

ABSTRAK

Nama : Okta Liliyanti Pasaribu
Program Studi : Kesehatan Masyarakat (Kesehatan dan Keselamatan Kerja)
Judul : Analisis Perbedaan Sebelum dan Sesudah Pemberian Musik Pengiring Kerja Terhadap Penurunan Stres Kerja pada Pegawai Unit *Business and Support Region* di PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota Tahun 2018

Stres kerja adalah suatu kondisi dari hasil penghayatan subjektif individu berupa interaksi antara individu dan lingkungan kerja yang dapat mengancam dan memberi tekanan secara psikologis, fisiologis, dan sikap individu. Hasil observasi awal yang telah dilakukan di bagian *Business and Support Region* terhadap 7 pekerja, terdapat 43% (3 orang) pekerja yang mengalami stres sedang dan 57% (4 orang) pekerja yang mengalami stres berat. Untuk mengendalikan bahaya stres akibat kerja, dapat menggunakan metode hirarki pengendalian. Pengendalian administrasi dilakukan dengan menyediakan suatu sistem kerja yang dapat mengurangi pekerja terpapar potensi bahaya. Musik pengiring kerja bermanfaat dalam mengurangi stres kerja. Tujuan Penelitian ini untuk menganalisis perbedaan sebelum dan sesudah pemberian musik pengiring kerja terhadap penurunan stres kerja pada pegawai unit *Business and Support Region* di PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota Tahun 2018. Penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment time series design* yang melibatkan 56 pekerja unit *business and support* sebagai subjek penelitian. Hasil uji statistik menunjukkan ada pengaruh musik pengiring kerja terhadap nilai penurunan stres kerja dengan nilai $p=0.000$. Saran yang diberikan peneliti untuk pengendalian stres kerja yaitu perusahaan dapat memutar musik pengiring kerja untuk mengurangi tingkat stres kerja pada karyawan. Jenis musik yang disarankan adalah instrumental.

Kata Kunci : Stres Kerja, Musik Kerja, Instrumental

viii + 51 halaman : 2 gambar, 6 tabel

Pustaka : 30 (2001 – 2014)

ABSTRACT

Name : Okta Liliyanti Pasaribu
Study Program : Public Health (Occupational Safety and Health)
Title : Job Accompaniment for Decreasing Job Stress in Unit Business
and Support Region Employees at PT Bank Negara Indonesia
Jakarta Kota in 2018

Job stress is a condition from the results of individual subjective appreciation in the form of interactions between individuals and work environments that can threaten and exert psychological, physiological, and individual attitudes. The results of preliminary observations made in the Business and Support Region section on 7 workers, there were 43% (3 people) of workers experiencing moderate stress and 57% (4 people) of workers experiencing severe stress. To control the stress of work-related stress, you can use the hierarchical control method. Administrative control is carried out by providing a work system that can reduce workers exposed to potential hazards. Accompanying work music is useful in reducing work stress. The purpose of this study was to analyze the differences before and after the delivery of work accompaniment music to decrease work stress in employees of the Business and Support Region unit at PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota. The research used was a quasi experiment time series design involving 56 unit business and support workers as research subjects. The results of the statistical test show that there is the effect of accompaniment music on the decrease in work stress with a value of $p = 0.000$. Suggestions given by researchers for job stress control are companies can play work accompaniment music to reduce the level of work stress on employees. The type of music suggested is instrumental.

Key words: Work Stress, Work Music, Instrumental

viii + 51 pages: 2 images, 6 tables

Library: 30 (2001 - 2014)



Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul