HUBUNGAN JUMLAH DAN VARIASI BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA AKUT PADA PETUGAS PEMADAM KEBAKARAN DI KECAMATAN PASAR MINGGU TAHUN 2018

SKRIPSI

INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

ALI TRI NUGROHO
NIM. 031411005

PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINAWAN
JAKARTA
2018



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

HUBUNGAN JUMLAH DAN VARIASI BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA AKUT PADA PETUGAS PEMADAM KEBAKARAN DI KECAMATAN PASAR MINGGU TAHUN 2018

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kesehatan

Oleh:

ALI TRI NUGROHO
NIM. 031411005

PROGRAM STUDI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINAWAN
JAKARTA
2018



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ali Tri Nugroho

NIM : 031411005

Program Studi : Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya susun dengan judul :

Hubungan Jumlah dan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut Pada Petugas Pemadam Kebakaran Di Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018

Adalah benar – benar hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat dari skripsi orang lain. Apabila pada kemudian hari pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima saksi akademis yang berlaku (dicabut predikat kelulusan dan gelar kesarjanaannya).

Jakarta, 7 Agustus 2018

Pembuat pernyataan



Ali Tri Nugroho



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binawan, Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ali Tri Nugroho

NIM : 031411005

Program Studi : Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Binawan **Hak Bebas Royalti Non-Ekskluusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan Jumlah dan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut Pada Petugas Pemadam Kebakaran Di Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018. Beserta perangkat yang ada (apabila diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Program Keselamatan dan Kesehatan Kerja STIKes Binawan berhak menyimpan, mengalih media / format-kan, mengolahnya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikan di internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah ini menjadi tanggung jawab saya pribadi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Jakarta

Pada tanggal 29 Juni 2018

Yang menyatakan,



(Ali Tri Nugroho)



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Ali Tri Nugroho

NIM : 031411005

Program Studi : Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Judul Skripsi : **Hubungan Jumlah dan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut Pada Petugas Pemadam Kebakaran Di Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018**

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja STIKes Binawan Jakarta pada tanggal 23 Juli 2018 dan telah diperbaiki sesuai masukan Dewan Penguji.

Jakarta, 7 Agustus 2018

Penguji I

(Husen, SST.KKK, M.Si)

Penguji II

(DR. dr. Asih Widowati, MARS)

Pembimbing

(Drs.Sarkosih, SST.FT, M.KKK)



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Pribadi

Nama	: Ali Tri Nugroho
Jenis Kelamin	: Laki-Laki
TTL	: Jakarta, 18 April 1995
Alamat	: Kp. Kandang RT 006/007 Jagakarsa, Jakarta Selatan
Agama	: Islam
No. Telp	: 08973934108
Email	: Aritori1995@gmail.com

Riwayat Pendidikan

2001 – 2007	: Madrasah Ibtidaiyah Tarbiyatul Islamiyah
2007 – 2010	: SMP Negeri 96 Jakarta
2010 – 2013	: SMA Negeri 97 Jakarta
2014 – sekarang	: Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja STIKes Binawan



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

KATA PENGANTAR

Alhamdullilah, puji serta syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada baginda Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan Pekuliahan Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di STIKES Binawan. Selama menyusun skripsi ini, penulis telah banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, baik bantuan moril maupun materil. Oleh karena itu penulis ingin berterima kasih sebesar- besarnya kepada:

1. Ayahku Ngadimin, Ibuku Soetiyem, selaku orang yang selalu memberikan semangat dan motivasi agar saya menjadi lebih baik.
2. Bapak Dr. M. Toris Z., MPH., SpKL., selaku Kepala Program Studi K3 STIKES Binawan.
3. Bapak Drs. Sarkosih, SST.FT, M.KKK selaku pembimbing skripsi.
4. Bapak Moch Arief, S.Sos, M.Ac.Dev, selaku Kapala Seksi Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu.
5. Bapak Ary Santoso, S.E, selaku Pengendali Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Grup A Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu sekaligus pembimbing lapangan.
6. Seluruh Dosen, Staff dan Karyawan STIKES Binawan yang telah memberikan ilmu, wawasan dan pengalaman kepada penulis selama ini.
7. Seluruh Senior Pemadam Kebakaran Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu yang tidak bisa saya sebutkan satu demi satu tetapi tidak mengurangi rasa hormat saya.
8. Seluruh rekan Pekerja Harian Lepas Pemadam Kebakaran

Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu.

9. Ghinaa Khairunnisa Fahmi, serta seluruh sahabat saya yang selalu memberikan semangat dan mengusir kebosanan selama penulis menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih banyak terdapat kekurangan penyajian data maupun penulisannya. Kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan untuk perbaikan di kemudian hari.

Akhir kata semoga skripsi ini menjadi tulisan yang bermanfaat bagi siapapun yang membaca.

Jakarta, 10 Juni 2018

Penulis



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

ABSTRAK

Nama : Ali Tri Nugroho
Program Studi : Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Judul : Hubungan Jumlah dan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut Pada Petugas Pemadam Kebakaran Di Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018

Latar Belakang:
Berdasarkan hasil penelitian *Northwestern National Life*, satu dari empat pekerja di Amerika berpendapat bahwa pekerjaan merupakan penyebab stres nomor satu dalam hidup mereka. Pengukuran stres kerja perlu dilakukan untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi tingkat stres kerja yang dialami petugas pemadam kebakaran yang merupakan pekerjaan dengan waktu yang sangat sempit ditambah lagi dengan tuntutan harus serba cepat dan tepat membuat orang hidup dalam ketegangan atau stres.

Metode:
Penelitian ini merupakan suatu penelitian analitik menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Menggunakan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data melalui kuesioner. Sampel dalam peneltian ini merupakan pekerja pemadam kebakaran Di Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu yang berjumlah 59 orang yang di dapat berdasarkan metode total sampling. Pengolahan data menggunakan analisa univariat dan bivariate menggunakan *Chi-square*.

Hasil :
Dari 59 responden terdapat 33 orang responden(55,9%) mengalami stres kerja akut dan 26 responden (44,1) tidak mengalami stress kerja. Terdapat hubungan bermakna antara jumlah beban kerja terhadap stress kerja akut dengan nilai P=0,012 (P<0,05), dengan jumlah pekerja dengan beban kerja ringan namun mengalami stress kerja sebanyak 21 pekerja (72,4%). Dari segi variasi beban kerja dengan stress kerja akut, didapatlah nilai P=0,003 (P<0.05) maka terdapat hubungan bermakna antara variasi beban kerja dengan stres kerja akut, dengan hasil 10 orang (35,7%)berpersepsi beban kerja banyak dan mengalami stress kerja.

Simpulan :
Terdapat hubungan bermakna antara jumlah beban kerja dan variasi beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran Di Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018.

Kata Kunci : Beban Kerja, Stres Kerja Akut, Pemadam Kebakaran

ABSTRACT

Name : Ali Tri Nugroho

Study Programme : Safety and Health Occupational

Title : The Correlation Between the Amount and Variation of Workloads on Acute Work Stress in Firefighters at Pasar Minggu Sub-district Year 2018

Background:
Based on the results of the Northwestern National Life study, one in four workers in America argues that work is the number one cause of stress in their lives. Work stress measurements need to be done to determine the factors that affect the level of work stress experienced firefighter who is a job with a very narrow time coupled with the demands must be fast and precise make people live in tension or stress

Methods:
This research is an analytic research using quantitative approach with cross sectional method. Using the approach of observation or data collection through questionnaires. The samples in this research are the firefighters in Sector IX of Pasar Minggu sub-district, which are 59 people who can be based on the total sampling method. Data processing using univariate and bivariate analysis using Chi-square.

Results:
From 59 respondents there were 33 respondents (55,9%) experiencing acute work stress and 26 respondent (44,1) did not experience work stress. There was a significant correlation between the amount of work load on acute stress with P = 0,012 (P <0,05), with the number of workers with light work load but working stress as many as 21 workers (72,4%). In terms of workload variation with acute stress, P = 0,003 (P <0.05), there is a significant correlation between workload variation and acute work stress, with 10 people (35,7%) perceived many work load and experiencing stress work.

Conclusion:
There is a significant relation between the number of workload and workload variation with acute work stress on firefighters In Sector IX Pasar Minggu sub-districts in 2018.

Kata Kunci : Workload, acute work stress, Firefighters



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS i
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS ii
LEMBAR PENGESAHAN iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP iv
KATA PENGANTAR v
ABSTRAK vii
ABSTRACT viii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xiii
DAFTAR GAMBAR xiv
DAFTAR LAMPIRAN xv
BAB I 1
PENDAHULUAN 1
1.1. Latar Belakang 1
1.2. Rumusan Masalah 3
1.3. Pertanyaan Penelitian 4
1.4. Tujuan Penelitian 4
1.4.1. Tujuan Umum 4
1.4.2. Tujuan Khusus 4
1.5. Manfaat Penelitian 5
1.5.1. Bagi Pemadam Kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu 5
1.5.2. Bagi Petugas Pemadam Kebakaran sektor IX 5
1.5.3. Bagi STIKes BINAWAN 5
1.5.4. Bagi Peneliti 5
1.6. Ruang Lingkup Penelitian 6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA 7
2.1. Definisi Stres 7
2.2. Stres Kerja 7
2.3. Stres Akut 8
2.4. Stres Kronis 10

2.5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja 11
2.5.1. Karakteristik Individu 11
2.5.1.1. Jenis Kelamin 11
2.5.1.2. Umur 12
2.5.1.3. Status Pernikahan 12
2.5.1.4. Masa Kerja 12
2.5.2. Karakteristik Pekerjaan 13
2.5.2.1. Kebisingan 13
2.5.2.2. Pencahayaan 13
2.5.2.3. Suhu 13
2.5.2.4. Ventilasi 13
2.5.2.5. Konflik Peran 14
2.5.2.6. Konflik Interpersonal 14
2.5.2.7. Ketidakpastian Pekerjaan 14
2.5.2.8. Kurangnya Kontrol 14
2.5.2.9. Jumlah Beban Kerja 15
2.5.2.10. Variasi Beban Kerja 15
2.5.2.11. Tanggung Jawab Pekerjaan 16
2.5.2.12. Kemampuan yang Tidak Digunakan 16
2.5.2.13. Tuntutan Mental 16
2.5.2.14. Shift Kerja 16
2.5.3. Aktivitas di Luar Pekerjaan 17
2.5.4. Faktor Pendukung 17
2.6. Dampak Stres Kerja 18
2.6.1. Dampak Bagi Pekerja 18
2.6.2. Dampak Bagi Instansi 20
2.7. Pencegahan Stres Kerja 20
2.8. Penanggulangan Stres Kerja 22
2.9. Cara Pengukuran Stres Kerja 23
2.10. Instrumen Pengukuran Stres Kerja 24
2.11. Kerangka Teori 26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN 27

3.1. Kerangka Konsep 27
3.2. Definisi Oprasional 28
3.3. Hipotesis 29
3.4. Jenis & Rancangan Penelitian 29
3.5. Populasi & Sampel Penelitian 29
3.5.1. Populasi 29
3.5.2. Sampel 30
3.5.3. Metode Sampling 30
3.6. Kriteria Inklusi dan Eksklusi 30
3.6.1. Kriteria Inklusi 30
3.6.2. Kriteria Ekslusi 30
3.7. Sumber Data Penelitian 30
3.8. Instrumen Penelitian 30
3.9. Pengumpulan Data 31
3.9.1. Data Primer 31
3.10. Pengolahan dan Analisa Data 32
3.10.1. Mengkode data (*data coding*) 32
3.10.2. Menyunting Data (*Data Editing*) 33
3.10.3. Memasukkan Data (*Data Entry*) 33
3.10.4. Membersihkan Data (*Data Cleaning*) 33
3.10.5. Analisa data 33
3.10.5.1. Analisa Univariat 33
3.10.5.2. Analisa Bivariat 34
3.11. Lokasi dan Waktu Penelitian 34
BAB IV 35
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN 35
4.1. Gambaran Umum Dinas Pemadam Kebakaran DKI Jakarta 35
4.1.1. Pencegahan Kebakaran 37
4.1.2. Pemadaman Kebakaran 38
4.1.3. Penyelamatan 39
4.1.4. Tantangan dan Peluang Pengembangan Pelayanan Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta 40

4.1.4.1. Tantangan 40
4.1.4.2. Peluang 41
4.1.5. Visi dan Misi 42
4.2. Analisis Univariat 42
4.2.1. Distribusi Jumlah Beban Kerja 43
4.2.2. Distribusi Variasi Beban Kerja 43
4.2.3. Distribusi Stres Kerja Akut 44
4.3. Analisa Bivariat 45
4.3.1. Analisa Hubungan Jumlah Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut 45
4.3.2. Analisa Hubungan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut 47
BAB V 49
KESIMPULAN DAN SARAN 49
5.1. Kesimpulan 49
5.2. Saran 49
5.2.1. Bagi Peneliti Lain 49
5.2.2. Bagi Pekerja Pemadam 50
5.2.3. Bagi Pemadam Kecamatan Pasar Minggu 50
DAFTAR PUSTAKA 52

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Gangguan Kesehatan Akibat Stres Akut 9
Tabel 3.1 Definisi Oprasional 28
Tabel 3.2 Skoring NIOSH 31
Tabel 3.3 *Data Coding* 32
Tabel 4.1 Visi Misi Pemadam DKI Jakarta 42
Tabel 4.2 Distribusi Jumlah Beban Kerja 43
Tabel 4.3 Distribusi Variasi Beban Kerja 44
Tabel 4.4 Distribusi Stres Kerja Akut 44
Tabel 4.5 Hubungan Jumlah Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut 45
Tabel 4.6 Hubungan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut 47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Teori 26
Gambar 3.1 Kerangka Konsep 27

DAFTAR LAMPIRAN

Kuesioner Penelitian 55
Output SPSS 61



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

BAB I
PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Jakarta sebagai kota terbesar di Indonesia memiliki jumlah penduduk terpadat. Jakarta merupakan pusat kota jasa, perdagangan dan *smart city* yang memiliki fungsi memberikan pelayanan publik terbaik dengan memaksimalkan penggunaan teknologi secara cepat dan mudah di jangkau oleh masyarakat. Pelayanan publik tersebut dinamakan *command center*. *Command center* merupakan fasilitas untuk melayani dan merespon secara cepat laporan darurat dari masyarakat kota Jakarta selama 24 jam melalui nomor pengaduan 112.

