

SKRIPSI

**GAMBARAN TAHAPAN STRESS KERJA PADA PETUGAS PT PLN
WILAYAH SUMBAR CABANG PADANG BAGIAN ARUS
BERTEGANGAN TINGGI
TAHUN 2008**

Penelitian Keperawatan Jiwa

Oleh :

WIWIT EKA PUTRI

BP. 06921002

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2008**

ABSTRAK

Pendidikan yang rendah dapat menimbulkan perubahan adaptasi pada orang yang mengalami stress dalam bekerja, perubahan tersebut berupa fisiologis, psikologis dan perubahan perilaku. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tahapan stres kerja pada petugas PT PLN Wilayah Sumbar Cabang Padang bagian arus bertegangan tinggi tahun 2008. Jenis penelitian ini adalah deskriptif yang dilakukan secara *accidental sampling* pada 35 orang pekerja dibidang arus listrik bertegangan tinggi. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Penelitian dilakukan dari bulan September sampai bulan April Tahun 2008. Data disajikan melalui tabel distribusi frekuensi dan dianalisis menurut analisa deskriptif. Didapatkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa 37 % pekerja berada pada tahapan kelelahan. Diharapkan pekerja dapat lebih meningkatkan keterampilan, memperhatikan prosedur pelaksanaan dalam bekerja. Diharapkan pekerja lebih memperhatikan kondisi kesehatan dan lingkungan kerjanya.

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres adalah stimulus atau situasi yang menimbulkan distress dan menciptakan tuntutan fisik dan psikis pada seseorang, stres membutuhkan coping dan adaptasi. Adaptasi pada stres dapat berupa fisiologis, psikologis dan terjadi perubahan perilaku (Ann Isaacs, 2002:48).

Salah satu penyebab terjadinya stress karena adanya perubahan, diantaranya perubahan nilai budaya, perubahan sistem kemasyarakatan, pekerjaan serta akibat ketegangan antara idealisme dan realita. Bertambahnya stres hidup akan menyebabkan terganggunya keseimbangan mental emosional yang walaupun tidak menyebabkan kematian langsung, akan tetapi mengganggu produktifitas dan hidup seseorang menjadi tidak efisien. Karena stres adalah realita kehidupan setiap hari yang tidak dapat dihindari. Manusia harus mampu beradaptasi dengan stres tanpa harus mengalami distress (Suliswati, 2005:22).

Faktor-faktor yang menimbulkan stres kerja adalah stres karena kondisi pekerjaan yang meliputi kondisi lingkungan kerja, pekerjaan yang memiliki resiko tinggi dan struktur organisasi didalam yang tidak baik sehingga kurangnya komunikasi sosial diantara tim (Jacinta, 2002:1).

Bila faktor penyebab stres tidak dapat diatasi dan faktor penyebab terlalu besar maka reaksi tubuh mulai bekerja untuk melindungi individu agar dapat

bertahan hidup, sehingga gangguan yang muncul tersebut dapat menimbulkan reaksi fisiologis akibat adanya rangsangan fisik dan psikososial. Jika individu terancam oleh stres saat bekerja maka akan terganggunya kesehatan fisik, kesehatan psikologis, perubahan terhadap perilaku pekerja yang mempengaruhi individu dalam mengambil keputusan (Putri, 2007:6).

Menurut Hans (2002) pada orang yang mengalami stres biasanya akan menempuh tahapan stres yaitu reaksi waspada, melawan ataupun kelelahan. Biasanya reaksi yang muncul berupa ketegangan, perasaan frustrasi, rasa marah, komunikasi yang tidak efektif, kelelahan mental sehingga menyebabkan mereka kehabisan energi.

Stres kerja merupakan sumber atau stresor kerja yang menyebabkan reaksi individu berupa reaksi fisiologis, psikologis dan perilaku, yang bersifat individual dan pada dasarnya bersifat merusak, bila tidak ada keseimbangan antara daya tahan dan mental individu dengan beban yang dirasakannya (Harger, 2002:2)

Manajemen stres kerja yang efektif membuat kita mempertahankan rasa pengendalian diri dalam lingkungan kerja, sehingga beberapa urusan akan diterima sebagai tantangan dan bukan suatu ancaman. Stres ditempat kerja bukanlah suatu fenomena yang baru, tetapi stres telah menjadi masalah yang sangat penting didunia pekerjaan (Safety Council National, 2003:4).

