

Hubungan Individual Stressor dengan Stres Kerja pada Pekerja Kantor Bagian Pab Rehandling di Sektor Pertambangan

Karina Putri Maharani ^{1*}, Ida Umarul Mufidah ², Nico Linggi Pongmasangka ³

¹²³ Politeknik Ketenagakerjaan, Indonesia

Alamat: Jl. Pengantin Ali No.71A, RT.7/RW.6, Ciracas, Kec. Ciracas, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 13740

Korespondensi penulis: idak3@politeknaker.ac.id

Abstract. PAB Rehandling office workers in the mining sector, these stressors have a greater impact due to the dynamic and often dangerous nature of the work. Office workers responsible for transporting materials and processing associated paperwork are often under pressure to meet strict production targets. This pressure can be exacerbated by a work environment fraught with safety risks, leading to increased levels of anxiety and stress. To determine the correlations of individual stressors (age, gender, and tenure) with occupational stress. Using quantitative methods using a cross sectional design. The sampling technique used was total sampling so that the sample in this study was office workers in the PAB Rehandling section in the Mining Sector, totaling 56 respondents. Data analysis using Spearman test for ordinal data types (age and tenure) and Chi Square test for nominal data types (gender). The study showed that there was a correlation between age with a p-value of 0.032, there was no correlation between gender with a p-value of 0.873, there was a correlation between tenure with a p-value of 0.000. To minimize the high level of stress in PAB Rehandling office workers, it is possible to implement a program to implement stress management in the workplace.

Keywords: Gender, Tenure, Mining, Work stress, Age

Abstrak. Pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling di sektor pertambangan, pemicu stres ini memiliki dampak yang lebih besar karena sifat pekerjaan yang dinamis dan seringkali berbahaya. Pekerja kantor yang bertanggung jawab untuk mengangkut material dan memproses dokumen terkait sering kali berada di bawah tekanan untuk memenuhi target produksi yang ketat. Tekanan ini dapat diperburuk oleh lingkungan kerja yang penuh dengan risiko keselamatan, sehingga menyebabkan meningkatnya tingkat kecemasan dan stres. Untuk mengetahui hubungan individual stressor (usia, jenis kelamin, dan masa kerja) dengan stres kerja. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif menggunakan desain cross sectional. Teknik sampling yang digunakan total sampling sehingga sampel pada penelitian ini pekerja kantor bagian PAB Rehandling di Sektor Pertambangan yang berjumlah 56 responden. Analisis data menggunakan uji Spearman untuk jenis data ordinal (usia dan masa kerja) dan uji Chi Square untuk jenis data nominal (jenis kelamin). Penelitian menunjukkan terdapat hubungan Usia dengan p-value 0,032, tidak terdapat hubungan Jenis kelamin dengan p-value yakni 0,873, 2 terdapat hubungan Masa Kerja dengan p-value yakni 0,000. Untuk meminimalisir tingginya tingkat stres pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling maka dapat dilakukan penerapan program Menerapkan manajemen stress ditempat kerja.

Kata kunci: Jenis kelamin, Masa kerja, Pertambangan, Stres kerja, Usia

1. LATAR BELAKANG

Stres kerja saat ini telah menjadi isu global yang mempengaruhi berbagai profesi dan pekerja di negara-negara maju dan berkembang. Di Indonesia, diperkirakan sekitar 40% dari kasus pergantian tenaga kerja disebabkan oleh masalah stres. Estimasi ini didukung oleh fakta bahwa 60 hingga 90% kunjungan ke dokter terkait dengan masalah-masalah yang berkaitan dengan stres (Handayani et al., 2022).

PAB (Penanganan Angkutan Batu Bara) rehandling adalah suatu kegiatan dalam industri pertambangan yang mencakup pengelolaan, pemindahan, dan penataan ulang material tambang. Pekerja kantor yang bertanggung jawab untuk mengangkut material dan

memproses dokumen terkait sering kali berada di bawah tekanan untuk memenuhi target produksi yang ketat. Tekanan ini dapat diperburuk oleh lingkungan kerja yang penuh dengan risiko keselamatan, sehingga menyebabkan meningkatnya tingkat kecemasan dan stres.

Pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling sendiri usia pekerjaanya sangat beragam mulai dari usia 19 tahun sampai 60 tahun, namun berdasarkan wawancara dengan pekerja kantor pada PAB Rehandling bahwa pekerja usia 25 tahun memiliki keluhan yang merupakan tanda-tanda dari gejala stres seperti sulitnya berkonsentrasi, pusing kepala, adanya konflik dengan rekan kerja serta keluarga, gelisah hingga timbulnya rasa putus asa. Pada pekerja kantor pada PAB Rehandling di sektor pertambangan, pekerja perempuan menghadapi lebih banyak tantangan fisik dan mental dibandingkan dengan rekan laki-laki mereka, yang dapat menyebabkan tingkat stres yang lebih tinggi. Hal ini diperparah oleh lingkungan kerja yang sering kali bersikap ataupun berpikiran bahwa perempuan sama dengan laki-laki serta kurang mendukung satu sama lainnya. Pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling lama masa kerjanya berbeda-beda hal ini dapat mengakibatkan terdapat adanya perbedaan juga tentang pengalaman dalam mengendalikan stres yang dialami oleh pekerja tersebut.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurini et al., ditemukan bahwa terdapat korelasi antara usia dan masa kerja dengan tingkat stres kerja, sementara variabel jenis kelamin tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan stres kerja. Ini mengindikasikan adanya hubungan signifikan antara usia dan stres kerja di kalangan karyawan PT. PLN (Persero) TJBT APP Cirebon pada tahun 2017.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Habibi dan Jefri (2018), hasil analisis mengindikasikan bahwa responden perempuan lebih cenderung mengalami stres kerja, hal ini mengkonfirmasi bahwa hipotesis penelitian diterima, menunjukkan adanya pengaruh signifikan jenis kelamin terhadap tingkat stres kerja.

Studi yang dilakukan oleh Hapsari, Lestantyo, dan Ekawati (2023) pada pegawai kantor Bea Cukai Surakarta bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara masa kerja dengan stres kerja pada pekerja proyek Manggarai "Mainline 1" PT Nindya Citra Kharisma KSO tahun 2023.

Berdasarkan uraian-uraian di atas maka diperlukan adanya suatu penelitian untuk mengetahui hubungan antara individual stressor terutama usia, jenis kelamin, dan masa kerja dengan stres kerja pekerja kantor bagian PAB Rehandling.

2. KAJIAN TEORITIS

Stres didefinisikan sebagai tuntutan-tuntutan eksternal yang mempengaruhi individu, seperti elemen-elemen di lingkungan sekitar atau stimulus yang secara obyektif berpotensi membahayakan (Spielberger, Charles D, 2003:6 dalam Wartono, 2017).

Faktor-faktor penyebab stres dalam pekerjaan dapat dikategorikan menjadi dua kelompok utama. Pertama, terdapat individual stressor yang bersumber dari dalam diri individu, mencakup aspek seperti jenis kelamin, usia, status pernikahan, masa kerja, dan lingkungan kerja. Kedua, terdapat group stresor yang meliputi permasalahan peran, kondisi pekerjaan, hubungan interpersonal, struktur organisasi, dan pengembangan karir (Donsu, 2017).

Terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan timbulnya stres kerja, jenis kelamin juga menunjukkan pengaruh yang kuat sebagai faktor determinan stres kerja. Selain itu, masa kerja memiliki korelasi yang cukup kuat dalam mempengaruhi tingkat stres kerja. Begitu pula, tuntutan kerja berperan signifikan dalam menimbulkan stres kerja, sementara dukungan kerja juga terbukti memiliki hubungan yang cukup kuat sebagai faktor yang berkontribusi terhadap stres kerja (Ansori & Martiana, 2017).

Usia merupakan kurun waktu sejak adanya seseorang dan dapat diukur menggunakan satuan waktu dipandang dari segi kronologis, individu normal dapat dilihat derajat perkembangan anatomis dan fisiologis sama (Sonang et al., 2019). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa usia dapat berperan penting dalam menentukan bagaimana karyawan mengalami dan mengelola stres kerja. Pekerja yang lebih muda mungkin menghadapi tantangan yang berbeda dibandingkan dengan karyawan yang lebih tua dalam hal adaptasi terhadap lingkungan kerja dan tuntutan pekerjaan (Nguyen et al., 2023). Pekerja muda sering kali berada dalam fase karir awal di mana mereka berusaha untuk membuktikan diri dan mungkin menghadapi lebih banyak tekanan untuk memenuhi ekspektasi kinerja. Sebaliknya, pekerja yang lebih tua mungkin menghadapi stres terkait dengan tanggung jawab yang lebih besar atau perubahan dalam kemampuan fisik dan kognitif mereka (Smith & Wang, 2023).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurini et al.(2023) ditemukan bahwa terdapat korelasi antara usia dan masa kerja dengan tingkat stres kerja, sementara variabel jenis kelamin tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan stres kerja.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Habibi dan Jefri (2018), hasil analisis mengindikasikan bahwa responden perempuan lebih cenderung mengalami stres kerja, hal

ini mengkonfirmasi bahwa hipotesis penelitian diterima, menunjukkan adanya pengaruh signifikan jenis kelamin terhadap tingkat stres kerja.

