

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DI PERUSAHAAN PENGELOLAAN LIMBAH BAHAN BERBAHAYA DAN BERACUN (B3)

SYAHRUL RIZKY



**TEKNIK DAN MANAJEMEN LINGKUNGAN
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



PERNYATAAN MENGENAI LAPORAN PROYEK AKHIR DAN SUMBERINFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa proposal proyek akhir dengan judul “Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja di Perusahaan Pengelolaan Limbah Bahan Berbahaya dan Beracun (B3)” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir proyek akhir ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juni 2024

Syahrul Rizky
J0313202175



ABSTRAK

SYAHRUL RIZKY. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja di Perusahaan Pengelolaan Limbah Bahan Berbahaya dan Beracun (B3). Dibimbing oleh Nurul Jannah.

Perusahaan harus melindungi sumber daya manusia yang terdapat di perusahaan dengan menerapkan sistem keselamatan kerja yang baik. Bagian dari kesehatan kerja yaitu stres kerja yang merupakan respon dari pekerja terhadap beban dan tekanan yang dirasakan pada saat pekerja berada di tempat kerja. Beban pekerjaan dapat memicu timbulnya stres kerja karena adanya tekanan pada pekerja. Tujuan dari penelitian yaitu mengukur besaran pengaruh beban kerja terhadap stres kerja dan merencanakan strategi perbaikan sebagai cara untuk meminimalisir tingkat stres kerja akibat beban kerja. Penelitian menggunakan data primer yang bersumber dari hasil kuesioner, dan wawancara, sedangkan data sekunder bersumber dari dokumen perusahaan dan studi literatur. Analisis yang dilakukan menggunakan SPSS versi 20 dengan melakukan uji validitas dan reliabilitas, uji regresi linier sederhana, dan uji koefisiensi determinasi. Berdasarkan hasil analisis didapatkan besaran pengaruh beban kerja terhadap stres kerja sebesar 42%. Sesuai dengan hasil kuesioner dan wawancara masih banyak pekerja yang mengeluhkan area kerja yang sempit, hal tersebut dikarenakan adanya tumpukan drum dan IBC yang mengganggu mobilitas pekerjaan. Penumpukan tersebut terjadi karena kurang berjalannya sistem *First In First Out* (FIFO) yang diterapkan perusahaan. Maka dari itu diperlukan Standar Operasional Prosedur (SOP) dan *Work Instruction* (WI) untuk diterapkan di area tersebut

Kata kunci : b3, fifo, sop, wi

Companies must protect the human resources in the company by implementing a good work safety system. Part of occupational health is work stress which is the worker's response to the burden and pressure felt when the worker is at work. Work load can trigger work stress due to pressure on workers. The aim of the research is to measure the magnitude of the influence of work load on work stress and plan improvement strategies as a way to minimize the level of work stress due to work load. The research uses primary data sourced from questionnaires and interviews, while secondary data comes from company documents and literature studies. The analysis was carried out using SPSS version 20 by carrying out validity tests, reliability tests, simple linear regression tests, hypothesis tests, and coefficient of determination tests. Based on the results of the analysis, it was found that the magnitude of the influence of workload on work stress was 42%. According to the results of questionnaires and interviews, there are still many workers who complain about the narrow work area, this is because there are stacks of drums and IBCs which interfere with work mobility. This backlog occurred due to the lack of implementation of the *First In First Out* (FIFO) system implemented by the company. Therefore, Standard Operating Procedures (SOP) and *Work Instruction* (WI) are needed to be implemented in this area

Keywords: fifo, hazardous waste, sop, wi



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2024
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA DI

PERUSAHAAN PENGELOLAAN LIMBAH BAHAN BERBAHAYA DAN BERACUN (B3)

SYAHRUL RIZKY

Proyek Akhir
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan pada
Program Studi Teknik dan Manajemen Lingkungan

**TEKNIK DAN MANAJEMEN LINGKUNGAN
SEKOLAH VOKASI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2024**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Penguji pada ujian Proyek Akhir: Dimas Ardi Prasetya, ST.,Msi