Dari banyak laporan darurat yang ditangani oleh *command center*, kasus kebakaran merupakan pengaduan yang mendominasi. Kejadian kebakaran merupakan peristiwa yang tidak dapat diprediksi sebelumnya, sehingga petugas pemadam kebakaran dituntut untuk selalu siaga ketika bertugas (1) Menurut data Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Provinsi DKI Jakarta, pada tahun 2017 telah terjadi kebakaran sebanyak 1.969 kasus. Ada beberapa sebab yang memicu terjadinya kasus kebakaran yaitu, 785 kasus disebabkan oleh listrik, 31 kasus disebabkan oleh rokok, 142 kasus disebabkan oleh kompor, 1005 kasus disebabkan oleh hal lain-lain dan 6 kasus belum diketahui penyebabnya (2)

Menurut penelitian Rahmi Shafwani pada tahun 2012 tentang Gambaran Risiko Pekerjaan Petugas Pemadam Kebakaran di Dinas Pencegahan Pemadam Kebakaran (DP2K) Kota Medan, petugas pemadam kebakaran memiliki resiko lebih besar dalam perjalanan dan ketika berada di lokasi kebakaran dikarenakan listrik, suhu panas, api, bekerja di ketinggian, peralatan pemadaman, ledakan, *backdraft* dan *flashover*, kondisi bangunan yang terbakar, benda tajam, maupun adu fisik dengan warga. Sedangkan keluhan

kesehatan yang dirasakan di lokasi kebakaran umumnya dikarenakan banyak menghirup asap misalnya batuk, sesak nafas, mual, muntah, pusing, mata perih bahkan pingsan. (3)

Ketika menjalankan tugas operasi pemadaman, keselamatan petugas pemadam kebakaran seharusnya sangat di perhatikan. Hal ini dikarenakan kejadian kecelakaan petugas pemadam kebakaran sudah sering terjadi. Petugas pemadam kebakaran dan petugas penyelamat (*rescue workers*) lainnya merupakan pekerjaan dengan resiko stres yang tinggi karena terpajan dengan berbagai kejadian yang bersifat traumatis sebagai bagian dari pekerjaannya. (4)

Undang-undang No 1 Tahun 1970 menyebutkan bahwa salah satu pelaksanaan keselamatan kerja adalah untuk mencegah dan mengendalikan timbulnya penyakit akibat kerja baik secara fisik, psikis, peracunan, infeksi dan penularan. Berdasarkan "model stres kerja dan kesehatan" dari *National Institute for Occupational Safety and Health* (*NIOSH*), berbagai stresor di lingkungan kerja dapat menimbulkan reaksi psikis, fisiologis dan perilaku yang dapat mempengaruhi kesehatan. (5) Dampak yang akan muncul jika kesehatan petugas menurun, tentu akan mempengaruhi kinerja petugas dalam bertugas.

Menurut *NIOSH*, stres akibat kerja merupakan masalah umum yang saat ini terjadi di tempat kerja di Amerika. Berdasarkan hasil penelitian *Northwestern National Life*, satu dari empat pekerja di Amerika berpendapat bahwa pekerjaan merupakan penyebab stres nomor satu dalam hidup mereka. Dalam sebuah survei yang dilakukan *Princeton Survey Research Associates* disebutkan bahwa, tiga dari empat orang di Amerika mengatakan bahwa pekerja pada saat ini memiliki tingkat stress kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan generasi beberapa tahun sebelumnya. (6) Adapun penelitian yang pernah dilakukan oleh program studi Magister Kedokteran Kerja FKUI sekitar tahun 1990-an menunjukkan bahwa sekitar 30%

pekerja pernah mengalami stres di tempat kerja mulai dari keluhan ringan sampai berat. Data ini menunjukkan bahwa kejadian stres kerja pada era saat ini bisa jadi semakin mengalami peningkatan.

Stres kerja adalah salah satu masalah yang sering ditemukan serta menjadi fokus di bidang kesehatan dan keselamatan kerja. Kebanyakan pekerjaan dengan waktu yang sangat sempit ditambah lagi dengan tuntutan harus serba cepat dan tepat membuat orang hidup dalam ketegangan atau stres. (7) Salah satu pekerjaan yang menuntut pelaksanaan tugas tersebut adalah seorang pemadam kebakaran. Petugas pemadam kebakaran harus secara cepat dan tepat untuk menolong serta memadamkan kebakaran, supaya dapat mencegah bertambahnya korban jiwa ataupun harta benda.

Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui hubungan faktor beban kerja terhadap stres kerja akut yang dialami petugas pemadam kebakaran. Sehingga Pemadam Kebakaran Sektor Kecamatan Pasar Minggu dapat mengevaluasi beban kerja yang dialami para petugas mereka. Penelitian ini juga dapat digunakan untuk mengambil langkah antisipasi dalam mencegah dan mengendalikan stres kerja yang terjadi. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian tentang hubungan jumlah dan variasi beban kerja terhadap stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu.

1.2. Rumusan Masalah

Dalam kegiatan operasi pemadaman dan penyelamatan, Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu memiliki 59 personil yang terbagi ke dalam 3 shift kerja. Masing – masing shift berjaga selama 1x24 jam dan selama itu, petugas harus siap siaga ketika ada panggilan darurat kebakaran maupun penyelamatan. Ketika terjadi panggilan darurat, maka beban kerja yang di terima para petugas menjadi sangat besar

dalam waktu yang sangat singkat. Beban kerja yang bertumpuk tersebut dapat berpengaruh terhadap stres kerja akut yang di alami petugas.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018?
2. Bagaimana hubungan antara faktor jumlah beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018?
3. Bagaimana hubungan antara faktor variasi beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan jumlah dan variasi beban kerja terhadap stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Diketahuinya gambaran stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018.
2. Diketahuinya hubungan antara faktor jumlah beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018.
3. Diketahuinya hubungan antara faktor variasi beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Bagi Pemadam Kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu

1. Sebagai gambaran tingkat stres kerja akut yang dialami oleh petugas pemadam.
2. Sebagai bahan evaluasi beban kerja yang mempengaruhi stres kerja akut.
3. Sebagai masukan untuk mencegah dan mengendalikan stress akut yang dialami oleh para petugas guna meningkatkan produktivitas Pemadam Kebakaran Sektor Kecamatan Pasar Minggu

1.5.2. Bagi Petugas Pemadam Kebakaran sektor IX

1. Sebagai gambaran stress kerja akut yang dialami petugas
2. Sebagai bahan evaluasi diri untuk dapat mengukur tingkat stress kerja akut petugas pemadam kebakaran
3. Sebagai langkah pengendalian stress kerja akut yang dialami petugas dan mencegah dampak yang akan ditimbulkan.

1.5.3. Bagi STIKes BINAWAN

1. Menambah referensi kepustakaan tentang pengaruh beban kerja terhadap stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran.
2. Sebagai rujukan dalam melakukan penelitian yang lebih mendalam di masa yang akan datang.

1.5.4. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan, wawasan, dan pemahaman dalam menerapkan ilmu yang telah dipelajari ke dalam lingkup petugas pemadam kebakaran.

1.6. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan jumlah beban kerja dan variasi beban kerja terhadap stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018. Subjek penelitian ini adalah seluruh petugas pemadam kebakaran di kecamatan Pasar Minggu. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Juni 2018 di Dinas Pemadam Kebakaran Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu.



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Definisi Stres

Kata stres pertama kali diperkenalkan oleh Selye pada dunia psikologi dan kedokteran sekitar tahun 1930-an. Menurut Selye, stres merupakan reaksi organisme terhadap keadaan terancam dan tertekan. Selye menemukan bahwa stres dihasilkan dari reaksi rantai hormon neuroendokrin yang terjadi di dalam tubuh.

Perkembangan penelitian mengenai stres selama beberapa dekade terakhir telah mendorong munculnya beragam definisi stres baik dari segi psikologi, fisiologi, sosial dan ilmu perilaku. Berikut ini adalah definisi stres menurut para ahli:

1. Lazarus dan Foldman mendefinisikan stres sebagai hasil dari ketidakseimbangan antara permintaan dengan sumber daya yang tersedia.
2. Cox mendefinisikan stres sebagai sebuah fenomena persepsi yang timbul dari adanya perbandingan antara permintaan dan kemampuan *coping*.
3. McGrath mendefinisikan stres sebagai hasil dari permintaan lingkungan yang tidak mampu dipenuhi oleh individu.
4. McEwen menyatakan bahwa stres merupakan sebuah peristiwa yang mengancam individu sehingga menghasilkan respon secara fisiologi dan perilaku. (8)

2.2. Stres Kerja

Stres kerja merupakan keadaan emosional yang timbul karena adanya ketidaksesuaian antara tingkat permintaan dengan kemampuan individu untuk mengatasi stres kerja yang dihadapinya. Hal ini bersifat subjektif dan selalu ada pada setiap individu yang

tidak mampu mengatasi tuntutan yang terdapat di lingkungan kerja. Stres kerja dapat diartikan sebagai ketidaksesuaian antara permintaan dan tekanan tetapi dapat juga diartikan sebagai ketidaksesuaian dengan pengetahuan dan kemampuan. Situasi seperti ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan individu untuk menghadapi tekanan pekerjaan tetapi juga pengetahuan dan kemampuan individu yang tidak digunakan dengan baik sehingga memicu timbulnya masalah bagi diri mereka. (9)

Menurut OSHA, individu akan merasakan stres ketika terjadi ketidakseimbangan antara permintaan dengan sumber daya yang dimilikinya. Secara umum, kondisi stres merupakan gangguan yang bersifat psikologis tetapi juga dapat berdampak pada fisiologi individu. Faktor yang dapat menyebabkan terjadinya stres kerja, antara lain kurangnya kontrol terhadap pekerjaan, ketidaksesuaian permintaan terhadap pekerja, dan kurangnya dukungan dari rekan kerja dan manajemen. Reaksi setiap individu dalam mengatasi stres berbeda-beda. Bagi beberapa individu merupakan sebuah hal yang mungkin untuk mengatasi permintaan pekerjaan yang tinggi tetapi hal ini belum tentu dapat terjadi pada individu lainnya. Sehingga kemampuan untuk menghadapi keadaan stres sangat tergantung pada evaluasi yang bersifat subjektif (10)

2.3. Stres Akut

Stres akut merupakan dampak yang timbul akibat adanya sumber stres yang bersifat jangka pendek. Biasanya sumber stres tersebut seringkali terdapat di aktivitas yang dilakukan individu kemudian dengan cepat menghilang. Stres akut bisa berdampak positif jika terjadi dalam pajanan yang rendah dan ditanggapi sebagai suatu hal yang menantang oleh individu yang menerimanya. Akan tetapi, apabila stres akut ini terjadi dalam pajanan yang tinggi maka akan berdampak negatif bagi individu yang merasakannya. (11) Berikut ini adalah gangguan kesehatan akibat stres akut:

Tabel 2.1 Gangguan Kesehatan Akibat Stres Akut

Fisiologis	Psikologis	Perilaku
a. Wajah terasa panas b. Sakit kepala c. Nyeri dada d. Mulut kering e. Napas pendek f. Tekanan darah tinggi g. Nyeri otot h. Sembelit atau diare i. Kelelahan j. Insomnia k. Mudah sakit l. Gangguan pencernaan m. Jantung berdebar cepat n. Rahang kaku o. Berkeringat banyak	a. Nafsu makan menurun b. Sedih berkepanjangan c. Sulit berkonsentrasi d. Merasa tertekan e. Pesimis f. Merasa selalu gagal g. Selalu merasa ketakutan h. Gelisah ketika tidur i. Merasa kesepian j. Mudah menangis k. Merasa orang-orang tidak ramah	a. Tidak sabar b. Suka berdebat c. Menyebabkan terjadinya kecelakaan kerja d. Penggunaan alkohol/ obat-obatan e. Merokok f. Mengabaikan tanggung jawab

p. Nafsu makan menurun/bertambah q. Tangan gemetar	l. Tidak dapat menikmati hidup m. Berbicara lebih sedikit n. Merasa tidak disukai orang-orang	

Sumber: NIOSH

2.4. Stres Kronis

Stres kronis merupakan salah satu bentuk stres yang terjadi dalam jangka waktu yang lama dan sulit dikendalikan. Stres kronis ini terjadi karena adanya situasi mengganggu yang sangat sulit untuk diatasi. Sehingga stres kronis ini lama kelamaan akan menimbulkan kerusakan bagi tubuh, pikiran dan kehidupan individu yang merasakannya (11)

Menurut *NIOSH*, beberapa penyakit yang berkaitan dengan stres kronis, antara lain diabetes, hernia, tuberculosis, asma, darah tinggi, penyakit jantung, rematik, epilepsi, glukoma, paralysis, gangguan ginjal, gangguan pernapasan, stroke, anemia, gangguan hati atau pancreas, gangguan kelenjar tiroid, insomnia, gastritis, colitis, ulkus lambung, sakit punggung, dan alergi.

