
HUBUNGAN STRES KERJA DAN BEBAN KERJA FISIK DENGAN PRODUKTIVITAS PEKERJA DI PERUSAHAAN ROKOK GAMA KARANGANYAR

RELATIONSHIP OF WORK STRESS AND PHYSICAL WORKLOAD WITH WORKER PRODUCTIVITY AT GAMA KARANGANYAR CIGARETTE COMPANY

Herlin Christiana^{1*}, Reni Wijayanti², Sri Haryati³

^{1,2}Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Universitas Sebelas Maret, ³Kedokteran,
Universitas Sebelas Maret

Informasi Artikel

Dikirim Apr 30, 2021
Direvisi Jun 1, 2021
Diterima Mar 21, 2022

Abstrak

Aktivitas pelintingan manual rokok kretek di Perusahaan Rokok Gama menjadi proses produksi pertama dan utama yang menuntut pekerjaannya agar target produksi terpenuhi sesuai waktu yang telah ditetapkan. Kondisi tersebut seringkali membuat pekerja mengalami stres dan merasa terbebani secara fisik yang mengakibatkan produktivitas pekerja menurun sehingga *output* yang dihasilkan menjadi tidak maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres kerja dan beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar. Penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional* ini mengambil responden penelitian dari pekerja perempuan bagian linting manual di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar dengan teknik *purposive sampling* sehingga diperoleh 52 responden dari 70 pekerja. Penelitian ini menggunakan kuesioner DASS 42 dengan skala stres untuk mengukur stres kerja, alat *Finger Pulse Oximeter* untuk mengukur beban kerja fisik, dan lembar observasi jumlah linting rokok untuk mencatat jumlah linting rokok yang dihasilkan dalam satu harinya. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi *somers'd* dan uji analisis regresi logistik. Hasil uji korelasi *somers'd* menunjukkan bahwa ada 2 variabel yang memiliki hubungan signifikan dengan produktivitas pekerja, yaitu stres kerja ($p = 0.001$) dengan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasinya negatif ($r = -0.480$), serta beban kerja fisik ($p = 0.029$) dengan kekuatan korelasi lemah dan arah korelasinya negatif ($r = -0.341$). Selanjutnya variabel yang berhubungan signifikan dilakukan uji analisis regresi logistik, hasilnya menunjukkan bahwa yang paling berpengaruh terhadap produktivitas pekerja adalah variabel stres kerja.

Kata Kunci: beban kerja fisik; produktivitas pekerja; stres kerja

Corresponding Author

Universitas Sebelas
Maret, Jalan Ir. Sutami
Nomor 36, Kentingan,
Kecamatan Jebres, Kota
Surakarta, Jawa Tengah

christianaherlin41@gmail.com

Abstract

Kretek cigarette manual folding activity in Gama Cigarette Company becomes the first and main production process that demands its workers to meet the production target in accordance with the set time. These conditions often make workers stressed and feel physically burdened which results in decreased worker productivity so that the resulting output becomes not maximized. This study aims to find out the relationship of work stress and physical workload with the productivity of workers at Gama Karanganyar Cigarette Company. Observational analytical research with cross sectional design took research respondents from female workers manual linting section at Gama Karanganyar Cigarette Company with purposive sampling

techniques so that 52 respondents from 70 workers were obtained. The study used a DASS 42 questionnaire with a stress scale to measure work stress, a Finger Pulse Oximeter tool to measure physical workload, and an observation sheet on the number of cigarettes to record the number of cigarettes produced in a single day. The data analysis techniques used are Somers's d correlation test and logistic regression analysis test. Somers's d correlation test results showed that there were 2 variables that had a significant relationship with worker productivity, namely work stress ($p = 0.001$) with moderate correlation strength and negative correlation direction ($r = -0.480$), as well as physical workload ($p = 0.029$) with weak correlation strength and negative correlation direction ($r = -0.341$). Furthermore, significant related variables were conducted logistical regression analysis tests, the results showed that the most influential to worker productivity was the variable of work stress.

Keywords: physical workload; worker productivity; work stress

Pendahuluan

Peningkatan jumlah masyarakat Indonesia yang merokok membuat industri rokok di Indonesia berkembang pesat. Indonesia menjadi negara dengan peringkat tiga dengan jumlah orang yang merokok terbesar di dunia [1]. Kondisi tersebut mengakibatkan kebutuhan rokok juga meningkat sehingga industri rokok dalam rangka memenuhi kebutuhan rokok menuntut pekerjaannya agar target produksi terpenuhi dalam waktu yang telah ditetapkan. Tuntutan tersebut membuat pekerja merasa tertekan sehingga berdampak pada produktivitas pekerja.

Produktivitas pekerja adalah tingkat kemampuan dari pekerja dalam pencapaian hasil (*output*) yang diharapkan, yang mana dapat dilihat dari sisi kapasitasnya [2]. Produktivitas pekerja dikatakan meningkat atau menurun sebenarnya tergantung dari tingkat kegigihan pekerja itu sendiri dalam memenuhi tuntutan target produksi. Faktor lain yang juga ikut memiliki pengaruh terhadap tingkat produktivitas pada pekerja adalah stres kerja dan beban kerja [3].

