

LAMPIRAN
KUESIONER PENELITIAN
KUISIONER *Depression, Anxiety and Stress Scale 21*

Kepada Yth,
Bapak/Ibu/Saudara/iPekerjaKontruksi
di Renovasi Gedung di PT X

Assalamualaikum Wr.Wb.

Salam Hormat,

Saya, FitriPujiAstutik, mahasiswi program studi Kesehatan Masyarakat peminatan Keselamatan dan Kesehatan Kerja akan mengadakan penelitian yang berjudul “Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja Pekerja Konstruksi PT X dengan Menggunakan Kuisisioner DASS 21 pada Tahun 2020” dengan tujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan stress kerja pada pekerja kontruksi PT X tahun 2020. Penelitian ini tidak akan menimbulkan hal merugikan bagi bapak/ibu/saudara/isebagairesponden. Informasi yang didapatkan akan dijamin kerahasiaannya dan hanya akan digunakan dalam kepentingan penelitian ini. Oleh karena itu sayamohon agar bapak/ibu/saudara/I untuk menjawab pertanyaan ini dengan objektif dan sejujur-jujurnya sesuai dengan kondisi bapak/ibu/saudara/i. Atas bantuan dan kerjasama yang anda berikan, saya ucapkan terimakasih.

LEMBAR PERSETUJUAN RESPONDEN

Saya yang bertandatangan di bawah ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden penelitian ini dan saya memahami dan menyadari bahwa penelitian ini bersifat rahasia dan tidak akan memengaruhi atau mengakibatkan hal yang merugikan saya. Oleh karena itu saya bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

Jakarta, -2020

Responden

()

Petunjuk pengisian:

1. Bacalah setiap pertanyaan dan pilihan jawaban dengan seksama
2. Lingkari setiap pilihan jawaban yang tersedia untuk tipe pertanyaannya tidak atau dengan skala sangat tidak setuju – sangat setuju / sangat mudah – sulit / tidak pernah – sangat sering, dll.



Kuisisioner Stres Kerja

Nama Lengkap (Tidak Wajib) :
 Pendidikan Terakhir :
 Usia :
 Masa Kerja : tahun

Harap membaca tiap pernyataan dan lingkari nomor 0, 1, 2, atau 3 yang mengindikasikan seberapa besar pernyataan itu terhadap kehidupan bapak/ibu/saudara/i selama seminggu terakhir. Tidak ada jawaban benar atau salah. Diharapkan tidak menghabiskan waktu terlalu banyak dalam menjawab suatu pernyataan.

Skala penilaian adalah sebagai berikut :

- 0 : Tidak terjadi pada saya sama sekali,
- 1 : Terjadi pada saya kadang-kadang,
- 2 : Terjadi hampir setiap waktu,
- 3 : Selalu terjadi.

1.	(s) Saya merasa sulit untuk bersantai	0	1	2	3
2.	(a) Saya sering merasa mulut saya kering	0	1	2	3
3.	(d) Saya merasa tidak bisa merasakan hal yang positif sama sekali	0	1	2	3
4.	(a) Saya terkadang mengalami masalah pernafasan ketika tidak ada aktifitas (sesak nafas, sulit bernafas, dll)	0	1	2	3
5.	(d) Saya sulit untuk berinisiatif melakukan sesuatu	0	1	2	3
6.	(s) Saya cenderung menanggapi sesuatu secara berlebihan	0	1	2	3
7.	(a) Saya gemetaran (contoh : tangan gemetaran)	0	1	2	3

8.	(s) Saya merasa gugup	0	1	2	3
9.	(a) Saya menghawatirkan keadaan dimana saya akan panik dan bisa mempermalukan diri sendiri	0	1	2	3
10.	(d) Saya merasa tidak ada lagi yang perlu dikejar	0	1	2	3
11.	(s) Saya merasa gelisah	0	1	2	3
12.	(s) Saya sulit untuk beristirahat	0	1	2	3
13.	(d) Saya merasa depresi dan sedih	0	1	2	3
14.	(s) Saya tidak dapat menoleransi hal-hal yang menghambat saya mencapai tujuan	0	1	2	3
15.	(a) Saya merasa panic	0	1	2	3
16.	(d) Saya tidak merasakan semangat terhadap apapun	0	1	2	3
17.	(d) Saya merasa tidak berharga sebagai manusia	0	1	2	3
18.	(s) Saya merasa mudah tersinggung	0	1	2	3
19.	(a) Saya bisa merasakan detak jantung sendiri ketika tidak ada aktifitas	0	1	2	3
20.	(a) Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas	0	1	2	3
21.	(d) Saya merasa hidup tidak berarti	0	1	2	3

A. BEBAN KERJA

PANDUAN PENGISIAN

Pada tahap ini terdapat dua tahapan yang harus diisikan, yaitu :

1. PEMBOBOTAN

NASA-TLX

Pilih salah satu dari dua indikator yang dirasakan lebih dominan menimbulkan beban kerja mental terhadap pekerjaan tersebut. Kuesioner yang diberikan berupa **perbandingan berpasangan**.

