

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA DI PT. CHANINDO PRATAMA PIYUNGAN YOGYAKARTA

Dwi Adi Setiawan dan Liena Sofiana

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta
Jl. Prof. Dr. Soepomo, Janturan, Warungboto, Yogyakarta
E-mail: Liena.sofiana@ikm.uad.ac.id

Abstact

Work stress is a pressure feeling or feeling depressed suffered by employees in their jobs. Stress appeared by various factors: organizational factors, environmental factors and individual factors. Chanindo Pratama is a company engaged in the manufacturing of golf gloves, located in Piyungan Street, Yogyakarta. The aim of this research is to know associated factors with work stress on workers Chanindo Pratama company. The was observational research with cross-sectional approach. The research was conducted in December 2013 on the production workers Chanindo Pratama company with the total 58 respondents. Data gathering technique was done by questioners. Research result was analyzed by using fisher exact as alternative test. The research result indicated that: 1) There was a relationship between social support with work stress in Chanindo pratama company P Value = 0.048. 2) There was a relationship between workload with work stress in Chanindo pratama company P Value = 0.020. 3) There was a relationship between physical danger with work stress in Chanindo pratama company P Value = 0.005. 4) There was a relationship between a monotonous work routine with work stress in Chanindo pratama company P Value = 0.023. 5) There was no relationship between hours of work with work stress in Chanindo pratama company P Value = 0.256. There were relationships between social support, workload, physical danger, a monotonous work routine with work stress in Chanindo company. There was no relationship between hours of work with work stress in Chanindo Pratama Company.

Keywords: *Work Stress, Social Support, Workload, Physical Danger, a Monotonous Work Routine, Hours of Work*

PENDAHULUAN

Setiap tempat kerja mengandung berbagai potensi bahaya yang dapat mempengaruhi kesehatan tenaga kerja atau dapat menimbulkan gangguan fisik atau psikis terhadap tenaga kerja. Gangguan psikis merupakan faktor

penting yang perlu diperhatikan dalam kaitannya dengan kesehatan mental pekerja yang timbul dari gangguan psikologis apabila tidak segera diatasi akan berdampak pada timbulnya stress kerja (Fitri, 2013). Manusia pada masa bekerja tidak semua dapat berjalan

dengan lancar, terkadang muncul stres dalam bekerja. Stres merupakan reaksi non spesifik terhadap rangsangan atau tekanan stres bersifat sangat individual sehingga stres diantara yang satu dengan orang yang lain berbeda (Hartono, 2007).

Stres kerja didefinisikan sebagai ketidakmampuan mengatasi ancaman yang dihadapi mental, fisik, emosional dan spiritual manusia yang suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik manusia tersebut. Baik nyata maupun imajinasi. Persepsi stres karena perasaan takut dan marah, sikap ini diekspresikan dengan sikap tidak sabar, depresi, bimbang cemas, rasa bersalah. Di tempat kerja rasa ini dapat muncul dengan perasaan pesimis tidak puas, produktivitas rendah dan sering absen (Murni, 2012). Stres tidak datang dengan sendirinya melainkan datang dari berbagai faktor, stres timbul oleh berbagai faktor yaitu faktor organisasi, faktor lingkungan dan faktor individu. Dalam faktor organisasi terdapat faktor-faktor yang berpengaruh pada tingkat stres karyawan, yaitu tuntutan tugas, tuntutan peran, tuntutan antar pribadi dan struktur organisasi (Tejasurya, 2012).

PT Chanindo Pratama merupakan perusahaan yang bergerak di bidang konveksi pembuatan sarung tangan golf yang berdiri pada tahun 2008 dan terletak di Piyungan Yogyakarta. Dalam sehari perusahaan ini mampu memproduksi sekitar 1700

sarung tangan golf. Jumlah pegawai perusahaan ini adalah 100 orang dengan lama kerja 7 jam per hari dan istirahat 45 menit. Para pegawai bagian produksi dituntut untuk mencapai target produksi dalam sehari, pekerja bagian produksi mengeluh tentang suhu dalam ruangan dan suara yang dihasilkan dari mesin. Dari hasil survei yang diperoleh, peneliti tertarik untuk meneliti faktor apa yang berhubungan dengan stres pada pekerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian observasional dengan rancangan *cross sectional* (potong lintang) yang merupakan suatu penelitian yang mempelajari hubungan antara faktor risiko (*independent variable*) dengan faktor efek (*dependent variable*). Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah pekerja di bagian produksi sebanyak 58 orang.