Stres kerja dapat ditimbulkan tidak hanya dari diri pekerja itu sendiri, tetapi juga dari situasi dan kondisi baik di lingkungan kerjanya maupun di luar lingkungan kerjanya. Tuntutan pekerjaan yang didapat oleh pekerja yang berupa penyelesaian target produksi sesuai tenggang waktu yang telah ditentukan dan tidak ada jam untuk beristirahat yang tetap, tentunya akan membuat pekerja mudah mengalami stres kerja. Stres kerja yang timbul baik dari stressor internal ataupun eksternal dapat mengganggu fisik, psikologis, dan perilaku pekerja sehingga secara langsung akan mempengaruhi tingkat produktivitas yang dihasilkan oleh pekerja [4]. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu tentang hubungan antara stres kerja dengan produktivitas kerja bagi tenaga kerja wanita bagian linting rokok di PT. Djitoe Indonesia Tobacco menggunakan uji statistik *chi square* yang menghasilkan nilai $p = 0.001$

yang mana artinya adalah terdapat hubungan sangat signifikan antara stres kerja dengan produktivitas dari pekerja [5].

Tuntutan akan target produksi tidak hanya membuat pekerja mengalami stres kerja, tetapi juga dapat menjadi beban kerja tersendiri secara fisik bagi pekerja. Pekerja apabila menerima beban kerja fisik yang berlebihan dan tidak sesuai dengan kapasitas atau kemampuannya akan memberikan pengaruh pada tingkat produktivitas dari pekerja [6]. Hal ini diperkuat dengan penelitian tentang hubungan beban kerja fisik dengan produktivitas kerja pada tenaga kerja bagian sewing di CV Tiga Selaras Bersama Jaten Karanganyar dengan menggunakan uji korelasi *somers'd* yang menghasilkan taraf signifikansi $0.000 < 0.05$ yang mana artinya antara beban kerja fisik dengan produktivitas dari pekerja terdapat hubungan yang sangat signifikan [7].

Perusahaan Rokok Gama sebagai perusahaan yang bergerak di bidang pembuatan rokok kretek salah satunya dalam bentuk Sigaret Kretek Tangan (SKT), proses produksinya masih dikerjakan secara manual, meliputi pelintingan, pemotongan, dan pengepakan rokok. Setiap harinya pekerja di Perusahaan Rokok Gama dengan jam kerja mulai pukul 06.30 – 13.30 WIB dan tidak ada jam istirahat tetap, dituntut agar mampu memenuhi target produksi dari perusahaan, yaitu sebesar 4.500 – 5.000 batang rokok atau terkadang menyesuaikan kebutuhan pasar. Pekerja pada proses produksi pelintingan di Perusahaan Rokok Gama memiliki tugas yang lebih berat dibandingkan dengan pekerja pada proses produksi pemotongan dan pengepakan dikarenakan aktivitas pelintingan menjadi proses produksi yang pertama dan utama yang menuntut pekerjaannya agar sesuai tenggang waktu yang telah ditentukan target produksi dapat terpenuhi sehingga proses produksi setelah pelintingan tidak terganggu. Tuntutan akan target produksi inilah yang membuat pekerja di Perusahaan Rokok Gama mudah mengalami stres kerja. Pekerja pada proses produksi pelintingan juga diharuskan melakukan pelintingan secara manual dan apabila ditambah dengan adanya tuntutan akan target produksi, maka pekerja di Perusahaan Rokok Gama akan merasa terbebani secara fisik dikarenakan aktivitas pelintingan manual melibatkan energi otot dari pekerja sebagai sumber tenaga atau pengendali kerja agar target produksi dapat terpenuhi. Dampak yang akan ditimbulkan dari pekerja yang mengalami stres kerja dan beban kerja fisik adalah produktivitas pekerja yang mengalami penurunan sehingga *output* yang dihasilkan menjadi tidak maksimal dan target produksi tidak dapat terpenuhi sesuai waktu yang ditetapkan.

Berdasarkan survei awal yang sudah dilaksanakan pada tanggal 16 Desember 2020 di bagian linting manual melalui pengukuran stres kerja menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales 42* (DASS 42) dengan skala stres yang mana terdiri dari 14 item pernyataan didapatkan hasil bahwa pekerja di Perusahaan Rokok Gama yang mengalami stres sangat berat sebesar 10%, stres berat 20%, stres sedang 20%, stres ringan 20%, dan normal 30%. Sedangkan dari pengukuran beban kerja fisik melalui denyut nadi menggunakan alat *Finger Pulse Oximeter* didapatkan hasil bahwa pekerja yang mempunyai beban kerja fisik sedang sebesar 40% dan beban kerja fisik ringan sebesar 60%. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara terkait produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama yang dilihat dari jumlah linting rokok yang dihasilkan oleh setiap pekerja dalam satu hari pada jam kerja normal. Dari wawancara tersebut, didapatkan hasil bahwa ada pekerja sesuai waktu yang telah ditetapkan mampu memenuhi target produksi sehingga dapat dikatakan produktivitas pekerja meningkat dan ada pula pekerja sesuai waktu yang telah ditetapkan tidak mampu memenuhi target produksi sehingga dapat dikatakan produktivitas pekerja menurun.

