

Hubungan lokasi tempat kerja dengan tingkat stres pada satuan pengamanan

Gilbert Alfredo Delano Lonan¹, Novendy^{2,*}

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

² Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

*korespondensi email: nnovendy@fk.untar.ac.id

ABSTRAK

Stres kerja merupakan hasil dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan individu untuk mengatasi tuntutan tersebut. Tempat kerja merupakan salah satu faktor resiko yang dapat memicu timbulnya stres kerja. Oleh karena itu, studi ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara lokasi tempat kerja dengan tingkat stres sehingga perusahaan lebih memperhatikan faktor yang memengaruhi kinerja pekerjanya. Studi analitik ini menggunakan desain *cross sectional* dan dilakukan di Politeknik Negeri Manado dengan responden satuan pengamanan. Pengumpulan 97 subyek studi dilakukan dengan metode *total population sampling*. Penilaian yang digunakan untuk menilai tingkat stres adalah kuesioner *perceived stress scale* (PSS). Hasil dari penelitian menunjukkan 45 (46,4%) subyek bekerja di dalam ruangan, di mana 37 (82,2%) mengalami stres berat-sedang dan 8 (17,8%) mengalami stress tingkat ringan. Sebanyak 52 (53,6%) subyek bekerja di luar ruangan, di mana 34 (65,4%) subyek mengalami stres berat-sedang dan 18 (34,6%) subyek mengalami stres ringan. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* = 0,102 dan nilai PRR = 2,449. Kesimpulan dari studi ini tidak terdapat hubungan bermakna antara lokasi tempat kerja dengan tingkat stres pada satuan pengamanan. Namun pada satuan pengamanan yang bekerja di dalam ruangan memiliki resiko mengalami stres berat-sedang sebanyak 2.449 kali lebih besar dibandingkan dengan satuan pengamanan yang bekerja di luar ruangan.

Kata kunci: lokasi tempat kerja; tingkat stres; perceived stress scale

ABSTRACT

*Occupational stress is the result of an imbalance between demands and an individual's ability to cope. There are various kinds of risk factors that can trigger occupational stress, one example is the workplace. Therefore, this study was conducted to determine whether there is a relationship between workplace location and stress levels, so companies can pay more attention to factors that affect the performance of their workers. This research was conducted in Politeknik Negeri Manado with security guard respondents. Stress level are assessed using the perceived stress scale questionnaire. This study uses a cross-sectional method with 97 respondents. Data collection is done by total population sampling method. The results of the study showed that 37 respondents (82.2%) who worked indoors experienced severe to moderate stress, 34 respondents (65.4%) who worked outdoors experienced severe to moderate stress, 8 respondents (17.8%) who worked indoors the room experienced mild stress and 18 respondents (34.6%) who worked outside the room experienced mild stress. From the results of statistical tests, *p-value* = 0.102 and PRR = 2.449 were obtained. The conclusion of this study is that there is no significant relationship between the indoor workplace with the stress level in the security guard. However, the security guard that works indoors has a risk of experiencing severe to moderate stress as much as 2,449 times greater than the security guard that works outdoors.*

Keywords: workplace locations; stress level; perceived stress scale

PENDAHULUAN

Populasi yang besar menjadikan Indonesia sebagai salah satu negara dengan potensi sumber daya manusia yang besar. Sumber daya manusia sebagai salah satu faktor yang berperan penting dalam peningkatan kinerja perusahaan atau organisasi.^{1,2} Pada era globalisasi saat ini, sebuah perusahaan atau organisasi dituntut untuk memberikan kinerja semaksimal mungkin sehingga tidak jarang hal tersebut berpengaruh pada tempat pekerjaan sumber daya manusianya. Tempat pekerjaan yang tidak nyaman sering kali dianggap hal kecil oleh sebuah perusahaan namun dapat berdampak serius terhadap kesehatan dan kinerja pekerja. Sebuah perusahaan sudah seharusnya menyediakan lingkungan kerja yang baik sehingga mampu membuat tenaga kerja untuk berkerja lebih produktif.³

Stres merupakan salah satu dampak yang ditimbulkan pada pekerja oleh berbagai tuntutan pekerjaan. Stres didefinisikan sebagai keadaan psikologis yang dapat menyebabkan individu untuk berperilaku disfungsi. Stres merupakan hasil dari ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan seseorang untuk mengatasinya.⁴ Stres kerja dapat memicu timbulnya gangguan psikologis yang mengganggu produktivitas kerja seseorang.⁵ Selain dampak bagi

psikologi, stres juga berdampak pada kesehatan fisik individu dan dapat meningkatkan resiko penyakit.⁶ Beberapa organ yang terkait meliputi sistem saraf pusat, sistem pencernaan, sistem muskuloskeletal hingga sistem kardiovaskular.⁷