Stres kronis terjadi akibat perkembangan stres akut yang terjadi dalam jangka waktu yang panjang. Akan tetapi, pada kenyataannya tidak mudah menemukan hubungan antara stres akut dengan stres kronis. Hal ini dikarenakan sulitnya menentukan penyebab awal munculnya dampak dari stres kronis tersebut dimana

stres akut yang menyebabkan terjadinya stres kronis atau kondisi lain yang menyebabkan terjadinya stres kronis tersebut.

2.5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja

2.5.1. Karakteristik Individu

2.5.1.1. Jenis Kelamin

Menurut ILO (2001), perempuan lebih berisiko mengalami stres yang dapat berdampak pada timbulnya penyakit akibat stres serta tingginya keinginan untuk meninggalkan pekerjaannya. Ada beberapa faktor yang menyebabkan perempuan rentan mengalami stres kerja, yaitu:

1. Perempuan memiliki peran dominan dalam merawat keluarga sehingga total beban kerja perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki.
2. Tingkatan untuk mengontrol pekerjaan cenderung rendah karena sebagian besar perempuan menempati jabatan di bawah laki-laki.
3. Semakin banyaknya perempuan yang menduduki jabatan penting.
4. Semakin banyaknya perempuan yang bekerja pada tingkat stres kerja tinggi.
5. Terjadinya ketidakadilan dan diskriminasi dari posisi yang lebih senior.

Selain itu, respon perempuan dan laki-laki dalam menghadapi stres juga cenderung berbeda. Berdasarkan hasil penelitian Wichert (2002) menemukan bahwa laki-laki cenderung untuk mengatasi strs yang dialami dengan melakukan perubahan perilaku, seperti merokok, minum alkohol, obat-obatan, dll. Sedangkan perempuan cenderung mengatasi stres yang dihadapi dengan melakukan perubahan secara emosional. Sehingga laki-laki cenderung mengalami

penurunan kualitas kesehatan secara fisik ketika mengalami stres. Adapun wanita cenderung mengalami penurunan kualitas kesehatan secara psikologis (12)

2.5.1.2. Umur

Individu yang berumur lebih tua cenderung mengalami stres lebih rendah. Individu yang berumur tua mengalami stres yang lebih rendah dikarenakan pengalamannya dalam menghadapi stres sudah lebih baik dibandingkan individu yang berumur muda (13)

2.5.1.3. Status Pernikahan

Individu yang berstatus menikah biasanya memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibandingkan dengan individu yang tidak menikah. Hal ini terjadi dikarenakan apabila pekerja mendapat dukungan dalam karir dari pasangannya maka stres kerja yang dialaminya akan cenderung rendah karena adanya dukungan dari pasangan. Akan tetapi, pengaruh status pernikahan terhadap stres hanya akan berpengaruh positif apabila pernikahan tersebut berjalan dengan baik. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada perawat dimana terdapat hubungan antara status pernikahan dengan kejadian stres kerja (14)

2.5.1.4. Masa Kerja

Masa kerja yang berhubungan dengan stres kerja berkaitan dalam menimbulkan kejenuhan dalam bekerja. Pekerja yang telah bekerja lebih dari lima tahun biasanya memiliki tingkat kejenuhan kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja baru. Kejenuhan ini yang kemudian dapat berdampak pada timbulnya stres di tempat kerja. (15)

2.5.2. Karakteristik Pekerjaan

2.5.2.1. Kebisingan

Suara di tempat kerja berubah menjadi salah satu bahaya kerja (occupational hazard) saat keberadaannya dirasakan mengganggu atau tidak diinginkan secara (16) :

1) Fisik (menyakitkan telinga pekerja)
2) Psikis (mengganggu konsentrasi dan kelancaran komunikasi)

2.5.2.2. Pencahayaan

Menurut Poulton (1978), tingkat pencahayaan yang terlalu rendah dan menyilaukan dapat memicu terjadinya ketegangan otot mata, kelelahan mata, sakit kepala, kerusakan penglihatan, ketegangan, dan frustasi.

2.5.2.3. Suhu

Berdasarkan hasil penelitian Pilcher et al (2002), menemukan bahwa suhu yang terlalu dingin memiliki dampak negatif terhadap proses pembelajaran dan tugas yang membutuhkan memori. Sedangkan suhu yang terlalu panas berdampak negatif terhadap tugas yang membutuhkan perhatian dan persepsi. semakin kompleks tingkat pekerjaan maka performa kerja akan semakin memburuk jika suhu lingkungan terlalu panas atau dingin (17)

2.5.2.4. Ventilasi

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ajala (2012) menunjukkan bahwa sistem ventilasi yang baik dapat meningkatkan produktivitas kerja serta menurunkan pajanan terhadap substansi udara yang berbahaya sehingga dapat

mencegah terjadinya penyakit akibat hubungan kerja, *absenteisme*, dan *turnover* pekerja (18)

2.5.2.5. Konflik Peran

Ada sebuah penelitian menarik tentang stres kerja menemukan bahwa sebagian besar karyawan yang bekerja di perusahaan yang sangat besar, atau yang kurang memiliki struktur yang jelas, mengalami stres karena konflik peran. Mereka stres karena tidak jelasnya peran dalam bekerja dan tidak tahu apa yang diharapkan oleh manajemen . Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada manajer di Singapura menunjukkan bahwa secara signifikan konflik peran berhubungan dengan munculnya stres kerja (19)

2.5.2.6. Konflik Interpersonal

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pekerja di Jepang menunjukkan bahwa pada pekerja baik laki-laki maupun perempuan konflik interpersonal berpengaruh terhadap stres secara psikologis. Dalam penelitian yang dilakukan pada perusahaan manufaktur skala kecil dan sedang di Jepang menunjukkan bahwa tingginya konflik interpersonal dapat berpengaruh terhadap peningkatan gejala depresi. (20)

2.5.2.7. Ketidakpastian Pekerjaan

Ketidakpastian pekerjaan merupakan salah satu sumber stres yang dapat mengakibatkan menurunnya performa kerja dan menyebabkan pekerja mencoba mencari pekerjaan di tempat lain. (3)

2.5.2.8. Kurangnya Kontrol

Kurangnya kontrol terhadap diri sendiri dapat menimbulkan terjadinya stres. Hal ini dikarenakan individu tersebut tidak mampu mengatur dirinya sendiri. Dalam

penelitian yang dilakukan oleh Marmot et al (1997) menunjukkan bahwa pekerja yang memiliki kemampuan kontrol kerja lebih sedikit memiliki risiko empat kali lebih besar terkena serangan jantung dibandingkan dengan pekerja yang memiliki kontrol lebih besar terhadap pekerjaannya. (14)

2.5.2.9. Jumlah Beban Kerja

Beban kerja berlebih dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres. Hal ini dikarenakan pekerjaan yang diberikan terlalu monoton, membosankan, dan terlalu jauh dibawah kemampuan pekerja itu sendiri. Sehingga pekerja merasa tertekan dengan kondisi pekerjaan yang demikian. Berdasarkan hasil penelitian pada pekerja di Jepang menunjukkan bahwa jumlah beban kerja secara signifikan berkaitan dengan munculnya sejumlah gejala stres, seperti mudah marah, kelelahan, gelisah, dan gejala depresi (6)

2.5.2.10. Variasi Beban Kerja

Variasi beban kerja berkaitan dengan beragam jenis pekerjaan yang diberikan kepada pekerja dengan tuntutan kemampuan yang berbeda-beda. Variasi beban kerja yang beragam dapat menimbulkan stres bagi pekerja ketika mereka merasa tidak mampu melaksanakan tugas tersebut. Berdasarkan hasil survei Caplan et al (1975) pada 23 negara menemukan bahwa tingginya kompleksitas pekerjaan akan semakin meningkatkan gejala depresi pada pekerja. (21)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap petugas pemadam kebakaran menunjukkan bahwa variasi beban kerja yang tinggi berhubungan secara signifikan terhadap munculnya gejala stres berupa insomnia. (22)

2.5.2.11. Tanggung Jawab Pekerjaan

Hasil penelitian Sulsky & Smith (2005) menunjukkan bahwa seorang pekerja yang memiliki tanggung jawab dalam mengatur orang lain akan mengalami tingkat stres yang cukup tinggi. Memiliki tanggung jawab terhadap orang lain juga dapat menyebabkan munculnya rasa cemas. Hal ini dapat terjadi pada berbagai profesi yang tidak terbatas hanya pada seorang manajer tetapi juga guru, petugas kesehatan, pelaksana hukum. (23)

2.5.2.12. Kemampuan yang Tidak Digunakan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap pekerja di Jepang didapatkan hasil bahwa kemampuan pekerja yang tidak digunakan dengan baik dapat meningkatkan risiko stres kerja yang berdampak pada peningkatan kadar tekanan darah. (21)

2.5.2.13. Tuntutan Mental

Tuntutan mental merupakan sumber stres yang signifikan terutama pada pekerjaan yang menuntut interaksi secara langsung dengan klien perusahaan khususnya pada sektor jasa. Menurut Zapf (2002), pekerjaan yang menuntut kondisi emosional yang baik sangat berhubungan dengan rendahnya tingkat kesejahteraan pekerja secara mental. (24)

2.5.2.14. Shift Kerja

Pekerjaan shift terutama saat malam hari akan memberikan tekanan yang besar bagi tubuh. Tubuh akan merasa lebih lelah sehingga risiko terjadinya kecelakaan akan meningkat. Jam kerja yang terlalu lama sebaiknya juga dihindari. Urutan shift kerja yang baik yaitu shift pagi- siang – malam dan setiap shift tersebut diselesaikan tubuh akan

membutuhkan waktu sekitar 11 jam untuk beristirahat. Kurangnya istirahat akan memberikan efek negatif dari stres dengan munculnya gangguan kesehatan. (25)

Hasil penelitian Dirken (1966) menemukan bahwa meskipun pekerja shift merasakan kelelahan dan malaise lebih tinggi tetapi tidak ditemukan adanya perbedaan gejala berarti dibandingkan dengan pekerja non-shift. Hasil survei literatur yang dilakukan Rutenfranz et al (1977) juga menemukan hal yang serupa yaitu pekerjaan shift tidak memiliki dampak yang signifikan terhdapa penyakit jantung dan saraf. (26)

2.5.3. Aktivitas di Luar Pekerjaan

Aktivitas di luar pekerjaan juga dapat berpengaruh dalam menimbulkan kondisi stres bagi seorang pekerja. Pada semua model stres kerja, aktivitas di luar pekerjaan diakui sebagai salah satu sumber stres bagi pekerja. Aktivitas di luar pekerjaan yang dapat mempengaruhi kondisi stres sangat beragam, seperti masalah keuangan, penikahan, kehidupan sosial, anak, dsb. Sumber stres yang berasal dari aktivitas di luar pekerjaan dapat memperburuk kondisi stres yang dialami pekerja akibat aktivitas pekerjaannya. Oleh karena itu, menghilangkan sumber stres dari aktivitas di luar pekerjaan sebaiknya dilakukan. Hal ini dilakukan untuk mencegah menurunnya kepuasan kerja seseorang serta menghambat perkembangan reaksi stres dari sumber yang telah didapat ketika bekerja. (27)

2.5.4. Faktor Pendukung

Hubungan yang baik antara individu dengan lingkungannya akan memberikan dampak yang positif bagi kesejahteraan individu tersebut. Hubungan yang baik bukan hanya dengan menghindari terjadinya konflik di tempat kerja

tetapi juga adanya dukungan aktif yang diberikan kepada pekerja. Menurut House (1981), terdapat empat jenis dukungan, yaitu:

1. Dukungan emosional berupa rasa simpati, ketertarikan, kebaikan, dll.
2. Dukungan instrumental berupa dukungan yang nyata, seperti bantuan dalam menyelesaikan sebuah permasalahan.
3. Dukungan informasi berupa memberikan informasi yang berguna dalam menyelesaikan suatu permasalahan.
4. Dukungan evaluasi berupa opini yang berkaitan dengan penampilan, perilaku atau tindakan seseorang.

