

IR-PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN FAKTOR INDIVIDU DAN BEBAN KERJA MENTAL
TERHADAP TINGKAT STRES KERJA**

(Studi pada Pekerja di Area *Finishing* PT X)



Oleh :

PRIMEDYA KUSUMAWATI

UNIVERSITAS AIRLANGGA

FAKULTAS VOKASI

PROGRAM PENDIDIKAN DIPLOMA 3

PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA

SURABAYA

2020

IR-PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS AIRLANGGA

TUGAS AKHIR

**GAMBARAN FAKTOR INDIVIDU DAN BEBAN KERJA MENTAL
TERHADAP TINGKAT STRES KERJA**

(Studi pada Pekerja di Area *Finishing* PT X)



Oleh :

PRIMEDYA KUSUMAWATI

NIM. 151711713028

UNIVERSITAS AIRLANGGA

FAKULTAS VOKASI

PROGRAM PENDIDIKAN DIPLOMA 3

PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA

SURABAYA

2020

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Bagian atau keseluruhan isi Tugas Akhir ini tidak pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademis pada bidang studi dan / atau Universitas lain dan tidak pernah dipublikasikan / ditulis oleh individu selain penyusun kecuali bila dituliskan dengan format dalam isi Tugas Akhir.

Apabila ditemukan bukti bahwa pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Airlangga.



LEMBAR PERSETUJUAN TUGAS AKHIR

TUGAS AKHIR

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keselamatan dan Kesehatan Kerja (Amd. KKK)
Pada Departemen Kesehatan Fakultas Vokasi
Universitas Airlangga

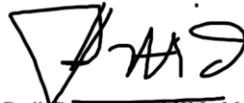
Oleh:

Primedya Kusumawati

NIM. 151711713028

Disetujui oleh:

Pembimbing



Ratih Damayanti, S.KM., M.Kes
NIP. 198811192015043201

LEMBAR PENGESAHAN PANITIA PENGUJI

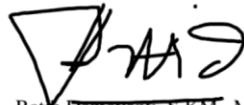
Tugas akhir ini telah diujikan dan disahkan dihadapan komisi penguji
Program Studi : D3 Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Departemen : Kesehatan
Fakultas : Vokasi Universitas Airlangga
Hari/Tanggal : Rabu / 3 Juni 2020
Pukul : 09.00 – Selesai
Tempat : Zoom

Komisi Penguji terdiri dari:
Ketua Penguji



Dr. Neffrety Nilamsari, S.Sos., M.Kes
NIP. 197307191999032001

Anggota Penguji I



Ratin Damayanti, S.KM., M:Kes
NIP. 198811192015043201

Anggota Penguji II



M. Arif Setiawan
NIK. 6806

PEDOMAN PENGGUNAAN TUGAS AKHIR

Tugas akhir ini tidak dipublikasikan, namun tersedia di perpustakaan dalam lingkungan Universitas Airlangga, diperkenankan untuk dipakai sebagai referensi kepustakaan, tetapi harus seizing penyusun dan harus menyebutkan sumbernya sesuai kebiasaan ilmiah.

Dokumen tugas akhir ini merupakan hak milik Universitas Airlangga.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga dapat terselesaikannya tugas akhir dengan judul “GAMBARAN FAKTOR INDIVIDU DAN BEBAN KERJA MENTAL TERHADAP TINGKAT STRES KERJA (Studi pada Pekerja di Area *Finishing* PT X)”, sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Program Pendidikan Diploma 3 Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.

Dalam tugas akhir ini dijabarkan gambaran tingkat stres kerja beserta beberapa faktor pemicu yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja di Area *Finishing* PT X, yang nantinya akan menjadi bahan pertimbangan dan evaluasi terkait dengan pengendalian stres kerja di perusahaan tersebut. Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Ibu Ratih Damayanti, S.KM., M.Kes, selaku dosen pembimbing yang telah menyempatkan waktunya untuk memberikan petunjuk, koreksi, saran serta semangat hingga terwujudnya tugas akhir ini.