penelitian dari Abdurrahman (2013), juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki masa kerja lebih lama memiliki stress kerja yang tinggi bila dibandingkan dengan responden yang memiliki masa kerja lebih rendah. Sedangkan hasil penelitian yang berjudul “Analisis Stress Kerja Pada Karyawan Ditinjau Dari Beban Kerja, Masa Kerja Dan Peran Organisasi Di PT. X Kab. Tapin Kalimantan Selatan” didapatkan Pengukuran stres kerja berdasarkan masa kerja, menunjukkan bahwa pekerja dengan masa kerja lama cenderung lebih besar mengalami stres kerja sedang, hal tersebut dapat dikarenakan pekerja memberikan pengalaman kerja negatif dapat berupa tidak harmonisnya sesama pekerja, kurangnya komunikasi yang baik, rasa tanggung jawab yang kurang, dan kebosanan. Selain itu karyawan cenderung mudah merasa jenuh yang disebabkan oleh kegiatan atau keadaan tempat kerja serta kurang komunikasi dalam penyampaian masalah (Sumanta et al., 2022).

Alat untuk mengukur stress kerja ada dua yaitu :

- a. Kuesioner SDS (Survei Diagnosis Stres) yang diadaptasi dari Peraturan Menteri No. 5 tahun 2018 mengenai Kesehatan dan Keselamatan Kerja di lingkungan kerja ini mencakup 30 item pertanyaan yang mengidentifikasi berbagai sumber stres kerja (stressor), (Ardi et al., 2023)
- b. Occupational Stres Inventory – Revised Edition (OSI- R™). Ukuran kuesioner ini memberikan ukuran ringkas tentang tiga aspek penting penyesuaian tempat kerja: tekanan kerja, ketegangan psikologis, dan sumber daya untuk mengatasi masalah. Masing-masing dimensi ini mengukur karakteristik lingkungan atau individu tertentu yang mewakili karakteristik penting dalam penyesuaian di tempat kerja. Kuesioner dari Occupational Stres Inventory – Revised Edition (OSI-R™) (Osipow & Spokane, 1998). Validitas dan reliabilitas diuji dan ditanyakan oleh (Novianita, 2008) dengan jumlah item minimal dengan $r = 0,2$ untuk mengukur tingkat stres dengan 25 pertanyaan dengan skor 1 sampai 5 . Berikut penjelasan dari skor tersebut: Tidak pernah: Skor 1 (Tidak pernah seminggu) Jarang: Skor 2 (1-2 hari seminggu) Kadang-kadang, kadang-kadang: Skor 3 (3-4 hari seminggu) Sering: Skor 4 (5 -6 hari seminggu) Selalu: Skor 5 (setiap hari dalam seminggu).

3. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian “Hubungan Individual Stressor dengan Stres Kerja pada Pekerja Kantor bagian PAB Rehandling di Sektor Pertambangan” merupakan penelitian dengan menggunakan studi kuantitatif, dimana penelitian ini akan diproses dengan data statistika. Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi pada penelitian ini yaitu pekerja kantor bagian PAB Rehandling pada PT X dengan perkiraan sebanyak 56 orang, dengan menggunakan teknik total sampling. Berdasarkan dari pernyataan diatas, jumlah untuk populasi pekerja kantor pada PAB Rehandling sendiri terdapat 7 56 orang, maka jumlah sampel yang didapatkan yaitu 56 sampel. Pengambilan data yang dilakukan dengan data primer yakni dengan melakukan penyebaran kuisioner pada pekerja bagian kantor di bagian PAB Rehandling yakni Occupational Stres Inventory – Revised Edition (Osi-R™)

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

a. Analisis Univariat

1) Stress Kerja (Y)

Deskripsi stress kerja responden berdasarkan tingkatan stress kerja disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 1. Stres Kerja

Tingkat Stres Kerja	Frekuensi (n)	Persen
Sedang (59 - 92)	35	62,5%
Tinggi (93 - 125)	21	37,5%
Total	56	100%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat stress kerja responden pada tingkat stress kerja sedang dengan poin 59 sampai 92 yaitu sebanyak (62,5%) dengan frekuensi 35 responden, sedangkan tingkat stress kerja tinggi dengan poin 93 sampai 125 yaitu sebanyak (37,5%) dengan frekuensi 21 responden. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stress kerja pada pekerja office atau kantor pada bagian Rehandling sektor Pertambangan yakni mayoritas tergolong sedang.

