

STRES KERJA KARYAWAN DI INDUSTRI KONSTRUKSI DILIHAT DARI FAKTOR ERGONOMI

Eva Suryani, M. Nursyaifi Yulius

Jurusan Teknik Industri Universitas Bung Hatta

Kampus III Universitas Bung Hatta, Jalan Gajah Mada No. 19 Padang

Email : eva_ergo@yahoo.com

ABSTRAK

Stres akibat kerja merupakan kondisi dimana pekerja tersebut tidak dapat beradaptasi dengan pekerjaannya sebagai konsekuensi dari tuntutan tugas yang tidak sesuai dengan kemampuan dan keterbatasannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui isu stres kerja dalam bidang industri konstruksi dan untuk mengetahui faktor-faktor pemicu stres kerja pada industri konstruksi. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner pada 100 karyawan/pekerja yang bekerja di industri konstruksi. Selanjutnya diolah dengan menggunakan metoda statistik deskriptif. Hasil survey menunjukkan 60% responden menyatakan mengalami stres kerja. Dari aspek ergonomis pemicu stress kerja tersebut bersumber dari kondisi lingkungan kerja (kebisingan (32%) dan getaran yang kuat (27%)), pekerjaan (postur tubuh yang kaku/janggal (45%) dan pekerjaan/gerakan yang berulang (30%)) dan dari kondisi organisasi (komunikasi buruk (32%), kurangnya feedback (27%)).

Kata Kunci : Stress Kerja, Ergonomi, Industri konstruksi

ABSTRACT

Occupational stress is a condition where the worker can't adapt to his job as a consequence of the demands of the task that does not match the capabilities and their limitation. This study aims to determine the issue of work stress in the construction industry and to determine the factors that cause stress work in the construction industry. Data collection is done by distributing questionnaires to 100 employees / workers working in the construction industry. This data will processed using descriptive statistical methods. The survey showed 60% of respondents experiencing occupational stress. From the ergonomic aspects of the cause comes from (environmental conditions (noise (32%), vibration (27%)), working (awkward posture (45%), repetitive job/motion (30%)) and organizational conditions (bad communication (32%) and less feedback (27)).

Keywords: Occupational Stress, Ergonomics, Construction Industry

1. PENDAHULUAN

Stres sudah menjadi topik utama dalam penelitian-penelitian tentang perilaku dewasa ini (Gellis & Kim, 2004). Menurut Piko (2006), stress adalah respon individu terhadap lingkungannya. Hsieh et al. (2004) mendefinisikan stres akibat kerja sebagai kondisi dimana pekerja tersebut tidak dapat beradaptasi dengan pekerjaannya sebagai konsekuensi dari tuntutan tugas yang tidak sesuai dengan kemampuan, sumberdaya, atau kebutuhan pekerja.

Buruknya struktur organisasi, kurangnya dukungan sosial dari kolega dan atasan, beban kerja yang berlebihan, konflik tugas, serta lingkungan kerja yang tidak aman dan tidak nyaman adalah berbagai faktor yang seringkali menimbulkan stres akibat kerja. Menurut William dan Cooper (2002) stress akibat kerja menjadi isu utama dikalangan pekerja dan organisasi. Pekerja dengan tingkat stres yang lebih tinggi cenderung mengalami tingkat kepuasan kerja dan komitmen terhadap organisasi yang rendah.

Industri konstruksi sekarang ini selalu berhadapan dengan tantangan-tantangan baru. Tidak hanya dari munculnya teknologi baru yang dapat digunakan untuk mengerjakan

berbagai proyek konstruksi tersebut namun juga adanya berbagai tantangan yang datang dari lingkungan eksternal organisasi seperti tenggang waktu penyelesaian proyek yang pendek, tidak sesuainya anggaran untuk menyelesaikan proyek, banyaknya campur tangan dari pihak lain dalam proses penyelesaian proyek, dan sebagainya.

