

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Stres merupakan hal yang sering kita jumpai di sekitar atau bahkan di kehidupan kita, karena, stres merupakan hal yang sering terjadi pada setiap individu. Stres sendiri merupakan gangguan pada tubuh dan pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntutan kehidupan, dimana, hal tersebut merupakan reaksi non-spesifik manusia terhadap suatu rangsangan. Stress juga merupakan suatu reaksi adaptif dan bersifat sangat individual sehingga dapat berbeda pada setiap orang (Donsu, 2017).

Faktor yang menyebabkan stres dapat berbagai macam, termasuk lingkungan sekitar individu tersebut. Faktor lingkungan meliputi kondisi fisik dan hubungan dalam lingkungan pekerjaan. Kondisi lingkungan kerja merupakan kondisi disekitar pekerja tersebut, berupa suhu, pencahayaan, kebersihan, kebisingan, sirkulasi udara, dan hal-hal lainnya yang dapat mempengaruhi kenyamanan pekerja dalam bekerja, apabila hal-hal tersebut terjadi seperti kebisingan yang tinggi, suhu yang terlalu panas atau terlalu dingin, kurangnya pencahayaan, dan lain sebagainya, dapat memunculkan stress kerja (Lantara & Nusran, 2019).

Stres yang disebabkan oleh lingkungan pekerjaan disebut juga dengan stress kerja. Dalam Hasibuan (2014), menyebutkan bahwa stress kerja adalah suatu ketegangan yang mengakibatkan tidak seimbangny keadaan psikologis karyawan yang dapat mempengaruhi cara berpikir, emosi, dan kondisi dirinya sendiri. Stres kerja menurut Vanchapo (2020) adalah keadaan emosional yang timbul karena adanya ketidaksesuaian beban kerja dengan kemampuan individu untuk menghadapi berbagai tekanan atau tuntutan yang dihadapinya.

World Health Organization (WHO) melaporkan lebih dari separuh pekerja di negara maju mengalami stress kerja di tempat kerja. Hampir 11 juta orang menderita stress kerja di Amerika Serikat dan dikatakan bahwa stress kerja adalah masalah terpenting dalam kehidupan (WHO, 2021). Survei yang dilakukan oleh Health and Safety Executive (HSE) menyatakan, pada tahun 2017-2018, angka kasus stress, depresi, dan kecemasan akibat kerja sebanyak

595.000 kasus dengan tingkat prevalensi 1.800 per 100.000 pekerja, angka kasus kemudian mengalami peningkatan pada tahun 2021 menjadi 914.000 dan mengalami penambahan kasus baru sebanyak 372.000 dengan angka kejadian 1.120 per 100.000 pekerja (HSE, 2021).

Di Indonesia, tercatat dalam Kementerian Riset dan Teknologi, sebesar 55% masyarakat mengalami stres, dengan kategori tingkat stres sangat besar 0,8%, dan stress ringan sebesar 34,5% (Kemenristek RI, 2020). Dengan tingginya angka kasus stress tersebut, maka perlu pengendalian dan perhatian dari pemerintah agar meminimalisir dan membatasi munculnya stress di tempat kerja. Hal ini diatur dalam Peraturan Menteri Ketenagakerjaan RI Nomor 5 tahun 2018 tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja. Disebutkan bahwa faktor psikologi merupakan faktor yang mempengaruhi aktivitas tenaga kerja disebabkan oleh hubungan antar personal di tempat kerja, peran, dan tanggung jawab terhadap pekerjaan. Disebutkan pula pengendalian-pengendalian yang perlu dilakukan untuk manajemen stres, salah satunya adalah mengadakan program konseling (Kemnaker, 2018).

Stres kerja merupakan hal yang sering terjadi namun jarang menjadi perhatian, efek stres kerja sendiri dapat berdampak pada produktivitas atau kinerja pekerja tersebut, yang mana, hal ini dapat mempengaruhi pula kualitas perusahaan atau tempat kerjanya. Dampak stres kerja sendiri tidak hanya mengganggu kejiwaan, tetapi juga berdampak pada kesehatan fisik secara menyeluruh seperti sesak napas, insomnia, sakit kepala, gangguan kepribadian, gangguan kecemasan, depresi dan masih banyak lagi (Kementerian Kesehatan, 2021). Dalam hal kinerja pekerja, apabila stres kerja meningkat maka kinerja karyawan akan menurun begitu juga sebaliknya. Hal tersebut didukung dalam penelitian Massie & Areros (2018), dijelaskan bahwa jika stres kerja meningkat maka akan mengurangi potensi kinerja karyawan dan jika stres kerja menurun maka akan meningkatkan potensi kinerja karyawan.