Berbicara mengenai tempat kerja yang tidak nyaman dan stres, profesi satuan pengamanan seringkali dikaitkan dengan dua hal tersebut. Satuan pengamanan ialah seorang atau kelompok orang yang dibentuk oleh sebuah instansi dan bertugas untuk menjaga keamanan dari tindakan kejahatan atau kerusakan.⁸ Meski kadang dianggap profesi rendah, namun satuan pengamanan mempunyai peran dan tanggung jawab yang besar pada instansi tersebut. Tugas yang berat salah satunya dapat dilihat dari lokasi kerja, di mana mereka sering ditempatkan pada lingkungan yang tidak aman dan nyaman. Belum lagi berbagai kondisi seperti teror, pencurian, tuntutan kerja, jam kerja malam, pekerjaan monoton dan sebagainya menjadikan satuan pengamanan sebagai profesi yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan, salah satunya adalah stres.⁹

Studi ini dilakukan pada satuan pengamanan dengan alasan satuan pengamanan memiliki tugas dan tanggung jawab yang tinggi sebagai garda terdepan keamanan, ditambah dengan

lokasi kerja yang tidak nyaman yang mungkin berperan pada peningkatan stress akibat kerja.

METODE PENELITIAN

Studi ini menggunakan desain penelitian analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Studi dilakukan di Politeknik Negeri Manado, Manado pada bulan Januari 2020 dengan subyek studi yaitu satuan pengamanan Politeknik Negeri Manado. Jumlah subyek yang ikut serta dalam studi berjumlah 97 responden yang diambil dengan menggunakan *total population sampling*. Tingkat stres responden diukur menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji *chi square* untuk mengetahui hubungan antar variabel dengan batas kemaknaan nilai $p < 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik 97 subyek studi, di mana sebagian besar subyek berada pada kelompok usia 30-39 tahun dengan rentang usia seluruh subyek ialah 21 tahun hingga 57 tahun. Jenis kelamin satuan pengamanan terbanyak ialah laki-laki, yaitu sejumlah 66 (68,0%) subyek. Sebagian besar satuan pengamanan berkerja di luar ruangan,

yaitu sebanyak 52 (53,6%) subyek. Sebanyak 72 (74,2%) subyek tidak memiliki pekerjaan sampingan, namun di antara mereka yang mempunyai pekerjaan sampingan, *driver* merupakan pekerjaan sampingan terbanyak. Sebagian besar satuan pengamanan bekerja 12 jam/hari dan rerata lama bekerja ialah 7,6 tahun. Indikator yang digunakan dalam menentukan tingkat stres responden adalah kuesioner *Perceived Stress Scale*, yang dibagi menjadi stres berat-sedang, dan stres ringan. Berdasarkan hasil pengisian kuesioner *Perceived Stress Scale* dari total 97 subyek, didapatkan 71 (73,2%) subyek mengalami stres berat-sedang, sedangkan 26 (26,8%) subyek mengalami stres ringan.

Tabel 1. Karakteristik subyek studi (N=97)

Karakteristik	Jumlah (%)	Mean; SD	Median (min-max)
Usia (tahun)		37,49; 6,545	38 (21-57)
20-29	8 (8,2)		
30-39	58 (59,8)		
40-49	28 (28,9)		
≥50	3 (3,1)		
Jenis kelamin			
Laki-laki	66 (68,0)		
Perempuan	31 (32,0)		
Lokasi kerja			
Dalam ruangan	45 (46,4)		
Luar ruangan	52 (53,6)		
Pekerjaan sampingan			
Tidak ada	72 (74,2)		
Driver	15 (15,5)		
Petani	3 (3,1)		
Pemotong rumput	4 (4,1)		
Wiraswasta	3 (3,1)		
Lama kerja perhari (jam)		12,78; 1,508	12 (12-17)
Lama kerja (tahun)		7,621; 5,308	6,5 (0,5-25)
Tingkat stres			
Berat-sedang	71 (73,2)		
Ringan	26 (26,8)		

Hasil dari penelitian menunjukkan 45 (46,4%) subyek bekerja di dalam ruangan, di mana 37 (82,2%) mengalami stres berat-sedang dan 8 (17,8%) mengalami stress tingkat ringan. Sebanyak 52 (53,6%) subyek bekerja di

luar ruangan, di mana 34 (65,4%) subyek mengalami stres berat-sedang dan 18 (34,6%) subyek mengalami stres ringan. Berdasarkan hasil analisis *chi-square* didapatkan *p-value* sebesar 0,102 dan PRR sebesar 2,449. (Tabel 2)

Tabel 2. Hubungan lokasi tempat kerja dengan tingkat stress subyek (N=97)

	Tingkat stress		p-value	PRR
	Ringan (n=26)	Sedang-Berat (n=71)		
Tempat kerja			0,102	2,449
Dalam ruangan	8 (17,8%)	37 (82,2%)		
Luar ruangan	18 (34,6%)	34 (65,4%)		

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil karakteristik pekerjaan yang didapat, sebanyak 52 (53.6%) satuan pengamanan bekerja di luar ruangan. Hal ini dikarenakan slot pengamanan di luar ruangan lebih banyak dibandingkan dengan yang ada di dalam ruangan. Sejumlah 72 (74.2%) responden tidak mempunyai pekerjaan sampingan. Namun diantara mereka yang mempunyai pekerjaan sampingan, *driver* merupakan pekerjaan sampingan terbanyak dengan 15 (15.5%) responden. Hal ini didukung oleh moda transportasi *taxi online* yang diminati masyarakat di Manado, menjadikan *driver* sebagai salah satu pekerjaan sampingan yang dibutuhkan.¹⁰ Pergantian shift kerja dilakukan setiap 12 jam, jam kerja pagi dari pukul 08.00-20.00 dan jam kerja malam dari pukul 20.00-08.00 yang dibagi menjadi 3 *shift*.