Penelitian ini mencoba untuk mengetahui lebih jauh tentang stres pekerja ditempat kerja terutama dilihat dari aspek ergonomi. Untuk lebih jelas dan fokusnya penelitian permasalahan stress akibat kerja ini dikembangkan beberapa pertanyaan penelitian : 1) bagaimanakah tingkat stres kerja diantara karyawan dilingkungan industri konstruksi? dan 2) apakah faktor yang mempengaruhi stress dan kepuasan kerja karyawan industri konstruksi khususnya dilihat dari aspek ergonomi?

Berdasarkan hal tersebut, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui masalah atau isu stres kerja terutama dilihat dari aspek ergonomis dan secara khusus tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui isu stres kerja dalam bidang industri konstruksi dan untuk mengetahui faktor-faktor pemicu stress kerja pada industri konstruksi.

2. TINJAUAN LITERATUR

2.1. Stress

Studi literatur menunjukkan bahwa stress dapat didefinisikan dan ditinjau dari beberapa perspektif yang berbeda. Pulat (1997) dan Martino dan Muri (2001) berpendapat bahwa stress diperlukan untuk membangkitkan semangat dan kreatifitas dalam upaya mencapai produktifitas yang optimal. Menurut mereka stress yang berlebihan di lingkungan kerja menimbulkan resiko yang sangat besar terhadap keselamatan pekerja, kesehatan, dan stabilitas emosionalnya.

2.2. Stress Kerja

Menurut Lotfi Zadeh, et.al. 2011 kepuasan kerja merupakan peristiwa paling penting dalam kehidupan sosial dan menjadi ancaman serius bagi kesehatan tenaga kerja di dunia dewasa ini. Organisasi buruh internasional secara eksplisit menyatakan bahwa fenomena yang paling mengancam kesehatan pekerja adalah stress karena pekerjaan. Setiap orang akan berhadapan dengan tugas yang menimbulkan stress ketika harmoni antara kebutuhan bisnis dengan kemampuan, kecakapan dan keinginan tidak sejalan.

2.3. Ergonomi

Ergonomi didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempertimbangkan dan memperoleh informasi tentang perilaku, kelebihan dan keterbatasan manusia dan karakteristik lainnya yang digunakan untuk merancang mesin, peralatan, sistem, tugas, lingkungan fisik kerja, dan tempat kerja yang aman, produktif, nyaman, dan efektif digunakan oleh manusia (Chapanis, 1985; Sanders and Mc. Cormick, 1987). Ergonomi juga didefinisikan sebagai kesesuaian antara orang dan pekerjaannya (Grandjean, 1988). Kesesuaian tersebut tergantung pada keahlian individu dan kemampuannya menyesuaikan dengan tuntutan pekerjaan atau seberapa baik individu tersebut menyesuaikan antara kebutuhan sosial dan psikologis dengan lingkungan pekerjaannya. Semakin tinggi ketidaksesuaiannya maka semakin tinggi pula terjadinya stress kerja (Lofquist & Dawis, 1969).

Ergonomi dapat dibagi menjadi tiga bidang utama seperti fisik, kognitif, dan ergonomi makro. Berdasarkan analisis dari Karwowski dan Rodrick (2001) ergonomi fisik berhubungan dengan aspek fisiologi dan antropometri pada perancangan tugas. Kognitif ergonomi adalah menguji proses mental manusia seperti persepsi, koordinasi dalam memproses informasi, dan reaksi (Visente, 1999). Ergonomi pada lingkup organisasi dikenal

sebagai ergonomi makro yang merupakan aplikasi dari sistem sosio teknis, struktur, dan metode (Karwowski, 2005).

Menurut (House, 1981; Sutton dan Rafaeli, 1987) ada beberapa kriteria dari kondisi kerja yang dapat menyebabkan stres pada pekerja yang meliputi deadlines, beban kerja yang berlebihan, hubungan yang jelek diantara supervisor, pekerjaan yang berulang, kurangnya kontrol, ketidakjelasan tugas, dan lingkungan fisik.

3. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan mengarah kepada jenis penelitian terapan yang bertujuan untuk mengembangkan keterampilan baru atau cara pendekatan baru untuk memecahkan masalah dengan penerapan langsung di dunia nyata. Metode ini dilakukan dengan cara mengkombinasikan beberapa pendekatan dalam keilmuan Teknik Industri, seperti konsep Ergonomi dan Statistik.

3.1 Metode Pengumpulan Data

Ada beberapa metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Kuesioner

Penelitian ini menggunakan kuesioner standar dengan model kuesioner tertutup karena berbagai kemungkinan permasalahan yang muncul sudah ditentukan terlebih dahulu, sedangkan responden tidak diberi kesempatan untuk memberikan jawaban lain. Isi dan materi kuesioner ditujukan untuk menggali dan mendapatkan jawaban atas pertanyaan dan tujuan penelitian yaitu untuk menggali faktor-faktor ergonomi yang berpotensi mempengaruhi stres dan kepuasan kerja karyawan.

2. Wawancara

Merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara tatap muka antara responden dan pengumpul data yang bertujuan untuk menggali informasi secara langsung dari pihak-pihak terkait yang ada di perusahaan.

3.2 Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini terdiri dari pimpinan dan pekerja/karyawan yang terlibat dalam perencanaan dan pelaksanaan proyek. Adapun objek yang dikaji dalam penelitian ini adalah beberapa proyek konstruksi pembangunan gedung yang ada di kota Padang. Kuesioner disebarkan pada 120 orang responden. Namun dari 120 responden tersebut yang layak untuk diolah lebih lanjut hanya sebanyak 100 responden.

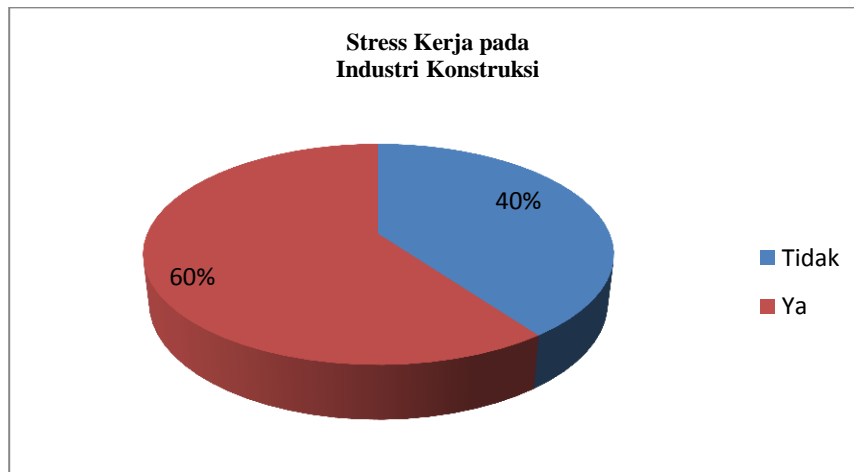
3.3. Metode Pengolahan Data dan Analisis

Data yang telah berhasil dikumpulkan melalui kuesioner selanjutnya diolah dengan menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk presentase jawaban responden dan selanjutnya disajikan dalam bentuk grafik.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