Berdasarkan permasalahan tersebut menjadi latar belakang penulis untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Stres Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Produktivitas Pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar”.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitiannya observasional analitik yang menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan November 2020 – Maret 2021 di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar yang beralamat di Jalan Adi Sumarmo Nomor 290, Plalangan, Klodran, Kecamatan Colomadu, Kabupaten Karanganyar, Jawa Tengah. Responden penelitian diambil dari pekerja perempuan bagian linting manual di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar sejumlah 52 orang dari populasi 70 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusinya, yaitu pekerja yang berusia ≥ 17 tahun, telah bekerja di perusahaan minimal satu tahun, dan dapat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Sedangkan kriteria eksklusinya adalah pekerja yang sedang hamil. Penelitian ini menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scales 42* (DASS 42) dengan skala stres untuk mengukur stres kerja, alat *Finger Pulse Oximeter* untuk mengukur beban kerja fisik, dan lembar observasi jumlah linting rokok untuk mencatat jumlah linting rokok yang dihasilkan oleh setiap pekerja

per harinya. Teknik analisis data yang digunakan adalah uji korelasi *somers'd* dan uji analisis regresi logistik dengan menggunakan program SPSS versi 25.

Hasil

Hasil analisis univariat dalam penelitian ini, meliputi karakteristik responden (usia, masa kerja, pendidikan, status gizi), stres kerja, beban kerja fisik, dan produktivitas pekerja dari jumlah total pekerja yang menjadi responden, yaitu 52 orang dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Analisis Univariat Karakteristik Responden, Stres Kerja, Beban Kerja Fisik, dan Produktivitas Pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
Dewasa (20 – 60 tahun)	52	100.0
Masa Kerja		
Sedang (6 – 10 tahun)	1	1.9
Lama (> 10 tahun)	51	98.1
Pendidikan		
Tidak Sekolah	22	42.3
SD	13	25.0
SMP	15	28.8
SMA	2	3.8
Status Gizi		
Kurus (17.0 – < 18.5)	3	5.8
Normal (18.5 – 25.0)	30	57.7
Gemuk (> 25.0 – 27.0)	9	17.3
Obesitas (> 27.0)	10	19.2
Stres Kerja		
Normal	34	65.4
Ringan	10	19.2
Sedang	6	11.5
Berat	2	3.8
Beban Kerja Fisik		
Ringan	37	71.2
Sedang	13	25.0
Sangat Berat Sekali	2	3.8
Produktivitas Pekerja		
Menurun	9	17.3
Meningkat	43	82.7

Mayoritas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar berada dikategori usia dewasa (20 – 60 tahun) sebesar 100.0%, berada dikategori masa kerja lama (> 10 tahun) sebesar 98.1%, berada dikategori pendidikan tidak sekolah sebesar 42.3%, berada dikategori status gizi normal (IMT 18.5 – 25.0) sebesar 57.7%, berada dikategori stres kerja normal sebesar 65.4%, beban kerja fisik berada dikategori beban kerja fisik ringan sebesar 71.2%, dan berada dikategori produktivitas pekerja meningkat sebesar 82.7%.

Tabel 2. Hasil Analisis Korelasi *Somers' d* antara Stres Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Produktivitas Pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar

Variabel	Produktivitas Pekerja		Total	p (value)	r
	Menurun	Meningkat			
Stres Kerja					
Normal	1	33	34		
Ringan	4	6	10	0.001*	-0.480
Sedang	3	3	6		
Berat	1	1	2		
Beban Kerja Fisik					
Ringan	3	34	37		
Sedang	6	7	13	0.029*	-0.341
Sangat Berat Sekali	0	2	2		

*Berpengaruh signifikan pada nilai p (value) < 0.05

Hasil pengukuran stres kerja dengan kuesioner DASS 42 skala stres didapatkan hasil bahwa responden yang mengalami stres kerja tergolong normal dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 1 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 33 orang. Sedangkan responden yang mengalami stres kerja tergolong ringan, sedang, dan berat dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 8 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 10 orang.

Hasil pengukuran beban kerja fisik dengan alat *Finger Pulse Oximeter* didapatkan hasil bahwa responden yang menerima beban kerja fisik tergolong ringan dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 3 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 34 orang. Sedangkan responden yang menerima beban kerja fisik tergolong sedang dan sangat berat sekali dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 6 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 9 orang.