b. Usia (X1)

Deskripsi karakteristik responden berdasarkan usia disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 2. Distribusi Usia

Usia	Frekuensi (n)	Persen
Persen Usia < 24 tahun	25	44,6%
Usia 25 - 40 tahun	26	46,4%
Usia 41 – 65	5	8,9%
Total	56	100%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa tingkat stress kerja responden pada tingkat stress kerja sedang dengan poin 59 sampai 92 yaitu sebanyak (62,5%) dengan frekuensi 35 responden, sedangkan tingkat stress kerja tinggi dengan poin 93 samai 125 yaitu sebanyak (37,5%) dengan frekuensi 21 responden. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stress kerja pada pekerja office atau kantor pada bagian Rehandling sektor Pertambangan yakni mayoritas tergolong sedang.

c. Jenis Kelamin (X2)

Deskripsi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 3. Distribusi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persen
Laki-Laki	42	75%
Perempuan	14	25%
Total	56	100%

Pada tabel diatas menunjukkan bahwa jenis kelamin responden pada jenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak (75%) dengan frekuensi 42 responden, sedangkan jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak (25%) dengan frekuensi 14 responden. Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin para pekerja office atau kantor bagian Rehandling mayoritas berjenis kelamin laki-laki.

d. Masa Kerja (X3)

Deskripsi karakteristik responden berdasarkan masa kerja disajikan dalam bentuk tabel.

Tabel 4. Distribusi Masa Kerja

Kategori Masa Kerja	Frekuensi (n)	Persen
≤ 3 tahun	27	48,2%
> 3 tahun	29	51,8%
Total	56	100%

Pada tabel 4.4 menunjukan bahwa Masa Kerja responden pada kategori baru atau ≤ 3 tahun yaitu sebanyak 27 responden (48,2%), sedangkan pada kategori lama atau $>$

3 tahun yaitu sebanyak 29 responden (51,8%). Hal ini menunjukkan bahwa masa kerja para pekerja office atau kantor bagian Rehandling mayoritas dalam kategori lama atau lebih dari 3 tahun.

Analisis Bivariat

a. Hubungan Usia (X1) dengan Stres Kerja (Y)

Tabel 5. Uji Hubungan Usia dengan Stres Kerja dan Uji Correlation Coefficient menggunakan Spearman

Usia	Stres Kerja		Total	Correlation Coefficient (Spearman)	Sig (Spearman)
	Sedang (59 - 92)	Tinggi (93 - 125)			
Usia < 24 tahun	20	5	25	0,288	0,032
Usia 25 - 40 tahun	12	14	26		
Usia 41 - 65 tahun	3	2	5		
Total	35	21	56		

Berdasarkan tabel diatas, dalam kategori Usia < 24 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 20 responden, serta memiliki tingkat stres kerja tinggi (93 - 125) sebanyak 5 responden. Dalam kategori Usia 25 – 40 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 12 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak 14 responden. Dalam kategori Usia 41 – 65 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 – 92) sebanyak 3 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak 2 responden.

Peneliti menggunakan aplikasi SPSS untuk menguji hubungan antara usia dengan stress kerja. Berdasarkan uji melalui SPSS didapatkan hasil Sig uji Chi Square yaitu 0,044, hal ini menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan antara usia (X1) dengan stress kerja (Y), dikarenakan pada hasil tersebut menunjukkan bahwa signifikasi kurang dari 0,05. Sedangkan, untuk hasil Sig uji Spearman peneliti mendapatkan yaitu 0,032, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan antara usia (X1) dengan stress kerja (Y) dikarenakan pada hasil tersebut menunjukkan bahwa signifikasi kurang dari 0,05 serta peneliti juga melakukan uji Correlation Coefficient dalam uji Spearman dan memiliki hasil yakni 0,288 atau dapat dikatakan rendah.

b. Hubungan Jenis Kelamin (X2) dengan Stres Kerja (Y)

Tabel 6. Uji Hubungan Jenis Kelamin dengan Stres Kerja menggunakan Chi Square

Jenis Kelamin	Stres Kerja		Total	Sig (Spearman)
	Sedang (59 - 92)	Tinggi (93 - 125)		
Laki laki	26	16	42	0,873
Perempuan	9	5	14	
Total	35	21	56	

Berdasarkan tabel diatas, dalam kategori jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 26 responden, serta memiliki tingkat stres kerja tinggi (93 - 125) sebanyak 16 responden. Dalam kategori jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 9 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak 5 responden.

