

ABSTRACT

Work stress was a condition or response of a person's body in the form of physiological, psychological and behavioral responses to stressors both from individuals and from work. Someone who experiences work stress usually experiences increased absenteeism and can cause work productivity to decline. The purpose of this study was to study work stress and related factors in Landing Platform Dock (LPD) project workers in Divisi Kapal Niaga PT PAL Indonesia (PERSERO).

This study was a descriptive observational study. The research sample was a total population of 32 workers. The variables studied were work stress using a questionnaire adapted from the International Stress Management Association (ISMA) in 2013, individual characteristics (age, years of service, education level, personality type, marital status), and work environment factors (workload, climate work, self competence, relationships in work) Data analysis to determine the strong relationship between variables using the contingency coefficient and Spearman correlation.

The results shows that of a total of 32 workers experience mild stress (21.8%), moderate stress (68.8%), and severe stress (9.4%) and most workers have 5-8 spells. Based on statistical tests, there are moderate relationships with factors in education level, workload, work climate, self competence, and relationships in work. Weak relationships finds in work period factors, personality types, and marital status while very weak relationships finds in age factors.

The conclusions of this study are factors that play a major role in the occurrence of work stress are the level of education, workload, work climate, self competence, and relationships in work because they have a moderate relationship with work stress. Other factors such as age, years of service, personality type, and marital status have less role in the occurrence of work stress because they have a very weak and weak relationship with work stress. Workers tend to experience increased absenteeism as the level of work stress increases. Companies should conduct activities such as routine gymnastics and counseling, providing blowers and refreshing materials for workers.

Keywords: individual characteristics, work environment, work stress.

ABSTRAK

Stres kerja adalah suatu kondisi atau respon tubuh seseorang berupa respon fisiologis, psikologis maupun perilaku terhadap stressor baik yang berasal dari individu maupun dari pekerjaan. Seseorang yang mengalami stres kerja biasanya mengalami peningkatan absenteisme dan dapat menyebabkan produktivitas kerja menurun. Tujuan dari penelitian ini adalah mempelajari stres kerja dan faktor yang berhubungan pada pekerja *project Landing Platform Dock* (LPD) di Divisi Kapal Niaga PT PAL Indonesia (PERSERO).

Penelitian ini merupakan penelitian observasional deskriptif. Sampel penelitian merupakan total populasi sebesar 32 pekerja. Variabel yang diteliti yaitu stres kerja dengan menggunakan kuesioner yang diadopsi dari *International Stress Management Association* (ISMA) tahun 2013, faktor karakteristik individu (umur, masa kerja, tingkat pendidikan, tipe kepribadian, status pernikahan), dan faktor lingkungan pekerjaan (beban kerja, iklim kerja, kompetensi diri, hubungan dalam pekerjaan). Analisa data untuk mengetahui kuat hubungan antar variabel menggunakan koefisien kontingensi dan korelasi *spearman*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 32 pekerja mengalami stres ringan (21,8%), stres sedang (68,8%), dan stres berat (9,4%) dan sebagian besar pekerja memiliki 5-8 *spells*. Berdasarkan uji statistik, terdapat hubungan yang sedang pada faktor tingkat pendidikan, beban kerja, iklim kerja, kompetensi diri, dan hubungan dalam pekerjaan. Hubungan yang lemah terdapat pada faktor masa kerja, tipe kepribadian, dan status pernikahan sedangkan hubungan yang sangat lemah terdapat pada faktor umur.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah faktor yang berperan besar dalam terjadinya stres kerja antara lain tingkat pendidikan, beban kerja, iklim kerja, kompetensi diri, dan hubungan dalam pekerjaan karena memiliki hubungan yang sedang dengan stres kerja. Faktor lainnya seperti umur, masa kerja, tipe kepribadian, dan status pernikahan kurang berperan dalam terjadinya stres kerja karena memiliki hubungan yang sangat lemah dan lemah dengan stres kerja. Pekerja cenderung mengalami peningkatan absenteisme seiring dengan meningkatnya tingkat stres kerja. Perusahaan sebaiknya mengadakan kegiatan seperti senam rutin dan konseling, penyediaan *blower* dan penyegaran materi untuk pekerja.

Kata kunci : karakteristik individu, lingkungan pekerjaan, stres kerja.