Hasil analisis korelasi *somers' d* pada tabel 2 menunjukkan bahwa antara stres kerja dengan produktivitas pekerja terdapat hubungan yang signifikan ($p = 0.001 < 0.05$) dengan kekuatan korelasinya sedang dan arah korelasinya negatif ($r = -0.480$). Sedangkan antara beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja juga terdapat hubungan yang signifikan ($p = 0.029 < 0.05$) dengan kekuatan korelasinya lemah dan arah korelasinya negatif ($r = -0.341$).

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Logistik Stres Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Produktivitas Pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar

Variabel	df	p (value)	Exp (B)
Stres Kerja			
Berat(1)	1	0.237	8.922
Sedang(2)	1	0.027	20.239
Ringan(3)	1	0.029	15.105
Normal			Pembanding
Beban Kerja Fisik			
Sangat Berat Sekali(1)	1	1.000	0.000
Sedang(2)	1	0.093	5.146
Normal			Pembanding

*Berpengaruh signifikan pada nilai p (*value*) < 0.05

Hasil analisis regresi logistik pada tabel 3 menunjukkan bahwa kategori variabel yang memiliki pengaruh signifikan terhadap produktivitas pekerja adalah stres kerja sedang ($p = 0.027 < 0.05$) dan stres kerja ringan ($p = 0.029 < 0.05$). Sedangkan kategori variabel yang tidak mempunyai pengaruh signifikan adalah stres kerja berat ($p = 0.237 > 0.05$), beban kerja fisik sangat berat sekali ($p = 1.000 > 0.05$), dan beban kerja fisik sedang ($p = 0.093 > 0.05$). Besarnya pengaruh kategori variabel yang mempunyai pengaruh signifikan dapat dilihat pada nilai Exp (B) atau disebut juga dengan Odds Ratio (OR). Variabel stres kerja dengan kategori sedang (OR = 20.239) dan ringan (OR = 15.105) memiliki kekuatan pengaruh lebih besar dibandingkan kategori variabel beban kerja fisik sehingga dapat dikatakan bahwa variabel stres kerja menjadi variabel bebas yang paling berpengaruh terhadap produktivitas pekerja.

Pembahasan

Usia

Usia responden pada penelitian ini seluruhnya berada dikategori usia dewasa (20 – 60 tahun) yang mana termasuk ke dalam usia produktif. Pengambilan data responden pada penelitian ini memperoleh hasil bahwa responden yang termasuk ke dalam usia produktif hampir sebagian besar mampu menghasilkan produktivitas kerja yang tinggi. Pada penelitian yang dilakukan sebelumnya dijabarkan bahwa pekerja dengan usianya yang masih produktif memiliki kecenderungan dari segi fisiknya lebih kuat dan memiliki kreativitas yang tinggi dibandingkan pekerja usia *non* produktif sehingga produktivitas kerjanya akan meningkat [8][9]. Namun, penelitian tersebut ternyata tidak sepenuhnya sejalan dengan hasil dari penelitian ini. Pada hasil penelitian ini, walaupun sebagian besar responden produktivitasnya meningkat, akan tetapi masih ada responden usia produktif yang produktivitas kerjanya menurun. Hal ini dikarenakan kemampuan responden khususnya dalam fungsi fisiologis tubuh seiring dengan bertambahnya usia mengalami penurunan sehingga kekuatan fisiknya tidak sebaik waktu masih muda dulu. Apalagi ditambah dengan kondisi di dalam tempat kerja yang penuh persaingan dan waktu kerjanya yang menyita. Maka dari itu, penting untuk menjaga pikiran dan stamina agar produktivitas kerja responden dapat terjaga dan bisa semakin meningkat.

Masa Kerja

Pada penelitian ini, responden mayoritas mempunyai masa kerja lama > 10 tahun sebanyak 51 orang (98.1%). Responden dengan masa kerja baik sedang maupun lama sama-sama mampu menghasilkan produktivitas kerja yang tinggi. Hal ini dikarenakan responden yang mempunyai masa kerja sedang dan lama sudah memiliki nilai lebih terkait dengan keterampilan dan pengalaman bekerja dalam bidang pelintingan rokok secara manual. Hasil dari penelitian ini ternyata sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa masa kerja memberikan pengaruh terhadap produktivitas pekerja. Masa kerja seseorang apabila semakin lama (> 5 tahun), maka semakin banyak pengalaman yang dimiliki sehingga semakin tinggi pula produktivitas kerjanya [10]. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa semakin lama masa kerja dari pekerja tidak hanya dari pengalamannya saja yang akan semakin banyak, tetapi juga dari keterampilan yang akan mendukung pekerjaannya semakin meningkat sehingga produktivitas pekerja akan mengalami peningkatan [11].