Berbagai faktor dapat menimbulkan stres kerja, secara umum berasal dari faktor lingkungan kerja seperti jam kerja yang panjang, masa kerja dan meliputi faktor fisiknya seperti kebisingan, faktor organisasi yang melibatkan hubungan antar pekerja, hingga faktor individu pekerja itu sendiri (Wahjono, 2010).

Faktor lingkungan salah satunya adalah masa kerja, masa kerja yang baru atau lama mempengaruhi tenaga kerja dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan di tempat kerjanya karena berkaitan dengan pengalaman yang mereka miliki, karyawan yang memiliki masa kerja baru umumnya masih merasa sulit untuk menyelesaikan permasalahan tersebut karena perlu adanya adaptasi sementara karyawan dengan masa kerja lama umumnya mengalami stres kerja akibat kejenuhan (Wibowo, 2014). Hasil penelitian Manabung et al., (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dengan stres pada tenaga kerja, dimana, pekerja yang mengalami stres kerja sedang sebanyak 26 responden dengan presentase 41,9%, masa kerja <5 tahun mengalami stres kerja rendah dan sedang masing-masing sebanyak 8 responden dengan persentase 13%.

Penelitian yang dilakukan oleh Kusriyani et al., (2016) menunjukkan bahwa jam kerja yang panjang terlebih bila melebihi NAB (>8 jam/hari) membuat pekerja memiliki sedikit waktu untuk beristirahat dan menyebabkan kelelahan. Suma'mur (2014) menyatakan bahwa berbagai risiko dapat terjadi akibat dari kelelahan adalah kecelakaan kerja, menurunnya fungsi fisiologis motorik dan neural, menurunnya tingkat produktivitas, kinerja, semangat kerja dan menimbulkan stres akibat kerja. Hal ini selaras oleh penelitian yang dilakukan oleh Putri & Lestari (2020) yang membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kelelahan dengan stres kerja. Faktor intrinsik dalam lingkungan kerja seperti kebisingan dapat mempengaruhi kinerja pekerja, dimana, apabila bising ini mengganggu berpotensi untuk menjadi penyebab stres kerja (Nadhoroh, 2016). Penelitian yang dilakukan oleh Zhara (2019) mengenai hubungan kebisingan terhadap stres kerja pada pekerja bagian produksi menunjukkan hasil adanya hubungan antara dua variabel tersebut dengan p value 0,001, sebanyak 25 pekerja (58,1%) mengalami stres dalam bekerja.

PT Nindya Citra Kharisma KSO merupakan perusahaan gabungan yang melakukan kerjasama operasional untuk menjalankan proyek KRL Manggarai "Mainline 1". Dalam pembangunannya, proyek ini memiliki target waktu selesai yang sudah ditentukan, sehingga, pekerja memiliki durasi kerja >8

jam/hari untuk mengejar target tersebut. Hal ini membuat pekerja memiliki sedikit waktu untuk beristirahat dan merasa mudah lelah. Proyek Manggarai “Mainline 1” ini juga memiliki kondisi lapangan kerja yang cukup bising akibat aktivitas dari pekerjaan meliputi mesinnya, lalu lalang kereta, speaker stasiun, dan kegiatan lainnya. Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan membagikan kuesioner stres menggunakan DASS 21 dan kuesioner dampak stres pada 10 pekerja, ditemukan hasil adanya pekerja yang mengalami stres ringan sebanyak 60%, stres sedang sebanyak 20%, stres berat sebanyak 10%, dan tidak stres sebanyak 10%. Sementara itu, dampak yang dirasakan adalah dampak fisik dengan keluhan paling banyak yaitu merasa mudah lelah sebanyak 80%, dampak psikologi dengan keluhan paling banyak adalah sulit berkonsentrasi sebanyak 70%, dan dampak perilaku yaitu kecanduan minuman beralkohol atau nikotin sebanyak 70%.

