

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres adalah suatu keadaan ketegangan atau kekhawatiran mental yang timbul karena menghadapi situasi sulit. Hal ini adalah suatu respon alami manusia, manfaatnya yaitu dapat memotivasi manusia untuk menghadapi rintangan dan bahaya dalam hidup. Meskipun setiap orang mengalami stres pada tingkat yang berbeda-beda, yang menentukan adalah reaksi dari seorang tersebut, karena hal itu sangat memengaruhi kesejahteraan seseorang secara keseluruhan. (*World Health Organization, 2022*)

Stres kerja adalah keadaan ketegangan atau tekanan yang dirasakan oleh pekerja dalam menjalani tugas mereka. Selain itu, stres kerja bisa ditimbulkan dari situasi tegang yang mempengaruhi emosi, pikiran, dan kondisi seseorang (Anwar dalam Indah & Bayuardi, 2021). Stres yang berlebihan dapat mengganggu kemampuan seseorang atau pekerja dalam mengelola lingkungan kerja dan menyelesaikan tugas-tugas yang mereka hadapi. (Handoko dalam Indah & Bayuardi, 2021)

Stres kerja adalah reaksi penyesuaian yang dipengaruhi oleh perbedaan individu dan proses psikologis. Stres ini dapat timbul akibat berbagai tindakan eksternal, situasi, atau kejadian di lingkungan yang menyebabkan tekanan fisik atau mental berlebihan pada seseorang. Ketika kebutuhan pekerjaan tidak sejalan atau melebihi kemampuan, sumber daya, atau kebutuhan pekerja, beban kerja juga dipengaruhi oleh organisasi kerja, desain kerja, dan hubungan kerja. Hal ini dapat terjadi ketika individu atau kelompok pekerja tidak tahu bagaimana mengatasi ketidaksesuaian dengan harapan perusahaan. (*International & Labour Administration, 2016*)

Menurut (Stephen P Robbins & Timothy A. Judge, 2017), faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres kerja termasuk antara lain beban kerja yang berlebihan, kurangnya dukungan sosial, peran konflik, dan kurangnya kontrol awal kepekerjaan, beban kerja yang berlebihan, kurangnya dukungan sosial, peran konflik, dan kurangnya

kontrol awal ke pekerjaan. Beban kerja yang berlebihan dapat membuat pekerja merasa stres dan sulit menyelesaikan tugas dengan baik. Kurangnya dukungan sosial dari rekan kerja dan atasan juga dapat meningkatkan tingkat stres kerja pekerja. Selain itu, konflik peran antara tuntutan pekerjaan dan tuntutan keluarga juga dapat menjadi faktor penyebab stres kerja. Terakhir, kurangnya kendali atas pekerjaan dapat membuat pekerja merasa tidak memiliki kebebasan dalam mengatur tugas-tugasnya, yang dapat meningkatkan tingkat stres kerja.

Penelitian yang dilakukan oleh (Brown, 2019) dalam jurnal "*The Impact of Organizational Culture on Work Stress Among Production Employee*" menunjukkan bahwa budaya organisasi yang tidak mendukung kesejahteraan pekerja juga dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap stres kerja. Hal ini menunjukkan pentingnya peran manajemen dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan mendukung bagi pekerja produksi PT Braja Mukti Cakra.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Brown, 2019) dalam jurnal "*The Impact of Organizational Culture on Work Stress Among Production Employee*" menunjukkan bahwa budaya organisasi yang tidak mendukung kesejahteraan pekerja juga dapat menjadi faktor yang berkontribusi terhadap stres kerja. Hal ini menunjukkan pentingnya peran manajemen dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan mendukung bagi pekerja.

Data di dunia, diperkirakan 12 miliar hari kerja hilang setiap tahunnya karena depresi dan kecemasan yang mengakibatkan hilangnya produktivitas sebesar US\$ 1 triliun per tahun. Lingkungan kerja yang tidak baik, termasuk diskriminasi dan ketidaksetaraan, beban kerja yang berlebihan, rendahnya kontrol terhadap pekerjaan, dan ketidakamanan kerja menimbulkan risiko terhadap kesehatan mental. (*World Health Organization, 2022*)

Berdasarkan data *World Population Review*, ambang batas depresi antarnegara tahun 2023, kasus depresi peringkat pertama di Ukraina sebanyak 2.800.587 atau hampir 6,3 persen dari total penduduk. Amerika Serikat berada di peringkat kedua dengan skor 17.491.047 (5,9 persen), disusul Estonia dengan skor 75.667 (5,9 persen).