Pendidikan

Mayoritas responden pada penelitian ini sebanyak 22 orang (42.3%) memiliki tingkat pendidikan tidak sekolah. Pengambilan data responden pada penelitian ini memperoleh hasil bahwa responden baik yang memiliki tingkat pendidikan tidak sekolah maupun yang memiliki tingkat pendidikan SD sampai SMA sama-sama mampu menghasilkan produktivitas kerja yang tinggi. Hal ini dikarenakan aktivitas pelintingan rokok secara manual di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar bukanlah pekerjaan rumit yang membutuhkan tingkat pendidikan tinggi, melainkan membutuhkan *skill* yang mendukung responden dalam melakukan pekerjaannya sehingga responden yang memiliki tingkat pendidikan tidak sekolah pun tidak menutup kemungkinan juga dapat menghasilkan produktivitas kerja yang tinggi. Pada penelitian sebelumnya dijelaskan bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin mampu orang tersebut untuk bersaing dalam dunia kerja karena dengan pendidikan yang tinggi tersebut diharapkan produktivitas kerja yang dimiliki juga tinggi [12]. Namun, penelitian tersebut tidak sejalan dengan hasil penelitian ini karena kenyataannya di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar dalam rekrutmen pekerja baru, pihak personalia tidak menetapkan pendidikan formal minimal sebagai syarat yang harus dipenuhi oleh calon pelamar. Perusahaan Rokok Gama Karanganyar lebih membutuhkan pekerja yang berpengalaman dan terampil dalam bekerja, salah satunya dalam melakukan aktivitas pelintingan rokok secara manual. Bahkan dengan pengalaman dan keterampilannya tersebut,

pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar yang sudah pensiun namun masih kuat fisiknya bisa dipekerjakan kembali karena dinilai produktivitas kerjanya masih tinggi. Hasil penelitian ini ternyata sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa tingkat pendidikan tinggi tidak akan memberikan pengaruh pada produktivitas pekerja, apabila pendidikan tidak diperkuat dengan keterampilan dan pengalaman [13]. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa perusahaan dalam perkembangannya tidak hanya membutuhkan pekerja terdidik, tetapi juga membutuhkan pekerja yang terlatih dan terampil [14].

Status Gizi

Responden pada penelitian ini sebagian besar mempunyai status gizi normal, yaitu sebanyak 30 orang (57.7%). Responden baik yang mempunyai status gizi normal maupun yang memiliki status gizi kurus, gemuk, dan obesitas sama-sama mampu menghasilkan produktivitas kerja yang tinggi. Hal ini dikarenakan aktivitas pelintingan rokok secara manual aktivitasnya lebih banyak duduk dan mengandalkan aktivitas tangan dalam melakukan pekerjaannya. Selain itu, kemampuan responden dalam menyelesaikan target produksi didasarkan pada pengalaman dan keterampilan responden dalam bekerja sehingga status gizi responden tidak begitu memberikan pengaruh terhadap produktivitas responden. Hasil penelitian ini ternyata sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa status gizi tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan produktivitas pekerja karena dalam menyelesaikan target kerja tingkat kemampuan pekerja tidak didasarkan dari status gizinya, namun didasarkan atas pengalamannya dalam bekerja [15]. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa persentase yang tinggi dari produktivitas kerja dikarenakan ada dugaan jika sebagian besar dari pekerja usia produktif rata-rata memiliki masa kerja yang cukup lama (> 5 tahun) sehingga penghasilan yang didapatkan juga sesuai dengan yang diharapkan [16].

Hubungan Stres Kerja dengan Produktivitas Pekerja

Responden pada penelitian ini sebagian besar mengalami stres kerja yang masih tergolong normal sebanyak 34 orang (65.4%). Sedangkan responden yang mengalami stres kerja yang tergolong ringan, sedang, dan berat ada sebanyak 18 orang (34.5%). Responden pada penelitian ini sebagian besar mengalami stres kerja yang masih tergolong normal dikarenakan berdasarkan hasil pengambilan data di lapangan, responden sebagian besar merasa tuntutan pekerjaan yang diterimanya telah sesuai dengan kapasitas atau kemampuan responden sehingga tidak meningkatkan stres kerja.

Hasil uji korelasi *somers'd* menunjukkan bahwa antara stres kerja dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar terdapat hubungan yang signifikan ($p = 0.001$) dengan nilai $r = -0.480$. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang sedang (tidak kuat atau pun tidak lemah) antara stres kerja dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar. Sedangkan arah dari hubungannya adalah negatif karena nilai dari r negatif, artinya semakin tinggi stres kerja yang dialami oleh pekerja, maka semakin menurun produktivitas dari pekerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa antara stres kerja dengan produktivitas tenaga kerja di CV. "X" terdapat hubungan signifikan dengan tingkat sedang ($p = 0.495 < 0.05$) [17]. Hasil penelitian lain yang sejalan juga telah dilakukan bahwa stres kerja mudah dialami oleh pekerja akibat dari pekerjaan yang dikerjakan sehingga dapat menurunkan produktivitas pekerja yang mana akan memberikan dampak buruk bagi perusahaan [18].