Pekerja yang dikelilingi lingkungan yang baik akan merasa lebih percaya diri meskipun bekerja dalam kondisi yang sangat tertekan sekalipun. (24)

2.6. Dampak Stres Kerja

2.6.1. Dampak Bagi Pekerja

Stres merupakan masalah umum yang saat ini seringkali terjadi pada pekerja. Stres memiliki dampak kerugian yang besar bagi absenteisme dan rendahnya performa kerja. Selain itu, efek jangka panjang stres dapat menimbulkan berbagai penyakit, seperti gangguan lambung, gangguan tulang dan otot, hipertensi hingga penyakit jantung. Penyakit- penyakit tersebut merupakan penyebab tingginya angka kesakitan, kecacatan, dan kematian di negara industri (ILO).

Selain itu, reaksi individu terhadap stres, secara umum dikelompokkan dalam berbagai segi, yaitu kognitif, emosi dan tingkah laku sosial. (15)

1. **Dampak Stres Terhadap Kognitif**

Stres yang tingkahnya sudah tinggi bisa mengganggu ingatan dan perhatian seseorang dalam melakukan kegiatan yang melibatkan kognitif

2. **Dampak Stres Terhadap Emosi**

Emosi cenderung hadir ketika seseorang sedang stres dan orang juga sering menggunakan emosinya untuk mengevaluasi stres yang sedang dialaminya. Salah satu reaksi emosional yang sering muncul ketika stres adalah rasa takut (*fear*). Rasa takut merupakan kombinasi ketidaknyamanan psikologis (*psychological discomfort*) dan *physical arousal* dalam situasi yang mengancam. Ada dua kategori takut, yaitu *phobia* dan *anxiety*. *Phobia* merupakan takut yang berlebihan dan tidak masuk akal yang diasosiasikan dengan peristiwa atau situasi tertentu. Sedangkan *anxiety* adalah perasaan tidak nyaman yang sering terjadi pada situasi mengancam yang tidak pasti.

Stres juga bisa menyebabkan terjadinya perasaan sedih atau depresi. Perasaan seperti ini merupakan hal yang normal. Perbedaan antara depresi yang normal dan yang tidak normal terletak pada tingkat depresi itu sendiri. Depresi bisa menjadi gangguan psikologis apabila tingkatnya parah terjadi pada kurun waktu yang lama dan frekuensi terjadinya sering. Perasaan sedih yang terjadi pada karyawan masih pada tingkat yang normal, karena stres yang dialami karyawan tidak menyebabkannya menjadi depresi berat. Reaksi emosional lainnya adalah rasa marah (*anger*), yang sering terjadi ketika situasi yang ada dinilai membahayakan atau membuat frustrasi.

3. **Dampak Stres Terhadap Tingkah Laku Sosial**

Stres bisa mengubah perilaku seseorang terhadap orang lain. Dalam situasi yang menyebabkan stres, seperti

bencana alam, orang-orang yang bekerja sama untuk bisa menolong orang lain. Hal ini dilakukan karena mereka mempunyai tujuan yang sama dan hanya bisa diwujudkan dengan bekerja sama. Tapi dalam situasi lain, orang lain bisa menjadi tidak sensitif, kurang peduli dan lebih agresif terhadap orang lain. Ketika stres diikuti dengan rasa marah, maka akan terjadi perilaku sosial yang negatif. Dampak stres terhadap tingkah laku sosial dapat terlihat dari tingkah laku yang menjauhi sesamanya.

2.6.2. Dampak Bagi Instansi

Para manajer seharusnya mengenali setiap gejala stres yang dihadapi pekerjanya. Kegagalan dalam mengenali gejala stres di tempat kerja dapat berdampak pada keberlangsungan usaha, termasuk rendahnya motivasi, peningkatan absenteisme, rendahnya produktivitas, kesalahan pengambilan keputusan, rendahnya efisiensi, dan rendahnya hubungan dengan industri lain.

2.7. Pencegahan Stres Kerja

Stres kerja pada hakikatnya merupakan bahaya pekerjaan yang dapat dicegah. Menurut WHO, terdapat tiga tahap dalam mencegah terjadinya stres kerja, antara lain:

a. Pencegahan primer

Pencegahan stres primer dapat dilakukan dengan melakukan penyesuaian ergonomik, mendesain lingkungan dan pekerjaan sesuai dengan kemampuan pekerja, dan melakukan pengembangan organisasi dan manajemen. Dalam mendesain lingkungan dan pekerjaan ada beberapa hal yang harus diperhatikan agar mencegah terjadinya stres pada pekerja.

Berikut ini adalah beberapa hal yang harus diperhatikan dalam mendesain pekerjaan yang baik.

Hal yang harus diperhatikan	Penjelasan
Struktur organisasi yang jelas	Pekerja harus disediakan informasi yang jelas mengenai struktur, tujuan dan praktik organisasi.
Penempatan, pelatihan, dan pengembangan pekerja yang tepat	Keterampilan, pengetahuan dan kemampuan pekerja harus disesuaikan dengan kebutuhan yang terdapat di tempat kerja. Sebelum melakukan penempatan pekerja sebaiknya dilakukan penilaian terlebih dahulu terhadap kesesuaian antara kemampuan pekerja dengan kebutuhan di tempat kerja. Selain itu, pelatihan yang sesuai juga harus disediakan agar keterampilan pekerja dapat mengikuti perkembangan tuntutan pekerjaan yang dilakukannya. Supervisi yang efektif juga harus dilakukan untuk melindungi pekerja dari kemungkinan terjadinya stres.

Sumber: (WHO,2003) (27)

b. Pencegahan sekunder

Untuk melakukan pencegahan stres sekunder dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan dan pelatihan kepada para pekerja dalam mencegah dan mengatasi stres kerja.

c. Pencegahan tersier

Langkah pencegahan terakhir yang dapat dilakukan yaitu dengan meningkatkan sensitivitas dan respon sistem manajemen serta meningkatkan pelayanan kesehatan kerja. Pencegahan tersier ini menekankan pada peningkatan respon dan pelayanan kesehatan kerja yang efisien. Program manajemen stres kerja juga seharusnya dikembangkan dalam langkah pencegahan ini.

2.8. Penanggulangan Stres Kerja

Menurut NIOSH, penanggulangan stres di tempat kerja bisa dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu pendekatan manajemen stres dan perubahan organisasi.

a. Manajemen stres

Manajemen stres biasanya dilakukan dengan cara memberikan pelatihan manajemen stres bagi para pekerja melalui *Employee Assistance Program* (EAP). Pelatihan ini diberikan untuk meningkatkan kemampuan pekerja dalam mengatasi situasi pekerjaan yang sulit. Hampir setengah dari perusahaan besar di Amerika Serikat telah menyediakan pelatihan manajemen stres bagi para pekerja mereka. Program manajemen stres ini mencakup penjelasan mengenai sifat dan sumber stres, dampak stres bagi kesehatan, dan kemampuan untuk mengurangi stres bagi pekerja. *Employee Assistance Program* ini menyediakan pelayanan konseling bagi pekerja mengenai permasalah pribadi maupun pekerjaan. Pelatihan manajemen stres ini dapat membantu dengan cepat dalam mengurangi gejala stres, seperti kecemasan dan gangguan tidur. Keuntungan mengimplementasikan program ini yaitu murah dan mudah diimplementasikan. Akan tetapi, kelemahan

program ini yaitu efek gejala stres seringkali bersifat sementara sehingga pekerja seringkali mengabaikannya.

b. Perubahan organisasi

Perubahan organisasi dapat dilakukan dengan menggunakan jasa konsultan untuk melakukan perbaikan kondisi kerja di suatu organisasi. Pendekatan ini cara langsung yang dapat digunakan untuk mengurangi stres di tempat kerja. Pendekatan cara ini dilakukan dengan cara mengidentidikasi aspek stres kerja yang terdapat di tempat kerja, seperti beban kerja berlebih, harapan yang bertentangan, dll dan melakukan desain strategi untuk mengurangi atau menghilangkan stresor yang telah diidentifikasi. Keuntungan dari pendekatan ini yaitu secara langsung mengatasi permasalahan stres kerja hingga ke penyebab dasarnya. Akan tetapi, para manajer seringkali tidak menyukai pendekatan ini karena melibatkan perubahan dalam rutinitas kerja, jadwal produksi atau perubahan struktur organisasi. Secara umum, prioritas utama dalam menanggulangi stres kerja harus dilakukan dengan cara perubahan organisasi untuk memperbaiki kondisi kerja. Akan tetapi, kombinasi perubahan organisasi dan manajemen stres marupakan pendekatan yang paling sesuai untuk dapat mengurangi stres di tempat kerja. (28)

2.9. Cara Pengukuran Stres Kerja

Teknik pengukuran stres dapat dilakukan dengan tiga cara, yaitu (14):

a. *Self Report Measure*

Pengukuran dengan metode ini dilakukan dengan menanyakan intensitas pengalaman baik psikologis, fisiologis dan perubahan fisik yang dialami seseorang menggunakan kuesioner. Teknik ini seringkali disebut *life event scale*. Teknik ini mengukur stres dengan cara mengobservasi perubahan perilaku seseorang,

seperti kurangnya konsentrasi, cenderung berbuat salah, bekerja dengan lambat, dll.

b. *Physiological Measure*

Pengukuran metode ini dilakukan dengan cara melihat perubahan yang terjadi pada kondisi fisik seseorang, seperti perubahan tekanan darah, ketegangan otot bahu, leher, dan pundak. Cara ini dianggap memiliki reliabilitas paling tinggi akan tetapi sebenarnya tergantung pada alat yang digunakan serta pengukur itu sendiri.

c. *Biochemical Measure*

Pengukuran metode ini dilakukan dengan melihat respon biokimia melalui perubahan kadar hormon *katekolamin* dan kortikosteroid setelah dilakukan pemberian stimulus. Reliabilitas pengukuran dengan metode ini tergolong cukup tinggi tetapi hasil pengukurannya dapat berubah jika subjek penelitiannya memiliki kebiasaan merokok, minum alkohol, dan kopi. Hal ini dikarenakan kandungan dalam rokok, alkohol, dan kopi dapat mempengaruhi kadar hormon tersebut di dalam tubuh.

Dari ketiga cara di atas pengukuran *life event scale* paling sering digunakan dalam pengukuran stres. Hal ini dikarenakan penggunaannya yang mudah serta biaya yang relatif murah meskipun tidak dapat dihindari adanya keterbatasan tertentu.