Alat dalam penelitian ini adalah kuesioner dan wawancara yang digunakan untuk memperoleh informasi dari variabel-variabel yang diteliti. Pengolahan data dilakukan dengan bantuan komputer dengan uji *Chi-square* dan uji alternatifnya yaitu *fisher exact*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Perusahaan

PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta adalah sebuah perusahaan

pembuatan sarung tangan golf yang berada di Jalan Piyungan KM 1, Berbah, Sleman, Yogyakarta. Perusahaan ini mulai berdiri sejak tahun 2008. Jumlah keseluruhan pegawai 115. pada bagian produksi jumlah pegawai 100. Luas ruangan bagian produksi adalah 300 m². Untuk proses pembuatan sarung

tangan golf ini dimulai dari pemotongan pola yang sudah disediakan, kemudian semua pola dilanjutkan ke proses *sewing* atau penjahitan, kemudian setelah dijahit kemudian masuk ke dalam proses *packing* atau pengepakan.

B. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur pada Pekerja Bagian Produksi di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta Tahun 2013

Umur (th)	Jumlah (Org)	Persentase (%)
18-29	45	77,6
30-39	10	17,2
40-60	3	5,2

Karakteristik responden berdasarkan umur adalah sebagai berikut: responden yang memiliki angka tertinggi pada umur 18-29 tahun sebanyak 45 responden (77,6%), dan yang terendah pada umur 40-60 tahun sebanyak 3 responden (5,2%).

C. Analisis Data

1. Analisis Univariat

Frekuensi Responden Menurut Dukungan Sosial, Beban Kerja, Kondisi Bahaya Fisik, Rutinitas yang Monoton, Jam kerja dan Stres Kerja pada Pekerja Bagian Produksi di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta Tahun 2013 ditampilkan pada Tabel 2.

Berdasarkan tabel 2 untuk distribusi frekuensi responden menurut dukungan sosial sebagian besar responden berpersepsi buruk, yaitu sebesar 35 responden (60,3%) artinya responden belum merasa puas terhadap dukungan sosial yang didapat dari supervisor dan rekan kerja. Sedangkan responden yang berpersepsi baik sebesar 23 responden (39,7%).

Distribusi frekuensi responden menurut beban kerja responden yang berpersepsi buruk sebesar 31 responden (53,4%) artinya responden merasa bahwa beban kerja terasa berlebihan bagi responden. Sedangkan responden yang berpersepsi baik sebesar 27 res-

Tabel 2. Frekuensi Responden Menurut Dukungan Sosial, Beban Kerja, Kondisi Bahaya Fisik, Rutinitas yang Monoton, Jam kerja dan Stres Kerja pada Pekerja Bagian Produksi di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta Tahun 2013

Variabel	Jumlah (Org)	Persentase (%)
Dukungan Sosial		
Baik	23	39,7
Buruk	35	60,3
Beban Kerja		
Baik	27	46,6
Buruk	31	53,4
Kondisi Bahaya Fisik		
Baik	23	39,7
Buruk	35	60,3
Rutinitas Yang monoton		
Baik	28	48,3
Buruk	30	51,7
Jam Kerja		
Baik	30	51,7
Buruk	28	48,3
Stres Kerja		
Ringan	8	13,8
Sedang	50	86,2
Berat	0	0

ponden (46,6%) artinya responden merasa bahwa beban kerja tidak berlebihan.

Distribusi frekuensi responden menurut bahaya fisik responden yang berpersepsi buruk yaitu sebesar 35 responden (60,3%) artinya responden merasa bahwa bahaya fisik terasa mengganggu bagi responden. Sedangkan responden yang berpersepsi baik sebesar 23 responden (39,7%) artinya responden merasa bahwa bahaya fisik tidak mengganggu bagi responden.

Distribusi frekuensi responden menurut rutinitas kerja yang monoton responden yang berpersepsi buruk yaitu sebesar 30 responden (51,7%) artinya responden merasa bahwa rutinitas kerja yang monoton terasa memberatkan bagi responden. Sedangkan responden yang berpersepsi baik sebesar 28 responden (48,3%) artinya responden merasa bahwa rutinitas kerja yang monoton tidak memberatkan bagi responden.

