

HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA FISIK DAN STRES KERJA DENGAN PRODUKTIVITAS PEKERJA DI PT. ADHI KARYA (PERSERO) TBK

Rygienia Matindas*, Lery Fransil Suoth*, Jeini Ester Nelwan*

* Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi

ABSTRAK

Produktivitas kerja menjadi salah satu hal yang penting dalam kelangsungan suatu perusahaan khususnya perusahaan konstruksi. Jika pekerja mengalami produktivitas yang kurang baik akan mempengaruhi hasil yang ditargetkan. Beberapa faktor yang mempengaruhi produktivitas yaitu beban kerja dan stres kerja. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara beban kerja fisik dan stres kerja dengan produktivitas pekerja di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk. Desain penelitian ini survei analitik yang bersifat observasional dengan rancangan penelitian studi potong lintang. Penelitian ini dilaksanakan pada September-Oktober 2018 di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk dengan menjalankan kuesioner pada 87 pekerja. Berdasarkan hasil uji Spreaman Rank terdapat hubungan antara beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja dengan nilai p value = 0,045 dengan nilai $r = 0,680$ berarti terdapat kekuatan hubungan kuat dengan arah korelasi positif. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dengan produktivitas pekerja dengan nilai p value = 0,000 dengan nilai $r = 0,764$ berarti terdapat kekuatan hubungan kuat dengan arah korelasi positif. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara beban kerja fisik dan stress kerja dengan produktivitas kerja dimana semakin tinggi beban dan stress kerja maka produktivitas kerja semakin tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya upaya menjaga beban dan stress kerja pekerja sehingga bisa meningkatkan produktivitas kerja.

Kata Kunci : produktivitas, beban kerja fisik, stres kerja

ABSTRACT

Work productivity is one of the important things in the continuity of a company, especially a construction company. If workers experience poor productivity, it will affect the targeted results. Therefore, it is necessary to pay attention to the work productivity of the workforce, especially to minimize the factors that affect productivity itself such as workload and work stress. The purpose of this study was to determine the relationship between physical workload and work stress with the productivity of workers at PT. Adhi Karya (Persero) Tbk. The design of this study was an analytical observational survey with a cross-sectional study design. This research was conducted from September to October 2018 at PT. Adhi Karya (Persero) Tbk by running a questionnaire on 87 workers. Based on the Spreaman Rank test results, there is a relationship between physical workload and worker productivity with a value of p value = 0.045 with a value of $r = 0.680$ which means that there is a strong relationship with the direction of positive correlation. The results of this study also indicate that there is a relationship between work stress and worker productivity with a value of p value = 0,000 with a value of $r = 0.764$ means that there is a strong strength of the relationship with the direction of positive correlation. The conclusion of this study is that it means there is a relationship between physical workload and work stress with worker productivity where high workloads and stresses are high with work productivity. Therefor, there is a need to maintain workload and stress on workers so as to increase work productivity.

Keywords : Worker Productivity, Physical Workload, Job Stress

PENDAHULUAN

Riset yang dilakukan *The Conference Board* dalam *Total Economy Database* mengungkapkan pertumbuhan produktivitas tenaga kerja global (*Lobar Productivity*) meningkat pada tahun 2017 (2,0%) dibandingkan dengan tahun 2016 (1,4%) dan dalam pertumbuhan ekonomi dunia, pertumbuhan produktivitas tenaga kerja Indonesia mencapai (3,9%) (Anonim, 2018).

Setiap perusahaan berkeinginan agar tenaga kerja yang dimiliki mampu meningkatkan produktivitas yang tinggi. Produktivitas tenaga kerja dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik yang berhubungan dengan tenaga kerja itu sendiri maupun faktor lain (Soetrisno, 2017). Faktor- faktor yang berpengaruh dalam pencapaian produktivitas yaitu beban kerja, ketidaknyamanan kerja, stres akibat kerja, kelelahan objektif dan subjektif, penyakit akibat kerja serta cedera dan kecelakaan kerja (Tarwaka, 2011).

Beban Kerja merupakan besaran pekerjaan yang harus dipikul oleh suatu jabatan/unit organisasi dan merupakan hasil kali antara volume kerja dan normal waktu. Jika kemampuan pekerja lebih tinggi dari pada tuntutan pekerjaan, maka akan muncul perasaan bosan tapi jika

kemampuan pekerja lebih rendah daripada tuntutan pekerjaan maka akan muncul kelelahan yang lebih. Tuntutan pekerjaan yang tinggi dan tak bisa diatasi oleh pekerja dapat memicu stres kerja pada pekerja. Suwanto dan Priansa (2011) menyatakan stres kerja merupakan suatu kondisi dimana terdapat satu atau beberapa faktor di tempat kerja yang berinteraksi dengan pekerja sehingga mengganggu fisiologis dan perilaku. Stres kerja akan muncul apabila terdapat kesenjangan antara kemampuan individu dengan tuntutan- tuntutan dari pekerjaannya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban kerja fisik dan stres kerja dengan produktivitas pekerja di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan menggunakan rancangan penelitian *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk dengan jumlah sampel 87 pekerja. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengukur stres kerja dan produktivitas pekerja dan tabel Perkiraan Beban Kerja menurut Kebutuhan Kalori untuk mengukur beban

kerja fisik. Hipotesis pada penelitian ini diuji dengan menggunakan uji *Spearman Rank*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden pada penelitian ini terdiri dari jenis kelamin, umur dan pendidikan terakhir.

