

---

**HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK PEKERJA DENGAN KEJADIAN STRES  
KERJA PADA PEKERJA KONTRUKSI PEMBUATAN HOTEL**

Oleh

I Kadek Dwi Arta Saputra<sup>1</sup>, Cokorda Gde Putra Pemayun<sup>2</sup>, Ni Putu Indah Rosita<sup>3</sup>, Ni Rai  
Sintya Agustini<sup>4</sup>, I Wayan Septa Wijaya<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Triatma Mulya

E-mail: [1duwiarta89@gmail.com](mailto:duwiarta89@gmail.com)

**Abstract**

Work stress can trigger work fatigue in workers which has an impact on decreasing work productivity. This research is a quantitative descriptive research with a cross-sectional approach. The sampling technique in the study was simple random sampling. The population in this study amounted to 459 respondents and based on the calculation of the sample size formula, the sample needed was 69 respondents. To find out the incidence of stress due to work is carried out using questionnaires. The results of occupational stress events in construction workers showed that as many as 23.2% of respondents experienced work-related stress. The results of the chis quare test showed that occupational stress disorders in response had significant differences ( $p < 0.05$ ) in workload and age, while other variables such as length of work and noise perception did not show significant differences with occupational stress events. Based on the findings above, the advice should be for companies to provide clear information about rest periods and targets to be achieved so that workers do not feel exhausted and burdened at work.

**Keywords:** *Work Stress, Construction, Hotel*

**PENDAHULUAN**

Menurut Alias et al (2019), stres kerja merupakan salah satu masalah terkait kesehatan kerja yang terus menjadi perhatian di berbagai Negara, di era digitalisasi sekarang ini, tingginya tuntutan kerja dan perubahan lingkungan kerja seringkali menjadi faktor psikososial yang berdampak pada munculnya gejala stress pada pekerja stres kerja dapat muncul pada tingkat yang berbeda di setiap tempat kerja, stres kerja dapat menyebabkan pekerja mengalami depresi dan konflik, sedangkan menurut (Elizabeth Zavanya M, Ekawati, 2019), stress kerja merupakan suatu keadaan internal yang diakibatkan oleh tuntutan fisik dari tubuh atau kondisi lingkungan dan sosial yang dinilai memberikan potensi membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu untuk mengatasinya, stres kerja merupakan hal yang sering terjadi pada pekerja di dunia kerja.

Dalam survey yang dilakukan oleh The Chartered Institute of Building (CIOB) terhadap pekerja konstruksi di Inggris ditemukan bahwa dari 847 responden, sebanyak 578 atau 68,2% responden menderita stress, kecemasan dan depresi, dari 578 responden tersebut menunjukkan bahwa 61,9% responden mengalami stres, 48,4% pernah mengalami kecemasan dan 18,5% pernah mengalami depresi. World Health Organization (WHO) melaporkan lebih dari separuh pekerja di negara maju mengalami stres kerja di tempat kerja. Hampir 11 juta orang menderita stres kerja di Amerika Serikat dan dikatakan bahwa stres kerja adalah masalah terpenting dalam kehidupan (WHO, 2021). Survei yang dilakukan oleh Health and Safety Executive (HSE) menyatakan, pada tahun 2017-2018, angka kasus stres, depresi, dan kecemasan akibat kerja sebanyak 595.000 kasus dengan tingkat prevalensi 1.800 per 100.000 pekerja, angka kasus kemudian

mengalami peningkatan pada tahun 2021 menjadi 914.000 dan mengalami penambahan kasus baru sebanyak 372.000 dengan angka kejadian 1.120 per 100.000 pekerja (HSE, 2021).

Dampak negatif dari beban kerja yang berdampak pada munculnya stres kerja menurut jurnal (Rusda & Dini Arimbi, 2017) adalah kualitas kerja menurun, adanya keluhan terkait hasil kerja dan kenaikan tingkat absensi. Menurut (Fatin et al., 2023) berbagai faktor dapat menimbulkan stres kerja, secara umum berasal dari faktor lingkungan kerja seperti jam kerja yang panjang, masa kerja dan meliputi faktor fisiknya seperti kebisingan, faktor organisasi yang melibatkan hubungan antar pekerja, hingga faktor individu pekerja itu sendiri. Penelitian yang dilakukan (Wibowo 2014), masa kerja yang baru atau lama mempengaruhi tenaga kerja dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan di tempat kerjanya karena berkaitan dengan pengalaman yang mereka miliki, karyawan yang memiliki masa kerja baru umumnya masih merasa sulit untuk menyelesaikan permasalahan tersebut karena perlu adanya adaptasi sementara karyawan dengan masa kerja lama umumnya mengalami stres kerja akibat kejenuhan, hasil penelitian yang dilakukan (Manabung et al., 2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dengan stres pada tenaga kerja, dimana, pekerja yang mengalami stres kerja sedang sebanyak 26 responden dengan presentase 41,9%, masa kerja < 5 tahun mengalami stres kerja rendah dan sedang masing-masing sebanyak 8 responden dengan persentase 13%, hasil penelitian yang dilakukan oleh (Paramita, 2016) menunjukkan bahwa jam kerja yang panjang terlebih bila melebihi NAB (>8 jam/hari) membuat pekerja memiliki sedikit waktu untuk beristirahat dan menyebabkan kelelahan.

