

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap tempat kerja selalu memiliki berbagai potensi bahaya yang dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja dan dapat menimbulkan penyakit akibat kerja. Gangguan ini dapat berupa gangguan fisik atau psikis terhadap tenaga kerja. Gangguan psikis merupakan potensi bahaya yang sering terabaikan, dimana potensi bahaya psikis merupakan faktor penting yang seharusnya perlu diperhatikan dalam kaitannya dengan kesehatan mental pekerja. Terjadinya konflik dalam diri tenaga kerja sebagai akibat yang timbul dari gangguan psikologi apabila tidak segera diatasi akan berdampak pada timbulnya stres kerja (Tarwaka, 2008).

Stres adalah segala aksi dari tubuh manusia terhadap segala rangsangan baik yang berasal dari luar maupun dari dalam tubuh itu sendiri yang dapat menimbulkan berbagai macam dampak yang merugikan mulai dari menurunnya kesehatan sampai dideritanya suatu penyakit. Dalam kaitannya dengan pekerjaan, semua dampak dari stres tersebut akan mengarah pada menurunnya performansi, efisiensi dan produktivitas kerja yang bersangkutan (Tarwaka, 2010).

National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH) telah mengeluarkan naskah publikasi tentang stres di tempat kerja pada tahun 1999, yang menginformasikan sebuah survei yang dilakukan oleh *Northwestern National Life* pada pekerja di Amerika Serikat, diperoleh informasi bahwa 40% dari jumlah pekerja menganggap pekerjaan mereka merupakan sumber stres utama dalam kehidupan, sedangkan survei yang dilakukan oleh *Yale University*, diperoleh informasi bahwa 29% pekerja merasa sangat stres di tempat kerja (NIOSH, 1999).

Menurut *International Labour Organization* (2016) jika tempat kerja aman dan sehat, setiap orang dapat melanjutkan pekerjaan mereka secara efektif dan efisien. Sebaliknya jika tempat kerja tidak terorganisir dan banyak terdapat bahaya, kerusakan dan absen sakit tidak dapat dihindarkan,

mengakibatkan hilangnya pendapatan bagi pekerja dan produktivitas berkurang bagi perusahaan. Selain itu, saat ini tidak sedikit pekerja yang menghadapi tekanan lebih tinggi dalam memenuhi permintaan kehidupan kerja yang modern. Resiko psikososial seperti persaingan yang semakin meningkat, harapan lebih tinggi terhadap kinerja dan waktu kerja yang lebih panjang pada tempat kerja yang menjadikan lingkungan kerja semakin stres (ILO, 2016)

Di Indonesia, saat ini lebih dari 450 juta penduduk dunia hidup dengan gangguan jiwa. Berdasarkan Data Riskesdas tahun 2013, menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional seperti gangguan kecemasan dan depresi sebesar 11,6% dari populasi orang dewasa. Berarti dengan jumlah populasi orang dewasa Indonesia kurang lebih 150.000.000 terdapat 1.740.000 orang saat ini mengalami gangguan mental emosional (Kemenkes RI, 2013).

Dari hasil Badan Pusat Statistik, jumlah angkatan kerja di Indonesia mencapai 131,55 juta orang pada Februari 2017, atau bertambah sebesar 6,11 juta orang dibanding Agustus 2016, sehingga memiliki potensi kerugian yang sangat besar sebagai dampak dari stres kerja (Badan Pusat Statistik, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh Primaldhi (2007) terhadap dampak stres kerja pada pekerja di Indonesia, menunjukkan bahwa dampak dari stres kerja secara fisiologi bisa berupa gangguan tidur dan sakit kepala, hingga jantung koroner dan hipertensi, absenteisme dan kecelakaan kerja.

Penelitian Musliha (2013), pada karyawan di bank BMT diketahui bahwa dari 46 responden yang memiliki beban kerja, sebesar 64,7% mengalami stres kerja. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin berat beban seorang pekerja maka semakin berat kemungkinannya untuk mengalami stres di tempat kerja. Hal tersebut dapat terjadi karena pekerjaan rutin yang menimbulkan kejenuhan, shift kerja, beban kerja yang terlalu berat atau ringan, dan lain-lain.

Untuk mengendalikan bahaya di tempat kerja khususnya stres akibat kerja, dapat menggunakan metode hirarki pengendalian. Pengendalian administrasi dilakukan dengan menyediakan suatu sistem kerja yang dapat

mengurangi kemungkinan seseorang terpapar potensi bahaya. Musik pengiring kerja bermanfaat dalam mengurangi kebosanan, kejenuhan, tingkat kecemasan (Tarwaka, 2008).