Berdasarkan hasil tersebut diperlukan adanya suatu penelitian untuk membuktikan apakah ada hubungan antara masa kerja, kelelahan, dan kebisingan dengan stres kerja di wilayah penelitian. Selain itu, sesuai dengan Peraturan Menteri Ketenagakerjaan RI Nomor 5 tahun 2018 yang disebutkan apabila hasil pengukuran menunjukkan adanya potensi bahaya faktor psikologi yang mana dalam hal ini menimbulkan stres kerja, maka harus dilakukan pengendalian sesuai standar.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Dalam pembangunan proyek Manggarai “Mainline 1”, PT Nindya Citra Kharisma KSO memiliki target waktu penyelesaian yang sudah ditentukan. Oleh karena itu, pekerja dalam proyek ini memiliki durasi kerja >8 jam/hari untuk mencapai target tersebut. Panjangnya durasi kerja yang melebihi standar sesuai dengan Peraturan Menteri Ketenagakerjaan RI Nomor 5 tahun 2018, membuat pekerja merasa mudah lelah. Hal ini terdapat dalam hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti. Ditemukan adanya pekerja yang mengalami stres ringan hingga stres berat di wilayah penelitian beserta dampak yang mereka rasakan. Dampak paling banyak yang dialami adalah dampak fisik yaitu merasa mudah lelah dengan persentase 80%.

Hal ini menjadi kekhawatiran apabila tidak segera dilakukan pengendalian, karena, stres kerja dapat berdampak pada kinerja pekerja. Apabila performa pekerja menurun, maka dapat menimbulkan turunnya produktivitas dan meningkatkan risiko kecelakaan kerja terlebih di area lapangan proyek pembangunan, hal ini dapat menghambat pekerja dalam proses pencapaian target yang telah ditentukan tersebut.

### **1.3. Pertanyaan Penelitian**

1. Apakah ada hubungan antara masa kerja, kelelahan, dan kebisingan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
2. Bagaimana gambaran stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
3. Bagaimana gambaran masa kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
4. Bagaimana gambaran kelelahan pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
5. Bagaimana gambaran kebisingan di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
6. Apakah ada hubungan antara masa kerja dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
7. Apakah ada hubungan antara kelelahan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?
8. Apakah ada hubungan antara kebisingan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023?

## **1.4. Tujuan Penelitian**

### **1.4.1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara masa kerja, kelelahan, dan kebisingan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023.

### **1.4.2. Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023
2. Mengetahui gambaran masa kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023
3. Mengetahui gambaran kelelahan pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023
4. Mengetahui gambaran kebisingan di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023
5. Mengetahui hubungan antara masa kerja dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023
6. Mengetahui hubungan antara kelelahan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023
7. Mengetahui hubungan antara kebisingan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, Jakarta Selatan Tahun 2023

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Bagi Perusahaan**

Perusahaan mengetahui adanya hubungan antara masa kerja, kelelahan, dan kebisingan dengan stres kerja yang dialami oleh pekerjanya di wilayah penelitian tersebut. Sehingga, pihak yang

bersangkutan dapat melakukan pencegahan atau melakukan tindakan preventif melalui pembuatan program pengendalian stres kerja.

#### **1.5.2. Bagi Fakultas**

Sebagai bahan kajian dan informasi baru bagi Universitas, khususnya Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, program studi Kesehatan Masyarakat, jurusan Keselamatan dan Kesehatan Kerja.

#### **1.5.3. Bagi Peneliti**

Mengetahui gambaran masa kerja dan kelelahan pada pekerja di wilayah penelitian, mengetahui gambaran kebisingan di wilayah penelitian, mengetahui hubungan antara masa kerja, kelelahan, dan kebisingan dengan stress kerja yang dialami oleh pekerjanya di wilayah penelitian.

### **1.6. Ruang Lingkup**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara masa kerja, kelelahan, dan kebisingan dengan stres kerja pada pekerja di proyek Manggarai “Mainline 1” PT Nindya Citra Kharisma KSO tahun 2023. Jenis penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja yang bekerja di lapangan proyek Manggarai “Mainline1” PT Nindya Citra Kharisma KSO, sampel pada penelitian ini sama dengan populasi karena teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Total Sampling*, dimana, jumlah pengambilan sampel sama dengan jumlah populasi yang ada, yaitu 60 pekerja. Penelitian dilakukan pada bulan Juni 2023 hingga bulan Agustus 2023 dan didukung menggunakan instrument kuesioner. Analisis yang digunakan adalah univariat dan bivariat menggunakan dua uji, yaitu *Chi-Square* dan Anova.