Hasil pengamatan sementara mengenai proses kerja pada pekerja konstruksi proyek hotel X yang dilakukan pada 8 orang pekerja

pembuat beton, bahwa 5 diantaranya mengatakan mengalami gejala susah tidur pada malam hari dan semangat untuk bekerja pekerja menurun. Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara Karakteristik pekerja dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi pembuatan hotel.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan di proyek konstruksi resort X bintang 5 yang berada Badung Bali pada bulan Maret 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja pembuatan hotel X yang berjumlah 549 orang pekerja. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian adalah simple random sampling, berdasarkan perhitungan rumus besar sampel sampel yang dibutuhkan sebanyak 69 pekerja. Data yang dikumpulkan berupa data primer dengan metode ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *HRSA (Hamilton Rating Scale Anxiety)* yang sudah valid dan sering digunakan dalam penelitian mengenai stress kerja, kuesioner *HRSA* berisi 14 kelompok pertanyaan sesuai dengan gejala yang dirasakan oleh responden dan menggunakan kuesioner identitas diri. Dalam penelitian ini dilakukan analisis data berupa analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik penelitian dan analisis bivariat dengan melakukan uji *Chi-square* untuk mencari hubungan keeratan antara variabel dalam penelitian ini.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui karakteristik responden berupa umur, lama kerja masa kerja, status merokok APD serta distribusi kejadian hipertensi pada responden. Hasil analisis ditampilkan dalam tabel dibawah ini.

**Tabel 1. Karakteristik Pekerja Kontruksi**

Variabel	F	Proporsi (%)
Umur		
< 28 tahun	20	28,9
≥ 28 tahun	49	71,1
Masa kerja		
< 5 tahun	44	63,7
≥ 5 tahun	25	36,3
Lama kerja		
< 8 jam	17	17,3
≥ 8 jam	57	28,7
Beban Kerja		
Ya	8	11,6
Tidak	61	88,4
Persepsi		
Kebisingan	19	27,5
Mengganggu	50	
Tidak		72,4
Mengganggu		
Total	69	100

Karakteristik pekerja berdasarkan umur memiliki rentangan umur 20-50 tahun, dimana rentangan umur responden terbanyak berada pada umur  $\geq 28$  tahun, berdasarkan masa kerja responden terbanyak berada dengan masa kerja  $< 5$  tahun, berdasarkan lama kerja responden terbanyak berada dengan lama kerja  $\geq 8$  jam, sebanyak 11,6% responden memiliki beban kerja dan 27,5% responden mengakui merasa terganggu dengan kebisingan.

**Tabel 2. Distribusi Kejadian Stres Kerja**

Variabel	F	Proporsi (%)
Stres Kerja		
Tidak	53	76,8
Ya	16	23,2
Total	69	100%

Berdasarkan tabel diatas, dapat ditemukan responden yang mengalami kejadian stress kerja sebesar 23,1% dan tidak mengalami kejadian stres kerja sebesar 76,8%

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik pekerja berupa umur, masa kerja, lama kerja, beban kerja dan persepsi kebisingan dengan kejadian stres kerja pada pekerja.

**Tabel 3. Hubungan Karakteristik Pekerja Dengan Kejadian Stres Kerja**

Variabel	Stres Kerja				p-value
	Ya		Tidak		
	n	%	n	%	
Umur					
< 28 tahun	7	35,0	13	65,0	0,046
≥ 28 tahun	9	18,4	40	81,6	
Masa kerja					
< 5 tahun	4	9,1	40	90,9	0,042
≥ 5 tahun	12	48,0	13	52,0	
Lama kerja					
< 8 jam	16	94,1	1	5,9	0,140
≥ 8 jam	0	0,00	57	100,0	
Beban Kerja					
Tidak	10	16,4	51	83,6	0,001
Ya	6	75,0	2	25,0	
Persepsi					
Kebisingan	6	31,6	13	68,4	0,223
Mengganggu	10	20,0	40	80,0	
Tidak					
Mengganggu					

Proporsi kejadian stres akibat kerja secara bermakna lebih tinggi pada masa kerja  $\geq 28$  tahun ( $p=0,046$ ), masa kerja  $\geq 5$  tahun ( $p=0,042$ ), beban kerja ( $p=0,001$ ), sedangkan variabel yang lain seperti lama kerja ( $p=0,140$ ) dan persepsi kebisingan ( $p=0,223$ ) tidak menunjukkan hubungan yang bermakna dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja kontruksi pembuatan hotel.