2. PERANGKINGAN

Berikan peringkat pada masing-masing indikator dengan skala 0-100

Indikator Skala Peringkat		
Dimensi	Pembebanan	Keterangan
Kebutuhan Mental (KM)	Rendah, Tinggi	Seberapa besar aktivitas mental dan perseptual yang dibutuhkan untuk melihat, mengingat dan mencari. Apakah pekerjaan tersebut sulit, sederhana atau kompleks. Longgar atau ketat.
Kebutuhan Fisik (KF)	Rendah, Tinggi	Jumlah aktivitas fisik yang dibutuhkan (misalnya mendorong, menarik dan mengontrol putaran).
Kebutuhan Waktu (KW)	Rendah, Tinggi	Jumlah tekanan yang berkaitan dengan waktu yang dirasakan selama elemen pekerjaan berlangsung. Apakah pekerjaan perlahan atau santai atau cepat dan melelahkan.
Performansi (P)	Tidak Tepat, Sempurna	Seberapa besar keberhasilan seseorang di dalam pekerjaannya dan seberapa puas dengan hasil kerjanya.
Tingkat Frustrasi (TF)	Rendah, Tinggi	Seberapa tidak aman, putus asa, tersinggung, terganggu, dibandingkan dengan perasaan aman, puas, nyaman dan kepuasan diri yang dirasakan.

Usaha (U)	Rendah, Tinggi	Seberapa keras kerja mental dan fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan.
-----------	----------------	--

1. LEMBAR PEMBERIANBOBOT

Lingkari pilihan Anda pada salah satu dari dua indikator **yang dirasakan lebih dominan** menimbulkan beban kerja mental terhadap pekerjaan Anda.

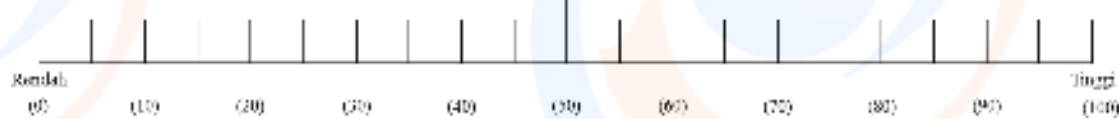
No	Indikator Beban Mental		
1	KM (Kebutuhan Mental)	vs	KF (Kebutuhan Fisik)
2	KM (Kebutuhan Mental)	vs	KW (Kebutuhan Waktu)
3	KM (Kebutuhan Mental)	vs	P (Performasi)
4	KM (Kebutuhan Mental)	vs	U (Usaha)
5	KM (Kebutuhan Mental)	vs	TF (Tingkat Frustrasi)
6	KF (Kebutuhan Fisik)	vs	KW (Kebutuhan Waktu)
7	KF (Kebutuhan Fisik)	vs	P (Performasi)
8	KF (Kebutuhan Fisik)	vs	U (Usaha)
9	KF (Kebutuhan Fisik)	vs	TF (Tingkat Frustrasi)
10	KW (Kebutuhan Waktu)	vs	P (Performasi)
11	KW (Kebutuhan Waktu)	vs	U (Usaha)

12	KW (Kebutuhan Waktu)	vs	TF (Tingkat Frustrasi)
13	P (Performasi)	vs	U (Usaha)
14	P (Performasi)	vs	TF (Tingkat Frustrasi)
15	U (Usaha)	vs	TF (Tingkat Frustrasi)

2. LEMBAR PEMBERIAN RANKING

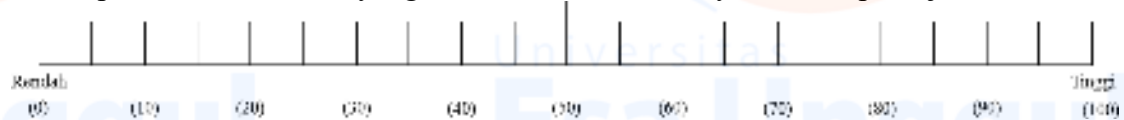
1. Kebutuhan Mental(KM)

Seberapa besar usaha mental yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini?



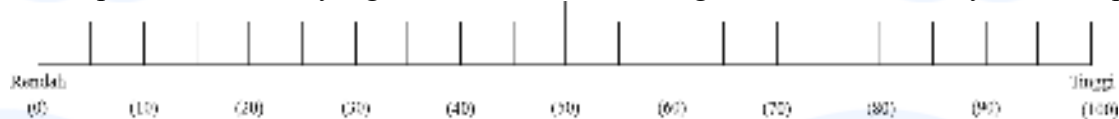
2. Kebutuhan Fisik (KF)

Seberapa besar usaha fisik yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan ini?