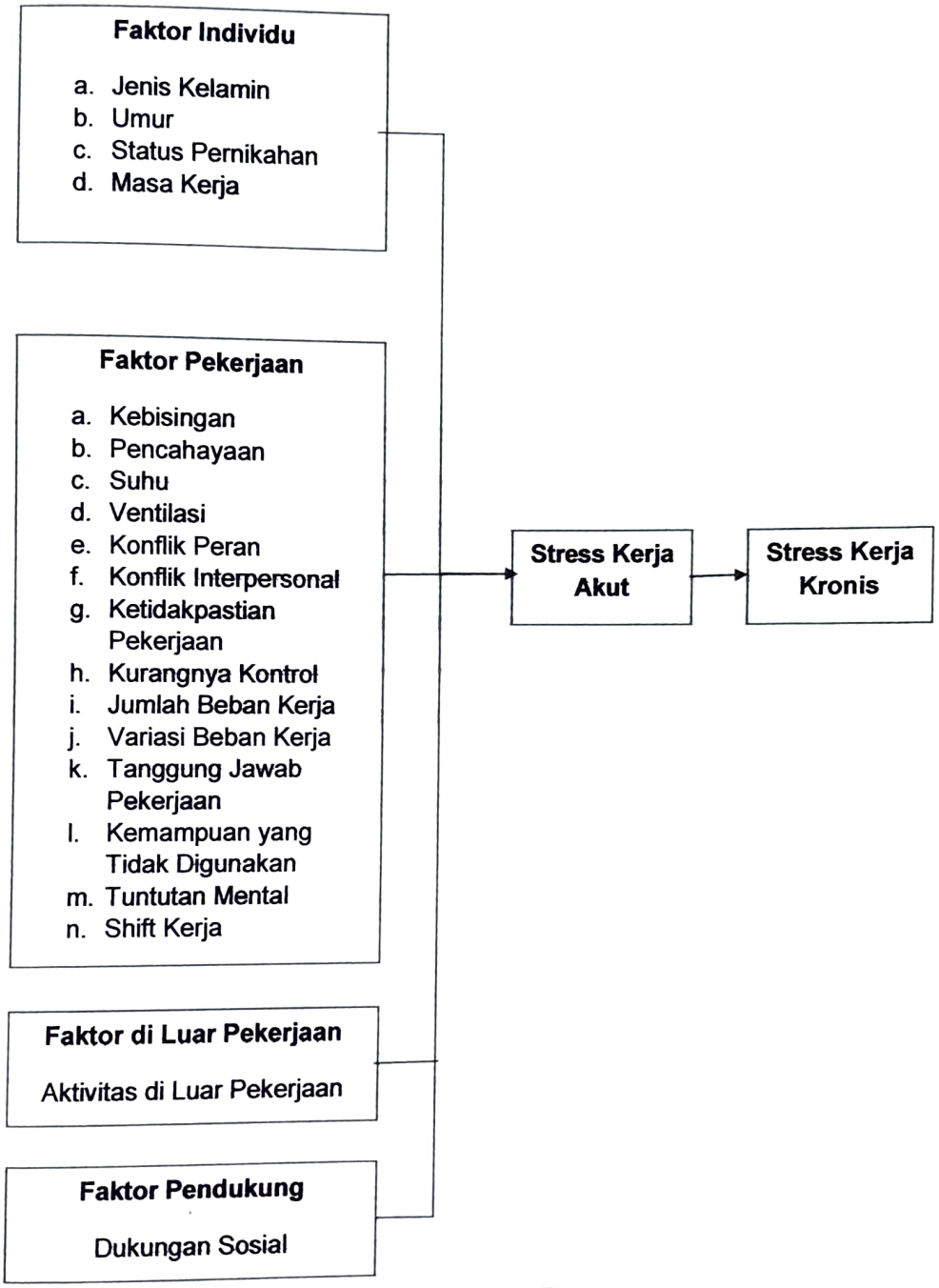
2.10. Instrumen Pengukuran Stres Kerja

Dewasa ini sudah banyak perkembangan penelitian tentang stres kerja. Dari penelitian yang telah dilakukan, ada banyak macam jenis instrumen pengukuran yang sudah di standarisasi dan teruji validitasnya maupun reliabilitasnya. Berdasarkan hasil pertimbangan, peneliti memilih menggunakan kuesioner NIOSH *Generic Job Stress Questionnaire*. Hal ini disebabkan karena kuesioner tersebut memiliki beberapa kelebihan dibandingkan dengan kuesioner lainnya, terutama faktor sumber stres yang

diukur lebih bersifat lengkap dan menyeluruh. Selain itu, kuesioner tersebut merupakan instrumen baku pengukuran stres kerja yang telah disahkan oleh NIOSH. Reliabilitas dan validitas kuesioner juga sudah dapat dipercaya karena sudah diuji dan sering digunakan dalam penelitian stres kerja.

2.11. Kerangka Teori

Gambar 2.1 Bagan Kerangka Teori



Sumber: Caplan, Cobb, French, Harrison, dan Pinneau (1975), Cooper dan Marshal (1976), dan House (1974)



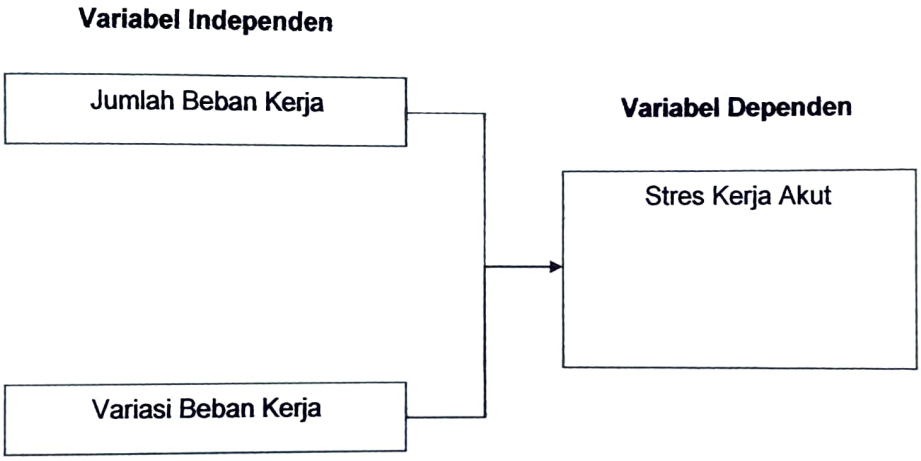
INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

BAB III
METODOLOGI PENELITIAN

3.1. Kerangka Konsep

Kerangka konsep mengacu pada variabel yang akan diteliti. Berdasarkan pada kerangka teori pada bab sebelumnya, maka variabel yang akan diteliti pada penelitian ini, yaitu variabel independen yang terdiri dari jumlah beban kerja dan variasi beban kerja. Sedangkan variabel dependen yang akan diukur yaitu stres kerja akut. Berikut ini adalah gambaran kerangka konsep yang akan diteliti:

Gambar 3.1 Kerangka Konsep



3.2. Definisi Oprasional

Tabel 3.1 Definisi Oprasional

No	Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Stres Kerja Akut	Keluhan stres yang dialami responden berdasarkan perubahan fisiologis dan psikologis yang dialaminya	*NIOSH Generic Job Stress Question naire*	Rata-rata skor dari pertanyaan Perubahan Fisiologis dan Perubahan Psikologis	> Mean = Stres < Mean = Tidak Stres	Ordinal
2	Jumlah Beban Kerja	Banyaknya jumlah pekerjaan yang harus dilakukan oleh responden	*NIOSH Generic Job Stress Question naire*	Rata-rata skor dari pertanyaan Jumlah Beban Kerja	> Mean = Berat < Mean = Ringan	Ordinal
3	Variasi Beban Kerja	Beragam jenis pekerjaan yang diberikan kepada pekerja dengan tuntutan kemampuan yang berbeda- beda	*NIOSH Generic Job Stress Question naire*	Rata-rata skor dari pertanyaan Variasi Beban Kerja	> Mean = Banyak < Mean = Sedikit	Ordinal

3.3. Hipotesis

1. Jumlah beban kerja dengan stres kerja akut

   Ho : Tidak ada hubungan antara jumlah beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018.

   Ha : Ada hubungan antara jumlah beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018.

2. Variasi beban kerja dengan stres kerja akut

   Ho : Tidak ada hubungan antara variasi beban kerja dengan stres kerja pada petugas pemadam kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018.

   Ha : Ada hubungan antara variasi beban kerja dengan stres kerja pada petugas pemadam kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018.

3.4. Jenis & Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik yaitu penelitian yang dilakukan untuk menguji determinan suatu fenomena. Desain studi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh beban kerja dengan stres kerja akut pada petugas pemadam kebakaran di Kecamatan Pasar Minggu yang dapat diukur pada saat yang bersamaan.

3.5. Populasi & Sampel Penelitian

3.5.1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petugas pemadam di Kecamatan Pasar Minggu yang berjumlah 59 orang.

3.5.2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh petugas pemadaman di Kecamatan Pasar Minggu yang berjumlah 59 orang.

3.5.3. Metode Sampling

Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *total sampling*. *Total sampling* dipakai karena jumlah populasi yang ada sudah cukup dan tidak perlu dikurangi ataupun ditambah.

3.6. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

3.6.1. Kriteria Inklusi

1) Bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
2) Berstatus sebagai Pegawai Negeri Sipil.
3) Menjabat sebagai kepala regu atau pasukan.

3.6.2. Kriteria Ekslusi

1) Sedang cuti ataupun sakit yang membuat responden tidak dapat hadir ketika pengambilan data.
2) Menjabat sebagai kepala pleton atau lebih tinggi.

3.7. Sumber Data Penelitian

Data di peroleh langsung dengan penyebaran kuesioner *NIOSH Generic Job Stress Questionnaire* ke seluruh petugas pemadam yang menjadi sampel penelitian ini.

3.8. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *NIOSH Generic Job Stress Questionnaire* yang telah disalin ke dalam bahasa Indonesia. Pemilihan kuesioner ini karena memiliki variabel stres kerja yang paling lengkap untuk diukur meliputi variabel yang mempengaruhi stres maupun variabel indikator stres.

Daftar pertanyaan yang terdapat di dalam kuesioner tersebut terdiri dari variabel penyebab stres dan indikator stres berupa perubahan psikologis dan fisiologis. Setiap item kuesioner menggunakan skala penilaian 5 skala Likert.

Scoring Instrumen NIOSH *Generic Job Stress Questionnaire*

Contoh *scoring* akan dijelaskan sebagai berikut. Untuk variabel satu misalnya rata-rata nilai yang didapatkan pada satu orang yaitu:

Tabel 3.2 Skoring NIOSH

Contoh Item	Sangat Tidak Setuju	Tidak Setuju	Biasa Saja	Setuju	Sangat Setuju
Skor Item Positif	1	2	3	4	5
Skor Item Negatif	5	4	3	2	1

3.9. Pengumpulan Data

3.9.1. Data Primer

Pengumpulan data primer dilakukan dengan pengisian kuesioner oleh petugas pemadam kebakaran di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu. Teknik pengambilan data dilakukan dengan membagikan kuesioner kepada pekerja yang menjadi sampel penelitian ini dan terlebih dahulu akan dijelaskan maksud dan tujuan penelitian, serta cara pengisian kuesioner.

3.10. Pengolahan dan Analisa Data

3.10.1. Mengkode data (*data coding*)

Proses pengklasifikasian data dan pemberian kode jawaban responden. Hal ini dilakukan pada pembuatan kuesioner untuk mempermudah pengolahan data selanjutnya. *Coding* dilakukan pada seluruh bagian dalam kuesioner, yaitu:

Tabel 3.3 *Data Coding*

No	Variabel	Kode dan Skoring	Keterangan
1.	Jumlah beban kerja, Perubahan fisiologis, Perubahan psikologis	Tidak pernah = 1 Jarang = 2 Kadang-kadang = 3 Sering = 4 Sangat sering = 5 Untuk pernyataan yang bersifat berlawanan dengan variabel maka pemberian kode dibalik.	Skor total 1 – 5 Semakin tinggi skor maka semakin berhubungan dengan stres kerja
2	variasi beban kerja	Tidak ada = 1 Tidak terlalu banyak = 2 Agak banyak = 3 Banyak = 4 Sangat banyak = 5	Skor total 1 – 5 Semakin tinggi skor maka semakin berhubungan dengan stres kerja

		Untuk pernyataan yang bersifat berlawanan dengan variabel maka pemberian kode dibalik.	

3.10.2. Menyunting Data (*Data Editing*)

Dilakukan untuk memeriksa kelengkapan dan kebenaran data seperti kelengkapan pengisian, kesalahan pengisian, dan konsistensi pengisian jawaban kuesioner.

3.10.3. Memasukkan Data (*Data Entry*)

Memasukkan data dari hasil kuesioner yang sudah diberikan kode pada masing-masing variabel. Data dimasukkan ke dalam program SPSS untuk di analisis univariat dan bivariat.

3.10.4. Membersihkan Data (*Data Cleaning*)

Pengecekan kembali data yang telah dimasukkan ke program SPSS untuk memastikan kelengkapan data dan siap untuk diolah dan di analisis.

3.10.5. Analisa data

3.10.5.1. Analisa Univariat

Analisa univariat dilakukan untuk mendeskripsikan distribusi frekuensi dan persentase masing-masing variabel independen dan dependen pada penelitian ini.

3.10.5.2. Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Analisa data yang dilakukan menggunakan uji *Chi-Square*.

3.11. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan. Penelitian dilakukan pada bulan April 2018 s/d Juni 2018 dengan melakukan pengamatan langsung. Kegiatan ini dilakukan menyesuaikan dengan keadaan di lapangan yang disesuaikan dengan keadaan pembimbing lapangan.



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1. Gambaran Umum Dinas Pemadam Kebakaran DKI Jakarta

Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Propinsi DKI Jakarta adalah unsur pelaksana pemerintah daerah yang diberi tanggung jawab dalam melaksanakan tugas-tugas penanganan masalah kebakaran. Organisasi Pemadam Kebakaran berdiri sejak 1 Maret 1919. Dibentuknya organisasi Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana ini merupakan perwujudan tanggung jawab Pemda DKI dalam rangka memberikan perlindungan kepada warganya dari ancaman bahaya kebakaran dan bencana lainnya.