Peneliti menggunakan aplikasi SPSS untuk menguji hubungan antara jenis kelamin dengan stress kerja. Berdasarkan uji melalui SPSS didapatkan hasil Sig uji Chi Square yaitu 0,873 hal ini menunjukkan **bahwa tidak terdapat adanya hubungan 12 antara jenis kelamin (X2) dengan stress kerja (Y)**, dikarenakan pada hasil tersebut menunjukkan bahwa signifikasi lebih dari dari 0,05.

c. Hubungan Masa Kerja (X3) dengan Stres Kerja (Y)

Tabel 7. Uji Hubungan Masa Kerja dengan Stres Kerja menggunakan spearman

Masa kerja	Stres Kerja		Total	Correlation Coefficient (Spearman)	Sig (Spearman)
	Sedang (59 - 92)	Tinggi (93 - 125)			
≤ 3 tahun	24	3	27	0,526	0,000
> 3 tahun	11	18	29		
Total	35	21	56		

Masa kerja Stres Kerja Sedang (59 - 92) Tinggi (93 - 125) Total Correlation Coefficient (Spearman) Sig (Spearman) ≤ 3 tahun 24 3 27 > 3 tahun 11 18 29 Total 35 21 56 0.526 0.000 Berdasarkan tabel diatas, dalam kategori Masa kerja ≤ 3 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 24 responden, serta memiliki tingkat stres kerja tinggi (93 - 125) sebanyak 3 responden. Dalam kategori Masa kerja > 3 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 11 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak 18 responden.

Peneliti menggunakan aplikasi SPSS untuk menguji hubungan antara usia dengan stress kerja. Berdasarkan uji melalui SPSS didapatkan hasil Sig uji Chi Square yaitu 0,000, hal ini menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan antara masa kerja (X3) dengan stress kerja (Y), dikarenakan pada hasil tersebut menunjukkan bahwa

signifikansi kurang dari 0,05. Sedangkan, untuk hasil Sig uji Spearman peneliti mendapatkan yaitu 0,000, hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan antara masa kerja (X3) dengan stress kerja (Y) dikarenakan pada hasil tersebut menunjukkan bahwa signifikansi kurang dari 0,05 serta peneliti juga melakukan uji Correlation Coefficient dalam uji Spearman dan memiliki hasil yakni 0,526 atau dapat dikatakan sedang.

Pembahasan

a. Hubungan Usia (X1) dengan Stres kerja (Y)

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan SPSS dalam uji spearman untuk mengetahui hubungan usia (X1) dengan stress kerja (Y). Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan kepada 56 pekerja kantor bagian PAB Rehandling di sektor pertambangan. Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan atau korelasi antara usia dengan stress kerja pada pekerja office atau kantor bagian Rehandling di sektor Pertambangan dikarenakan dalam hasil tersebut diperoleh Sig uji Spearman 0,032, hal ini menandakan bahwa terdapat hubungan antara usia (X1) dengan stress kerja (Y), sebab signifikansi kurang dari 0,05 serta hasil Correlation Coefficient dalam uji Spearman memiliki hasil 0,288 atau rendah. Pada penelitian ini mayoritas responden yang memiliki tingkat stress kerja sedang (59 - 92) dengan kategori usia < 24 tahun yakni sebanyak 20, sedangkan tingkat stress kerja tinggi (93 - 125) dengan kategori usia responden terbanyak terdapat pada usia 25 – 40 tahun yakni responden yang didapatkan 14 responden.

Usia adalah periode waktu yang dimulai sejak kelahiran seseorang dan diukur menggunakan unit waktu dari perspektif kronologis. Dari sudut pandang perkembangan anatomis dan fisiologis, individu yang berada pada tahap perkembangan normal menunjukkan derajat kematangan yang serupa (Sonang et al., 2019). Usia sangat erat kaitannya dengan stres kerja, karena berkaitan dengan kemampuan seseorang dalam bekerja. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa usia dapat berperan penting dalam menentukan bagaimana karyawan mengalami dan mengelola stres kerja. Pekerja yang lebih muda mungkin menghadapi tantangan yang berbeda dibandingkan dengan karyawan yang lebih tua dalam hal adaptasi terhadap lingkungan kerja dan tuntutan pekerjaan (Nguyen et al., 2023). Pekerja muda sering kali berada dalam fase karir awal di mana mereka berusaha untuk membuktikan diri dan mungkin menghadapi lebih banyak tekanan untuk memenuhi ekspektasi kinerja. Sebaliknya, pekerja yang lebih tua

mungkin menghadapi stres terkait dengan tanggung jawab yang lebih besar atau perubahan dalam kemampuan fisik dan kognitif mereka (Smith & Wang, 2023).

