

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui derajat stress kerja pada pekerja Pertamina Refinery Unit di Kota "X". Dalam penelitian ini, teknik pengambilan data yang digunakan adalah cluster sampling, artinya sampel yang diambil dalam jumlah besar dalam sebuah kelompok. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 265 dari 786 pekerja dengan jenis kelamin pria.

*Alat ukur dalam penelitian ini dibuat menggunakan teori **Fred Luthans (2011)** dan dimodifikasi sesuai kebutuhan peneliti. Alat ukur ini terdiri dari 4 buah rancangan kuesioner, dimana Kuesioner I sebagai data utama dan Kuesioner II, III, dan IV menjadi data penunjang. Kuesioner I disusun berdasarkan dampak yang timbulkan akibat derajat stress berupa masalah fisik, psikologis, dan perilaku. Kuesioner II, III, dan IV disusun berdasarkan 4 stressors yang dikemukakan oleh **Luthans (2011)** yaitu: Extra-organizational Stressors, Organizational Stressors, Group Stressors, dan Individual Stressors.*

*Validitas data diolah menggunakan uji **Rank Spearman** dan diperoleh hasil sebesar 43 item diterima dengan rentang validitas 0.333 hingga 0.637. Reliabilitas data diperoleh melalui koefisien **Alpha Cronbach** yang dihitung dengan bantuan program SPSS versi 17 sebesar 0.921. Berdasarkan pengolahan data secara statistika, maka diketahui derajat stress kerja pada pekerja Pertamina Refinery Unit di Kota "X" tergolong tinggi yaitu sebesar 67.5%.*

Saran yang dapat diberikan kepada pihak perusahaan adalah perlunya memfasilitasi konseling dan pelatihan manajemen stress bagi pekerja, serta mengadakan sharing session secara berkala yang dihadiri pekerja dan supervisor agar pekerja mampu menyampaikan keluhan dan kesulitan di pekerjaan.

Kata kunci: stress kerja, Pertamina, pekerja

Abstract

The research is conducted to determine the degree of work stress on Pertamina Refinery Unit workers in "X" City. In this research, using cluster sampling by means samples were taken in large numbers in a group. The researcher managed to gathered 265 male participants from 786 workers.

*The researcher used questionnaire developed using **Fred Luthans (2011)** theory and modified as needs. The instrument consists 4 questionnaires, with First Questionnaires as the main data and the others as supporting data. The First Questionnaire is based on disorders that arise from degree of stress in form of physical, psychological, and behavioral problems. The Second, Third and Fourth Questionnaire are based on four stressors stated by Luthans (2011), namely: Extra-organizational Stressors, Organizational Stressors, Group Stressors and Individual Stressors.*

*The validity of the data is processed using **Spearman's Rank Correlation** and obtained 43 acceptable items with range 0.333 to 0.637. The Reliability is obtained through **Cronbach's Coefficient Alpha** (calculated with SPSS ver.17) and scored 0.921. Based on the statistical data processing, shown that 67.5% Pertamina Refinery Unit workers in "X" City were on high degree of work stress.*

The suggestion can be given to the company was the need to facilitate counseling and stress management training for workers, as well as sharing sessions held regularly attended by workers and supervisors so that workers speak regarding troubles at work.

Keywords: work stress, Pertamina, workers

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	ii
Pernyataan Orisinalitas Laporan	iii
Pernyataan Persetujuan Publikasi Karya Ilmiah	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang Masalah	1
1.2. Identifikasi Masalah	11
1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian	11
1.3.1. Maksud Penelitian	11
1.3.2. Tujuan Penelitian	11
1.4. Kegunaan Penelitian	11
1.4.1. Kegunaan Teoritis	11

1.4.2.	Kegunaan Praktis	12
1.5.	Kerangka Pemikiran	12
1.6.	Asumsi Penelitian	22

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1.	<i>Stress</i> Kerja	23
2.1.1.	Pengertian <i>Stress</i>	23
2.1.2.	Pengertian <i>Stress</i> Kerja	24
2.1.3.	Penyebab <i>Stress</i> Kerja	25
2.1.4.	Dampak <i>Stress</i> Kerja	33
2.1.5.	Strategi Mengatasi <i>Stress</i>	36
2.2.	Pengertian Organisasi	40
2.3.	Pengertian Pekerja	41