### Pembahasan

Menurut (Maudy et al., 2021) menyatakan umur adalah lamanya seseorang hidup sampai penelitian ini dilaksanakan, seiring bertambahnya usia keterampilan-keterampilan akan menurun yang akan berdampak pada kondisi kesehatan baik fisik dan mental seseorang dan menurut penelitian yang dilakukan oleh (Amalia & Widajati, 2019) kekuatan fisik seseorang sangat dipengaruhi oleh usia, dimana usia akan mempengaruhi tingkat kapasitas kerja dalam melakukan setiap pekerjaannya. Semakin tua usia pekerja maka kecenderungan untuk mempersepsikan stres kerja semakin besar sehingga terdapat kemungkinan pekerja g lebih muda kurang dapat mengatasi stres kerja secara efektif dibandingkan yang berusia lebih muda (Elizabeth Zavanya M, Ekawati, 2019). Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara umur  $\geq 28$  tahun dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi pembuatan hotel dengan nilai  $p < 0,05$ , hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2023), berdasarkan hasil uji statistic chi-square diperoleh nilai  $p \text{ value} = 0.000 < 0.05$  yang berarti terdapat hubungan antara umur dengan stres kerja pada pekerja dan hasil penelitian juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yulia Handayani et al., 2022) menyatakan hasil bahwa umur menjadi salah satu faktor yang penting dalam mempengaruhi stres kerja. Semakin tua umur seseorang maka orang tersebut semakin rentan mengalami stress akibat kerja.

Masa kerja dalam penelitian ini merupakan lamanya waktu terhitung mulai pertama kali pekerja masuk kerja hingga penelitian berlangsung dalam pengambilan data penelitian, berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan, seluruh pekerja melakukan pekerjaan yang berulang dan berlangsung setiap hari. Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara umur  $\geq 5$  tahun dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi pembuatan hotel dengan nilai  $p < 0,05$ , penelitian ini sejalan dengan (Mahardika, 2017) bahwa ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan stres kerja. Masa kerja memiliki pengaruh dalam memicu terjadinya stres kerja dan penelitian yang didukung oleh teori Wibowo (2014) yang menyatakan bahwa masa kerja merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya stres kerja. Dimana, tenaga kerja baru ( $< 1$  tahun) mengalami stres kerja akibat masih beradaptasi untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kerjanya termasuk dengan penyelesaian masalah yang dihadapi. Sementara tenaga kerja lama ( $\geq 1$  tahun) umumnya mengalami stres kerja karena kejenuhan.

Pekerja dengan jam kerja yang panjang sangat rentan terhadap berbagai jenis keluhan

kesehatan, seperti durasi tidur yang singkat, kelelahan, gangguan tidur, hipertensi dan sters kerja, pekerja dengan jam kerja panjang memiliki peluang lebih tinggi untuk mengalami keluhan kesehatan, dan durasi tidur yang pendek memiliki hubungan yang paling kuat terhadap jam kerja panjang, yang pada akhirnya mengakibatkan terganggunya kondisi kesehatan (Ramadani, 2021). Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi pembuatan hotel dengan nilai  $p > 0,05$ .

Menurut (Setiyo Utomo, 2019) beban kerja yang terlalu banyak dapat menyebabkan ketegangan dalam diri seseorang sehingga menimbulkan stres. Hal ini bisa disebabkan oleh tingkat keahlian yang dituntut terlalu tinggi, kecepatan kerja mungkin terlalu tinggi, volume kerja mungkin terlalu banyak dan sebagainya. Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi pembuatan hotel dengan nilai  $p > 0,05$ , hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Safitri, 2020), berdasarkan analisis pearson product moment didapatkan hasil beban kerja dengan stres kerja yakni nilai korelasi sebesar 0.444 nilai Sig sebesar 0.000 ( $P < 0.05$ ), hal ini menunjukkan kolerasi yang sedang atau cukup artinya hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan beban kerja dengan stres kerja pada pekerja dan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Muhbar & Rochmawati, 2019) dimana hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat stres dengan beban kerja pada pekerja.