Distribusi frekuensi responden menurut jam kerja responden berpersepsi yang baik yaitu sebesar 30 responden (51,7%) artinya responden merasa bahwa jam kerja tidak memberatkan bagi responden. Sedangkan responden yang berpersepsi buruk sebesar 28 responden (48,3%) artinya responden merasa bahwa jam kerja

memberatkan.

Distribusi frekuensi responden menurut stres kerja responden yang mengalami stres sedang yaitu sebesar 50 responden (86,2%). Responden yang mengalami stres ringan sebesar 8 responden (13,8%) sedangkan 0 (0%) responden mengalami stres berat.

2. Analisis Bivariat

Tabel 3. Distribusi Hubungan antara Persepsi Dukungan Sosial, Beban Kerja, Kondisi Bahaya Fisik, Rutinitas yang monoton, Jam kerja Dengan Stres Kerja pada Pekerja Bagian Produksi di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta Tahun 2013

	Stres Kerja				RP (CI)	P value
	Ringan		Sedang			
	Jumlah	%	Jumlah	%		
Dukungan Sosial						
Baik	6	10,3	17	29,3	4.565 (CI: 1.007-20,694)	0,048
Buruk	2	3,4	33	56,9		
Beban Kerja						
Baik	7	12,1	20	34,5	8.037 (CI: 1.055-61,242)	0,020
Buruk	1	1,7	30	51,7		
Bahaya Fisik						
Baik	7	12,1	16	27,6	10.652 (CI: 1.402-80.958)	0,005
Buruk	1	1,7	34	58,6		
Rutinitas Kerja yang Monoton						
Baik	7	12,1	21	36,2	7.500 (CI: 0.984-57,163)	0,023
Buruk	1	1,7	29	50,0		
Jam Kerja						
Baik	6	10,3	24	41,4	2.800 (CI: 0.615-12,740)	0,256
Buruk	2	3,4	26	44,8		

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 23 responden (39,7%) berpersepsi baik mengenai dukungan sosial terhadap stres kerja, terdapat 6 respon-

den (10,3%) yang mengalami stres ringan dan 17 responden (29,3%) yang mengalami stres sedang, sedangkan 35 responden yang berpersepsi buruk

mengenai dukungan sosial terhadap stres kerja, terdapat 2 responden (3,4%) yang mengalami stres ringan dan 33 responden (56,9%) mengalami stres sedang.

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 27 responden (46,6%) berpersepsi baik mengenai beban kerja terhadap stres kerja, terdapat 7 responden (12,1%) yang mengalami stres ringan dan 20 responden (34,5%) yang mengalami stres sedang, sedangkan 31 responden yang berpersepsi buruk mengenai beban kerja terhadap stres kerja, terdapat 1 responden (1,7%) yang mengalami stres ringan dan 30 responden (51,7%) mengalami stres sedang.

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 23 responden (39,7%) berpersepsi baik mengenai bahaya fisik terhadap stres kerja, terdapat 7 responden (12,1%) yang mengalami stres ringan dan 16 responden (27,6%) yang mengalami stres sedang, sedangkan 35 responden yang berpersepsi buruk mengenai bahaya fisik terhadap stres kerja, terdapat 1 responden (1,7%) yang mengalami stres ringan dan 34 responden (58,6%) mengalami stres sedang.

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 28 responden (48,3%) berpersepsi baik mengenai rutinitas kerja yang monoton terhadap stres kerja, terdapat 7 responden (12,1%) yang mengalami stres ringan dan 21 responden (36,2%) yang mengalami stres sedang, sedangkan 30 responden (51,7%) yang ber-

persepsi buruk mengenai rutinitas kerja yang monoton terhadap stres kerja, terdapat 1 responden (1,7%) yang mengalami stres ringan dan 29 responden (51,7%) mengalami stres sedang.

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 30 responden (51,7%) berpersepsi baik mengenai jam kerja terhadap stres kerja, terdapat 6 responden (10,3%) yang mengalami stres ringan dan 24 responden (41,4%) yang mengalami stres sedang, sedangkan 28 (48,3%) responden yang berpersepsi buruk mengenai jam kerja terhadap stres kerja, terdapat 2 responden (3,4%) yang mengalami stres ringan dan 26 responden (44,8%) mengalami stres sedang.

D. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta

Berdasarkan analisis diperoleh nilai $P\text{-Value}=0,048$ berarti dapat dinyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada pekerja bagian produksi PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta. Nilai RP: 4.565 (95% CI: 1.007-20,694) yang berarti secara biologi responden yang berpersepsi buruk mengenai dukungan sosial mempunyai faktor resiko 4.565 kali mengalami stres kerja sedang dibandingkan dengan responden yang berpersepsi baik mengenai dukungan sosial.

Hasil uji statistik menyatakan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan stres yang dialami pekerja. Ini berarti bahwa dukungan sosial yang baik akan berpengaruh pada tingkat stres pekerja. Sebuah studi yang pada pekerja pabrik menyatakan bahwa dukungan yang didapat dari supervisor, adalah sumber yang signifikan sebagai mengurangi efek stres kerja terhadap kesehatan pekerja (Nugrahani, 2008). Selain itu, hubungan dukungan sosial terhadap rekan kerja juga berhubungan dengan stres kerja yang dialami pekerja. Para pekerja umumnya akan memiliki kesempatan interaksi yang baik pada waktu istirahat. Biasanya pada saat-saat inilah pekerja saling berbagi tentang pengalaman dan masalah yang mereka hadapi di tempat kerja. Penelitian ini didukung dengan penelitian Nugrahani (2008) dengan $P Value=0,00$ bahwa ada hubungan antara hubungan dukungan sosial dengan tingkat stres kerja (Munandar, 2011). Perilaku yang kurang menenggang rasa antara dari atasan tampaknya menimbulkan rasa tekanan dari pekerjaan dan pengawasan yang ketat dan pemantauan kerja yang kaku dapat dirasakan sebagai stress (Suma'mur, 2009). Stres kerja dapat timbul ketika tenaga kerja harus bekerja sama dengan tenaga kerja lain yang berpribadian kasar tidak memperhatikan perasaan dan kepekaan dalam berinteraksi sosial, dan orang yang dingin.

E. Hubungan antara Beban Kerja dengan Stres Kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta

Hasil analitik didapatkan hasil $P Value= 0,020$ yang dapat diartikan bahwa secara statistik terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta karena nilai $P Value < \alpha (0,05)$. Sementara itu nilai RP: 8.037 (95% CI: 1.055-61,242) yang berarti secara biologi responden yang berpersepsi buruk terhadap beban kerja mempunyai faktor resiko 8.037 kali mengalami stres kerja sedang dibandingkan dengan responden yang berpersepsi baik terhadap beban kerja.

Hal ini sesuai dengan penelitian Nugrahani (2008) bahwa sebagian besar pekerja harus menyelesaikan tugas berdasarkan waktu yang sudah ditentukan. Para pekerja PT Chanindo Pratama bagian produksi melakukan pekerjaan yang sama secara terus menerus sehingga mereka semakin terampil karena melakukan pekerjaan yang sama sehari-hari sehingga tidak memeras otak. Setiap harinya para pekerja dibagian produksi membuat kurang lebih 1700 buah sarung tangan setiap hari, tuntutan jumlah ini yang memungkinkan terjadinya beban kerja.

Tuntutan tugas yang harus mengejar target pembuatan sarung tangan ini bisa menjadi unsur yang menimbulkan beban kerja berlebih secara kuantitatif yaitu desakan waktu,

pekerja harus menyelesaikan sarung tangan dalam jumlah tertentu dalam satu hari setiap harinya. Menurut Munandar (2011) pada saat tertentu pada saat *dead line* (waktu akhir) justru dapat meningkatkan motivasi dan menghasilkan prestasi kerja yang tinggi. Namun bila desakan waktu menyebabkan timbulnya kesalahan atau menyebabkan kondisi kesehatan seseorang berkurang, maka ini merupakan cerminan adanya beban berlebih kuantitatif. Beban kerja yang terlalu sedikit juga dapat mempengaruhi stres seseorang, kebosanan dalam kerja rutin sehari-hari, hal ini berpotensi dalam berkurangnya perhatian yang dapat membahayakan pekerja untuk bertindak tepat saat darurat. Kebosanan ditemukan sebagai sumber stres nyata pada operator kran (Suma'mur, 2009).

F. Hubungan antara Bahaya Fisik dengan Stres Kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta

Dalam penelitian ini bahaya fisik yang diteliti adalah kebisingan dan suhu didalam ruangan bagian produksi di PT Chanindo Pratama. Pada perhitungan kebisingan yang dilakukan pada 3 titik dengan menggunakan alat pengukur kebisingan yaitu *Sound Level Meter* di dalam ruang produksi didapatkan hasil 70,5 dB, 78,9 dB, dan 70,2 dB. Menurut Suma'mur (2009) pedoman bagi perlindungan alat pendengaran agar tidak kehilangan daya dengar

untuk pemaparan selama 8 jam sehari atau 40 jam kerja selama seminggu adalah 85 dB(A). berdasarkan penelitian bahwa perhitungan kebisingan dibawah NAD (nilai ambang batas) sehingga aman untuk para pekerja yang ada di ruangan produksi tersebut.