Penelitian hubungan antara stres kerja dengan produktivitas yang dialami oleh 52 orang pekerja perempuan bagian linting manual di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar memperoleh hasil bahwa responden yang mengalami stres kerja tergolong normal dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 1 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 33 orang. Sedangkan responden yang mengalami stres kerja tergolong ringan, sedang, dan berat dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 8 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 10 orang. Berdasarkan hasil penelitian ini, tidak semua responden yang mengalami stres kerja meresponnya ke arah negatif, ada pula responden yang merespon positif stres kerja yang dialami sehingga stres kerja yang dialami malah menjadi motivasi untuk responden agar produktivitas kerjanya semakin ditingkatkan. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori tentang stres positif (*eustress*) dan negatif (*distress*) [19]. Stres kerja yang positif (*eustress*) dapat diartikan sebagai suatu hasil respon pada stres kerja yang sifatnya tidak hanya sehat, tetapi juga positif dan membangun yang mana memberikan dampak timbulnya stimulus dan kegairahan untuk meningkatkan produktivitas kerjanya. Sedangkan stres kerja yang negatif (*distress*) dapat diartikan sebagai suatu hasil respon pada stres kerja yang sifatnya cenderung tidak hanya negatif, tetapi juga tidak sehat dan merusak yang mana memberikan dampak munculnya efek berbahaya yang dapat menurunkan produktivitas pekerja sehingga *output* yang dihasilkan menjadi tidak maksimal dan target produksi tidak dapat terpenuhi sesuai waktu yang ditetapkan.

Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Produktivitas Pekerja

Responden pada penelitian ini sebagian besar menerima beban kerja fisik yang tergolong ringan sebanyak 37 orang (71.2%). Sedangkan responden yang menerima beban kerja fisik yang tergolong sedang dan sangat berat sekali ada sebanyak 15 orang (28.8%). Responden pada penelitian ini sebagian besar menerima beban kerja fisik yang tergolong ringan dikarenakan berdasarkan hasil pengambilan data di lapangan, responden sebagian besar merasa tuntutan pekerjaan yang diterimanya telah sesuai dengan kapasitas atau kemampuan responden sehingga tidak meningkatkan beban kerja fisik.

Hasil uji korelasi *somers'd* menunjukkan bahwa antara beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar terdapat hubungan yang signifikan ($p = 0.029$) dengan nilai $r = -0.341$. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang lemah (tidak kuat) antara stres kerja dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar. Sedangkan arah dari hubungannya adalah negatif karena nilai dari r negatif, artinya semakin tinggi beban kerja fisik yang diterima oleh pekerja, maka semakin menurun produktivitas dari pekerja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa antara beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk terdapat hubungan signifikan ($p = 0.045 < 0.05$) [20]. Hasil penelitian lain yang sejalan juga telah dilakukan bahwa apabila semakin tinggi beban kerja fisik yang diterima oleh karyawan tenaga non kesehatan di Unit Pelaksana Teknis Rumah Sakit Pratama Kota Yogyakarta, maka produktivitas kerjanya akan semakin menurun [21].

Penelitian hubungan antara beban kerja fisik dengan produktivitas yang dialami oleh 52 orang pekerja perempuan bagian linting manual di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar yang menjadi responden pada penelitian ini memperoleh hasil bahwa responden yang menerima beban kerja fisik tergolong ringan dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 3 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 34 orang. Sedangkan responden yang menerima beban kerja fisik tergolong sedang dan sangat berat sekali dengan produktivitas kerja menurun sebanyak 6 orang dan dengan produktivitas kerja meningkat sebanyak 9 orang. Responden dapat mengalami peningkatan produktivitas kerja walaupun beban kerja fisik yang diterimanya terus bertambah dikarenakan responden tersebut terus melakukan peningkatan kemampuan atau kapasitas kerjanya. Sedangkan responden yang mengalami penurunan produktivitas kerja sehingga berdampak pada *output* yang dihasilkan menjadi tidak maksimal dan target produksi tidak dapat terpenuhi sesuai waktu yang ditetapkan dikarenakan responden tersebut tidak melakukan peningkatan kemampuan atau

kapasitas kerja seiring dengan bertambahnya beban kerja fisik yang diterimanya. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa tekanan beban kerja yang diterima secara fisik dapat menjadi positif mengarah ke peningkatan produktivitas apabila disertai dengan peningkatan *skill* dari pekerja [22].

Hubungan Stres Kerja dan Beban Kerja Fisik dengan Produktivitas Pekerja

Uji analisis regresi logistik pada variabel stres kerja dan beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar memperoleh hasil bahwa kategori variabel stres kerja sedang dan stres kerja ringan mempunyai pengaruh signifikan terhadap produktivitas pekerja dengan p (*value*) < 0.05 . Sedangkan kategori variabel stres kerja berat, beban kerja fisik sangat berat sekali, dan beban kerja fisik sedang tidak mempunyai pengaruh signifikan dengan p (*value*) > 0.05 . Variabel stres kerja dengan kategori variabel stres kerja sedang (OR = 20.239) dan stres kerja ringan (OR = 15.105) memiliki pengaruh yang signifikan dan kekuatan pengaruhnya lebih besar dibandingkan dengan kategori variabel dari beban kerja fisik.