3. Kebutuhan Waktu (KW)

Seberapa besar tekanan yang dirasakan berkaitan dengan waktu untuk menyelesaikan pekerjaan ini?



4. Performasi (P)

HASIL KUESIONER STRESS KERJA

nama	pendidikan	usia	masa kerja	S1	S2	S3	S4	S5	S6	S7	TOTAL STRESS
1	SMK	25	3	2	1	2	1	1	3	2	24
2	SMK	32	5	3	2	1	1	3	3	0	26
3	SMA	25	2	3	1	1	1	3	1	3	26
4	SMA	41	2	3	2	1	1	0	2	2	22
5	SMP	27	3	1	1	1	0	1	1	2	14
6	SMP	18	3	2	2	2	2	2	1	0	22
7	SMP	30	2	1	0	1	1	1	1	2	14
8	SMK	24	3	2	0	0	2	2	2	2	20
9	SMP	21	1	2	1	1	2	2	1	1	20
10	SMP	26	1	1	2	0	2	1	1	0	14
11	SMP	24	1	1	2	1	2	0	2	0	16
12	SD	47	3	0	3	2	2	0	2	0	18
13	SMK	38	3	1	1	1	0	1	2	1	14
14	SMK	30	3	3	1	1	1	1	3	1	22
15	SD	48	2	1	1	1	1	1	0	2	14
16	SMK	21	3	2	2	1	1	2	2	0	20
17	SMP	42	3	2	3	2	2	1	1	2	26
18	STM	30	1	0	1	2	1	1	1	1	14
19	STM	45	3	1	1	0	1	1	2	2	16
20	SMK	25	1	0	0	1	0	1	0	0	4
21	SMP	23	1	0	1	2	2	0	2	2	18
22	SMK	25	1	1	1	1	1	1	1	1	14

23	SMP	28	1	1	1	2	1	0	2	2	18
24	SMK	30	1	1	1	1	2	1	2	1	18
25	SD	28	1	1	1	1	1	1	1	1	14
26	SMK	29	1	1	2	2	2	2	2	1	24
27	SMA	26	1	1	1	1	2	1	2	2	20
28	SD	22	1	1	1	1	1	2	2	2	20
29	SMP	25	1	2	1	2	1	1	1	1	18
30	SD	26	1	1	1	1	1	1	1	1	16
31	SMA	28	1	1	2	2	1	2	1	1	20
32	SMA	26	1	2	1	2	1	1	1	1	18
33	SMP	25	1	2	2	1	1	1	0	2	18
34	SMP	24	2	1	1	1	2	1	1	1	16
35	SMA	23	1	2	1	0	1	2	1	1	16
36	SD	20	2	1	1	1	1	2	2	1	18
37	SMP	25	1	1	1	1	2	1	1	0	14
38	SMP	34	1	1	0	1	2	0	2	2	16
39	SMP	35	1	1	1	2	1	0	1	1	14
40	SMA	37	1	2	1	2	1	2	1	1	20
41	STM	26	1	1	2	0	2	1	1	0	14
42	SD	25	1	1	1	1	1	1	2	1	16
43	SMA	28	1	1	1	1	1	2	0	1	14
44	STM	29	1	1	1	1	1	1	1	1	14
45	SMA	24	2	1	1	0	0	2	2	2	16
46	SD	25	1	1	1	1	1	0	1	1	12
47	SMP	28	1	1	0	1	2	2	1	0	14

48	SMP	26
49	SMA	25
50	STM	25
51	SMA	26
52	SD	28
53	SMP	29
54	SMP	30
55	SMP	32
56	SMA	23
57	SMP	28
58	SMA	27
59	SMA	26
60	SMP	27
61	SD	25
62	STM	26
63	SMP	25

1	1	0	2	0	1	2
1	2	1	0	0	1	1
1	1	0	1	2	1	2
1	1	1	1	0	1	1
1	0	2	1	2	1	1
1	1	1	1	1	2	1
1	2	0	1	1	1	2
1	1	1	1	1	0	2
2	1	0	2	0	1	2
1	1	1	1	2	1	2
1	1	1	1	1	2	2
1	2	1	0	1	2	1
1	1	1	1	0	2	1
1	1	1	0	1	2	2
1	1	2	2	1	1	1
2	1	0	2	1	0	1

2	16
2	14
2	18
2	14
1	16
2	18
1	16
2	16
1	14
1	18
0	16
1	16
1	14
1	16
2	20
1	12