Hal ini sejalan dengan penelitian Nugrahani (2008) bahwa didapatkan nilai *P Value* = 0,00 yang berarti ada hubungan antara kebisingan dengan stres kerja. Dalam perusahaan tekstil, tempat kerja mekanis seperti mesin penggilingan, bor mesin, intensitas kebisingan adalah sekitar 85 - 100 dB (Anizar, 2009). Berdasarkan Keputusan Menteri Tenaga Kerja (KEPME-NAKER) Kep-51 Men/1999 bahwa nilai ambang batas kebisingan adalah 85 desibel A (dBA).

Suhu pada ruangan produksi di PT Chanindo Pratama pada saat pengukuran dengan menggunakan alat *Higrometer* adalah 30°C. suhu nyaman bagi orang Indonesia menurut Suma'mur (2009) adalah 24-26 °C. hasil penelitian didapatkan pengukuran 30°C yang berarti melampaui suhu nyaman, namun menurut Kep-51 Men/1999 untuk 8 jam waktu kerja dengan 25% istirahat, untuk beban kerja ringan suhu yang diperkenankan adalah 30.6 °C, untuk beban kerja sedang 28 °C dan beban kerja berat 25,9 °C. Suhu panas berakibat penurunan prestasi kerja berpikir. Di dalam ruang produksi sudah ditambahi beberapa kipas yang berfungsi untuk mengurangi panas para

pegawai. Atap pabrik menggunakan seng yang apabila pada kondisi cuaca sedang panas akan membuat suhu di ruangan meningkat yang membuat para pekerja mengeluh.

Hasil analitik statistik menggunakan uji *Fisher* antara variabel beban kerja dengan stres kerja didapatkan hasil *P Value* = 0,005 yang dapat diartikan bahwa secara statistik ada hubungan antara bahaya fisik dengan stres kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta karena nilai *P Value* < α (0,05). Sementara itu nilai RP: 10.652 (95% CI: 1.402-80.958) yang berarti secara biologi responden yang berpersepsi buruk terhadap bahaya fisik mempunyai faktor resiko 10.652 kali mengalami stres kerja sedang dibandingkan dengan responden yang berpersepsi baik terhadap bahaya fisik.

G. Hubungan antara Rutinitas Kerja yang Monoton dengan Stres Kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta

Hasil analisis yang dilakukan didapatkan hasil *P Value* = 0,023 yang dapat diartikan bahwa secara statistik ada hubungan antara rutinitas kerja yang monoton dengan stres kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta karena nilai *P Value* < α (0,05). Sementara itu nilai RP: 7.500 (95% CI: 0.984-57,163) yang berarti secara biologi responden yang berpersepsi buruk terhadap rutinitas kerja yang monoton mempunyai faktor resiko 7.500 kali

mengalami stres kerja sedang dibandingkan dengan responden yang berpersepsi baik terhadap rutinitas kerja yang monoton.

Para pekerja melakukan pekerjaan yang sama setiap hari yang semakin hari membuat mereka semakin terampil dan kesalahan yang dilakukan semakin berkurang, para pekerja melakukan pekerjaan yang sama setiap harinya seperti melakukan *Packing* sarung tangan, yang dilakukan terus menerus yang membuat pegawai merasa bosan. pekerjaan yang sederhana dimana banyak terjadi pengulangan gerak akan timbul rasa bosan, rasa monoton. Kebosanan dalam kerja kerja rutin sehari-hari, dapat menghasilkan berkurangnya perhatian (Suma'mur, 2009).