(Pratiwi et al., 2016) persepsi lingkungan yang bising ini dianalogikan dapat mempengaruhi pekerja terutama lingkungan kerja berdampak sebagai gangguan yang dapat

mempengaruhi yang bersifat psikologis, hal ini tergantung pada kenyamanan dan kesehatan sehingga apabila semakin tingkatan stres yang dialami dan cara mempersepsikan tinggi individu mempersepsikan lingkungan yang bising lingkungan kerjanya maka semakin tinggi pula tingkat stres sedangkan semakin rendah individu mempersepsikan lingkungan yang bising maka semakin rendah pula tingkat stres. Berdasarkan hasil penelitian yang penulis lakukan menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kebisingan dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi pembuatan hotel dengan nilai  $p > 0,05$ .

## PENUTUP

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan data sebesar 23,2% pekerja mengalami kejadian stres kerja dan 76,8% tidak mengalami stres kerja, berdasarkan analisis data yang dilakukan ditemukan bahwa kejadian stres kerja secara bermakna lebih tinggi pada kelompok umur  $\geq 28$ , masa kerja  $\geq 4$  tahun dan beban kerja sedangkan untuk variabel lama kerja dan persepsi kebisingan tidak berhubungan dengan kejadian stres kerja pada pekerja konstruksi dengan hasil  $p < 0,05$ .

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Amalia, I., & Widajati, N. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Unit Pengerolan Besi. *Journal of Health Science and Prevention*, 3(1), 16–24. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i1.147>
- [2] Elizabeth Zavanya M, Ekawati, S. J. (2019). *Hubungan Jon Demand, Job Control dan Usia Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Kontruksi*. 7.
- [3] Fatin, H. K., Handayani, R., Irfandi, A., & Handayani, P. (2023). Hubungan Antara Masa Kerja dan Kelelahan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Konstruksi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi (JIG)*, 1(4), 156–165. <https://doi.org/10.55606/jikg.v1i4.1788>
- [4] Mahardika, T. S. (2017). *Hubungan Antara Masa Kerja Dengan Stres Kerja Pada Tenaga Kerja Bagian Winding*.
- [5] Manabung, A. R., Suoth, L. F., & Warouw, F. (2018). Hubungan Antara Masa Kerja dan Beban Kerja Dengan Stres Kerja pada Tenaga Kerja Di PT. Pertamina TBBM Bitung. *Kesmas*, 7(5), 1–10.
- [6] Maudy, C. K., Ruliati, L. P., & Doke, S. (2021). Keluhan Musculoskeletal Disorders dan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Bongkar Muat di Pelabuhan Tenau. *Media Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 312–321. <https://doi.org/10.35508/mkm.v4i3.3392>
- [7] Muhbar, F., & Rochmawati, D. H. (2019). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Beban Kerja Guru Di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 5(2), 82. <https://doi.org/10.26714/jkj.5.2.2017.82-86>
- [8] Paramita, T. K. M. M. P. D. (2016). Pengaruh Konflik, Kelelahan Emosional dan Kepuasan Kerja Terhadap Intensitas Turnover Yang Dimediasi Komitmen Organisasi Pada Dinas Pasar Kota Semarang. *Journal of Management*, 923(2), 201509.
- [9] Pratiwi, J. S., Anward, H. H., & Febriana, S. K. T. (2016). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Kebisingan Dengan Stres Karyawan. *Jurnal Ecopsy*, 1(1), 38–41. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v1i1.484>
- [10] Ramadani, K. D. (2021). Hubungan Jam Kerja Dan Kesehatan Pekerja Di Indonesia. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 8(1), 33. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v8i1.263>

8

- [11] Rusda, I., & Dini Arimbi, C. (2017). Analisis Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Operator Pada Pt Giken Precision Indonesia. *Inovbiz: Jurnal Inovasi Bisnis*, 5(1), 51.
- [12] Safitri, H. U. (2020). Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 174. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4897>
- [13] Sari, R., Masriadi, & Sitti Patimah. (2023). Peminatan Gizi , Fakultas Kesehatan Masyarakat , Universitas Muslim Indonesia. *Window of Public Health Journal*, 4(2), 208–216.
- [14] Setiyo Utomo. (2019). Pengaruh Beban Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Mega Auto Central Finance Cabang Di Langsa. *Parameter*, 4(2), 670–678. <https://doi.org/10.37751/parameter.v4i2.37>
- [15] Yulia Handayani, Hidayat, & Suharni A. Fachrin. (2022). Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Karyawan PT. Prima Karya Manunggal Kabupaten Pangkep. *Window of Public Health Journal*, 3(1), 179–189. <https://doi.org/10.33096/woph.v3i1.358>
- [16] Wibowo. (2014). Manajemen Kinerja. Rajawali Press.