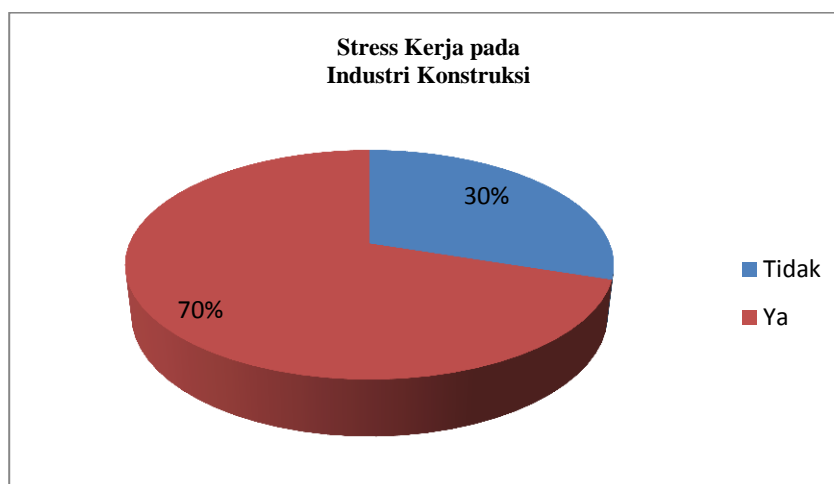
4.1. Pengaruh dan Tingkat Stres Kerja pada Industri Konstruksi

Seperti yang telah dikemukakan pada pernyataan masalah, ada dua masalah utama yang ingin diketahui dalam penelitian ini yaitu pertama untuk mengetahui tingkat stres kerja dilingkungan pekerja konstruksi di kota Padang. Kedua adalah untuk mengetahui apa saja faktor-faktor penyebab stres kerja dilingkungan pekerja konstruksi



Gambar 1 : Pengaruh. Stress Kerja pada Industri Konstruksi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masalah stres kerja adalah masalah yang selalu terjadi pada hampir setiap pekerjaan, baik pekerjaan yang lebih didominasi oleh aktifitas fisik maupun pekerjaan mental. Begitu juga stres kerja juga terjadi diberbagai bidang pekerjaan seperti bidang manufaktur (Salleh, Bakar dan Wong, 2008) dan bidang lainnya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penyebab utama stres kerja adalah disebabkan kemampuan pekerja lebih rendah dari beban tugas yang dibebankan kepada pekerja (Maxwell, 2004). Selain itu juga disebabkan kebanyakan pekerja memandang negatif pada lingkungan kerja mereka ((Piko, 2006).

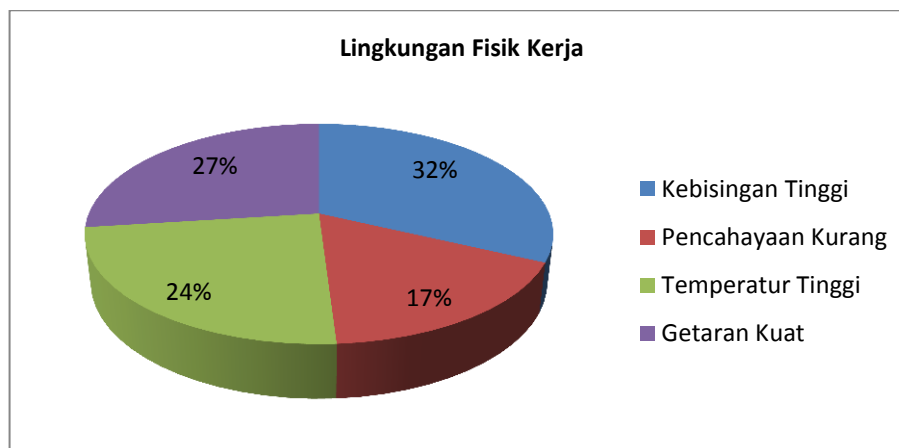


Gambar 2 : Tk. Stress pada Industri Konstruksi

Dilihat dari tingkat stres kerja yang dialami oleh pekerja pada industri konstruksi yang diukur dari tinggi rendahnya stres yang dialami oleh pekerja, diperoleh hasil stres yang dialami pekerja relatif rendah (70%). Dengan kata lain hanya 30% dari pekerja konstruksi yang mengalami stres kerja yang tinggi sementara 70% lainnya mengalami stres kerja tetapi relatif rendah.

