

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN STRES KERJA PADA  
PEKERJA KULI PANGGUL DI GUDANG BULOG  
SURAKARTA**

**SKRIPSI**

**Disusun Untuk Memenuhi Persyaratan  
Memperoleh Gelar Sarjana Sains Terapan**



**WIWIT HIPPY ROLANG**

**R.0209058**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KESEHATAN DAN  
KESELAMATANKERJAFAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS**

**SEBELAS MARET**

**SURAKARTA**

**2013**

*commit to user*

## PENGESAHAN SKRIPSI

**Skripsi dengan judul : Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada  
Pekerja Kuli Panggul di Gudang Bulog Surakarta**

Wiwit Hippy Rolang, NIM : R. 0209058, Tahun : 2013

Telah diuji dan sudah disahkan di hadapan  
**Dewan Penguji Skripsi**

Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja  
Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari : Rabu, Tanggal 24 Juli 2013


**Pembimbing I**

Lusi Ismayenti, ST., M.Kes  
NIP. 19720322 200812 2 001

(.....  


**Pembimbing II**

Dr. Yulia Lanti Retno Dewi, dr., M.Si  
NIP. 19610320 199203 2 001

(.....  


**Penguji**

Reni Wijayanti, dr., M.Sc.  
NIP. 19720822 201012 2 001

(.....  


Surakarta,

Tim Skripsi



Lusi Ismayenti, ST., M.Kes  
NIP. 19720322 200812 2 001

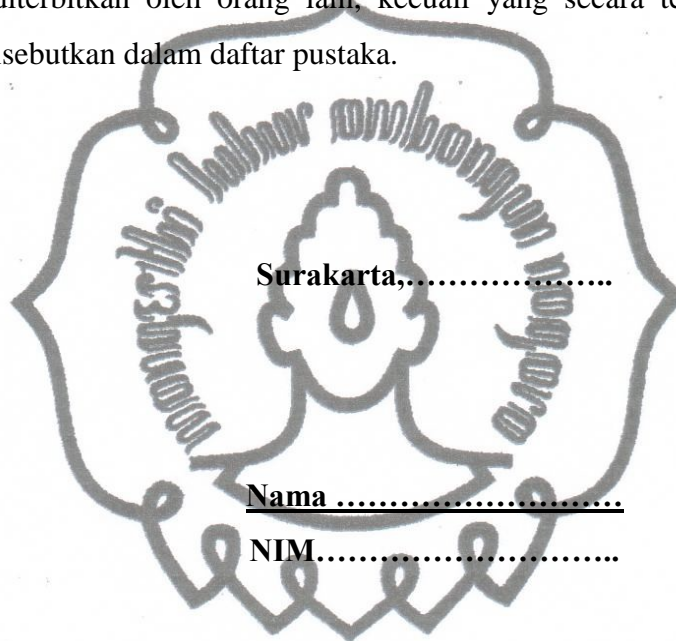
Ketua Program Studi  
Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja



Ipop Sjarifah, Dra., M.Si  
NIP. 19560328 198503 2 001

## PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.



## ABSTRAK

**Wiwit Hippy Rolang. R0209058. 2013.** Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Pekerja Kuli Panggul di Gudang Bulog Surakarta. Program D4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Fakultas Kedokteran, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.

**Latar Belakang :** Bulog merupakan perusahaan umum milik Negara yang bergerak di bidang logistik pangan. Kegiatan di gudang Bulog meliputi pengangkutan maupun penyaluran beras kepada konsumen. Dalam proses angkat-angkutnya, Bulog menggunakan jasa pekerja kuli panggul untuk mengangkut beras secara manual dari truk ke gudang maupun sebaliknya. Pekerja mengangkut 4 karung sekaligus dengan berat masing-masing 15 kg sehingga beban yang diterima oleh pekerja tersebut dalam sekali angkat-angkutnya sebesar 60 kg. Beban yang diangkat tersebut melebihi aturan yang ditetapkan ILO. Aturan beban yang boleh diangkat menurut standart ILO pada laki-laki dewasa sebesar 40 kg. Menurut Tarwaka (2010), beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan stres kerja. Maka penulis ingin meneliti hubungan beban kerja dengan stres kerja pada pekerja kuli panggul di gudang bulog Surakarta.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *sampling jenuh* dengan sampel yang menjadi objek penelitian berjumlah 34 orang. Beban kerja diukur untuk menghitung denyut nadi dalam waktu satu menit. Stres kerja diukur dengan kuesioner penilaian stres kerja dengan metode *scoring* dan *health and safety executive* (2003). Teknik analisis data dilakukan dengan uji statistik *somers, d and gamma* dengan menggunakan program komputer SPSS versi 16.

**Hasil :** Dari hasil uji statistik *somers, d and gamma* hubungan beban kerja dengan stres kerja diketahui bahwa nilai  $p = 0.001$ , yang berarti bahwa  $\text{value} \leq 0,01$  maka hasil uji dinyatakan signifikan.

**Simpulan :** Ada pengaruh hubungan beban kerja dengan stres kerja di gudang Bulog Surakarta. Untuk penelitian lebih lanjut perlu pengkajian terhadap faktor-faktor lain yang berpengaruh terhadap timbulnya stres kerja.

**Kata Kunci :** Beban Kerja, Stres Kerja, Kuli Panggul

## ABSTRACT

**Wiwit Hippy Rolang** :A correlation study between the workload and the work stress on hip coolie labor in bulog warehouse, Surakarta. D4 Occupational Health and Safety Majority, Medical Faculty, Sebelas Maret University, Surakarta.

