

**SKRIPSI**



**ANALISIS FAKTOR – FAKTOR DETERMINAN *STRESS*  
KERJA PADA PEKERJA ABK (Kapal Penumpang KM Lauser)**

**Oleh :  
ATHALA SYARANIA PUTRI YUDA  
NIM. 191102016**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Melaksanakan  
Penelitian Skripsi Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK  
2022**

## ANALISIS FAKTOR - FAKTOR DETERMINAN STRESS KERJA PADA PEKERJA ABK (Kapal Penumpang KM Lauser)

Athala Syarania Putri Yuda 191102016

E-mail : [athalarara16@gmail.com](mailto:athalarara16@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Pekerja sebagai pelaut (Anak Buah Kapal) merupakan pekerjaan yang dapat menimbulkan *stress* kerja. Umumnya, pekerja (ABK) menghabiskan tiga sampai empat bulan bekerja diatas kapal atau berlayar dan tinggal jauh dari rumah ataupun keluarga oleh karena itu ABK harus menjalin hubungan yang erat antara rekan kerja sehingga timbul rasa kekeluargaan yang mereka rasakan seperti keluarganya sendiri, adapun faktor penelitian ini adalah beban kerja, hubungan interpersonal, lingkungan kerja dan faktor keluarga. **Tujuan penelitian:** Menganalisis faktor – faktor yang berhubungan dengan *stress* kerja pada pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser). **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif metode yang digunakan *analytic observational* dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah penelitian sebanyak 63 responden. Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji *chi-square* dan instrumen menggunakan kuesioner. **Hasil:** Hubungan signifikan pada faktor beban kerja dan hubungan interpersonal dengan *stress* kerja karena nilai *P-value* < 0,05 kemudian tidak adanya hubungan signifikan pada faktor lingkungan kerja dan faktor keluarga karena nilai *P-value* > 0,05. **Kesimpulan:** Berdasarkan analisis data penelitian diperoleh hasil adanya hubungan beban kerja dan hubungan interpersonal, sehingga diperlukan pergantian rekan kerja pada saat berjaga pada malam hari dan menjalin hubungan komunikasi, bersifat terbuka pada rekan kerja sehingga tidak menimbulkan konflik antara rekan kerja.

**Kata kunci:** ABK, Beban kerja, Hubungan interpersonal, Lingkungan kerja, Faktor keluarga

**ANALYSIS OF THE DETERMINANTS OF WORK STRESS ON SHIP CREW  
(KM Lauser Passenger Ship)**

**Athala Syarania Putri Yuda 191102016  
E-mail : athalarara16@gmail.com**

**ABSTRACT**

**Background:** Working as a sailor (Ship's Crew) is a job which can cause job stress. Generally, workers (ship crew) spend three to four months working on a ship or sailing and living away from home or family, therefore ABK must establish a close relationship between colleagues so that a sense of kinship arises that they feel like his own family, the factors of this study are workload, relationships interpersonal, work environment and family factors. **Research purposes:** Analyze the factors related to work stress on ship crew (KM Lauser Passenger Ship). **Methods:** This type of research is quantitative research methods used with analytic observational and cross sectional approach. The sampling technique in this study used simple random sampling with a total of 63 respondents. Data analysis in this study used the chi-square test and use questionnaire as the instrument. **Results:** Significant relationship to workload factors and interpersonal relationships with work stress because the  $P\text{-value} < 0,05$  then there is no significant relationship to environmental factors and family factors because the value of  $P\text{-value}$  is bigger than  $> 0.05$ . **Conclusion:** Based on the analysis of research data obtained, it results a relationship between workload and interpersonal relationship, so it is necessary to change co-workers while on guard at night and establish relationships communication, are open to colleagues in order to avoid conflict between colleagues.

**Keywords:** Ship crew, Workload, Interpersonal relationships, Work environment, Family factor

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan kasih sayang-Nya serta hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **“Faktor – Faktor Determinan Stress Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser)”**. Skripsi penelitian ini merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi mahasiswa untuk mendapatkan gelar Sarjana (S1) Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Gresik.