Secara struktural perubahan organisasi pemadam kebakaran tertuang dalam Surat Keputusan Gubernur Propinsi DKI Jakarta, Nomor 9 Tahun 2002, tanggal 15 Januari 2002, tentang Organisasi dan Tata Kerja Organisasi Dinas Pemadam Kebakaran Propinsi DKI Jakarta.

Beberapa perubahan yang menonjol pada Skep Gubernur di atas, di antaranya adalah:

1. Dileburnya Bagian Keuangan dan Bagian Kepegawaian ke dalam satu Bagian, yakni Bagian Tata Usaha; sehingga jika pada masa sebelumnya pada jajaran Dinas Pemadam Kebakaran terdapat 17 eselon III, maka melalui perubahan ini berkurang menjadi hanya 15 eselon III;
2. Dibentuknya divisi baru, yakni Subdinas Penyelamatan (Rescue). Hal ini dimaksudkan sebagai jawaban terhadap tantangan kota Jakarta sebagai sebuah kota besar di mana potensi terjadinya bencana massal akan sangat besar dan jenisnya bervariasi (bencana kebakaran, banjir, bangunan

runtuh, tumpahan bahan-bahan berbahaya, kecelakaan transportasi, dan lain sebagainya). Oleh karenanya potensi tersebut perlu ditangani oleh satuan petugas khusus yang terlatih dan profesional.

3. Terdapat pengembangan pada tingkat/ jajaran Suku Dinas melalui pendekatan konsep Wilayah Manajemen Kebakaran (WMK); tujuan dari penerapan konsep ini adalah untuk mendekatkan pelayanan kepada masyarakat dengan memper-sempit daerah/wilayah kerja ke dalam satuan-satuan WMK;

Melalui konsep ini, setiap satuan WMK dipimpin oleh seorang kepala seksi sektor atau kurang lebih membawahi satu wilayah kecamatan. Setiap WMK akan menempati kantor Sektor yang berisi 4 (empat) unit mobil pemadam kebakaran dengan berbagai variasi sesuai dengan karakteristik daerah/ wilayah yang dilayaninya; Masing-masing WMK membawahi minimal 4 (empat) pos pemadam kebakaran, yang masing-masing pos berisi 1 sampai 2 unit mobil pemadam kebakaran.

Dalam mewujudkan rasa aman serta memberikan perlindungan kepada warga kota tersebut, Dinas Pemadam Kebakaran, sesuai dengan yang diatur dalam SK Gubernur Nomor 9 tahun 2002, tentang Struktur Organisasi dan Tata Kerja Dinas Pemadam Kebakaran Propinsi DKI Jakarta,Mempunyai 3 tugas pokok, yakni:

1. Pencegahan Kebakaran.
2. Pemadaman Kebakaran, dan
3. Penyelamatan Jiwa dan ancaman kebakaran dan bencana lain,

Secara umum Tugas Pokok dan Fungsi Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta tersebut dapat dikelompokan menjadi 3 kelompok, yaitu Pencegahan Kebakaran; Pemadaman Kebakaran; dan Penyelamatan.

4.1.1. Pencegahan Kebakaran

Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana dalam usaha-usaha pencegahan kebakaran melakukan kegiatan-kegiatan sebagai berikut:

a) Pembinaan teknis pencegahan kebakaran

1. Melakukan kompilasi peraturan dan sumber-sumber yang berkaitan dengan bidang pencegahan dan penanggulangan kebakaran;
2. Memberikan pelayanan teknis upaya pencegahan kebakaran kepada masyarakat;
3. Menyiapkan bahan persetujuan terhadap perancangan keselamatan kebakaran bangunan gedung serta pengangkutan dan pergudangan bahan berbahaya;
4. Memproses pemberian rekomendasi kegiatan usaha kepada perorangan dan atau badan hukum yang memproduksi, memasang, mendistribusikan, memperdagangkan atau mengedarkan segala jenis alat pencegah dan pemadam kebakaran.
5. Melaksanakan registrasi terhadap pengkaji teknis, instalatur, konsultan, kontraktor bangunan gedung bidang keselamatan kebakaran dan atau proteksi kebakaran.

b) Melakukan tugas inspeksi

1. Melaksanakan kegiatan pengawasan terhadap penerapan persyaratan keselamatan kebakaran pada bangunan gedung dalam masa konstruksi;
2. Melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan uji coba terhadap persyaratan pencegahan kebakaran pada bangunan gedung

baru, penyimpanan dan penggunaan serta pengangkutan bahan berbahaya sebelum digunakan;

3. Menyiapkan pemberian rekomendasi sebagai bahan penerbitan sertifikat laik fungsi untuk bangunan gedung baru atau sertifikat keselamatan kebakaran untuk bangunan gedung lama;
4. Menyiapkan pemberian persetujuan sebagai bahan penerbitan izin laik pakai kendaraan angkutan bahan berbahaya.
5. Melaksanakan kegiatan pemeriksaan dan verifikasi terhadap hasil pemeriksaan berkala pengkaji teknis bangunan gedung;

c) Melakukan penindakan

1. Melaksanakan kegiatan pengawasan dan pemeriksaan sewaktu-waktu terhadap kondisi kesiapan keselamatan kebakaran pada bangunan gedung dan penyimpanan, penggunaan serta pengangkutan bahan berbahaya;
2. Melaksanakan, koordinasi dan kerjasama penegakan hukum terhadap pelanggaran peraturan pencegahan dan penanggulangan kebakaran

4.1.2. Pemadaman Kebakaran

Pemadaman kebakaran merupakan tindaklanjut dari kegagalan usaha-usaha pencegahan kebakaran. Dalam melakukan pemadaman kebakaran, petugas pemadam kebakaran dihadapkan pada situasi extreme yang dapat menimbulkan kecelakaan kerja, dengan kata lain sangat beresiko tinggi. Oleh karenanya dalam melakukan pemadaman kebakaran dibutuhkan keterampilan khusus, disiplin tinggi dan kerjasama tim yang baik.

Adapun pemadaman kebakaran bertujuan untuk meminimalisir kerugian masyarakat dari kebakaran baik harta maupun jiwa. Dalam Peraturan Daerah Nomor 8 Tahun 2008

tentang Pencegahan dan Penanggulangan Kebakaran di wilayah Provinsi DKI Jakarta difokuskan pada:

a) Mengamankan pelaksanaan pembangunan dan asset pembangunan yang ada baik milik pemerintah maupun swasta;

b) Mendorong seluruh pemilik bangunan baik komersil, industri dan bangunan umum untuk dapat melakukan upaya penanggulangan kebakaran secara mandiri;

c) Melakukan pengaturan lebih detail mengenai sarana proteksi kebakaran dan sarana Penanggulangan Bencana jiwa dan harta benda pada seluruh bangunan;

d) Mengembangkan prasarana kota berkaitan dengan permasalahan kebakaran dalam rangka mengantisipasi perkembangan kota yang di tandai oleh semakin beragamnya jenis bangunan serta peruntukannya.

4.1.3. Penyelamatan

Tugas Penyelematan yang menjadi tanggung jawab Dinas meliputi:

a) Melakukan kebijakan teknis Penyelamatan;

b) Memegang komando Penyelamatan serta berkordinasi dengan instansi terkait baik pemerintah, swasta dan potensi masyarakat yang bergerak dibidang Penyelamatan;

c) Melakukan upaya pembinaan sumber daya manusia dalam tindakan Penyelamatan;

d) Melakukan penegakan peraturan Penyelamatan dalam wilayah Provinsi DKI Jakarta;

e) Membuat standardisasi Penyelamatan pada pemerintah, swasta dan masyarakat.

4.1.4. Tantangan dan Peluang Pengembangan Pelayanan Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan, maka gambaran tantangan dan peluang bagi Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta dalam pengembangan pelayanannya, dapat diidentifikasi sebagai berikut.

4.1.4.1. Tantangan

Selama periode 2007-2012, muncul beberapa tantangan dalam kerangka pelaksanaan tugas dan fungsi Dinas, yang dikelompokkan dari sudut pandang ketatalaksanaan, sumber daya manusia, anggaran.

Dari sudut ketatalaksanaan organisasi, hambatan dan permasalahan yang muncul antara lain sebagai berikut :

1. Kesulitan mengukur nilai kinerja dari indikator tolok ukur yang ditetapkan
2. Kesulitan menyediakan sumber data informasi sebagai instrumen dalam mengukur pencapaian kinerja
3. Tidak optimalnya peran masing-masing pengemban Tupoksi dalam menciptakan dan mencapai kinerja yang tepat sasaran

Dari sudut sumber daya manusia, hambatan dan permasalahan yang muncul antara lain sebagai berikut :

1. Belum memenuhi standar jumlah ketersediaan personil yang dibutuhkan
2. Personil yang tersedia belum memenuhi kapasitas kualifikasi standar yang dibutuhkan

3. Belum efektufnya instrumen yang dapat memantau kinerja SDM yang ada

Dari sudut pandang Sarana Prasarana, hambatan dan permasalahan yang muncul antara lain sebagai berikut :

1. Alokasi dan beban anggaran untuk sarana prasarana kurang memperhatikan atau tidak sebanding dengan efek kinerja yang ditimbulkan
2. Alokasi distribusi anggaran untuk sarana prasarana tidak berimbang dengan potensi kinerja dari program yang lain
3. Tingkat kecanggihan teknologi yang digunakan tidak diimbangi dengan kemampuan ketersediaan SDM yang kualifai menangani pengoperasian dan perawatannya.

4.1.4.2. Peluang

Selama periode 2007-2012, ada beberapa peluang yang perlu dimanfaatkan dalam rangka pengembangan pelayanan Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta, sebagai berikut.

1. Adanya Badan Pendidikan dan Pelatihan (Diklat);
2. Adanya potensi Barisan Relawan Pemadam Kebakaran (Balakhar) di tengah-tengah masyarakat.
3. Tersedianya anggaran pendanaan yang relatif konsisten
4. Semakin berkembangnya teknologi peralatan dan perlengkapan pemadam kebakaran.
5. Adanya dukungan peraturan perundang-undangan yang mendukung kewenangan Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta dalam rangka pelaksanaan tugas pokok dan fungsinya
6. Adanya rencana penambahan jumlah tenaga pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana hingga 7000 personil.

4.1.5. Visi dan Misi

Tabel 4.1 Visi Misi Pemadam DKI Jakarta

Visi:

Ibukota Negara Kesatuan Republik Indonesia yang aman, nyaman, sejahtera, produktif, berkelanjutan, dan berdaya saing global.

No	Misi DKI 2025	Permasalahan Pelayanan	Faktor	
			Penghambat	Pendorong
1.	**Misi** Meningkatkan kapasitas pemerintahan provinsi;	Belum maksimalnya kapasitas Dinas Pemadam Kebakaran dan Penanggulangan Bencana Provinsi DKI Jakarta	- SDM yang belum optimal secara kuantitas dan kualitas - Masyarakat yang kurang menyadari dan peduli terhadap ancaman bahaya kebakaran	- Peraturan perundang-undangan terkait kebakaran - Dukungan anggaran yang konsisten
2.	**Misi** Meningkatkan kapasitas sarana dan prasarana	Belum memadainya sarana dan prasarana dibandingkan luas dan karakteristik kondisi lapangan wilayah kerja Dinas	Anggaran yang terbatas sehingga pengadaan sarana dan prasaran yang dibutuhkan tidak dapat dengan segera dilakukan	-

4.2. Analisis Univariat

Analisis univariat diberlakukan terhadap setiap variabel independen maupun variabel dependen berdasarkan hasil penelitian

dengan menggunakan daftar distribusi frekuensi dan persentase serta di buktikan dalam bentuk table. Adapun Hasil analisa univariat sebagai berikut.

4.2.1. Distribusi Jumlah Beban Kerja

Hasil penelitian terhadap distribusi jumlah beban kerja responden pada petugas pemadam di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 Distribusi Jumlah Beban Kerja

Jumlah Beban Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Berat	29	49,2
Ringan	30	50,8
Total	59	100

Berdasarkan tabel tentang distribusi frekuensi variabel jumlah beban kerja, petugas yang memiliki persepsi bahwa jumlah beban kerja mereka berat sebanyak 29 (49,2%) dan petugas yang memiliki persepsi bahwa jumlah beban kerja mereka ringan sebanyak 30 (50,8 %).

4.2.2. Distribusi Variasi Beban Kerja

Hasil penelitian terhadap distribusi variasi beban kerja responden pada petugas pemadam di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Distribusi Variasi Beban Kerja

Variasi Beban Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Banyak	31	52.2
Sedikit	28	47,5
Total	59	100

Berdasarkan tabel tentang distribusi frekuensi variabel variasi beban kerja, petugas yang memiliki persepsi bahwa variasi beban kerja mereka banyak sebanyak 31 (52,5 %) dan petugas yang memiliki persepsi bahwa variasi beban kerja mereka sedikit sebanyak 28 (47,5 %).