Terima kasih dan penghargaan kami sampaikan pula kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. H. Widi Hidayat, SE., M.Si., Ak., CA., CMA, selaku Dekan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
2. Ibu Eny Inayati, drg., M.Kes, selaku Ketua Departemen Kesehatan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
3. Ibu Erwin Dyah Nawawinetu, dr., M.Kes, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Diploma 3 Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
4. Bapak dan Ibu Staf Pengajar dan karyawan Program Diploma 3 Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Vokasi Universitas Airlangga.
5. Pihak Perusahaan yaitu Bapak Agus Barliandi, Bapak Arif Setyawan, Bapak Wawan Kusnadi, Ibu Liana serta seluruh karyawan di PT X.
6. Tim Penguji Tugas Akhir yang telah meluangkan waktu dan tenaganya untuk menguji penulis.
7. Kedua orang tua (Ayah dan Ibu) beserta keluarga besar tercinta yang telah memberikan kasih sayang, tenaga, doa, dukungan, semangat, nasihat selama kuliah hingga terselesaikannya penyusunan tugas akhir ini.
8. Ikadevi, Illa Annisa, Salma Nabilla yang selalu memberikan semangat dan doa di sela-sela penyusunan tugas akhir ini.
9. Teman seperkosaan dan seperjuangan Amima Nur Fajrin Ramadhena beserta kharisma tercinta yang telah menemani dalam suka maupun duka.
10. Mamta Anugrahing Gusti yang telah menjadi sahabat selama ini yang selalu memberikan semangat, kritik, saran selama perjalanan studi penulis dari SMP hingga saat ini.
11. Keluarga besar “Parnoto” terutama Tyas, Rani, Dinda, Illa yang telah memberikan candaan dan tawa di sela-sela penyusunan tugas akhir ini.

12. Teman terbaik yang selalu menjadi tempat mencurahkan keluh kesah, tempat meluapkan amarah dan selalu memahami serta selalu sabar bersama penulis.
13. Teman seperjuangan Praktek Kerja Lapangan (PKL) II yaitu Aldera dan Reza Sesar yang telah membantu dalam menyusun Tugas akhir serta dalam memberikan semangat dan doa dalam penyusunan tugas akhir ini.
14. Teman terbaik Cukicik, Ngengi, Bosku, Nopiye, Abid, Vira yang telah menemani penulis dalam suka maupun duka selama masa perkuliahan dan selama masa berorganisasi.
15. Seluruh keluarga Hiperkes 2017 serta teman seperjuangan yang tlah menjadi saksi perjalanan pendidikan penulis dalam suka maupun duka.
16. Kabinet Romansa-Juang HIMA K3 2019 yang telah menjadi tempat berproses dan bertukar pikiran hingga akhir kepengurusan.
17. Seluruh teman bimbingan ibu Ratih.
18. Seluruh teman terbaik yang selalu memberikan dukungan, semangat dan doa dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
19. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari, Tugas Akhir ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun akan diterima dengan senang hati, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat dan menambah wawasan kita yang berkaitan dengan Keselamatan dan Kesehatan Kerja, khususnya mengenai stres kerja.

Bojonegoro,

Penulis

Primedya Kusumawati, 2020, *Gambaran Faktor Individu dan Beban Kerja Mental terhadap Tingkat Stres Kerja (Studi pada Pekerja di Area Finishing PT X)*. Tugas Akhir ini dibawah bimbingan Ratih Damayanti, S.KM., M.Kes. Program Studi D3 Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga.

ABSTRACT

Job stress is a physical and emotional response due to demands that are not following the ability of resources and the needs of workers that can endanger the individual and the work environment. Factors that cause job stress include individual factors (age, level of education, work period and marital status) and external factors such as mental workload. The aim of this study was to describe the level of job stress on workers in the Finishing area PT X Sidoarjo.

This study was an observational descriptive. Respondents in this study were 21 respondents who were all workers in the finishing area of PT X Sidoarjo. The measurement of job stress levels using the Stress Diagnostic Survey (SDS) questionnaire.

The results showed that most respondents aged 21-40 years (66.7%), high school education level (71.4%), work period (> 10 years) of (47.6%), marital status (71.4%), high mental workload (61.9%) and moderate job stress (76.2%).

It can be concluded that most respondents experience moderate job stress. Respondents with age range 21-40 years old, by level of education finished high school (SMA), has a working time >10 years and be married are more susceptible to experience of job stress. The company management is advised to carry out a work rotation system, conduct training on team building management, review career development and performance that has a working period of > 10 years, provide training and also conduct a wellness program for all workers.

Keywords: Job stress, individual factors, mental workload