Hasil dari penelitian ini ternyata sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa stres kerja menjadi variabel yang menyumbang pengaruh besar terhadap terjadinya penurunan produktivitas dari pekerja [23]. Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa antara stres kerja dengan produktivitas kerja karyawan PT. Mentari Gemilang didapatkan hasil yang signifikan dengan korelasi negatif dan menunjukkan bahwa stres kerja secara signifikan mengurangi produktivitas pekerja [24]. Sedangkan, kekuatan hubungan yang rendah antara beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja disebabkan adanya beberapa faktor yang bisa memberikan pengaruh terhadap denyut nadi pekerja, yaitu usia, jenis kelamin, kondisi kesehatan, riwayat kesehatan, lama kerja, sikap kerja, ukuran tubuh, keadaan psikis, dan iklim panas [25].

Aktivitas pelintingan rokok secara manual tidak dapat terlepas dari aktivitas fisik yang melibatkan energi otot dari pekerja sebagai sumber tenaga atau pengendali kerja sehingga pekerja sudah merasa terbiasa dengan aktivitas tersebut. Hal ini tentunya berbeda dengan stres kerja yang dialami oleh pekerja. Setiap pekerja tentunya memiliki permasalahannya sendiri yang bersumber baik dari dalam maupun luar lingkungan kerjanya [26]. Aktivitas pelintingan rokok secara manual sebenarnya bukanlah suatu aktivitas pekerjaan yang rumit. Namun, tuntutan akan target produksi sesuai dengan tenggang waktu yang telah ditetapkan perusahaan dan kondisi lingkungan kerjanya yang membuat pekerja mudah mengalami stres kerja.

Teori dan kondisi tersebut memperkuat hasil penelitian yang menyatakan bahwa variabel bebas stres kerja memberikan pengaruh yang lebih kuat terhadap produktivitas pekerja dibandingkan variabel bebas beban kerja fisik.

Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan pada penelitian ini adalah terdapatnya variabel pengganggu di luar variabel yang diteliti yang mana peneliti sendiri tidak dapat mengendalikannya sehingga memberikan pengaruh terhadap produktivitas pekerja, seperti keterampilan dan lingkungan kerja.

Kesimpulan

Kesimpulan yang diambil peneliti berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan adalah terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dan beban kerja fisik dengan produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar. Stres kerja menjadi variabel bebas yang paling berpengaruh terhadap produktivitas pekerja di Perusahaan Rokok Gama Karanganyar dibandingkan dengan beban kerja fisik.

Saran

Saran-saran yang diberikan oleh peneliti baik bagi pekerja, Perusahaan Rokok Gama Karanganyar, maupun peneliti selanjutnya adalah:

1. Pekerja diharapkan mampu mengatur stres dan beban kerja yang diterima secara fisik dengan baik agar stres kerja yang dialami dan beban kerja fisik yang diterima pekerja tidak berdampak negatif.
 2. Perusahaan sebaiknya rutin setiap bulannya mengadakan konseling bagi pekerja, menetapkan waktu istirahat yang tetap, melakukan pengukuran lingkungan kerja secara berkala khususnya terkait psikologis dan beban kerja, memberikan musik saat jam kerja sebagai alternatif untuk meminimalisir stres kerja, dan memberi penyegaran atau *reward* agar pekerja yang sudah memenuhi target termotivasi untuk mempertahankan bahkan meningkatkan produktivitas kerjanya.
 3. Peneliti selanjutnya diharapkan dalam penelitian yang dilakukannya dapat menggunakan sampel yang jumlahnya lebih banyak dan memanfaatkan variabel lainnya yang bisa memberikan pengaruhnya pada produktivitas pekerja, seperti keterampilan, lingkungan kerja, dan lain sebagainya.
-