Penelitian Zulkifli dan rekan-rekannya menunjukkan bahwa pekerja yang berada dalam kelompok usia yang lebih muda cenderung memiliki kondisi kesehatan mental yang lebih optimal dibandingkan dengan pekerja yang berada dalam kelompok usia yang lebih lanjut. Dalam kategori usia < 24 tahun merupakan masa pekerja kantor bagian PAB Rehandling pada masa ini responden baru dalam tahap mulai bekerja atau dalam fase beradaptasi dengan pekerjaannya serta masih belum adanya tuntutan mengenai memenuhi kebutuhan keluarga ataupun rumah tangganya. Adapun pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling kategori usia < 24 tahun sendiri masih belum timbul adanya gejala kesehatan yang mengarah pada stress kerja yang dialami, dikarenakan pekerja masih aktif dalam melakukan aktivitasnya sehari-hari seperti berolahraga secara rutin, melakukan kegiatan sosialisasi bersama pekerja seusianya, serta sedang dalam tahap mulai bekerja atau dalam fase beradaptasi dengan pekerjaannya serta masih belum adanya tuntutan mengenai memenuhi kebutuhan keluarga ataupun rumah tangganya.

Dalam kategori Usia 25 – 40 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 12 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak responden. Berdasarkan hasil penelitian, maka dalam kategori (usia 25 – 40 tahun) responden memiliki tingkat stress kerja tergolong tingkat yang tinggi, hal ini sejalan dengan penelitian Agustin, dkk yang menjelaskan bahwa pada usia 25 tahun keatas tidak lagi memiliki 14 energi fisik yang cukup serta tuntutan waktu yang lebih singkat sehingga responden cenderung mengalami stres. Ini sering kali dipicu oleh tekanan eksternal dan internal untuk memenuhi ekspektasi sosial dan pribadi yang tinggi, seperti mencapai kesuksesan karier, stabilitas finansial, dan pencapaian hubungan pribadi. Hal ini dikarenakan pekerja kantor bagian PAB Rehandling tersebut sedang merasa tidak memiliki arah tujuan, rasa khawatir, kebingungan, serta kecemasan mengenai ketidakpastian kehidupannya dimasa mendatang, serta menghadapi permasalahan dalam pekerjaan, sosial, rumah tangga dan tuntutan mengenai memenuhi kebutuhan keluarganya (orang tua, istri, anak, hingga adik kandungnya).

Pada kategori usia 41 hingga 65 tahun, terdapat tiga responden yang menunjukkan tingkat stres kerja yang dapat dikategorikan sebagai sedang. Individu yang termasuk dalam kelompok usia di atas 40 tahun umumnya menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres (Ibrahim, dkk).

Hubungan Jenis Kelamin (X2) dengan Stres kerja (Y)

Berdasarkan dari hasil analisis bivariat dengan menggunakan SPSS dalam uji chi-square untuk mengetahui hubungan jenis kelamin (X2) dengan stress kerja (Y). Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan kepada 56 pekerja kantor bagian PAB Rehandling di sektor pertambangan. Pada hasil tersebut menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan stress kerja karena dalam kategori jenis kelamin laki-laki memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 26 responden, serta memiliki tingkat stres kerja tinggi (93 - 125) sebanyak 16 responden. Dalam kategori jenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 9 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak 5 responden. Dengan hasil Sig uji Chi Square yang telah peneliti uji menggunakan SPSS yaitu 0,873, hal ini menandakan bahwa tidak terdapat hubungan dikarenakan signifikansi lebih dari 0,05.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan temuan yang diperoleh oleh Fitri, A. M, yang menunjukkan bahwa uji hubungan antara jenis kelamin responden dengan stres kerja, menggunakan uji korelasi biserial, menghasilkan nilai p sebesar 0,805 ($>0,05$). Nilai ini mengindikasikan tidak adanya hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan tingkat stres kerja. Perbedaan jenis kelamin tampaknya tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap stres kerja, jika dibandingkan dengan perbedaan gender. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa hubungan antara tingkat stres kerja dan perbedaan gender menunjukkan nilai signifikansi yang lebih tinggi dibandingkan dengan hubungan antara tingkat stres kerja dan jenis kelamin. Individu dengan kepribadian maskulin tampaknya lebih efisien dalam menghadapi stres tanpa mengalami reaksi emosional yang berlebihan dan dengan tingkat kecemasan yang lebih rendah dibandingkan dengan individu dengan kepribadian feminin.

