

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN KEJADIAN STRES PADA
PEKERJA DI PT. BALIKPAPAN READY MIX**

SKRIPSI



DIAJUKAN OLEH :

ANNISA NURMALIA SIREGAR

1911102413206

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

2023

Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian Stres pada Pekerja di PT.

Balikpapan Ready Mix

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana

Kesehatan Masyarakat



DIAJUKAN OLEH

Annisa Nurmalia Siregar

1911102413206

PROGRAM STUDI S1 KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH

KALIMANTAN TIMUR

2023

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Annisa Nurmalia Siregar

NIM : 1911102413206

Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Judul Penelitian : Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian Stres Pada Pekerja Di PT. Balikpapan Ready Mix.

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan (Permendiknas No.17 tahun 2010).

Samarinda, 5 Juli 2023

A 10000 Indonesian postage stamp with a signature over it. The stamp features the Garuda Pancasila emblem and the text '10000', 'METERAL TEMPEL', and '3F089AKX366456747'. The signature is written in black ink over the stamp.

Annisa Nurmalia Siregar

NIM. 1911102413206

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN KEJADIAN STRES PADA PEKERJA

DI PT. BALIKPAPAN READY MIX

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :

ANNISA NURMALIA SIREGAR

1911102413206

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, 11 Juli 2023

**Mengetahui,
Koordinator Mata Ajar Skripsi**



**Lisa Waniatul Oktaviani, Ph.D
NIDN. 1108108701**

Pembimbing

A blue ink signature consisting of a large, stylized letter 'M'.

**Ainur Rachman, M.Kes
NIDN. 1123058301**

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN KEJADIAN STRES PADA PEKERJA
DI PT. BALIKPAPAN READY MIX

SKRIPSI

DI SUSUN OLEH :
ANNISA NURMALIA SIREGAR
1911102413206

Diseminarkan dan diujikan
Pada tanggal, 11 Juli 2023

Penguji 1



Sri Sumarti, M.PH
NIDN. 1115037801

Penguji II



Ainur Rachman, M.Kes
NIDN. 1123058301

Mengetahui,
Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat



Nisa Amalia, M.PH
NIDN. 1101119301

Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian Stres pada Pekerja di PT. Balikpapan Ready Mix

Annisa Nurmalia Siregar¹, Ainur Rachman²

¹Mahasiswa Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat

²Dosen Prodi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Masyarakat

Email : annisanurmalia444@gmail.com , ar152@umkt.ac.id

INTISARI

Tujuan Penelitian: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana beban kerja dan kejadian stres pada pekerja di PT. Balikpapan Ready Mix.

Metodologi: Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan studi *cross sectional*. Data beban kerja diperoleh menggunakan alat ukur kuesioner NASA-TLX dan alat ukur pulse meter. Data stres kerja diperoleh menggunakan alat ukur kuesioner DASS 21. Populasi ini adalah pekerja area batching plant dan teknik mesin pada PT. Balikpapan Ready Mix dengan sampel 49 pekerja, sampel yang digunakan probability Sampel dengan teknik Simple Random Sampling. Dalam penelitian ini, Spearman Rank digunakan sebagai uji statistik.

Hasil: Hasil uji statistik spearman rank penelitian ini didapat hubungan beban kerja fisik dengan stres kerja p value = 0,003 lebih kecil dengan nilai $\alpha = 0,05$ dan hasil uji statistik pada hubungan beban kerja mental dengan stres kerja terdapat p value = 0,016, dengan nilai $\alpha = 0,05$ dengan tingkat keeratan hubungan yang cukup kolesari positif. Oleh karena itu memang benar stres dan beban kerja saling berkaitan dengan karyawan PT Balikpapan Ready Mix.

Manfaat: Sebagai sumber referensi atau sumber untuk kajian lebih lanjut dan mengetahui beban kerja fisik dan beban kerja mental yang dapat mempengaruhi tingkat stres pada pekerja, dan menjadi informasi mengenai hubungan beban kerja dengan kejadian stres pada pekerja di PT. Balikpapan Ready Mix

Kata Kunci: Pekerja, Beban, Stres, Mental

The Relationship Between Workload and Stress on Workers at PT Balikpapan Ready Mix

Annisa Nurmalia Siregar¹ , Ainur Rachman²

*1*Students of S1 Public Health Study Program, Faculty of Public Health

*2*Lecturers of S1 Public Health Study Program, Faculty of Public Health

*E-mail Contact : annisanurmalia444@gmail.com , ar152@umkt.ac.id

ABSTRACT

Purpose of study: *The purpose of this study to ascertain the connection between workload and stress even in workers at PT. Balikpapan Ready Mix.*

Methodology: *This study is cross sectional and of the quantitative kind. Workload data were obtained using a NASA-TLX questionnaire and a pulse meter. Work stress data were obtained using the DASS 21 questionnaire measuring instrument. This population is workers in the batching plant area and mechanical engineering at PT. Balikpapan Ready Mix with a sample of 49 workers, the sample used is the probability sample using the simple technique. The Spearman Rank is used in this study's statistical analysis.*