**Background** : Bulog is a company owned by the government which engaged on food logistic. Based on the result of early survey, a hip porters lifted up about 4 rice sacks in a single time so that a load received by the worker is about 60 kg. The burden is lifted overtop the rules set ILO. Rule that the burden should be appointed according to ILO standards in the adult male of 40 kg. According Tarwaka (2010), excessive workload can be cause stressful work. The riset to know the correlation between the workload and the work stress on a porters in Bulog Surakarta

**Method** : the method used on the research is analytic observational by using cross sectional approach. The sampling technique used is a saturated sampling. The number objects of the research are 34 workers on the age between 27-62 years old. The working period is 4 years the least and willing to be a research respondent. The workload is measured by using stopwatch ( to count pulse within a minute). The work stress is measured by using job stress assessment questionnaires with scoring methods and health and safety executive (2003). The data are analyzed by using statistical test somers and gamma on computer programming SPSS version 16.

**Result**: from the analysis result with somers and gamma has been known that the value of sig. for the measurement of workload to job stress by 0001. The value means that p value  $\leq 0,05$ , so that the result is significant.

**Conclusion** : there is a correlation between the workload and the work stress on a hip porters in the bulog warehouse Surakarta. For a further research needs to study deeper toward the other factors which influence to the emerge of the work stress.

**Key words** : workload, work stress and porters

## PRAKATA

Dalam pelaksanaan penelitian ini, selain dukungan dan curahan kasih sayang yang tiada hentinya dari kedua orang tua dan keluarga, penulis juga telah dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati perkenankan penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Zainal Arifin Adnan dr. S. PD-KR-FINASIM selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ibu Ipop Sjarifah, Dra., M.Si selaku Ketua Program Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ibu Lusi Ismatenti, ST., M.Kes.selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Yulia Lanti Retno Dewi, dr., M.Si. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Reni Wijayanti, dr., M.Sc. selaku Penguji yang telah memberikan masukan dan bimbingan selama penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Staff pengajar dan karyawan/karyawati Program Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Universitas Sebelas Maret Surakarta.
7. Keluarga besar Perum Bulog Sub Divisi Regional Surakarta yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penelitian.
8. Keluarga besar Gudang Bulog 302 dan 306 Surakarta yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan penelitian.
9. Keluarga tercinta yang telah memberikan doa, semangat dan motivasi baik material maupun nonmaterial sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan ini dengan lancar.
10. Teman-teman angkatan 2009 Program Studi Diploma 4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah banyak membantu dan memberikan semangat.
11. Seluruh mahasiswa D4 K3 FK UNS yang telah menjadi motivasi bagi penulis untuk berbuat yang terbaik.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuannya.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran demi perbaikan dan kesempurnaan laporan ini.

Surakarta, Juli 2013

Penulis,

Wiwit Hippy Rolang

*commit to user*



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
ABSTRAK .....	iv
ABSTRACT .....	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
<b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
<b>BAB II. LANDASAN TEORI .....</b>	<b>7</b>
A. Tinjauan Pustaka .....	7
B. Kerangka Pemikiran .....	34
C. Hipotesis.....	35
<b>BAB III.METODE PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
A. Jenis Penelitian.....	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	36
C. Subjek Penelitian.....	36

D. Teknik Sampling .....	37
E. Desain Penelitian.....	37
F. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
G. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	39
H. Instrumen Penelitian.....	41
I. Cara Kerja Penelitian .....	43
J. Tehnik Pengumpulan Data.....	45
K. Tehnik Pengolahan Data .....	46
L. Tehnik Analisis Data.....	48
<b>BAB IV.HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>50</b>
A. Gambaran Umum Perusahaan.....	50
B. Analisis Univariat.....	51
C. Analisis Bivariat.....	56
D. Keterbatasan Penelitian.....	58
<b>BAB V.PEMBAHASAN.....</b>	<b>59</b>
<b>BAB VI. SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>63</b>
A. Simpulan .....	63
B. Saran.....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>65</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....	5
Tabel 2.1 Kategori Beban Kerja Berdasarkan Metabolisme, Respirasi, Suhu Tubuh dan Denyut Jantung. ....	10
Tabel 2.2 Kategori Beban Kerja pada Laki-laki Dewasa yang Sehat.....	13
Tabel 2.3 Klasifikasi Tingkat Stres Kerja Berdasarkan Total Skor Individu.....	31
Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Umur .....	52
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi subjek Penelitian Berdasarkan Kategori IMT.....	53
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Subjek Penelitian Berdasarkan Masa Kerja .....	54
Tabel 4.4 Distribusi Karakteristik Beban Kerja .....	55
Tabel 4.5 Distribusi Karakteristik Stres Kerja .....	56
Tabel 4.6 Pengukuran Hasil Statistik Beban Kerja dengan Stres Kerja .....	56
Tabel 4.7 Hasil Uji <i>Somers, d and Gamma</i> .....	57

### DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja.....	34
Gambar 3.1 Rencana Desain Penelitian.....	37



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Survai Awal Penelitian Skripsi
- Lampiran 2. Surat Permohonan Izin Penelitian Skripsi
- Lampiran 3. Surat Izin Penelitian Skripsi dari BULOG
- Lampiran 4. Data Responden
- Lampiran 5. Surat Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
- Lampiran 6. Penilaian Stres Kerja Dengan Metode Skoring
- Lampiran 7. Hasil Uji SPSS
- Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian