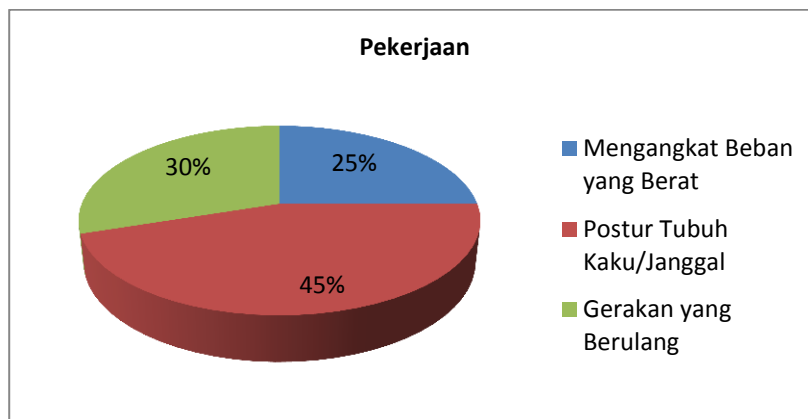
4.2 Pemicu Stres Kerja

Semua aspek dalam lingkungan pekerjaan dapat menjadi pemicu terjadinya stres. Individu pekerja tersebutlah yang bisa menentukan sejauh mana situasi yang dihadapinya dapat menimbulkan stres atau tidak. Pemicu stres adalah suatu kejadian yang menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman dan merasa perlu untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Sumber stres yang ada di tempat kerja yang akan mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang biasanya lebih dari satu macam pemicu stres. Jika dilihat dari sudut pandang ergonomi ada beberapa faktor yang bisa menjadi pemicu terjadinya stres kerja tersebut seperti kondisi lingkungan fisik kerja, kondisi pekerjaan, dan kondisi organisasi.



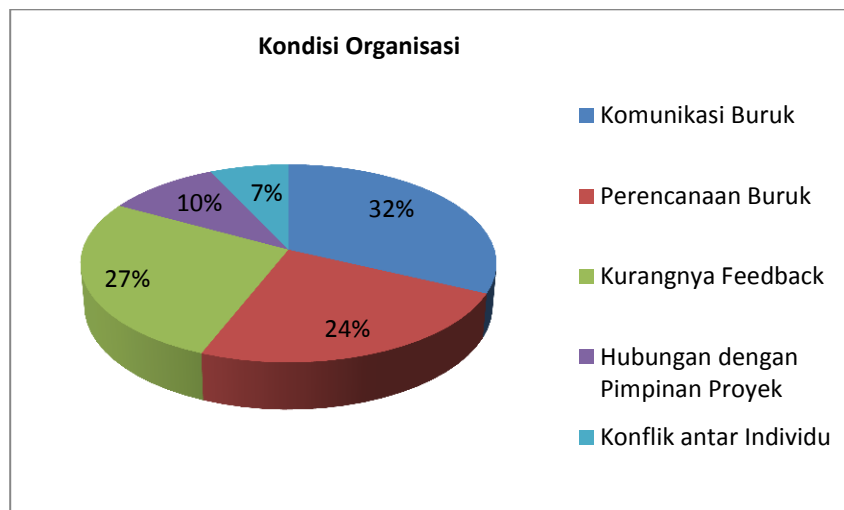
Gambar 3 : Kondisi Lingkungan Fisik Kerja yang Menyebabkan Stress di Tempat Kerja