Pelaksanaan dan penyusunan skripsi ini, kami banyak dibantu oleh berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih sebesar – besarnya kepada Bapak / Ibu :

1. Nadhirotul Laily, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Gresik yang telah memfasilitasi kegiatan belajar dan mengajar di Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Dr. Siti Hamidah, SST., Bd., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik yang telah memberikan ilmu dan memfasilitasi Fakultas Kesehatan dan selaku Penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam menyusun skripsi ini.
3. dr. Nugrahi Dwi Pasca Budiono, M.Biomed selaku Pembimbing Akademik yang memberikan ilmu serta saran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Sestiono Mindiharto, S.Psi., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Gresik dan selaku Dosen Pembimbing (II) yang telah membekali kami dengan ilmu selama mengikuti perkuliahan hingga dukungan moral serta saran dan masukan selama menyusun skripsi ini.

5. Zufra Inayah, S.KM., M.Kes selaku Dosen Pembimbing (I) sekaligus Dosen Akademik yang telah menyempatkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, saran, motivasi, dukungan, serta kemudahan pada kami menyelesaikan skripsi ini, semoga Allah SWT membalas kebaikan ibu.
6. Seluruh Dosen Pengajar yang senantiasa memberi bekal ilmu pengetahuan dan membimbing kami selama menjalani Pendidikan di Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah.
7. Seluruh *Staff* atau Karyawan yang selama ini membantu urusan administrasi selama kami menjalani pendidikan di Universitas Muhammadiyah Gresik.
8. Kedua orang tua bapak Khoirul Huda dan ibu Yuliana yang selalu mendoakan, memberikan dukungan, bantuan, nasihat dan perhatian yang begitu besar pada peneliti.
9. Randi Bilal Ramadhan adik yang selalu mendukung dan menghibur saya.
10. Keluarga besar Kani yang jauh berada di Kalimantan tetapi selalu mendoakan, memberi dukungan, dan terutama kepada mas Ryan telah memberikan solusi, dan saran untuk menyusun penelitian ini.
11. Hudan Al Haqiqi sebagai kekasih, terima kasih yang selalu mendukung, perhatian, sebagai tempat keluh kesah, mengubah gaya hidup lebih baik, tempat curhat dan memberikan solusi.
12. Sahabat tercinta Pungky, Rizka, Fina, Icis, Salwa, Tarisya, Laily, Putri. Terima kasih atas perhatian, kasih sayang dan selalu ada disaat kesusahan.
13. Teman – teman Kesehatan Masyarakat tercinta terima kasih atas kebersamaannya selama perkuliahan dan di luar perkuliahan yang membantu dalam diskusi dan memberikan dukungan satu sama lain.

14. Anak Buah Kapal (ABK) yang telah membantu meluangkan waktu untuk menjadi subjek dalam pengisian skala pada penelitian ini.

15. Seluruh pihak yang membantu penelitian ini, yang tidak bisa disebutkan satu – persatu, terima kasih atas kontribusi dan partisipasinya.

Kami menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna, baik segi materi maupun penyajiannya, untuk itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan dalam penyempurnaan skripsi ini.



Gresik, 06 Desember 2022

Athala Syarania Putri Yuda

## DAFTAR ISI

|                                                                 |      |
|-----------------------------------------------------------------|------|
| PERNYATAAN PENGESAHAN .....                                     | i    |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....                          | ii   |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PENGUJI.....                             | iii  |
| PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT .....                                  | iv   |
| RIWAYAT HIDUP .....                                             | v    |
| ABSTRAK .....                                                   | vi   |
| ABSTRACT.....                                                   | vii  |
| KATA PENGANTAR .....                                            | viii |
| DAFTAR ISI.....                                                 | xi   |
| DAFTAR GAMBAR .....                                             | xiv  |
| DAFTAR TABEL.....                                               | xv   |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                                            | xvi  |
| BAB I PENDAHULUAN.....                                          | 1    |
| 1.1 Latar Belakang.....                                         | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah.....                                        | 4    |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                                      | 4    |
| 1.3.1 Tujuan Umum.....                                          | 4    |
| 1.3.2 Tujuan Khusus .....                                       | 4    |
| 1.4 Manfaat Penelitian.....                                     | 5    |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis .....                                    | 5    |
| 1.4.2 Manfaat Praktis.....                                      | 5    |
| BAB II TINJAUAN PUSTKA.....                                     | 6    |
| 2.1 Pengertian <i>Stress Kerja</i> .....                        | 6    |
| 2.2 Faktor – faktor yang Mempengaruhi <i>Stress Kerja</i> ..... | 7    |
| 2.2.1 Faktor Lingkungan Kerja.....                              | 7    |
| 2.2.2 Faktor Individu .....                                     | 9    |
| 2.2.3 Faktor Kelompok.....                                      | 12   |
| 2.3 Aspek – aspek yang Mempengaruhi <i>Stress Kerja</i> .....   | 14   |
| 2.4 Gejala <i>Stress Kerja</i> .....                            | 15   |
| 2.5 Tingkat <i>Stress</i> .....                                 | 17   |
| 2.6 Jenis Pengukuran <i>Stress Kerja</i> .....                  | 18   |
| 2.7 Kerangka Teori .....                                        | 20   |
| 2.8 Kerangka Konsep .....                                       | 21   |