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

3.1.	Rancangan Penelitian	42
3.2.	Bagan Rancangan Penelitian	42
3.3.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	43
3.3.1.	Variabel Penelitian	43
3.3.2.	Definisi Operasional	43
3.4.	Alat Ukur	44
3.4.1.	Alat Ukur Kuesioner <i>Stress</i> Kerja	44
3.4.2.	Rancangan Kuesioner <i>Stress</i> Kerja	44

3.4.2.1. Sistem Skoring Kuesioner <i>Stress</i> Kerja	46
3.4.3. Data Pribadi dan Data Penunjang	47
3.4.3.1. Data Pribadi	47
3.4.3.2. Data Penunjang	47
3.4.3.2.1. Kuesioner II	47
3.4.3.2.2. Kuesioner III	48
3.4.3.2.3. Kuesioner IV	49
3.4.4. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	49
3.4.4.1. Validitas Alat Ukur	49
3.4.4.2. Reliabilitas Alat Ukur	50
3.5. Sampel Penelitian dan Teknik Sampling	52
3.5.1. Sasaran Sampel	52
3.5.2. Karakteristik Sampel	52
3.5.3. Teknik Penarikan Sampel	52
3.6. Teknik Analisis Data	52

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Responden	54
4.1.1. Gambaran responden berdasarkan <i>Section</i>	54
4.1.2. Gambaran responden berdasarkan Usia	55
4.1.3. Gambaran responden berdasarkan Domisili	56
4.1.4. Gambaran responden berdasarkan Masa Kerja	56
4.1.4. Gambaran responden berdasarkan Pendidikan	57

4.2.	Hasil penelitian	58
4.2.1.	Gambaran Derajat <i>Stress</i> Kerja Sampel Penelitian	58
4.2.2.	Tabulasi Silang Derajat <i>Stress</i> Kerja dengan Gejala <i>Stress</i> Kerja	58
4.2.2.1.	Tabulasi Silang Derajat <i>Stress</i> Kerja dengan Masalah Fisik	58
4.2.2.2.	Tabulasi Silang Derajat <i>Stress</i> Kerja dengan Masalah Psikologis	59
4.2.2.3.	Tabulasi Silang Derajat <i>Stress</i> Kerja dengan Masalah Perilaku	60
4.3.	Pembahasan	62

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1.	Kesimpulan	75
5.2.	Saran	76
5.2.1.	Saran Teoritis	76
5.2.2.	Saran Praktis	77
DAFTAR PUSTAKA		79
Daftar Rujukan		81
LAMPIRAN		77

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Kisi-kisi Kuesioner <i>Stress Kerja</i>	45
Tabel 3.2. Kriteria Penilaian Kuesioner <i>Stress Kerja</i>	46
Tabel 3.3. Rentang Kategori Skor <i>Stress Kerja</i>	46
Tabel 3.4. Rentang Kategori Skor <i>Personality Type</i>	48
Tabel 3.5. Kisi-Kisi Kuesioner Produktivitas Kerja	48
Tabel 4.1. Frekuensi <i>Section</i> Responden	54
Tabel 4.2. Frekuensi Usia Responden	55
Tabel 4.3. Frekuensi Domisili Responden	56
Tabel 4.4. Frekuensi Masa Kerja Responden	56
Tabel 4.5. Frekuensi Pendidikan Responden	57
Tabel 4.6. Gambaran Derajat <i>Stress Kerja</i>	58
Tabel 4.7. Tabulasi Silang Derajat <i>Stress Kerja</i> dengan Masalah Fisik	59
Tabel 4.8. Tabulasi Silang Derajat <i>Stress Kerja</i> dengan Masalah Psikologis ..	60
Tabel 4.9. Tabulasi Silang Derajat <i>Stress Kerja</i> dengan Masalah Perilaku	61

DAFTAR BAGAN

1.5. Bagan Kerangka Pikir	21
3.2. Bagan Rancangan Penelitian	42

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01. Kuesioner Pengambilan Data	82
Lampiran 02. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	93
Lampiran 03. Hasil Pengolahan Data	98
Lampiran 04. <i>Informed Consent</i>	109
Lampiran 05. Profile Perusahaan	112
Lampiran 06. Struktur Organisasi	122
Lampiran 07. <i>Job Description</i>	124