Lingkungan fisik yang buruk berhubungan dengan stress dan ketidakpuasan kerja. Lingkungan fisik juga dapat menurunkan konsentrasi pekerja dalam mengerjakan tugas-tugasnya. Menurut Larocco, House, dan French, (1980) lingkungan fisik kerja yang menegangkan dapat menimbulkan gangguan secara psikologis pada pekerja. Kebisingan dapat didefinisikan sebagai bunyi yang tidak diinginkan atau suara yang mengganggu. Kata 'suara' itu sendiri menggambarkan stress fisik yang ditimbulkan oleh getaran pada objek. Getaran adalah akibat dari kecepatan putaran mesin yang tinggi atau dampak gesekan dalam pengoperasian mesin. Beberapa literatur mendefinisikan bahwa kebisingan dapat menimbulkan reaksi fisik dan stimulus psikologis. Kondisi lingkungan fisik kerja ini dapat mengurangi kapasitas kerja, moral, dan motivasi pekerja. Paparan panas yang tinggi pada para pekerja disamping menimbulkan ketidaknyamanan dalam bekerja juga dapat menimbulkan gangguan pada pekerja dengan terjadinya stres karena panas. Kurangnya pencahayaan di tempat kerja dapat menimbulkan terjadinya kecelakaan kerja, sakit kepala dan ketegangan secara visual. Para pekerja yang bekerja pada lingkungan fisik kerja yang buruk cenderung mengalami stress akibat kerja.



Gambar 4 : Kondisi Pekerjaan yang Menyebabkan Stress di Tempat Kerja

Postur tubuh yang kaku/janggal dapat terjadi pada anggota tubuh tertentu seperti pada pergelangan tangan, lengan, dan bahu karena pengoperasian peralatan kerja yang tidak ergonomis. Kondisi ini sering menimbulkan gangguan stress pada anggota tubuh tersebut yang mengakibatkan nyeri, bahkan rasa sakit pada anggota tubuh tersebut. Postur tubuh yang kaku/janggal biasanya juga terjadi pada bagian kepala, leher, punggung, dan kaki. Gerakan yang berulang dapat berhubungan dengan siklus kerja yang pendek dan monoton dan frekuensi pengulangannya tinggi. Pekerjaan atau gerakan yang berulang berhubungan dengan kurangnya control dan pengambilan keputusan. Oleh karena itu masuk akal bahwa beban kerja psikososial berhubungan dengan pekerjaan atau gerakan yang berulang dan sangat erat kaitannya dengan munculnya gejala stres, cedera karena stres yang berulang, dan penyakit pada otot dan rangka. Demikian juga halnya dengan aktivitas mengangkat beban yang berat. Jika kegiatan tersebut dilakukan dengan cara manual berpotensi menimbulkan stress pada anggota tubuh tertentu yang dalam jangka panjang dapat mengakibatkan cedera pada anggota tubuh.



Gambar 5 : Kondisi Organisasi yang Menyebabkan Stress di Tempat Kerja

Hasil dari penelitian ini secara faktual dilapangan dapat dinyatakan menggambarkan kondisi sebenarnya. Observasi langsung yang dilakukan ditempat pekerjaan konstruksi dapat dilihat dan didengar secara langsung bahwa komunikasi yang buruk dalam pekerjaan proyek adalah sesuatu yang biasa dilakukan oleh orang-orang yang terlibat dalam pekerjaan proyek. Hal ini dilakukan terutama oleh pimpinan proyek terhadap pekerja supaya pekerjaan dapat

berlangsung dengan baik. Selain itu kondisi ini juga didorong oleh tingkat pendidikan rata-rata pekerja proyek yang relatif rendah. Sementara itu dilihat dari faktor perencanaan yang buruk, juga merupakan kondisi aktual yang terjadi dilapangan, karena seringkali terjadi perubahan perencanaan sesuai dengan dinamika lingkungan proyek, baik lingkungan dalam maupun lingkungan luar proyek. Kondisi ini akan memicu stres kerja yang cukup tinggi terutama dialami oleh setiap pimpinan proyek dan pekerja. Sedangkan faktor feedback yang rendah dari proyek pada pekerja, seperti upah juga dinilai sebagai faktor pemicu stres bagi pekerja karena feedback yang diperoleh tidak sesuai dengan kebutuhan mereka. Sedangkan dua faktor lainnya seperti faktor tingkat hubungan pekerja dengan pimpinan proyek dan konflik antar individu dianggap oleh pekerja tidak terlalu berpengaruh sebagai faktor pemicu stres kerja. Hal ini dapat dipahami karena hubungan pimpinan proyek dengan pekerja relatif tidak ada dalam pelaksanaan proyek. Demikian pula konflik yang terjadi diantara pekerja relatif tidak terjadi dalam pelaksanaan berbagai proyek.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut;