Dalam keadaan stres tubuh kita akan mengaktifkan respons melawan atau menghindar, baik kita memilih untuk tetap aktif maupun diam saja, akibatnya kita mengeluarkan lebih banyak energi, sehingga menyebabkan kelelahan baik secara

mental maupun fisik. Pekerjaan yang mempunyai tingkat stres yang tinggi banyak terdapat pada pekerja yang berhubungan dengan arus listrik sehingga dalam bekerja akan banyak terjadi kecelakaan atau cedera akibat listrik (Safety Council National, 2003:4).

Akibat stres kerja biasanya individu akan mengalami gangguan kesehatan fisik, kesehatan psikologis serta mempengaruhi individu dalam pengambilan keputusan, sehingga menimbulkan dampak meningkatnya absensi, menurunnya tingkat produktivitas, secara psikologis dapat menurunkan komitmen organisasi (Grenbeerg, 2003:10).

Jika seseorang mengalami stres biasanya terjadi perubahan psikologis dimana orang tersebut akan merasa cemas, tegang, binggung, marah, mudah sensitif dan tidak bisa berkonsentrasi yang dapat menurunkan tingkat produktivitas mereka, sehingga memunculkan gejala perubahan fisiologis mereka seperti meningkatnya detak jantung, tekanan darah, meningkatnya sekresi adrenalin dan non adrenalin, gangguan gastrointestinal misalnya gangguan lambung, yang kemudian diikuti oleh perubahan perilaku seperti menunda ataupun menghindari pekerjaan atau tugas sehingga menimbulkan kerugian bagi perusahaan (Terry, 2000:2).

Dalam lingkup ketenagakerjaan, stres kerja merupakan masalah bagi kesehatan kerja, berpotensi meningkatkan resiko kecelakaan kerja yang akan menimbulkan banyak kerugian materi dan mampu menurunkan produktifitas

secara keseluruhan. Kecelakaan merupakan suatu kejadian yang tidak terduga dan tidak diharapkan oleh manusia (Asmoeri S, 2007:2).

Faktor yang menyebabkan terjadinya kecelakaan kerja akibat beban kerja yang berlebihan, ketidak jelasan peran, hasil kerja yang buruk, keamanan pekerjaan yang kurang dan struktur kaku yang tidak bersahabat (Rice, 2000:2).

Dari data tentang absensi pekerja rata-rata pekerja sering tidak masuk kerja walaupun masuk mereka jarang berada diruangan sehingga menimbulkan penurunan aktivitas kerja dan berdampak buruk pada produktivitas kerja yang berakhir pada kecelakaan kerja.

Kecelakaan akibat listrik itu bisa ringan ataupun berat, bahkan dapat mengancam nyawa. Resiko tertinggi terutama pada pekerja listrik adalah yang berhubungan dengan arus listrik setiap hari. Amerika Serikat melaporkan lebih dari 1.000 orang meninggal tiap tahun akibat sengatan listrik dan hampir 60% terjadi akibat kecelakaan kerja. Negara Eropa melaporkan kecelakaan kerja yang diakibatkan oleh arus listrik setiap tahunnya adalah 2.300 dan nyaris kehilangan nyawa 100 orang. Penelitian dari Asia 12% kecelakaan listrik menyebabkan cedera yang fatal. Diindonesia kecelakaan kerja suatu kejadian nyata yang tidak diharapkan akibat arus listrik karna tahun 2008 ini terdapat 7 (tujuh) orang luka-luka ringan, 8 (delapan) orang memar dan remuk, 9 (sembilan) orang luka bakar. Sedangkan disambar sendiri data yang ada pada tahun 2007 terdapat 7 (tujuh) orang yang mengalami kecelakaan kerja.

BAB V
HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di PT PLN (Persero) wilayah sumbar cabang padang pada tanggal 28 Februari sampai dengan 12 Maret 2008. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 35 orang pekerja yang semuanya berjenis kelamin laki-laki. Didapatkan hasil sebagai berikut :

5.1 Karakteristik responden

Tabel 1. Petugas Berdasarkan Usia di PT PLN (Persero) Wilayah Sumbar Cabang Padang Tahun 2008

No	Usia Responden	F	%
1.	Produktif (25 th -50 th)	31	88,6
2.	Non Produktif (50-56 th)	4	11,4
Jumlah		35	100

Pada tabel 1 terlihat bahwa usia petugas sebagian besar (88,6%) adalah usia yang produktif.