Namun pada mereka yang bekerja lebih dari 12 jam tersebut dikarenakan adanya pekerjaan sampingan lain. Hal ini sedikit berbeda dengan studi yang dilakukan oleh Khairani *et al* di Universitas Diponegoro Kampus Tembalang, dimana pergantian shift satuan pengamanan dilakukan setiap 12 jam dengan waktu 07.00-19.00 dan 19.00-07.00.¹¹ Lama bekerja satuan pengamanan cukup bervariasi, namun berdasarkan hasil yang didapat rata-rata satuan pengamanan sudah bekerja selama 7.6 tahun.

Hasil studi ini menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna (*p-value* = 0.102) antara lokasi tempat kerja dengan tingkat stres pada satuan pengamanan. PRR didapatkan sebesar 2.449 yang berarti bahwa satuan pengamanan yang bekerja di dalam ruangan beresiko 2.449 kali

mengalami stres berat dibandingkan dengan yang bekerja di luar ruangan. Hasil ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Tjionganata *et al*, dimana tidak terdapat hubungan bermakna (p -value = 0.223) antara lokasi tempat kerja dengan tingkat stres.¹² Topik penelitian yang tidak jauh berbeda juga pernah dilakukan oleh Adiono *et al* mengenai perbandingan efek olahraga *indoor* dan *outdoor* terhadap tingkat stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Pada studi tersebut didapatkan hasil (p -value = 0,095) yang berarti tidak terdapat hubungan yang bermakna.¹³

KESIMPULAN

Tidak didapatkan hubungan bermakna antara lokasi tempat kerja dengan tingkat stres pada satuan pengamanan (p -value = 0,102). Namun, satuan pengamanan yang bekerja di dalam ruangan mempunyai risiko 2,449 kali lebih besar mengalami stress dibandingkan yang bekerja di luar ruangan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Devi S, Anna F, Susanto D. Kapasitas kader dalam penyuluhan Keluarga Berencana di Kota Palembang, Provinsi Sumatera Selatan. *Jurnal Penyuluhan*. 2016;12(2):14-56.

2. Prihatini LD. Analisis hubungan beban kerja dengan stress kerja perawat di tiap ruang rawat inap RSUD Sidikalang. [Skripsi] Medan: Universitas Sumatera Utara. 2007.
3. Maulik PK. Workplace stress: A neglected aspects of mental health wellbeing. *Indian J Med Res*. 2017;146(4):441-4.
4. Stranks J. *Stress at Work: Management and Prevention*. Burlington: Elsevier Butterworth-Heinemann. 2005.
5. Fitri AM. Analisis Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stress Kerja Pada Karyawan Bank. Semarang: *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM) Universitas Diponegoro*. 2013;12(1):[p.10].
6. Bhui K, Dinos S, Galant-Miecznikowska M, Jongh B, Stansfeld S. Perceptions of work stress causes and effective interventions in employees working in public, private and non-gorvermental organisations. *BJPsych Bull*. 2016;40(6):318-25.
7. Legowo DA, Kurniawan B, Husodo BT. Studi perilaku satpam terhadap penanggulangan kebakaran di Instansi X. Semarang: *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM) Universitas Diponegoro*. 2015;3(2):138-46.
8. Li Y, Sun X, Ge H, Liu J, Chen L. The Status of Occupational Stress and Its Influence the Quality of Life of Copper-Nickel Miners in Xinjiang, China. *Int J Environ Res Public Health*. 2019;16(3):353
9. Sandhy KUA, Satwika YW. Kepuasan kerja perempuan yang bekerja sebagai Satpam. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 2018;5(3):1-10.
10. Laloma A, Rompis SYR, Longdong J. Pengaruh angkutan online terhadap pemilihan moda transportasi publik di Kota Manado (Studi kasus: Trayek Malalayang-Pusat Kota). *Jurnal Sipil Statik*. 2018;6(8):541-52.
11. Khairani N, Wahyuni I, Jayanti S. Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi kerja pada Satpam Universitas Diponegoro Kampus Tembalang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JKM) Universitas Diponegoro*. 2016;4(3):528-36.
12. Tjionganata P, Margono H, Fatmaningrum W. Perbandingan stres kerja pekerja indoor dan outdoor PT Bank Perkreditan Rakyat SA di Jember. [Skripsi]. Surabaya: Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga. 2016.
13. Adiono AD, Bakhtiar Y, Supatmo Y, Muniroh M, Hadianti T. Perbandingan efek olahraga indoor dan outdoor terhadap tingkat stres mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. 2018;7(2):1088-98.