|                                                                                                            |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 2.9 Hipotesis .....                                                                                        | 21 |
| BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....                                                                         | 22 |
| 3.1 Jenis dan Desain Penelitian .....                                                                      | 22 |
| 3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....                                                                       | 22 |
| 3.3 Populasi dan Sampel.....                                                                               | 22 |
| 3.3.1 Populasi .....                                                                                       | 22 |
| 3.3.2 Sampel .....                                                                                         | 23 |
| 3.4 Teknik Pengambilan Sampel .....                                                                        | 24 |
| 3.5 Teknik Pengumpulan Data dan Pengolahan Data .....                                                      | 24 |
| 3.5.1 Pengumpulan Data.....                                                                                | 24 |
| 3.5.2 Pengolahan Data .....                                                                                | 25 |
| 3.6 Analisis Data.....                                                                                     | 28 |
| 3.6.1 Analisis Univariat.....                                                                              | 28 |
| 3.6.2 Analisis Bivariat .....                                                                              | 28 |
| 3.7 Definisi Operasional.....                                                                              | 30 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN .....                                                                              | 32 |
| 4.1 Gambaran Umum .....                                                                                    | 32 |
| 4.1.1 Profil Kapal KM Lauser .....                                                                         | 32 |
| 4.1.2 Visi dan Misi .....                                                                                  | 33 |
| 4.1.3 Struktur Organisasi .....                                                                            | 34 |
| 4.1.4 Data Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022.....                                         | 35 |
| 4.2 Data Khusus ABK .....                                                                                  | 36 |
| 4.2.1 Distribusi Beban Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser).....                             | 36 |
| 4.2.2 Distribusi Hubungan interpersonal pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                 | 37 |
| 4.2.3 Distribusi Lingkungan kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser).....                        | 38 |
| 4.2.4 Distribusi Faktor keluarga pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser).....                         | 38 |
| 4.2.5 Distribusi <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser).....                     | 39 |
| 4.3 Faktor Determinan.....                                                                                 | 39 |
| 4.3.1 Hubungan Beban Kerja dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....   | 40 |
| 4.3.2 Hubungan Interpersonal dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) ..... | 40 |

|                                                                                                                                                                             |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 4.3.3 Hubungan Lingkungan Kerja dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Luaser) .....                                                               | 41 |
| 4.3.4 Hubungan Faktor Keluarga dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                                | 42 |
| BAB V PEMBAHASAN .....                                                                                                                                                      | 43 |
| 5.1 Beban Kerja Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                                                                               | 43 |
| 5.2 Hubungan Interpersonal Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                                                                    | 43 |
| 5.3 Lingkungan Kerja Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                                                                          | 44 |
| 5.4 Faktor Keluarga Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                                                                           | 45 |
| 5.5 <i>Stress</i> Kerja Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                                                                       | 46 |
| 5.6 Hubungan antara Beban Kerja, Hubungan Interpersonal, Lingkungan Kerja dan Faktor Keluarga dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) ..... | 47 |
| 5.6.1 Beban Kerja yang Berhubungan dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                            | 47 |
| 5.6.2 Hubungan Interpersonal yang Berhubungan dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                 | 48 |
| 5.6.3 Lingkungan Kerja yang Berhubungan dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                       | 49 |
| 5.6.4 Faktor Keluarga yang Berhubungan dengan <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) .....                                                        | 50 |
| BAB VI PENUTUP .....                                                                                                                                                        | 52 |
| 6.1 Kesimpulan .....                                                                                                                                                        | 52 |
| 6.2 Saran .....                                                                                                                                                             | 53 |
| 6.2.1 Bagi Perusahaan .....                                                                                                                                                 | 53 |
| 6.2.2 Bagi Nahkoda .....                                                                                                                                                    | 53 |
| 6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya .....                                                                                                                                       | 53 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                                                                                                                                                        | 54 |
| LAMPIRAN .....                                                                                                                                                              | 57 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori Faktor <i>Stress</i> Kerja.....           | 20 |
| Gambar 2.2 Kerangka Konsep Faktor <i>Stress</i> Kerja .....         | 21 |
| Gambar 4.1 Struktur Organisasi ABK (Kapal Penumpang KM Lauser)..... | 34 |



## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 3.1 Skala Alternatif Jawaban <i>Stress</i> Kerja .....                                                                                   | 26 |
| Tabel 3.2 Tingkat Depresi, Kecemasan, <i>Stress</i> Menurut DASS 42 .....                                                                      | 26 |
| Tabel 3.3 Skala Alternatif Jawaban Beban Kerja .....                                                                                           | 26 |
| Tabel 3.4 Skala Alternatif Jawaban Hubungan Interpersonal.....                                                                                 | 27 |
| Tabel 3.5 Skala Alternatif Jawaban Lingkungan Kerja .....                                                                                      | 27 |
| Tabel 3.6 Skala Alternatif Jawaban Faktor Keluarga .....                                                                                       | 27 |
| Tabel 3.7 Definisi Operasional .....                                                                                                           | 30 |
| Tabel 4.1 Distribusi Umur pada Pekerja ABK.....                                                                                                | 35 |
| Tabel 4.2 Distribusi Jenis Kelamin pada Pekerja .....                                                                                          | 35 |
| Tabel 4.3 Distribusi Lama Bekerja pada Pekerja.....                                                                                            | 36 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Berdasarkan Kategori pada Pekerja<br>ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022 .....               | 37 |
| Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Hubungan Interpersonal Berdasarkan Kategori pada<br>Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022 .....    | 37 |
| Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Lingkungan Kerja Berdasarkan Kategori pada<br>Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022.....           | 38 |
| Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Faktor Keluarga Berdasarkan Kategori pada Pekerja<br>ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022 .....           | 38 |
| Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi <i>Stress</i> Kerja Berdasarkan Kategori pada Pekerja<br>ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022 .....       | 39 |
| Tabel 4.9 Tabulasi Silang Beban Kerja Terhadap <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja ABK<br>(Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022.....             | 40 |
| Tabel 4.10 Tabulasi Silang Hubungan Interpersonal Terhadap <i>Stress</i> Kerja pada<br>Pekerja ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022..... | 41 |
| Tabel 4.11 Tabulasi Silang Lingkungan Kerja Terhadap <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja<br>ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022.....       | 41 |
| Tabel 4.12 Tabulasi Silang Faktor Keluarga Terhadap <i>Stress</i> Kerja pada Pekerja<br>ABK (Kapal Penumpang KM Lauser) Tahun 2022.....        | 42 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1 Surat Izin Penelitian.....                             | 58 |
| Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian.....                     | 59 |
| Lampiran 3 Uji Kelaikan Etik.....                                 | 60 |
| Lampiran 4 Pernyataan Persetujuan Publikasi.....                  | 61 |
| Lampiran 5 Lembar <i>Informed Consent</i> .....                   | 62 |
| Lampiran 6 Lembar Persetujuan Keikutsertaan dalam Penelitian..... | 63 |
| Lampiran 7 Lembar Kuesioner.....                                  | 64 |
| Lampiran 8 Hasil Distribusi Frekuensi pada Pekerja ABK.....       | 73 |
| Lampiran 9 Hasil Uji <i>Chi-Square</i> .....                      | 75 |
| Lampiran 10 <i>Logbook</i> Bimbingan Skripsi.....                 | 80 |
| Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian.....                           | 83 |