Results: *The results of the Spearman rank statistical test in this study obtained the relationship between physical workload and work stress, p value = 0.003, smaller with a value of $\alpha = 0,05$ and the statistical test results on the relationship between mental workload and work stress, there was a p value = 0.016, with a value of $\alpha = 0.05$ with a sufficiently positive correlation level. Consequently, it may be said that there is a connection between workload and stress workers at PT. Balikpapan Ready Mix.*

Applications: *As source of reference or reference for further research and can provide information regarding the connection between stress and workload events in workers at PT. Balikpapan Ready Mix.*

Keywords: *Worker, Load, Stress, Mental*

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Wr.Wb

Puji Syukur penulis haturkan atas kehadiran Allah SWT, shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW atas rahmat dan kasih Nya penulis dapat menyelesaikan Skripsi Penelitian yang berjudul “**Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian Stres Pada Pekerja Batching Plant Di PT. Balikpapan Ready Mix**” yang menjadi salah satu syarat kelulusan sarjana Kesehatan Masyarakat Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Pada penyusunan skripsi ini, penulis mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Dengan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar besarnya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Bapak Ghozali, M.H., M.Kes., Ph.D selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibunda Sri Sunarti, M.PH selaku Wakil Dekan I Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Nida Amalia, M.PH selaku Ketua Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Lisa Wahidatul Oktaviani, Ph.D selaku Koordinator Mata Ajar

Skripsi tahun 2023 Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat.

6. Bapak Ainur Rachman, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan saran dan motivasi serta ilmunya dalam rangka penyusunan Skripsi.
7. Seluruh Staff Pengajar dan Civitas Akademika Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
8. Kedua orang tua tercinta, ayahanda Alm. Makmur Siregar dan ibu Henny Situmorang yang selalu memberikan do'a dan kasih sayang hingga penulis menyelesaikan skripsi ini.
9. Kepada teman - teman satu kelompok Kolaborasi Dosen dan Mahasiswa (KDM) yang telah bekerja sama untuk mendapatkan hasil yang maksimal dalam proses pembuatan skripsi skripsi.
10. Sahabat - sahabat penulis yang selalu menyemangati dan mendukung penulis.
11. Rekan-rekan mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat angkatan 2019 atas kerjasamanya selama menuntut ilmu di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

Walaupun penulis telah berusaha dalam menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan sebaik mungkin, namun penulis menyadari bahwa skripsi penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karenanya, penulis mengharapkan saran dan kritik membangun kepada para pembaca agar dapat menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan penelitian ini.

Akhir kata, penulis berharap kepada Allah SWT agar membalas segala kebaikan pihak-pihak yang telah membantu penyelesaian penulisan skripsi ini.

Samarinda, 04 April 2023

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Annisa', with a stylized flourish underneath.

Annisa Nurmalia Siregar
1911102413206

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
INTISARI	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
1.5. Kerangka Konsep	5
1.6. Hipotesis	5
BAB II METODE PENELITIAN	7
2.1. Desain Penelitian	7
2.2. Populasi dan Sampel	7
2.2.1 Populasi	7
2.2.2 Sampel	7
2.2.3 Teknik Sampling	8
2.3. Waktu dan Tempat Penelitian	9

2.4. Definisi Oprasional	10
2.5. Instrumen Penilaian	12
2.6. Prosedur Penelitian	16
2.6.1 Pengumpulan Data	18
2.6.2 Analisis Data.....	19
2.7. Analisis Univariat	21
2.8. Analisis Bivariat	21
BAB III HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	22
3.1. Gambaran Umum Tempat Penelitian	22
3.2. Hasil Penelitian.....	22
3.2.1 Analisis Univariat	23
3.2.2 Analisis Bivariat	25
3.3. Pembahasan	27
3.3.1 Analisis Univariat	27
3.3.2 Analisis Bivariat	29
3.4. Keterbatasan Penelitian.....	34
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN.....	35
4.1. Kesimpulan.....	35
4.2. Saran.....	36
DAFTAR PUSTAKA	38
LAMPIRAN.....

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Definisi Oprassional.....	10
Tabel 2. 2 Pembagian skor berdasarkan DASS-21	13
Tabel 3. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	23
Tabel 3. 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	23
Tabel 3. 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Masa Kerja	23
Tabel 3. 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penilaian Beban Kerja Mental	24
Tabel 3. 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penilaian Beban Kerja Fisik.....	24
Tabel 3. 6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres Kerja	25
Tabel 3. 7 Distribusi Uji Spearman rank hubungan beban kerjan fisik terhadap stres kerja pada area kerja PT. Balikpapan Ready Mix.	25
Tabel 3. 8 Distribusi Uji Spearman rank hubungan beban kerja mental terhadap stres kerja pada area kerja PT. Balikpapan Ready Mix.	26

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Kerangka Konsep Penelitian	5
--	---

DAFTAR SINGKATAN

K3 : Keselamatan Kesehatan Kerja

Kemenaker : Kementrian Tenaga Kerja

Pak : Penyakit Akibat Kerja

SOP : *Standar Oprating Produre*

%CVL : Cardiovascular Load

DASS : *Depression Anxiety Stress*

WHO : *World Health Organization*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Balasan Tempat Penelitian

Lampiran 3 Kuesioner Penelitian

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Sumber Jurnal

Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian

Lampiran 7 Hasil Uji Turnitin