Daftar Pustaka

1. Kementerian Kesehatan. Hari Tanpa Tembakau Sedunia 2017: Rokok Ancam Pembangunan. 2017; Available from: <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20170521/3720963/hari-tanpa-tembakau-sedunia-2017-rokok-ancam-pembangunan/>
2. Faslah R, Savitri MT. Pengaruh Motivasi Kerja dan Disiplin Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada Karyawan PT. Kabelindo Murni, Tbk. *Jurnal Pendidikan Ekonomi dan Bisnis*. 2013;1(2):40–53.
3. Nadiaty AH, Wahyudi A, Sriwidodo U. Pengaruh Beban Kerja dan Stres Kerja terhadap Produktivitas Kerja Karyawan dengan Motivasi Kerja sebagai Variabel Intervening di Poltekkes Kemenkes Surakarta Jurusan Ortotik Prostetik. *Jurnal Manajemen Sumber Daya Manusia*. 2019;13(2):383–94.
4. Rudyarti E. Pengaruh Stres Kerja terhadap Kelelahan Kerja pada Perawat di Rumah Sakit X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*. 2021;5(2):13–20.
5. Widiana LR. Hubungan Stress dengan Produktivitas Tenaga Kerja Wanita Bagian Linting Rokok di PT. Djitoe Indonesia Tobacco. Skripsi. 2011;
6. Soputan SL, Kawatu PAT, Mandagi CKF. Hubungan antara Umur dan Beban Kerja dengan Produktivitas Kerja pada Satuan Polisi Pamong Praja di Kantor Wilayah Satuan Pamong Praja Kota Manado Tahun 2018. *Jurnal KESMAS*. 2018;7(5).
7. Kusuma YM. Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Produktivitas Kerja pada Tenaga Kerja Bagian Sewing di CV Tiga Selaras Bersama Jaten Karanganyar. Skripsi. 2019;
8. Ukkas I. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produktivitas Tenaga Kerja Industri Kecil Kota Palopo. *Kelola Journal of Islam Education Management*. 2017;2(2):187–98.
9. Suyono B, Hermawan H. Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Produktivitas Tenaga Kerja pada Industri Kerajinan Kulit di Kabupaten Magetan. *Jurnal Ekomaks*. 2013;2(2):1–15.
10. Safira RAD, Nurdiawati E. Hubungan antara Keluhan Kelelahan Subjektif, Umur, dan Masa Kerja terhadap Produktivitas Kerja pada Pekerja. *Faletahan Health Journal*. 2020;7(2):113–8.
11. Kumbadewi LS, Suwendra IW, Susila GPAJ. Pengaruh Umur, Pengalaman Kerja, Upah, Teknologi, dan Lingkungan Kerja terhadap Produktivitas Karyawan. *Jurnal Manajemen*. 2016;4(1).
12. Tambunan V, Woyanti N. Analisis Pengaruh Pendidikan, Upah, Insentif, Jaminan Sosial,

-
- dan Pengalaman Kerja terhadap Produktivitas Tenaga Kerja di Kota Semarang (Studi Kasus Kec. Banyumanik dan Kec. Gunungpati). Skripsi. 2012;
13. Harliawan H, Murjanayasa IGW, Dewi MHU. Pengaruh Kompensasi, Pendidikan, dan Program Kesejahteraan terhadap Produktivitas Kerja Wartawan di Provinsi Bali. *E-Jurnal Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*. 2017;6(7):2697–730.
 14. Pardede NW. Pengaruh Tingkat Upah, Tingkat Pendidikan, dan Tingkat Kesehatan terhadap Produktivitas Tenaga kerja di Kota Medan. Skripsi. 2018;
 15. Rasyidi MF, Mahmudiono T, Rachmah Q. Hubungan antara Status Gizi, Risiko Anemia, dan Ketahanan Pangan dengan Produktivitas Pekerja Bangunan. *Media Gizi Kesmas*. 2021;10(1):40–6.
 16. Putra MRP. Hubungan Status Gizi dan Pola Konsumsi dengan Produktivitas Kerja pada Pekerja di Bagian Produksi PT. Sinar Sosro Tanjung Morawa Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018. Skripsi. 2018;
 17. Putri GWY, Tualeka AR. Hubungan antara Stres Kerja dengan Tingkat Produktivitas Tenaga Kerja di CV. X. *The Indonesian Journal of Occupational Safety, Health and Environment*. 2014;1(1):144–54.
 18. Zuhroh F, Aini K, Aini DW. Hubungan Stres Kerja dengan Produktivitas Pegawai Pabrik. *Jurnal Keperawatan*. 2017;5(1):19–24.
 19. Atziza R. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *Jurnal Agromed Unila*. 2015;2(3):317–20.
 20. Matindas R, South LF, Nelwan JE. Hubungan Antara Beban Kerja Fisik Dan Stres Kerja Dengan Produktivitas Pekerja Di PT. Adhi Karya (Persero) Tbk. *Jurnal KESMAS*. 2018;7(5).
 21. Fathoni MI. Pengaruh Beban Kerja terhadap Produktivitas Kerja Karyawan Tenaga Non Kesehatan di Unit Pelaksana Teknis Rumah Sakit Pratama Kota Yogyakarta Tahun 2020. *Jurnal Optimal*. 2021;18(1):74–100.
 22. Shah *et al.* Workload and Performance of Employees. *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Business*. 2011;3(5):256–67.
 23. Wibowo FP, Listen G. Pengaruh Stres Kerja dan Konflik Kerja terhadap Produktivitas Karyawan pada PT. *Media Bernas Jogja. Primanomics Jurnal Ekonomi dan Bisnis*. 2019;17(1):1–11.
 24. Sadiqin A. Pengaruh Stres Kerja dan Komitmen Organisasi terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT. *Mentari Gemilang. Ekomania Jurnal*. 2017;3(3):80–90.
-

-
25. Butar MM, Nindya T. Hubungan Status Gizi, Tingkat Asupan Energi, Beban Kerja dengan Produktivitas Pekerja Wanita di Perusahaan Baut dan Mur. *Journal Community Mental Health and Public Policy*. 2018;1(1):1–13.
 26. Andarini YD. Stres Kerja sebagai Faktor Risiko Kelelahan Subyektif pada Pekerja Unit Weaving Loom PT. X. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*. 2017;1(2):134–47.