4.2.3. Distribusi Stres Kerja Akut

Hasil penelitian terhadap distribusi stres kerja akut responden pada petugas pemadam di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 4.4

Tabel 4.4 Distribusi Stres Kerja Akut

Stres Kerja Akut	Frekuensi	Persentase (%)
Stres	33	55,9
Tidak Stres	26	44,1
Total	59	100

Berdasarkan tabel tentang distribusi frekuensi variabel stres kerja akut, petugas yang memiliki persepsi bahwa mereka mengalami stres kerja akut sebanyak 33 (55,9 %) dan petugas

yang memiliki persepsi bahwa mereka tidak mengalami stres kerja akut sebanyak 26 (44,1 %).

4.3. Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk untuk mengetahui hubungan atau keterkaitan antara variabel bebas dengan variabel terikat dengan uji yang digunakan adalah uji *chi square* dan uji *crosstabulation*. Melalui uji tersebut akan diperoleh nilai p (*p-value),* penelitian antara dua variable dikatakan bermakna apabila mempunyai nilai p < 0,05 dan dikatakan tidak bermakna jika nilai p > 0,05.

4.3.1. Analisa Hubungan Jumlah Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut

Hasil penelitian mengenai hubungan Jumlah Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut pada petugas pemadam di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 4.5.

Tabel 4.5 Hubungan Jumlah Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut

Jumlah Beban Kerja	Stres Kerja Akut				Total		Nilai P
	Stres		Tidak Stres				
	N	%	N	%	N	%	
Berat	21	72,4	8	27,6	29	100	0.012
Ringan	12	40,0	18	60,0	30	100	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa responden yang menyatakan jumlah beban kerja berat, diperoleh bahwa ada sebanyak 21 dari 29 (72,4%) responden yang mengalami stres kerja akut. Sedangkan diantara responden yang

menyatakan jumlah beban kerja ringan, ada 12 dari 30 (40,0%) responden yang mengalami stres kerja akut. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh p value sebesar 0.012 (p value < 0.05) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara jumlah beban kerja dengan stres kerja akut.

Beban kerja berlebih dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres. Beban kerja dibedakan lebih lanjut ke dalam beban kerja berlebih/ terlalu sedikit 'kuantitatif', yang timbul sebagai akibat dari tugas-tugas yang terlalu banyak/ sedikit diberikan kepada tenaga kerja untuk diselesaikan dalam waktu tertentu, dan beban kerja berlebih/ terlalu sedikit 'kualitatif', yaitu jika orang merasa tidak mampu untuk melakukan suatu tugas, atau tugas tidak menggunakan keterampilan dan/ atau potensi dari tenaga kerja.

Menurut Davis dan Newstrom dalam Margiati mengemukakan bahwa stres kerja disebabkan karena terbatasnya waktu dalam mengerjakan pekerjaan. Dalam kondisi tertentu, pada beberapa pekerjaan seringkali memberikan tugas dengan waktu yang terbatas. Akibatnya, pekerja dikejar waktu untuk menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang ditetapkan. (15)

Bentuk lain yang merupakan pembangkit stres adalah adanya fluktuasi dalam beban kerja. Untuk jangka waktu tertentu bebannya sangat ringan, tetapi untuk saat-saat lain bebannya malah berlebihan. Faktor waktu juga perlu dipertimbangkan, makin singkat waktu yang diberikan dalam proses pengambilan keputusan suatu pekerjaan, makin dirasakan desakan waktu, maka akan semakin besar stresnya. Waktu merupakan salah satu ukuran efisiensi. Pedoman yang banyak didengar adalah "Cepat dan Selamat". Atas dasar ini orang sering harus bekerja berkejaran dengan waktu.

Dari hasil tersebut diharapkan bagi para pekerja mampu menyesuaikan diri dengan beban kerja yang harus dikerjakan

dengan kemampuan dan kapasitas kerja pada pekerja yang bersangkutan dengan menghindarkan adanya beban kerja berlebih maupun beban kerja yang terlalu ringan. Dengan cara mengisi waktu standby dengan hal-hal yang positif seperti berolahraga ringan, membaca buku dan kegiatan lainnya yang mendukung dalam pelaksanaan tugas.

4.3.2. Analisa Hubungan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut

Hasil penelitian mengenai hubungan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut pada petugas pemadam di wilayah Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 4.6.

Tabel 4.6 Hubungan Variasi Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut

Variasi Beban Kerja	Stres Kerja Akut				Total		Nilai P
	Stres		Tidak Stres				
	N	%	N	%	N	%	
Banyak	23	74,2	8	25,8	31	100	0.003
Sedikit	10	35,7	18	64,3	28	100	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa responden yang menyatakan variasi beban kerja banyak, diperoleh bahwa ada sebanyak 23 dari 31 (74,2%) responden yang mengalami stres kerja akut. Sedangkan diantara responden yang menyatakan variasi beban kerja sedikit, ada 10 dari 28 (35,7%) responden yang mengalami stres kerja akut. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh *p value* sebesar 0.003 (*p value* < 0.05)

sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara variasi beban kerja dengan stres kerja akut.

Variasi beban kerja yang beragam dapat menimbulkan stres bagi pekerja ketika mereka merasa tidak mampu melaksanakan tugas tersebut. Ketidakmampuan pekerja dalam menyelesaikan tugas tersebut dapat mempengaruhi penilaian diri seseorang terhadap dirinya. Bentuk variasi beban kerja yang biasa terjadi yaitu ketika seorang pekerja dipromosikan pada jabatan yang lebih tinggi dengan setumpuk perfoma kerja yang harus dicapai tetapi pekerja tersebut tidak mampu melakukannya karena kurangnya pengalaman atau pelatihan. (8)

Pada 23 negara menemukan bahwa tingginya kompleksitas pekerjaan akan semakin meningkatkan gejala depresi pada pekerja. (24) Dalam penelitian lain yang dilakukan terhadap pekerja manufaktur di Jepang menunjukkan hal yang sama bahwa variasi beban kerja yang tinggi berhubungan secara signifikan terhadap peningkatan gejala depresi baik pada pekerja laki-laki maupun perempuan. Hasil penelitian ini kemudian menyarankan agar dilakukan perubahan terhadap iklim tempat kerja untuk meningkatkan nilai kesehatan para pekerja. (20)

Oleh karena itu perlu dilakukan desain ulang pekerjaan agar sesuai dengan kemampuan dan potensi yang dimiliki petugas. Proses mendesain ulang ini akan membantu petugas mengurangi stres yang dirasakannya akibat variasi beban kerja yang dianggap berlebih. Pengaturan variasi beban kerja ini harus dilakukan saat perencanaan pekerjaan oleh atasan terhadap bawahan mereka baik kepala pleton terhadap kepala regu, maupun kepala regu terhadap pasukan. Dengan pengaturan variasi beban kerja yang baru nantinya dapat meningkatkan motivasi dan tantangan terhadap tugas yang dihadapi sehingga pekerja memiliki tingkat variasi beban kerja yang seimbang.



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada petugas pemadam kebakaran di kecamatan pasar minggu tahun 2018, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Dari hasil penelitian, di dapat petugas yang mengalami stres kerja akut lebih banyak dibandingkan dengan petugas yang tidak mengalami stres kerja akut.
2. Dari hasil penelitian, terdapat hubungan yang bermakna antara jumlah beban kerja terhadap stres kerja akut.
3. Dari hasil penelitian, terdapat hubungan yang bermakna antara variasi beban kerja terhadap stres kerja akut.

5.2. Saran

5.2.1. Bagi Peneliti Lain

Saran yang dapat diberikan bagi peneliti lain di antaranya:

1. Diharapkan dapat menambahkan variabel – variabel lainnya sehingga tidak hanya terbatas pada variabel yang ada pada penelitian ini saja.
2. Diharapkan dapat menggunakan metode pengukuran stres kerja lainnya, agar didapat perbandingan antara metode pengukuran yang ada.
3. Memperluas lingkup penelitian menjadi seluas Suku Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Kota Administrasi Jakarta Selatan.
4. Melakukan penelitian stres kerja hingga ke tahap stres kerja kronis.

5.2.2. Bagi Pekerja Pemadam

Saran yang dapat diberikan bagi pekerja antara lain :

1. Apabila tidak mendapatkan panggilan kerja diharapkan dapat mengisi waktu luang dengan hal-hal yang lebih bermanfaat seperti berolahraga atau latihan ilmu pemadam kebakaran agar beban kerja yang bertumpuk ketika terjadi kebakaran, dapat teratasi dengan fisik yang prima dan kemampuan yang terlatih.
2. Utamakan saling membantu dan bekerjasama dalam menjalankan tugas. Dan diharapkan pekerja yang turun ke lapangan untuk bertugas dapat dilakukan bergilir agar tidak ada rekan kerja yang termenung dalam bekerja.
3. Saat piket di malam hari, diharapkan tetap mendapatkan asupan yang cukup, dan hindari mengkonsumsi kafein yang berlebihan.

5.2.3. Bagi Pemadam Kecamatan Pasar Minggu

1. Mendesain ulang pekerjaan untuk menyesuaikan antara jumlah beban kerja dengan kemampuan pekerja, mendiskusikan cara penyelesaian pekerjaan bersama dengan pekerja, dan perencanaan deadline pekerjaan yang realistis serta memperkaya jenis pekerjaan yang dilakukan pekerja sehingga variasi beban kerja yang dimiliki menjadi beragam dan pekerja terhindar dari kebosanan kerja. Desain ulang ini dapat dilakukan pada tahap perencanaan pekerjaan dan dilakukan baik oleh pihak atasan dan bawahan, serta di berikan berdasarkan kemampuan pekerja.
2. Melakukan komunikasi yang efektif secara rutin setiap *meeting* mingguan tiap departemen untuk mendiskusikan masalah yang terjadi di dalam departemen. Meningkatkan komunikasi dengan pekerja mengenai cara penyelesaian

pekerjaan untuk mengendalikan konflik peran yang dirasakan pekerja.

3. Memberikan pelatihan untuk menjelaskan spesifikasi dan tanggung jawab pekerjaan yang harus dilakukan pekerja.



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

DAFTAR PUSTAKA

1. **Shafwani, Rahmi. 2012.** Gambaran Risiko Pekerjaan Petugas Pemadam Kebakaran di Dinas Pencegah Pemadam Kebakaran (DP2K) . Medan : Universitas Sumatera Utara, 2012.

2. Statistik. *Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Provinsi DKI Jakarta.* [Online] [Cited: April 20, 2018.] http://jakartafire.net/.

3. *Human Stress and The Environment* . **Rose, A. H.** Swiss : Gordon and Breach Science Publishers, 1994, Vol. 5.

4. **Berger W, Coutinho ESF, Figueira I, Marques-Portella C, Luz MP, Neylan TC, et a.** Rescuers at risk: a systematic review and meta-regression analysis of the worldwide current prevalence and correlates of PTSD in rescue workers. s.l. : Soc Psychiatry Epid, 2011.

5. *Stressor Kerja dan Insomnia pada Petugas Pemadam Kebakaran di Jakarta Selatan.* . **Afrianti, R., Widyahening, I. S., Amri, Z., & Kusumawardhani, A.** 2011, Journal Indonesia Medical Association.

6. **NIOSH.** Stress At Work. Columbia : NIOSH, 1999.

7. **Hawari, Dadang.** *Al-Qur'an: Ilmu kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa.* Yogyakarta : Dana Bhakti Prima Yasa, 1999.

8. **Quah, J., & Campbell, K. M.** *Role Conflict and Role Ambiguity as Factors in Work Stress Among Managers in Singapore.* . s.l. : Huma Resource Management, 1994.

9. **Stellman, J. M. (1998).** *Encyclopaedia of Occupational Health and Safety.* Geneva : ILO, 1998.

10. *Stress Management for Life.* **Olpin, M., & Hesson, M.** United States of America : Wadsworth Cengange Learning, 2010.

11. *Short Sleeping Time and Job Stress in Japanese White-Collar Workers.* **Nishitani, N., Sakakibara, H., & Akiyama, I.** s.l. : The Open Sleep Journa, 2013, Vol. 6. 104- 109.

12. **Bickford, M.** Stress in the Workplace. *A General Overview of the Causes, the Effects, and the Solution.* [Online] 2005. http://www.cmhanl.ca/pdf/Work%20Place%20Stress.pdf.

13. *Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta.* **Munandar, A. S.** s.l. : UI Press, 2001.

14. **Desy.** Tingkat Stress Kerja dan Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stress Kerja pada Karyawan Bagian Marketing Services PT Unilever Indonesia Tbk Jakarta Tahun 2002. Depok : Universitas Indonesia, 2002.