Adapun Indonesia terdapat 9.162.886 kasus depresi dengan prevalensi 3,7 %. Selain itu, jumlah penduduk Indonesia bertambah lebih dari tiga juta setiap tahunnya sehingga mencapai total 278.16.661 jiwa. Kemungkinan seseorang depresi akan meningkat seiring berjalannya waktu. (Ilham, 2023)

Berdasarkan (Riset Data Kesehatan, 2018) menunjukkan persentase penduduk Indonesia yang menderita penyakit mental, termasuk depresi dan kecemasan, mencapai 6,1% dalam 15 tahun terakhir. Untuk skizofrenia mencapai 400.000 orang atau 1/7 dari 1.000 orang. Kecemasan adalah suatu keadaan di mana seorang individu mengalami perubahan emosi yang dapat menjadi lebih intens jika terus berkembang ke kondisi yang lebih terkendali. Menurut (*International & Labour Administration*, 2016) stres adalah salah satu gangguan mental dan emosional, yang menunjukkan bahwa stres merupakan tanda pertama dari respons emosional yang berbahaya. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh (Arif et al., 2021) menemukan bahwa 17,1% pekerja mengalami stres kerja ringan, 4,9% mengalami stres kerja sedang, dan 2,4% mengalami stres kerja berat.

Menurut laporan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan, pada tahun 2023, Jawa Barat menjadi provinsi dengan prevalensi depresi tertinggi di Indonesia, mencapai 3,3%. Sebaliknya, Bali memiliki prevalensi depresi terendah, yaitu hanya 0,2%. Survei Kementerian Kesehatan juga mengungkapkan bahwa 61% dari penduduk berusia 15-24 tahun yang mengalami depresi pernah mempertimbangkan untuk mengakhiri hidup mereka. (Nabillah, 2023)

Stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024 ada beberapa faktor. Menurut (Munandar, 2001), dan (Wang et al., 2020) faktor individu terdiri dari usia, jenis kelamin, waktu kerja, dan status pernikahan, di mana masing-masing dari faktor-faktor ini berkontribusi pada tingkat stres kerja.

Sedangkan menurut (Lalu, Syamsiar, & Istiana Tadjuddin, 2020) di dalam buku *Manajemen Stres Kerja (Sebuah Kajian Kesehatan Keselamatan Kerja dari aspek Psikologis pada ATC)* bahwa faktor pekerjaan terdiri dari desain tugas, peran dalam

organisasi, struktur organisasi, hubungan interpersonal, *balance work-life*, dan kondisi/kekhawatiran di tempat kerja.

Berdasarkan wawancara dengan *Health Safety Environment* (HSE) PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Tahun 2024, diketahui bahwa stres kerja pada pekerja produksi *machining* sebagai berikut: (1) Pekerjaan yang berpotensi risiko seperti bahaya terjepit, tersayat, tertimpa, dll. (2) Adanya target kerja yang mengharuskan pekerjaan selesai secara tepat waktu. (3) Pekerjaan tidak variatif sehingga pekerja berpotensi *burnout* dan berujung stres kerja. (4) Pekerja khawatir dan berujung stres kerja terhadap produk tidak sesuai pesanan, berakibat *reject product oleh customer*.

Selain itu, Berdasarkan data sekunder Laporan Kecelakaan Kerja tahun 2023-2024 PT. Braja Mukti Cakra Bekasi, diketahui bahwa terdapat 3 kejadian kecelakaan kerja yaitu yang pertama di Area Produksi dengan keterangan kejadian tangan operator terhantam pergerakan arm atc mesin dan tersayat, selanjutnya di *Workshop MTC Building* dengan keterangan kejadian lengan tangan ke grinda dan sobek, yang terakhir yaitu di Area Produksi BD 2/1 *Drill* dengan keterangan kejadian jari tengah tertimpa *spindle head drill*. Menurut teori *Loss Causation Model*, stres kerja dianggap sebagai faktor dasar yang berkontribusi terhadap terjadinya kecelakaan kerja. Stres ini dapat memicu penyebab dasar lainnya yang kemudian mengarah pada penyebab langsung kecelakaan, yaitu tindakan tidak aman (*unsafe action*) dan kondisi tidak aman (*unsafe condition*). Dengan kata lain, stres kerja dapat meningkatkan risiko pekerja melakukan tindakan berbahaya atau bekerja dalam kondisi yang tidak aman, yang pada akhirnya dapat menyebabkan kecelakaan di tempat kerja.

Berdasarkan penjelasan yang telah dijelaskan pada paragraf di atas, penulis ingin meneliti dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Tahun 2024.”