1. Stres kerja berpengaruh terhadap 60% pekerja konstruksi di kota Padang, dan 40% pekerja menyatakan tidak ada pengaruh stress kerja pada industry konstruksi. Sementara itu dilihat dari tingkat stress kerja yang dialami oleh para pekerja itu relative rendah, hanya 30% dari pekerja tersebut yang menyatakan tingkat stress yang tinggi sedangkan 70% lainnya menyatakan tingkat stress yang rendah.
2. Faktor pemicu stress kerja terutama dilihat dari aspek ergonomis yaitu dari aspek lingkungan fisik kerja (kebisingan dan getaran yang tinggi), kondisi pekerjaan (postur tubuh yang kaku/janggal dan gerakan yang berulang) serta kondisi organisasi (komunikasi yang buruk, kurangnya feedback dan perencanaan yang buruk).
3. Memperbesar ruang lingkup penelitian dengan aspek lainnya yang terkait dengan stress kerja serta ruang lingkup area kerja.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Amin F. et al. 2013. Studying the Effects of Emotional Intelligent on Job Satisfaction, Journal of Management Engineering, Year VI. No. 51.
- Cohen, M. 2002. Identifying, Understanding, and Solution to Stress. Caxton Publication Group, London.
- Gellis, Z.D., & Kim, J.C. 2004. Predictors of Depressive Mood, Occupational Stress and Propensity to Leave in Older and Younger Mental Health Case Manager. Community Mental Health Journal.
- Grandjean, Etienne, 1988, Fitting The Task To The Man, A Textbook Of Occupational Ergonomics, 4th Edition, Taylor and Francis, London.
- Hsieh, H.L.Huang, L.C., & Su, K.J.2004. Work Stress and Job Performance in the Hi-Tech Industry : A Closer View For Vocational Education World Transactions on Engineering and Technology Education.
- Kendall et al. 2000. Occupational Stress : Factors that Contribute to its Occurrence and Effective Management. Canberra, Australia : Griffith University.
- Lofti Zadeh et. al.. 2011. Evaluation of Occupational Stress and its Related Factors in The Steel Workers of Esfahan, Journal of Shahre kord University of Medical Science, No. 1.
- Martino, V.D. and Musri,, M. 2001. Guidance for The Prevention of Stress and Violence at Work Place. Kuala Lumpur, Department of Occupational Safety and Health, Malaysia.

- Maxwell, C. 2004. Occupational Health and Safety Review. Retrieved March 17, 2012.
- Piko, B. F. 2006. Burnout, Role Conflict, Job Satisfaction and Psychosocial Health Among Hungarian Health Care Staff : A Questionnaire Survey: International Journal of Nursing Studies.
- Pulat B. 1997. Fundamentals of Industrial Ergonomics 2nd edition. Prosect Heights, Illinois, Waveland Press.
- Salleh, A.L., Bakar, R.A., and Wong, K.K. 2008. How Detrimental is Job Stress? : A Case Study of Executives in The Malaysian Furniture Industry. International Review of Business Research Papers
- Visente, K.J. 1999. Cognitive Work Analysis : Towards Safe, Productive and Healthy Computer Base Work. Mahwah, N.J. USA. Lawrence Erlbaum Associates.
- Williams, S., & Cooper, L. 2002 Managing Workplace Stress. Great Britain : John Willey & Sons, Ltd.