15. **Margiati, Lulus.** *Stres Kerja: Latar Belakang Penyebab dan Alternatif Pemecahannya. Jurnal Masyarakat, kebudayaan dan politik.* Surabaya : FKM Universitas Airlangga., 1999.

16. *The Effect of Daily Stress, Personality, and Age on Daily Negative Effect.* **Mroczek, D. K., & Almeida, D. M.** s.l. : Journal of Personality, 2004.

17. **Barling, J., Kelloway, E. K., & Frone, M. R.** *Handbook of Work Stress.* United States of America : Sage Publications Inc, 2005.

18. **Ajala, E. M.** *The Influence of Workplace Environment on Workers Welfare, Performance and Productivity. .* s.l. : African Educational Research Network, 2012.

19. **OSHA.** *Stress - Definition and Symptoms.* [Online] 2014. https://osha.europa.eu/en/topics/stress/definitions_and_causes.

20. *Correlates of Depressive Symptomps Among Workers in Small and Medium Scale Manufacturing Enterprises in Japan.* **Ikeda, Nakata, Takahashi, JHojou, Haratani, Nishikido, & Kamibeppu.** Japan : Occupational Health, 2009.

21. *Skill Underutilization is Associated with Higher Prevalence of Hypertension the Watari Study.* **Konno, & Munakata.** s.l. : Occupational Health, 2014.

22. *Stressor Kerja dan Insomnia pada Petugas Pemadam Kebakaran di Jakarta Selatan.* **Afrianti, R., Widyahening, I. S., Amri, Z., & Kusumawardhani, A.** 2011.

23. **Gatchel, R. J., & Schultz, I. Z.** *Handbook of Occupational Health and Wellness.* New York : Springer, 2012.

24. **Koradecka, D.** *Handbook of Occupational Safety and Health.* United States of America : CRC Press, 2010.

25. **Authority, S. W. E.** Stress. *Work Environment Retrieved from .* [Online] 2006. http://www.av.se/dokument/inenglish/themes/stress.pdf.

26. *Job Stress, Stress-Prone Type A Behavior, and Personal and Organizational Consequences.* **Jamal, M., & Ahmed, S. W.** Canadian : Canadian Journal of Administrative Sciences, 2009.

27. **Hurrell, J. J.** An Overview of Organizational Stress and Health. United States of America : NIOSH, 1990.

28. **Nadhiroh, Mirza Hardiyatun.** *Hubungan Paparan Kebisingan dengan Stress Kerja Pada Tenaga Kerja Di Bagian Weaving PT. Triangga Dewi Surakarta.* Surakarta : Skripsi. Universitas Sebelas Maret., 2011.

29. Dinas Penanggulangan Kebakaran dan Penyelamatan Provinsi DKI Jakarta. [Online] 2017. http://jakartafire.net/statistic.



INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

Kuesioner Penelitian

SURAT PERNYATAAN

KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Saya Ali Tri Nugroho mahasiswa semester 8 program studi kesehatan dan keselamatan kerja (K3) STIKes BINAWAN Jakarta. Saya akan melakukan penelitian mengenai **Survey Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut pada Petugas Pemadam Kebakaran di Sektor Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018**. Dalam rangka penelitian tersebut, saya meminta kesediaan anda untuk mengisi kuesioner ini. Sebelum anda mengisinya, silahkan membaca dengan seksama petunjuk pengisian. Jawablah setiap pertanyaan sesuai kondisi yang anda alami. Jawaban yang anda tulis akan sangat membantu saya. Penelitian ini tidak akan mencapai sasaran jika anda tidak menjawabnya sesuai dengan kondisi yang anda alami. Semua data dalam kuesioner ini akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk penelitian. Sebelum mengembalikan kuesioner ini, mohon periksa jawaban Anda, jangan sampai ada yang terlewat. Atas bantuan dan kerja sama yang Anda berikan, saya ucapkan terima kasih.

Peneliti,

Ali Tri Nugroho

Yang bertanda tangan di bawah ini,
Nama Lengkap :
Grup :

Dengan ini menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh Ali Tri Nugroho, yang berjudul **"Survey Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Akut pada Petugas Pemadam Kebakaran di Sektor IX Kecamatan Pasar Minggu Tahun 2018".** Saya mengerti dan memahami bahwa kuesioner ini hanya dipergunakan sebagai bahan penelitian.

Demikian surat pernyataan kesediaan ini saya buat dengan penuh rasa kesadaran dan sukarela.

Jakarta, ...2018
Yang membuat
pernyataan,

_____

KUESIONER PENELITIAN

NIOSH Generic Job Stress Questionnaire

PETUNJUK PENGISIAN

1. Bacalah setiap pertanyaan dan setiap pilihan jawaban dengan seksama
2. Isilah setiap pertanyaan pada kolom jawaban yang tersedia di bagian kanan
3. Beri tanda ceklis (√) pada kolom pilihan jawaban yang tersedia untuk tipe pertanyaan dengan skala Sangat Tidak Setuju – Sangat Setuju / Sangat Mudah – Sulit / Tidak Pernah - Sangat Sering, dsb

IDENTITAS RESPONDEN

Kode Sampel ☐☐☐

1. Umur :
2. Lama Kerja :

A. JUMLAH BEBAN KERJA

No	Pertanyaan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang-kadang	Sering	Sangat Sering
A1	Seberapa sering anda dituntut bekerja sangat cepat?					
A2	Seberapa sering anda dituntut untuk bekerja sangat keras?					
A3	Seberapa sering pekerjaan					
A4	Seberapa sering anda diharuskan mengambil keputusan besar yang berkaitan dengan pekerjaan anda?					
A5	Seberapa sering beban kerja anda bertambah?					
A6	Seberapa sering anda harus meningkatkan konsentrasi selama bekerja?					
A7	Seberapa sering anda diharuskan berpikir dengan cepat selama bekerja?					

B. VARIASI BEBAN KERJA

Pertanyaan di bawah ini berkaitan dengan beban kerja anda sehari-hari.

No	Pertanyaan	Tidak ada	Tidak terlalu banyak	Agak banyak	Banyak	Sangat banyak
B1	Berapa banyak beban kerja yang memperlambat anda?					
B2	Selama bekerja, berapa banyak waktu yang anda gunakan untuk berpikir dan merenung?					
B3	Berapa banyak beban kerja anda?					
B4	Berapa banyak pekerjaan yang harus anda selesaikan?					
B5	Berapa lama waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan seluruh pekerjaan?					
B6	Berapa banyak proyek dan tugas yang anda dalam bekerja?					
B7	Berapa banyak ketenangan yang anda rasakan di antara beban kerja yang berat?					

C. PERUBAHAN FISIOLOGIS

Pernyataan di bawah ini berkaitan dengan perubahan kesehatan yang anda rasakan selama beberapa bulan terakhir.

No	Pernyataan	Tidak Pernah	Jarang	Kadang - kadang	Sering	Sangat Sering
C1	Wajah terasa panas meskipun tidak bekerja dan cuaca tidak panas					
C2	Berkeringat banyak meskipun tidak bekerja dan cuaca tidak panas					
C3	Mulut terasa kering					
C4	Otot terasa kaku dan tegang					
C5	Anda merasa sakit kepala					
C6	Anda merasa kram di kepala					

	atau migraine					
C7	Anda merasa ada gumpalan di tenggorokan atau perasaan tersendat					
C8	Tangan anda gemetar tanpa diketahui Penyebabnya					
C9	Sesak napas meskipun sedang tidak bekerja yang berat					
C10	Anda merasa jantung anda berdetak cepat					
C11	Tangan berkeringat banyak					
C12	Anda merasa pusing					
C13	Anda mengalami sakit perut saat gugup atau Bingung					
C14	Jantung terasa berdebar-debar atau nyeri Dada					
C15	Anda mengalami sakit yang mempengaruhi pekerjaan anda					
C16	Kehilangan nafsu makan					
C17	Gangguan tidur pada malam hari					

D. PERUBAHAN PSIKOLOGIS

Pernyataan di bawah ini berkaitan dengan perasaan anda selama beberapa minggu terakhir.

Pilihan Jawaban

Tidak Pernah = Tidak pernah sama sekali

Hampir tidak pernah = kurang dari 1 hari

Jarang terjadi = sekitar 1-2 hari

Kadang-kadang terjadi = sekitar 3-4 hari

Hampir terjadi setiap waktu = sekitar 5-7 hari

No	Pernyataan	Tidak Pernah	Hampir Tidak Pernah	Jarang Terjadi	Kadang-kadang	Hampir Setiap Waktu
D1	Saya merasa terganggu dengan hal yang biasanya tidak mengganggu					
D2	Nafsu makan saya menurun					
D3	Saya tidak dapat menghilangkan rasa sedih meskipun telah dibantu teman atau keluarga saya					
D4	Saya merasa diri saya sebaik orang lain					
D5	Saya sulit berkonsentrasi dalam bekerja					
D6	Saya merasa tertekan atau depresi					
D7	Saya merasa semua yang saya lakukan adalah sebuah usaha					
D8	Saya merasa optimis terhadap masa depan saya					
D9	Saya merasa hidup saya merupakan sebuah kegagalan					
D10	Saya merasa ketakutan					
D11	Saya merasa gelisah ketika tidur					
D12	Saya merasa senang					
D13	Saya berbicara lebih sedikit daripada biasanya					
D14	Saya merasa kesepian					
D15	Saya merasa orang-orang					

	tidak ramah					
D16	Saya menikmati hidup saya					
D17	Saya mudah menangis					
D18	Saya merasa sedih					
D19	Saya merasa orang-orang tidak menyukai saya					
D20	Saya sulit mengalihkan perhatian saya					

Output SPSS

Frekuensi

Stres_Akut

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Stres	33	55.9	55.9	55.9
	Tidak Stres	26	44.1	44.1	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Jumlah Beban Kerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Berat	29	49.2	49.2	49.2
	Ringan	30	50.8	50.8	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Variasi Beban Kerja

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Banyak	31	52.5	52.5	52.5
	Sedikit	28	47.5	47.5	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

Crosstabs

Jumlah Beban Kerja * Stres_Akut

Crosstab

			Stres_Akut		
			Stres	Tidak Stres	Total
Jumlah Beban Kerja	Berat	Count	21	8	29
		Expected Count	16.2	12.8	29.0
		% within Jumlah Beban Kerja	72.4%	27.6%	100.0%
		% within Stres_Akut	63.6%	30.8%	49.2%
	Ringan	Count	12	18	30
		Expected Count	16.8	13.2	30.0
		% within Jumlah Beban Kerja	40.0%	60.0%	100.0%
		% within Stres_Akut	36.4%	69.2%	50.8%
Total		Count	33	26	59
		Expected Count	33.0	26.0	59.0
		% within Jumlah Beban Kerja	55.9%	44.1%	100.0%
		% within Stres_Akut	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	6.286[a]	1	.012		
Continuity Correction[b]	5.039	1	.025		
Likelihood Ratio	6.416	1	.011		
Fisher's Exact Test				.018	.012
Linear-by-Linear Association	6.179	1	.013		
N of Valid Cases[b]	59				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12,78.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Jumlah Beban Kerja (Berat / Ringan)	3.938	1.319	11.757
For cohort Stres_Akut = Stres	1.810	1.106	2.962
For cohort Stres_Akut = Tidak Stres	.460	.238	.888
N of Valid Cases	59		

Variasi Beban Kerja * Stres_Akut

Crosstab

			Stres_Akut		
			Stres	Tidak Stres	Total
Variasi Beban Kerja	Banyak	Count	23	8	31
		Expected Count	17.3	13.7	31.0
		% within Variasi Beban Kerja	74.2%	25.8%	100.0%
		% within Stres_Akut	69.7%	30.8%	52.5%
	Sedikit	Count	10	18	28
		Expected Count	15.7	12.3	28.0
		% within Variasi Beban Kerja	35.7%	64.3%	100.0%
		% within Stres_Akut	30.3%	69.2%	47.5%
Total		Count	33	26	59
		Expected Count	33.0	26.0	59.0
		% within Variasi Beban Kerja	55.9%	44.1%	100.0%
		% within Stres_Akut	100.0%	100.0%	100.0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	8.838[a]	1	.003		
Continuity Correction[b]	7.345	1	.007		
Likelihood Ratio	9.057	1	.003		
Fisher's Exact Test				.004	.003
Linear-by-Linear Association	8.688	1	.003		
N of Valid Cases[b]	59				

a. 0 cells (,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 12,34.

b. Computed only for a 2x2 table

Risk Estimate

	Value	95% Confidence Interval	
		Lower	Upper
Odds Ratio for Variasi Beban Kerja (Banyak / Sedikit)	5.175	1.696	15.792
For cohort Stres_Akut = Stres	2.077	1.212	3.560
For cohort Stres_Akut = Tidak Stres	.401	.208	.775
N of Valid Cases	59		