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penelitian dengan judul faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024

dengan sampel 67 orang didapati bahwa beberapa pekerja mengalami stres akibat kerja yang disebabkan oleh khawatir potensi risiko bahaya yang bisa terjadi kepada pekerja, pekerjaan tidak variatif hingga menimbulkan *burnout*, dan target kerja yang membuat pekerja harus menyelesaikan pekerjaan secara tepat waktu, khawatir akan *reject product customer*. Maka dari itu penelitian ini berjudul faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Tahun 2024, serta memberikan rekomendasi tindak lanjut agar pekerja produksi *machining* bisa mengelola stres lebih baik.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Tahun 2024?
2. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi faktor individu (usia, status pernikahan, masa kerja) pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024?
3. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi faktor pekerjaan (desain tugas, peran dalam organisasi, struktur organisasi, hubungan interpersonal, kondisi di tempat kerja) pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024?
4. Bagaimana hubungan faktor individu (usia, status pernikahan, dan masa kerja) dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Tahun 2024?
5. Bagaimana hubungan faktor pekerjaan (desain tugas, peran dalam organisasi, struktur organisasi, hubungan interpersonal, kondisi di tempat kerja) dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Tahun 2024?

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum adalah pencapaian atau hasil akhir yang ingin dicapai dalam suatu penelitian,

sedangkan tujuan khusus adalah pencapaian yang lebih terperinci dan spesifik yang mendukung pencapaian tujuan umum. Berikut kedua aspek tujuan sebagai berikut:

1.4.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran distribusi frekuensi stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024
2. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi faktor individu (usia, status pernikahan, masa kerja) pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024?
3. Bagaimana gambaran distribusi frekuensi faktor pekerjaan (desain tugas, peran dalam organisasi, struktur organisasi, hubungan interpersonal, kondisi di tempat kerja) pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024?
4. Mengetahui hubungan antara faktor individu dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024
5. Mengetahui hubungan antara faktor pekerjaan dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024

1.5. Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki nilai penting, baik bagi produksi *machining*, institusi, dan penulis. Dengan demikian, penelitian ini memberikan dampak yang signifikan pada ketiga aspek sebagai berikut:

1.5.1. Bagi Pekerja Produksi *Machining*

- a. Penelitian ini dapat membantu pekerja produksi untuk memahami dengan lebih baik apa yang menjadi penyebab utama stres kerja.
- b. Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran pekerja produksi *machining* mengenai pentingnya mengelola stres menjadi lebih baik.

1.5.2. Bagi Institusi

- a. Penelitian ini dapat membantu institusi PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024 untuk mengidentifikasi faktor-faktor spesifik yang menyebabkan stres kerja di pekerja produksi *machining*. Dengan demikian, perusahaan dapat memahami akar penyebab stres dan mengambil tindakan preventif yang tepat.
- b. Penelitian ini dapat membantu menciptakan lingkungan kerja institusi PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024 yang mendukung kolaborasi, kreativitas, dan kemajuan organisasional secara keseluruhan.

1.5.3. Bagi Penulis

- a. Penelitian ini dapat membantu penulis dalam menambah wawasan literatur akademis tentang stres kerja, dengan mengidentifikasi faktor-faktor spesifik yang berhubungan dengan stres di tempat kerja.
- b. Proses melakukan penelitian membantu penulis mengembangkan keterampilan penelitian seperti merancang studi, mengumpulkan dan menganalisis data, serta menginterpretasi hasil.

1.6. Ruang Lingkup

Penelitian ini dengan judul “Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi tahun 2024”. Variabel yang digunakan oleh peneliti yaitu variabel dependen dan independen. Dalam penelitian ini variabel dependen adalah stres kerja pekerja produksi *machining*, sedangkan variabel independen yang terdiri dari beberapa faktor pekerjaan serta individu. Pada penelitian ini berfokus pada pekerja produksi *machining* PT. Braja Mukti Cakra Bekasi Bekasi. Populasi pekerja produksi *machining* adalah sebanyak 205 pekerja, dan diambil perwakilan yang sesuai kriteria inklusi sebanyak 67 sampel dengan metode *simple random sampling*. Kuisisioner akan didarkan secara online. Pada penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Data ini dikumpulkan pada bulan Juli 2024. Analisis univariat dilakukan untuk menilai faktor individu, faktor pekerjaan, serta stres kerja. Analisis bivariat juga dilakukan

untuk mengetahui hubungan antara faktor individu dan faktor pekerjaan dengan stres kerja.