Tidak adanya hiburan di tempat kerja juga menjadi salah satu penyebab timbulnya kejenuhan yang dialami karyawan. Para karyawan mengaku senang bila mendengarkan musik saat bekerja karena dapat menghilangkan sedikit kejenuhan dan mengurangi timbulnya gejala stres. Hal ini dibuktikan dari penelitian yang dilakukan oleh Intan Putri Dastia tentang pemberian musik pada karyawan PT. Graha Kamindo. Berdasarkan hasil penelitian terdapat peningkatan skor tingkat stres kerja sebesar 6% ketika sebelum dan sesudah diberi perlakuan mendengarkan musik klasik Mozart (Putri, 2014). Penelitian Iqbal (2012) tentang pengaruh musik klasik terhadap penurunan tingkat stres kerja karyawan PT. Oto Multiartha Accounting didapat hasil bahwa musik klasik berpengaruh terhadap penurunan tingkat stres kerja karyawan sebesar 10%.

Salah satu tempat kerja yang tidak terlepas dari masalah stres adalah pekerja pada industri perbankan seperti PT. Bank Negara Indonesia Jakarta Kota. Persaingan yang sangat ketat dalam dunia perbankan dengan banyaknya kompetitor maka PT. Bank Negara Indonesia Jakarta Kota dituntut untuk terus meningkatkan daya saingnya melalui peningkatan kualitas baik itu dari kualitas pelayanan, pekerja, maupun *top management*. Dalam mencapai hal tersebut, para pekerja berada didalam kondisi tekanan dan stres yang tinggi.

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. Adapun faktor-faktor yang dapat menimbulkan gejala stres kerja di bagian *Business and Support Region* yaitu seperti jenis pekerjaan yang rutin, monoton, tidak adanya rotasi kerja sehingga menimbulkan kebosanan, kejenuhan dan kebingungan.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai 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.

1.2 Perumusan Masalah

Pekerja pada sektor perbankan dituntut untuk bekerja secara profesional dalam mencapai target perusahaan, meningkatkan pelayanan dan produk yang kreatif dan inovatif, sesuai dengan kebutuhan nasabah, tentunya tidak terlepas dari masalah stres kerja. Belum adanya penelitian dan program pengendalian yang dilakukan tentang stres di PT. Bank Negara Indonesia Jakarta Kota. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian untuk menganalisa stres kerja pada pegawai unit *Business and Support Region* di PT. Bank Negara Indonesia Jakarta Kota yang dihubungkan dengan musik pengiring kerja. Dari hasil observasi awal yang dilakukan peneliti 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.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran stres kerja sebelum pemberian musik pengiring kerja terhadap penurunan stres kerja pada pegawai unit *Business and Support Region* di PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota Tahun 2018.
2. Bagaimana gambaran stres kerja 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.
3. Adakah 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.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

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.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran rata-rata stres kerja pada kelompok pegawai sebelum dan sesudah pemberian musik pengiring kerja di PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota Tahun 2018.
2. Menganalisis perbedaan tingkat stres kerja antara kelompok pegawai sebelum dan sesudah pemberian musik pengiring kerja di PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota Tahun 2018.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Mahasiswa

Dapat menambah kemampuan dan keterampilan bagi mahasiswa untuk melakukan penelitian dalam bentuk tulisan ilmiah tentang kesehatan dan keselamatan kerja (K3) khususnya mengenai masalah yang berhubungan dengan faktor bahaya mental dan psikologi.

1.5.2 Bagi Fakultas

Menambah referensi, data, dan kepastakaan Fakultas Kesehatan dan Keselamatan Kerja.

1.5.3 Bagi Perusahaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan pembuatan program-program yang membuat lingkungan kerja menjadi lebih nyaman dengan suasana yang menyenangkan.

1.6 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis perbedaan sebelum dan sesudah pemberian musik pengiring kerja terhadap penurunan stres kerja. Penelitian dititikberatkan pada pengaruh musik pengiring kerja terhadap penurunan stres kerja pada pegawai unit *Business and Support Region* di PT Bank Negara Indonesia Jakarta Kota. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2018 sampai dengan selesai. Stres kerja menarik untuk diteliti karena jenis pekerjaan yang rutin, monoton, tidak adanya rotasi kerja sehingga menimbulkan kebosanan, kejenuhan dan kebingungan. Penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimental *quasi* menggunakan survei kuesioner.



Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas
Esa Unggul

Universitas Esa Unggul