H. Hubungan antara Jam Kerja dengan Stres Kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta

Jam kerja pada perusahaan ini adalah 7 jam kerja dengan waktu istirahat 45 menit selama 6 hari kerja setiap minggunya. 28 responden (48,3%) berpersepsi buruk mengenai jam kerja. Yang berarti jam kerja normal ataupun lembur terasa memberatkan bagi pegawai. Hasil ini sejalan dengan penelitian Nugrahani (2008) bahwa tidak ada hubungan antara jam kerja dengan stres kerja. Jam kerja 7 jam dengan waktu istirahat 45 sebaiknya tetap dipertahankan, karena jam kerja

yang berlebihan dapat menurunkan produktivitas dan menyebabkan dampak yang buruk bagi perusahaan.

kerja lembur yang terlalu sering, apalagi tanpa kontrol ternyata tidak hanya mengurangi kuantitas dan kualitas hasil kerja, juga seringkali meningkatkan kuantitas absen dengan alasan sakit atau kecelakaan kerja (Haryanto, 2011). Karena alasan tersebut sebaiknya sistem kerja 40 jam perminggu tetap dipertahankan. Tidak hanya untuk kesehatan pekerja tetapi untuk kepentingan perusahaan.

Menurut Keputusan Menteri Tenaga kerja No KEP.102/MEN/VI/2004 waktu kerja lembur hanya dapat dilakukan paling banyak 3 jam dalam 1 hari. Ini sebaiknya di pikirkan oleh perusahaan agar tidak terjadi absensi karena sakit atau kecelakaan kerja.

Hasil analitik statistik menggunakan uji *Fisher* antara variabel jam kerja dengan stres kerja didapatkan hasil *P Value*= 0,256 yang dapat diartikan bahwa secara statistik tidak ada hubungan antara jam kerja dengan stres kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta karena nilai *P Value* > α (0,05). Sementara itu nilai RP 2.800 (CI: 0.615-12,740), responden yang berpersepsi buruk mengenai jam kerja

memiliki faktor resiko 2.800 kali mengalami stres kerja sedang dibandingkan dengan responden yang berpersepsi baik terhadap jam kerja.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut: 1). Ada hubungan antara dukungan social, beban kerja, kondisi bahaya fisik, dan rutinitas kerja yang monoton dengan stres kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta. Serta 2). Tidak ada hubungan antara jam kerja dengan stres kerja di PT Chanindo Pratama Piyungan Yogyakarta.

B. Saran

Disarankan : 1). Bagi Perusahaan, sebaiknya sistem kerja 40 jam per minggu tetap dipertahankan untuk kesehatan pekerja tetapi juga untuk kepentingan perusahaan dan pengurangan temperatur panas dengan penambahan kipas angin, AC (*air conditioner*). Serta 2). Bagi Peneliti Selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor lain seperti jenis kelamin, masa kerja, tingkat pendidikan dengan stres kerja.

DAFTAR PUSTAKA

Anizar, 2009. *Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri*. Graha Ilmu, Yogyakarta. Hal.165

- Fitri, A. M., 2013. Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stres Kerja pada Karyawan Ban., *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2(1):. 1-10.
- Hartono, L.A., 2007. *Stres dan Stroke*. Kanisius. Yogyakarta. Hal. 9
- Haryanto, R., 2011. Stres Akibat Kerja dan Penatalaksanaanya, *Jurnal Univera Medicina* 24(3): 145-154
- Kepmenaker, 2004, *Keputusan Menteri Tenaga Kerja dan Tranmigrasi*. http://wiki.paramadina.ac.id/images/2/23/KEP_102_2004_-_Waktu_%26_Upah_Kerja_Lembur.pdf . Diakses : 23 Januari 2013.
- Kepmenaker, 2011. *Keputusan Menteri Tenaga Kerja dan Tranmigrasi No 51 tahun 1999*. http://qhseconbloc.files.wordpress.com/2011/07/1300758802-kepmena_kerno51th1999ttgambangbatasfaktorfisikaditempatkerja.pdf. Diakses : 23 Januari 2013.
- Munandar, S.A., 2011. *Psikologi Industri*. Penerbit Universitas Indonesia. Jakarta: Hal. 381-397.
- Murni, 2012. *Hubungan Intensitas Kebisingan terhadap Stres Kerja di Bagian Winding dan Finising PT. Iskandar Indah Printing Textile Surakarta*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta. Hal. 48.
- Nugrahani, S., 2008. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Bagian Operasional PT Gunze Indonesia*. Skripsi, Universitas Indonesia. Jakarta, hal. 71.89
- Suma'mur, P.K., 2009. *Hygiene Peusahaan dan Kesehatan Kerja (Hiperkes)*, Sagung Seto, Jakarta: Hal. 1, 159.
- Tejasurya, M. A., 2012. *Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Stres Kerja dan Dampaknya Terhadap Kinerja Karyawan Prapurna Karya di Dematex Salatiga*. Skripsi, Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga. Hal. 1