Tabel 1. Distribusi berdasarkan Karakteristik individu

Karakteristik responden		n	%
Jenis kelamin	Laki-laki	87	100
	Perempuan	0	0
Total		87	100
Kelompok umur	17-25 tahun	31	35.6
	26-35 tahun	42	48.3
	36-45 tahun	11	12.6
	46-55 tahun	2	2.3
	56-65 tahun	1	1.1
Total		87	100
Tingkat pendidikan	SD	3	3.4
	SMP	40	46.0
	SMA/SMK	43	49.4
	S1	1	1.1
Total		87	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa paling banyak responden berjenis kelamin laki-laki (100%), berumur 26-35 tahun (48,3%) dan berpendidikan SMA/ SMK (49,4%).

Tabel 2. Karakteristik berdasarkan Variabel Penelitian

Variabel penelitian		n	%
Beban kerja fisik	Rendah	15	17.2
	Sedang	38	43.7
	Berat	34	39.1
Total		87	100
Stress kerja	Rendah	8	9,2
	Sedang	30	34,5
	Tinggi	40	46,0
	Sangat Tinggi	9	10,3
Total		87	100
Produktivitas Kerja	Sangat baik	62	71,3
	Baik	24	27,6
	Kurang	1	1,1
Total		87	100

Pada tabel 2, terlihat bahwa responden paling banyak masuk pada kategori beban kerja fisik sedang (43,7%), stress kerja tinggi (46,0%) dan produktivitas sangat baik (71,3%).

Selanjutnya, berdasarkan hasil penelitian ini ditemukan sebagian besar responden memiliki beban kerja fisik sedang dengan tingkat produktivitas sangat baik. Berdasarkan hasil uji yang telah dilakukan, terlihat nilai *p value* 0,045 lebih kecil dengan nilai $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). Dengan demikian, hasil tersebut menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik dan produktivitas pekerja dengan nilai $r= 0,680$ artinya terdapat kekuatan hubungan yang kuat dengan arah korelasi positif yang berarti memiliki hubungan yang searah yaitu semakin berat beban kerja

fisik maka semakin baik produktivitas kerja. Oleh karena itu, terduga hipotesis diterima artinya terdapat hubungan antara beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja.

Beban kerja merupakan faktor yang paling sering di alami oleh setiap pekerja. Semakin maju perusahaan semakin besar pula beban kerja yang di tanggungkan kepada pekerja. Menurut Meshkati (1992) dalam Tarwaka (2015) dapat didefinisikan sebagai suatu perbedaan antar kapasitas atau kemampuan pekerja dengan tuntutan pekerjaan yang harus dihadapi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelitian yang dilakukan Ardiyanti (2013) dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dimana nilai p value lebih kecil dari taraf signifikan yang ditentukan sehingga terdapat hubungan antara beban kerja dengan produktivitas kerja.

Penelitian yang dilakukan oleh Sinaga (2015) dengan menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil terdapat hubungan antara beban kerja dengan produktifitas kerja degan nilai p value = 0,001.

Namun penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ashari (2010) hasil penelitian yang

dilakukan dengan menggunakan uji statistic *Chi Square* didapatkan nilai p value lebih besar dari taraf signifikan yang ditetapkan sehingga tidak terdapat hubungan antara beban kerja dengan produktivitas kerja.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat sebagian besar pekerja dengan stress kerja tinggi memiliki produktivitas kerja yang baik. Dengan melihat nilai p value yang lebih kecil dari taraf signifikan yang ditentukan dengan nilai koefisien korelasi yang tinggi maka stress kerja dan produktivitas berhubungan dengan arah korelasi positif yang artinya semakin tinggi stress kerja semakin tinggi juga produktivitas pekerja.

Menurut Siagian (2012) menyatakan bahwa stres kerja merupakan kondisi ketegangan yang berpengaruh terhadap emosi, jalan pikiran, dan kondisi fisik seseorang. Jika stres tidak dapat diatasi dengan baik biasanya akan berakibat pada ketidak mampuan seseorang untuk berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, baik dalam arti lingkungan pekerjaan maupun lingkungan luar.

Stres dibagi menjadi 3 jenis yaitu, *eustress* dan *distress* (stres). *Eustress* adalah pendorong yang kuat yang bersifat positif yang akan menekan untuk terus

berusaha agar mampu mencapai apa yang kita inginkan (Anthony 1991, dalam Bahaudin 2007). Dalam dikatakan *eustress* sebagai tekanan yang dapat menimbulkan stress tetapi yang positif. Disinilah letak perbedaan antara kita dikendalikan oleh *stress (distress)* atau sebaliknya menggunakan stress sebagai dorongan yang luar biasa dari dalam diri (*eustress*). Penelitian yang dilakukan oleh Laurie (2013) dengan menggunakan uji statistic *Chi Square* didapatkan hasil nilai *p value = 0,024*. Hasil analisis data menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara stress kerja dengan produktivitas kerja.

Penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijono (2015) tentang hubungan antara stres kerja dengan produktivitas kerja karyawan bagian produksi dengan menggunakan uji korelasi *product moment* dari *Pearson* dan diperoleh hasil $r = 0,223$ dengan signifikan $0,204$ ($p > 0,05$) dimana menunjukkan tidak ada hubungan antara stress kerja dengan produktivitas kerja karyawan pada bagian produksi.

Penelitian yang dilakukan oleh Widiana (2011) mengenai hubungan antara stress kerja dengan produktivitas kerja tenaga kerja wanita di bagian linting mendapatkan hasil nilai $p = 0,001$ dengan

menggunakan uji statistic *Chi Square* sehingga disimpulkan terdapat hubungan antara stress kerja dengan produktivitas kerja.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Produktivitas pekerja di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk kategori sangat baik sebanyak 62 responden (71,3%), kategori baik sebanyak 24 responden (27,6%) dan untuk kategori kurang produktivitas kerja sebanyak 1 responden (1,1%).
2. Terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik dan produktivitas pekerja di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk dengan nilai *p value* 0,045 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ dan nilai $r = 0,680$ artinya terdapat kekuatan hubungan yang kuat dengan arah korelasi positif yang berarti memiliki hubungan yang searah yaitu semakin tinggi beban kerja fisik maka semakin baik produktivitas kerja.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara stress kerja dan produktivitas pekerja di PT. Adhi

Karya (Persero) Tbk dengan nilai p value 0,000 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$ dan nilai $r = 0,764$ artinya terdapat kekuatan hubungan yang kuat dengan arah korelasi positif yang berarti memiliki hubungan searah yaitu semakin tinggi stress kerja maka semakin baik produktivitas kerja.

SARAN

1. Para pimpinan harus lebih memperhatikan para pekerja terlebih dalam tingkat produktivitas kerja, agar dapat lebih baik lagi dan berdampak baik bagi kelangsungan dan pengembangan perusahaan.
2. Sebaiknya dilakukan tindakan lebih lanjut untuk pekerja yang mengalami stress kerja seperti penyesuaian waktu kerja, pemberian pekerjaan sesuai dengan kapasitas dari masing-masing pekerja agar stress kerja tidak berlanjut dan akan lebih berdampak buruk terhadap produktivitas kerja pa pekerja.
3. Sebaiknya dilakukan tindakan pencegahan dan pengendalian terhadap beban kerja fisik misalnya dengan mengurangi jam

kerja, menambah jumlah pekerja agar pembagian pekerjaan lebih lebih terminimalisir untuk setiap individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2018^a. *Total Economy Database. The Conference Board*. Diakses pada tanggal 27 Juli 2018. [Online] <https://www.conferenceboard.org/data/economydatabase/>
- Anonim. 2018^b. Badan Pusat Statistik. Diakses pada tanggal 19 September 2018. <https://www.bps.go.id>
- Ardiyanti. 2013. Hubungan Beban Kerja dan Kapasitas Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja bagian Racik PT. X Semarang. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2018. <http://eprints.undip.ac.id/53664/>
- Ashari. 2010. Hubungan Kapasitas Kerja dan Beban Kerja dengan Produktivitas Tenaga Kerja Bagian rawing di PT. X Salatiga. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2018. <http://eprints.undip.ac.id/28685/1/4001.pdf>
- Bahaudin. 2007. *Brainware Leadership Mastery*. Jakarta : PT. Elex Media Komputindo.
- Laurie. 2013. Hubungan Antara Stres Kerja dengan Produktivitas Kerja Karyawan di CV. Kombos Kota Manado. Manado: Fakultas Kesehatan Masyarakat. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2018. <http://fkm.unsrat.ac.id/wp->

- content/uploads/2013/08/LAURIE
- HIDAYAT1.pdf
- Siagian. 2013. Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sinaga. 2015. Hubungan Beban Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja Montir Auto 2000 Amplas tahun 2015. Universitas Sumatera Utara. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2018. <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/62691>
- Soetrisno. 2017. Manajemen Sumber Daya Manusia Ed Pertama Cet Kesembilan. Jakarta: Kharisma Putra Utama.
- Tarwaka.2011. Ergonomi Industri, Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Surakarta : Harapan Press.
- Tarwaka. 2015. Ergonomi Industri. Surakarta : Harapan Press.
- Widiana. 2011. Hubungan Stress dengan Produktivitas Tenaga Kerja Wanita Bagian Linting Rokok di PT. Djitoe Indonesian Tobacco Surakarta. Surakarta: Universitas Sebelas Maret. Diakses pada tanggal 26 Juni 2018.
- Wijono. 2015. Hubungan Antara Stress Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Karyawan bagian Produksi CV. Luxindo Kota Cirebon. Diakses pada tanggal 21 Oktober 2018. http://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/9133/2/T1_802010047_Full%20text.pdf