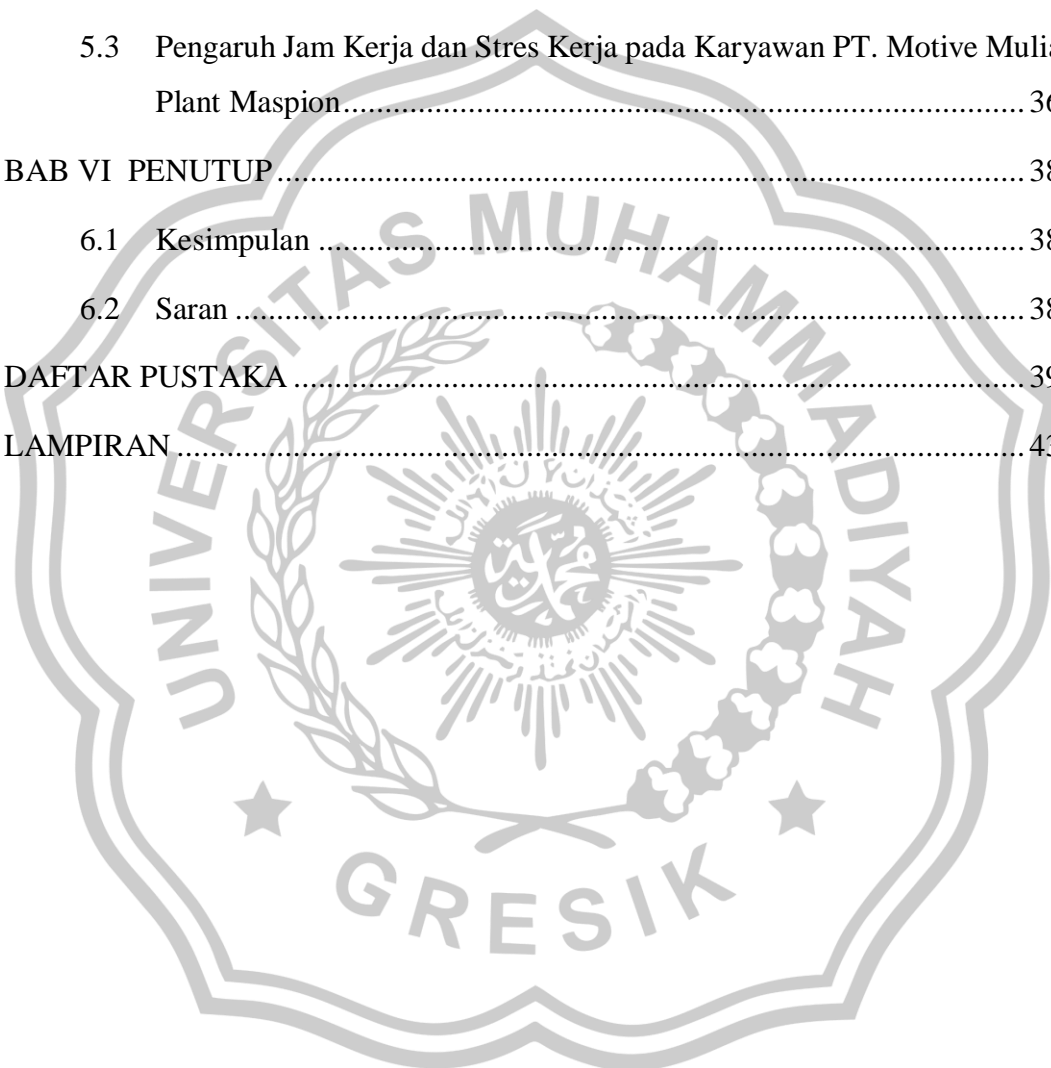
Muhammad Zuhair Ujab

DAFTAR ISI

PERNYATAAN PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN TIM PENGUJI	iii
PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Jam Kerja	6
2.1.1 Pengertian Jam Kerja	6
2.1.2 Indikator Jam Kerja	7
2.1.3 Pengaturan Jam Kerja	8
2.1.4 Standar Kerja	9
2.2 Stres Kerja	10
2.2.1 Definisi Stres Kerja.....	10

2.2.2 Jenis Stres.....	11
2.2.3 Dimensi Utama Indikator Stres Kerja.....	12
2.2.4 Gejala Stres	13
2.2.5 Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja	15
2.2.6 Tahapan Stres	16
2.3 Kerangka Konsep	19
BAB III METODE PENELITIAN	21
3.1 Metode Penelitian	21
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	21
3.3 Populasi dan Sampel.....	21
3.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	23
3.5 Instrumen Penelitian	24
3.6 Jenis dan Sumber Data.....	25
3.7 Teknik Pengumpulan Data.....	26
3.8 Teknik Analisa Data	27
3.9 Etika Penelitian.....	27
BAB IV HASIL	29
4.1 Data Umum	29
4.1.1 Profil PT. Motive Mulia Plant Maspion	29
4.1.2 Visi dan Misi PT. Motive Mulia Plant Maspion	31
4.1.3 Karakteristik Karyawan menurut Kelamin	31
4.1.4 Karakteristik Karyawan menurut Usia	31
4.2 Data Khusus	32
4.2.1 Jam Kerja	32
4.2.2 Stres Kerja.....	32

4.2.3 Pengaruh Jam Kerja terhadap Stres Kerja di PT. Motive Mulia Plant Maspion.....	33
BAB V PEMBAHASAN	34
5.1 Penerapan Jam Kerja pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion	34
5.2 Stres Kerja pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion.....	35
5.3 Pengaruh Jam Kerja dan Stres Kerja pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion.....	36
BAB VI PENUTUP.....	38
6.1 Kesimpulan	38
6.2 Saran	38
DAFTAR PUSTAKA.....	39
LAMPIRAN.....	43



DAFTAR TABEL

Nomor Tabel	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional dan Pengukuran Variabel.....	24
Tabel 4.1 Karakteristik Karyawan menurut Jenis Kelamin pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion Tahun 2022	31
Tabel 4.2 Karakteristik Karyawan menurut Usia pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion Tahun 2022.....	31
Tabel 4.3 Distribusi Hasil Variabel Jam Kerja pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion Tahun 2022.....	32
Tabel 4.4 Distribusi Hasil Variabel Stres Kerja pada Karyawan PT. Motive Mulia Plant Maspion Tahun 2022.....	32
Tabel 4.5 Tabulasi Silang Pengaruh Jam Kerja terhadap Stres Kerja di PT. Motive Mulia Plant Maspion Tahun 2022	33



DAFTAR GAMBAR

Nomor Tabel	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep	19



DAFTAR LAMPIRAN

Nomor Tabel	Halaman
Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	43
Lampiran 2 Surat Balasan Instansi	45
Lampiran 3 Sertifikat Uji Etik	46
Lampiran 4 Pernyataan Persetujuan Publikasi	47
Lampiran 5 Permohonan Menjadi Responden	48
Lampiran 6 Kuesioner Penelitian	49
Lampiran 7 Analisis Data.....	52
Lampiran 8 <i>Logbook</i> Bimbingan Skripsi	54
Lampiran 9 Dokumentasi Kegiatan	56

