

**DAFTAR ISI**

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
PEDOMAN PENGGUNAAN TUGAS AKHIR .....	v
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRACT.....	viii
ABSTRAK.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Batasan Masalah dan Rumusan Masalah .....	5
1.3.1 Batasan Masalah.....	5
1.3.2 Rumusan Masalah .....	6
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	6
1.4.1 Tujuan Umum.....	6
1.4.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4.3 Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Stres Kerja .....	8
2.2 Jenis Stres Kerja.....	9
2.3 Tahapan Stres Kerja.....	10
2.4 Penyebab Stres Kerja .....	13
2.5 Gejala Stres Kerja .....	21
2.6 Pengaruh Stres Kerja.....	23
2.7 Manajemen Stres Kerja .....	26
2.7.1 Pendekatan Individu .....	26
2.7.2 Pendekatan Organisasional Strategi .....	26
2.8 Beban Kerja .....	28
2.8.1 Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja .....	28
2.8.2 Penilaian Beban Kerja .....	31
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL PENELITIAN .....	40
3.1 Kerangka Kenseptual .....	40
3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual.....	41

BAB IV METODE PENELITIAN .....	42
4.1 Jenis Penelitian.....	42
4.2 Subyek Penelitian .....	42
4.3 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	42
4.4 Variabel, Cara Pengukuran dan Definisi Operasional .....	43
4.5 Pengumpulan dan Analisis Data .....	45
4.5.1 Teknik Pengumpulan Data .....	45
4.5.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	46
4.5.3 Teknik Analisis Data .....	50
BAB V HASIL PENELITIAN .....	51
5.1 Gambaran Umum PT X Sidoarjo .....	51
5.1.1 Manajemen Perusahaan .....	51
5.1.2 Struktur Organisasi Perusahaan .....	51
5.1.3 Kebijakan K3 PT X Sidoarjo .....	53
5.1.4 Tenaga Kerja dan Jam Kerja.....	55
5.2 Bahan Baku .....	55
5.3 Proses Produksi .....	58
5.3.1 <i>Steel Melting Shop</i> .....	58
5.3.2 <i>Rolling Mill</i> .....	58
5.3.3 Produksi <i>Billet</i> .....	59
5.3.4 Produksi <i>Wire Rod</i> .....	60
5.3.5 BRF ( <i>Billet Reheating Furnace</i> ) .....	60
5.3.6 <i>Mill Equipment Area1</i> .....	61
5.3.7 <i>Collection Area</i> .....	62
5.3.8 <i>Finishing Area</i> .....	63
5.4 Gambaran Faktor Individu. Beban Kerja Mental dan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja di Area <i>Finishing</i> PT X.....	64
5.4.1 Faktor Individu .....	64
5.4.2 Faktor Beban Kerja Mental Penyebab Stres .....	67
5.4.3 Stres Kerja .....	68
5.5 Analisis Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Faktor Individu .....	70
5.5.1 Analisis Umur dengan Tingkat Stres Kerja .....	70
5.5.2 Analisis Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Stres Kerja .....	71
5.5.3 Analisis Masa Kerja dengan Tingkat Stres Kerja .....	72
5.5.4 Analisis Status Perkawinan dengan Tingkat Stres Kerja.....	73
5.6 Analisis Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Faktor Beban Kerja Mental .....	74
BAB VI PEMBAHASAN.....	78
6.1 Gambaran Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Faktor Individu.....	80
6.1.1 Gambaran Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Umur .....	80
6.1.2 Gambaran Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....	81
6.1.3 Gambaran Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Masa Kerja .....	83

6.1.4 Gambaran Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Status Perkawinan.....	84
6.2 Gambaran Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Beban Kerja Mental .....	85
6.3 Keterbatasan Penelitian.....	87
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN .....	89
7.1 Kesimpulan .....	89
7.2 Saran .....	90
DAFTAR PUSTAKA .....	92
LAMPIRAN.....	94

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
II.1	Penyebab Stres Kerja	16
II.2	Kategori Beban Kerja	32
IV.1	Variabel, Cara Pengukuran dan Definisi Operasional	43
IV.2	Skor Beban Kerja Menurut Hart dan Staveland, 1981	50
V.1	Bahan Baku Tambahan Proses Produksi Wire Rod PT X Sidoarjo pada Tahun 2020	56
V.2	Distribusi Frekuensi Umur pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	65
V.3	Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	65
V.4	Distribusi Frekuensi Masa Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	66
V.5	Distribusi Frekuensi Status Perkawinan pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	67
V.6	Distribusi Frekuensi Beban Kerja Mental pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	68
V.7	Distribusi Frekuensi Stres Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	68
V.8	Tabulasi Silang Antara Umur dengan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	71
V.9	Tabulasi Silang Antara Tingkat Pendidikan dengan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	72
V.10	Tabulasi Silang Antara Masa Kerja dengan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	73
V.11	Tabulasi Silang Antara Status Perkawinan dengan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	74
V.12	Tabulasi Silang Antara Beban Kerja Mental dengan Tingkat Stres Kerja pada Pekerja di area <i>Finishing</i> PT X Sidoarjo pada bulan April 2020	75

## DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
V.1	Struktur Organisasi PT X Sidoarjo	52
V.2	Diagram Proses Produksi <i>Billet</i>	59
V.3	Diagram Proses Produksi <i>Wire Rod</i>	60
V.4	Diagram Distribusi Variabel Penyebab Stres Kerja pada Pekerja di Area Finishing PT X Sidoarjo pada Tahun 2020	69

## DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1	Surat Izin Pengambilan Data	94
2	<i>Informed Consent</i>	95
3	Kuisisioner Penelitian Stres Kerja	96
4	Kuisisioner Penelitian NASA-TLX	100
5	Hasil Tabulasi Silang Faktor Individu dan Beban Kerja Mental Terhadap Tingkat Stres Kerja	104
6	Diagram Alir Aplikasi “TITIDIJE” berbasis Android	107

## DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH

### Daftar Arti Lambang

&	= Dan
$\geq$	= Lebih dari sama dengan
$\leq$	= Kurang dari sama dengan
%	= Persen
=	= Sama dengan

### Daftar Arti Singkatan

ILO	= <i>International Labour Organization</i>
Keppres	= Keputusan Presiden
K3	= Keselamatan dan Kesehatan Kerja
NIOSH	= <i>National Institute for Occupational Safety and Health</i>
PT	= Perseroan Terbatas
GAS	= <i>General Adaption Syndrome</i>
ECG	= <i>Electro Cardio Graph</i>
SWAT	= <i>Subjective Workload Assesment Technique</i>
HRQ	= <i>Harper Qoorper Rating</i>
NASA TLX	= <i>National Aeronautics and Space Administration Task Load Index</i>
SDS	= <i>Stress Diagnostic Survey</i>

Daftar Istilah

et al. = and others

dkk. = dan kawan kawan

dll. = dan lain lain