Hasil dari peneliti menunjukkan tidak terdapat adanya hubungan dikarenakan baik laki-laki maupun perempuan pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling sama-sama memiliki tuntutan pekerjaan tinggi, tugas dan tanggung jawab yang setara serta dan dukungan sosial dari rekan yang seimbang menjadikan stres kerja yang dialami dapat dikontrol dan berkurang.

Hubungan Masa Kerja (X3) dengan Stres kerja (Y)

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan SPSS dalam uji spearman untuk mengetahui hubungan masa kerja (X3) dengan stress kerja (Y). Dalam kategori Masa kerja ≤ 3 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 24 responden, serta memiliki tingkat stres kerja tinggi (93 - 125) sebanyak 3 responden. Dalam kategori Masa

kerja > 3 tahun memiliki tingkat stres kerja sedang (59 - 92) sebanyak 11 responden, serta memiliki tingkat stress tinggi (93 - 125) sebanyak 18 responden. Hasil Sig uji Spearman 0,000, hal ini menandakan bahwa memiliki korelasi dikarenakan signifikansi kurang dari 0,05 serta hasil 16 Correlation Coefficient dalam uji Spearman memiliki hasil 0,526 atau sedang. Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan kepada 56 pekerja kantor bagian PAB Rehandling di sektor pertambangan penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan atau korelasi antara usia dengan stress kerja pada pekerja office atau kantor bagian Rehandling di sektor Pertambangan.

Masa kerja dalam kurun waktu yang lama dengan beban kerja mental yang tinggi maka akan meningkatkan resiko seseorang untuk mengalami stress kerja. Hal ini sejalan dengan teori dari Suma'mur yakni mengatakan bahwa terjadinya stress kerja dapat dipicu oleh masa kerja karena semakin lama tenaga kerja melakukan aktivitas tenaga kerja yang sama (monoton) dapat menimbulkan kebosanan atau rasa jenuh sehingga berakibat kepada tenaga kerja. Berdasarkan penelitian dari Abdurrahman (2013), juga menunjukkan bahwa responden yang memiliki masa kerja lebih lama memiliki stress kerja yang tinggi bila dibandingkan dengan responden yang memiliki masa kerja lebih rendah. Hal ini berbeda dengan penelitian yang berjudul "Analisis Stress Kerja Pada Karyawan Ditinjau Dari Beban Kerja, Masa Kerja Dan Peran Organisasi Di PT. X Kab. Tapin Kalimantan Selatan" didapatkan Pengukuran stres kerja berdasarkan masa kerja, menunjukkan bahwa pekerja dengan masa kerja lama cenderung lebih besar mengalami stres kerja sedang, hal tersebut dapat dikarenakan pekerja memberikan pengalaman kerja negatif dapat berupa tidak harmonisnya sesama pekerja, kurangnya komunikasi yang baik, rasa tanggung jawab yang kurang, dan kebosanan. Selain itu karyawan cenderung mudah merasa jenuh yang disebabkan oleh kegiatan atau keadaan tempat kerja serta kurang komunikasi dalam penyampaian masalah (Sumanta et al., 2022). Pada pekerja kantor bagian Rehandling di sektor Pertambangan mayoritas memiliki masa kerja > 3 tahun dengan tingkat stress kerja tinggi (93-125), hal ini dapat dikarenakan bahwa mereka sering mengalami kejenuhan akan monotonnya tugas yang diberikan ataupun yang dikerjakan setiap harinya, sehingga timbul rasa kesulitan berkonsentrasi, kecemasan, sering menunda pekerjaan, serta timbulnya rasa ketidakpuasan pada saat bekerja.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Terdapat hubungan Usia dengan tingkat stres kerja pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling di Sektor Pertambangan dengan p value 0,032 dengan menggunakan uji spearman.
- b. Tidak terdapat hubungan Jenis kelamin dengan tingkat stres kerja pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling di Sektor Pertambangan dengan p-value yakni 0,873 dengan menggunakan uji chi-square.
- c. Terdapat hubungan Masa Kerja dengan tingkat stres kerja pada pekerja kantor bagian PAB Rehandling di Sektor Pertambangan dengan p-value yakni 0,000 dengan menggunakan uji spearman.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan diatas, peneliti mencoba memberikan beberapa saran sebagai berikut:

