

Vierly Yoeanda At Thaariq, 2020, **DESCRIPTION OF WORK STRESS LEVEL OF WORKERS IN THE OFFICE OF PT BANGUN KARYA PERKASA JAYA OFFICE**. This Final Project is under the guidance of Fadilatus Sukma Ika N., S.KM., M.KL. Diploma of Occupational Safety and Health Study Program, Vocational Faculty, Airlangga University.

ABSTRACT

Job stress is a condition of tension that affects emotions, ways of thinking, and conditions of a worker. Several stressors affect work stress, including individual characteristics (age, level of education, years of work and marital status) and external stressors (workload, work relationships, and work environment). The purpose of this study was to describe the level of work stress on the Head Office workforce at PT. Bangun Karya Perkasa Jaya.

This research was an observational descriptive study. Respondents in this study were 25 respondents who were all workers in the Head Office area of PT Bangun Karya Perkasa Jaya. Measurement of work stress levels using the Stress Diagnostic Survey (SDS) questionnaire and measurement of factors causing work stress using a questionnaire.

The results showed that most workers experienced moderate levels of job stress (60%). Moderate work stress is experienced by workers who have ≥ 40 years of age (75%), work period > 5 years (87.5%), male gender (78.6%), marital status as many as (62.5%), workload burdens as much (86.7%), poor working relations (80%) and enough work environment (66.7%).

This study concludes that most workers experience moderate work stress. The company is advised to re-establish a refreshing program for workers, carry out a work rotation system, conduct inspections related to work stress regularly, maintain and improve the feasibility/comfort of the work environment.

Keyword : Job Stress, individual characteristics, external stressors

Viery Yoeanda At Thaariq, 2020, **GAMBARAN TINGKAT STRES KERJA PADA PEKERJA DI AREA HEAD OFFICE PT BANGUN KARYA PERKASA JAYA**. Tugas Akhir ini dibawah bimbingan Fadilatus Sukma Ika N., S.KM., M.KL. Program Studi D3 Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga.

ABSTRAK

Stres kerja adalah kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap emosi, jalan berpikir dan kondisi seseorang pekerja. Ada beberapa stressor yang mempengaruhi stres kerja, diantaranya karakteristik individu (umur, tingkat pendidikan, masa kerja dan status perkawinan) dan stressor eksternal (beban kerja, hubungan kerja dan lingkungan kerja). Tujuan penelitian ini adalah menggambarkan tingkat stress kerja pada tenaga kerja *Area Head Office* di PT. Bangun Karya Perkasa Jaya.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional deskriptif. Responden dalam penelitian ini sebanyak 25 responden yang merupakan seluruh pekerja di area *Head Office* PT Bangun Karya Perkasa Jaya. Pengukuran tingkat stres kerja menggunakan kuisisioner *Stress Diagnostic Survey* (SDS) dan pengukuran faktor penyebab stres kerja menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja mengalami tingkat stres kerja sedang (60%). Stres kerja sedang lebih banyak dialami oleh pekerja yang berumur ≥ 40 tahun sebanyak (75%), masa kerja > 5 tahun sebanyak (87.5%), jenis kelamin laki-laki sebanyak (78.6%), Status pernikahan sudah menikah sebanyak (62.5%), beban kerja membebani sebanyak (86.7%), hubungan kerja kurang baik (80%) dan kondisi lingkungan kerja cukup sebanyak (66.7%).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar pekerja mengalami stres kerja tingkat sedang. Perusahaan disarankan mengadakan kembali program *refreshing* bagi pekerja, melakukan sistem rotasi kerja, mengadakan pemeriksaan terkait stres kerja secara rutin, mempertahankan dan meningkatkan kelayakan/kenyamanan lingkungan kerja.

Kata Kunci : Stres Kerja, Karakteristik Individu, Stressor Eksternal