Tabel 2. Petugas Berdasarkan Pendidikan di PT PLN (Persero) Wilayah Sumbar Cabang Padang Tahun 2008

No	Pendidikan	F	%
1.	SLTA :		
	- SMU	5	14,3
	- STM	25	71,4
2.	D III	3	8,6
3.	PT	2	5,7
Total		35	100

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1 Tahapan Stres

Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang mengalami stress pada tahap waspada (29%), melawan (34%), kelelahan (37%). Dapat dilihat bahwa pekerja yang termasuk dalam tahapan stress untuk kelelahan lebih banyak dari pada tahap yang lain yaitu 13 (37 %) orang.

Banyaknya petugas PT PLN bagian arus bertegangan tinggi yang mengalami tahap kelelahan dapat disebabkan petugas rata-rata memiliki pendidikan yang rendah. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa pekerja sebagian besar tamatan dari STM/SLTA sederajat yaitu 88,6%, selain itu juga disebabkan oleh usia mereka sendiri yang memasuki usia akhir pensiun, jika mereka memaksakan untuk bekerja bisa menyebabkan tingginya tingkat kecelakaan kerja dilapangan. Menurut Soetoyo (tahun 2000), tahapan kelelahan sangat berbahaya bagi petugas PLN bagian arus bertegangan tinggi karena pada tahap ini petugas dapat mengalami kecelakaan kerja. Umur responden yang sebagian besar diatas 45 th, bila mereka mengalami tahapan stress maka akan cepat masuk kepada tahap kelelahan ini terjadi karena mereka sudah mulai mengalami penurunan stamina kerja dan banyaknya beban dalam keluarga.

Pekerja yang memaksakan untuk bekerja tanpa mengenal istirahat maka dapat berdampak lebih buruk lagi seperti daya konsentrasi dan daya ingat

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

7.1 KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang gambaran tahapan stress kerja petugas PT PLN Wilayah Sumbar Cabang Padang Bagian Arus Bertegangan Tinggi didapatkan :

- 7.1.1 Pekerja yang mengawasi tahapan stress waspada yaitu 10 orang
- 7.1.2 Pekerja yang mengawasi tahapan stress melawan yaitu 12 orang
- 7.1.3 Pekerja yang mengawasi tahapan stress kelelahan yaitu 13 orang

7.2 SARAN

- 7.2.1 Diharapkan kepada pekerja dalam bekerja lebih berhati-hati, supaya pekerja tidak lupa atau lalai dalam menjalankan tugas, sehingga mengurangi resiko kecelakaan.
- 7.2.2 Bagi manejer PT PLN diharapkan dapat lebih memperhatikan pekerja baik itu lingkungan, peralatan dan persiapan bekerja.
- 7.2.3 Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi dasar atau data yang mendukung untuk peneliti selanjutnya dan dapat melihat faktor lain yang menyebabkan stress dalam bekerja

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2003. *Manajemen Penelitian*. Jakarta ; Rineka Cipta.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta ; Rineka Cipta.
- Asmoeri S. 2007. *Pencegahan Kecelakaan dan Penyakit Akibat Kerja*, PLN Pusat.
- Bali Post.(2004).*Waspadai Bahaya Sengatan Listrik*. Diakses dari http://www.balipost.co.id/BALIPOSCETAK/2004/5/30/ink_1.html.
Tanggal 7 Februari 2008.
- Departemen Kesehatan RI. (2007). *Kesehatan dan Keselamatan Kerjalaboratorium Kesehatan*. Diakses dari [http : // www. Depkes.go.id/index.php](http://www.depkes.go.id/index.php). Tanggal 29 Maret 2008.
- Dharmady.2006. *Fakultas Kedokteran UKI*, Jakarta.
- Huriani E. 2007. *NERS Jurnal keperawatan PSIK FK UNAND*, Padang.
- Harington. 2003. *Kesehatan Kerja*, Jakarta ; EGC.
- Isaacs Ann, 2004. *Keperawatan Kesehatan Jiwa dan Psikiatrik*. Jakarta ; EGC.
- Jacinta, Msi. (2006). *Stres Kerja*. Diakses dari [http : // www.e-psikologi.com / stres kerja](http://www.e-psikologi.com/stres_kerja). Tanggal 29 Maret 2008.
- Mistiani, S.sos (2007). *Pengaruh Kepuasan Kerja dan Stress Dihadapkan dengan Konseling Dalam Tingkat Produktifitas Dan Prestasi Kerja Suatu Organisasi*. Diakses dari buletinlinbang@dephan.go.id. Tanggal 29 Maret 2008.