- a. Bagi Perusahaan Bagi perusahaan terutama pada bagian Rehandling di sektor Pertambangan dalam mengurangi tingkat stress kerja para pekerja office seperti:
 - 1) Mengadakan program setiap 2-3 jam sekali melakukan peregangan tubuh apabila pekerja merasa letih
 - 2) Perlu mempertahankan tradisi perusahaan yang sudah ada seperti kegiatan olahraga, namun kegiatan tersebut tidak hanya dipertahankan melainkan selalu diterapkan ataupun dilaksanakan.
 - 3) Menyediakan pelatihan dan kesempatan untuk mempelajari tentang kesehatan mental.
- b. Bagi Peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya sebaiknya dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi dan melengkapi variabel dari individual stressor serta memperluas hasil penelitian, dengan memperdalam penelitian pada variabel selain dari peneliti ambil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan salam takzim dan hormat untuk orang tua dan para dosen serta teman-teman dan terimakasih sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu baik secara moril maupun materiil sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dengan lancar,

DAFTAR REFERENSI

- Affandi, A., Azhar, & dkk. (2018). *Manajemen SDM Strategik: Strategi Mengelola Karyawan di Era 4.0*. Banten: Bintang Visitama Publisher.
- Ansori, R. R., & Martiana, T. (2017). Hubungan faktor karakteristik individu dan kondisi pekerjaan terhadap stres kerja pada perawat gigi. *The Indonesian Journal of Public Health*, 12(1), 75–84.
- Ardi, D. A., El Muna, K. U. N., Dwimarta, D., Luthfiana, & Setiawati, D. (2023). Gambaran tingkat stres pada pekerja PT. Sucofindo Cabang Surabaya Tahun 2022. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(2).
- Awalia, M. J., Medyati, N., & Giay, Z. (2021). Hubungan umur dan jenis kelamin dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 5(2), 477–483.
- Beehr, T. A., & Newman, J. E. (2000). Job stress, employee health, and organizational effectiveness: Analysis, model, and literature review. *Journal of Applied Psychology*.
- Bickford, M. (2005). Stress in the workplace: A general overview of the causes, the effects, and the solution. Retrieved from <http://www.cmhanl.ca/pdf/Work%20Place%20Stress.pdf>
- Chusna, J. A. (2010). Hubungan beban kerja perawat dengan stres kerja di instansi rawat inap RSU Islam Surakarta.
- Creswell, J. (1994). *Research design: Qualitative and quantitative approaches*. SAGE Publication.
- Desy. (2002). Tingkat stres kerja dan faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada karyawan bagian marketing services PT Unilever Indonesia TBK. *Universitas Indonesia*.
- Donsu, J. D. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Pustaka Baru Press.
- Fatimah, S. N. (2020). Pencantuman status perkawinan dalam administrasi perkawinan di Kantor Urusan Agama perspektif Maqāshid Syarī'ah. *Al'Adalah*, 23(1), 79–92.
- Fatin, K. H., Handayani, R., Irfandi, A., & Handayani, P. (2023). Hubungan antara masa kerja dan kelelahan dengan stres kerja pada pekerja konstruksi. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi (JIG)*, 1(4), 156–165.
- Febriana, S. K. T. (2013). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja. *Jurnal Ecopsy*, 1(1), 28–32.
- Fitri, A. M. (2013). Analisis faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres kerja pada karyawan bank (studi pada karyawan Bank BMT). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1).
- Habibi, J., & Jefri. (2018). Analisis faktor risiko stres kerja pada pekerja di unit produksi PT. Borneo Melintang Buana Export. *JNPH*, 6(2), 50–59.

- Handayani, Y., Hidayati, & Fachrin, S. (2022). Faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada karyawan PT. Prima Karya Manunggal Kabupaten Pangkep. *Window of Public Health Journal*, 3(1), 179–189.
- Harahap, N. A. (2023). Manajemen stres kerja pada karyawan perusahaan. *Zahra: Journal of Health and Medical Research*, 3(2), 266–272.
- Hermawan, A. H., Makaginsar, C., & Romadhona, N. (2022). Literature review: Hubungan usia dan jenis kelamin dengan tingkat stres pada tenaga kesehatan. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 2(1), 827–833.
- Ibrahim, R., & Kurniasari. (2023). Hubungan antara usia, jenis kelamin, masa kerja dan sikap terhadap sistem kerja hybrid dengan produktivitas kerja karyawan. *Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah Lembaga Penelitian Universitas Trisakti*, 8(1), 177–189.
- Irawan, A., Tanian, M., Nur, M. A., & Supratin, E. (2023). Gambaran tingkat stres kerja pada perawat di ruang intensive care unit (ICU). *Jurnal Keperawatan BSI*, 11(1), 77–86.