Perpustakaan IPB University



Judul Proyek Akhir : Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja di
Perusahaan Pengelolaan Limbah Bahan
Berbahaya dan Beracun (B3)
Nama : Syahrul Rizky
NIM : J0313202175

Disetujui oleh

Pembimbing :
Ir. Nurul Jannah, M.M., Ph.D.
NIP. 196906151994032001

Diketahui oleh

Ketua Program Studi:
Dr. Beata Ratnawati ST., Msi
NPI. 201811198806252001

Dekan Sekolah Vokasi :
Dr. Ir. Aceng Hidayat, M.T
NIP 196607171992031003

Tanggal Ujian :
7 Juni 2024

Tanggal Lulus :



PRAKATA

Puji dan syukur dipanjatkan kepada Allah *Subhanaahu wa ta'ala* atas segala karunia-Nya sehingga proyek akhir berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih pada penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Agustus 2023 sampai bulan Januari 2024 ialah Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dengan judul “Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja di Perusahaan Pengelolaan Limbah Bahan Berbahaya dan Beracun (B3)”.

Ungkapan terima kasih disampaikan kepada orang tua, Bapak Ade Suyatno dan Ibu Kholifah serta keluarga yang telah memberikan dukungan, doa, dan kasih sayangnya. Terima kasih diucapkan kepada dosen pembimbing Ir Nurul Jannah M.M. Ph.D yang telah membimbing dan banyak memberi saran serta masukan. Ucapan terima kasih juga diucapkan kepada dosen penguji Bapak Dimas Ardi Prasetya, ST.,Msi. Di samping itu, penghargaan disampaikan kepada Bapak Ihsan Rizqie selaku pembimbing lapangan dan jajaran departemen SHQ yang telah memberi izin penelitian dan membantu dalam mengumpulkan data penelitian. Terakhir, ucapan terima kasih teruntuk teman-teman dari Program Studi Teknik dan Manajemen Lingkungan angkatan 57 Sekolah Vokasi IPB University atas doa dan dukungannya.

Semoga laporan proyek akhir bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juni 2024

Syahrul Rizky



DAFTAR ISI

DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	x
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan	2
II TINJAUAN PUSTAKA	3
2.1 Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)	3
2.2 Beban Kerja	3
2.3 Stres Kerja	3
2.4 <i>Statistical Program for Social Science (SPSS)</i>	4
III METODE	5
3.1 Lokasi dan Waktu	5
3.2 Teknik Pengumpulan Data	5
3.2.1 Data Primer	5
3.2.2 Data Sekunder	5
3.3 Metode Analisis	5
3.3.1 Skala Likert	5
3.3.2 <i>Statistical Program for Social Science (SPSS)</i>	6
3.4 Prosedur Kerja	7
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	9
4.1 Besaran Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja	9
4.1.1 <i>Statistical Program for Social Science (SPSS)</i>	9
4.2 Strategi Perbaikan Untuk Meminimalisir Tingkat Stres Kerja Akibat Beban Kerja	14
4.2.1 Analisis Strategi Perbaikan	14
V KESIMPULAN DAN SARAN	20
5.1 Kesimpulan	20
5.2 Saran	20
DAFTAR PUSTAKA	21
LAMPIRAN	23



DAFTAR GAMBAR

1 Prosedur Kerja 1	8
2 Prosedur Kerja 2	8
3 Kegiatan penyebaran kuesioner	14
4 Kegiatan wawancara	18
5 Lokasi Departemen	19

DAFTAR TABEL

1 Skala Likert	5
2 Distribusi Nilai r tabel Signifikansi 5% dan 1%	9
3 Hasil Uji Validitas Beban Kerja	10
4 Hasil Uji Validitas Stres Kerja	10
5 Item-item valid (Beban Kerja)	11
6 Item-item valid (Stres Kerja)	11
7 Hasil Uji Reliabilitas	12
8 Tabel <i>Coefficients</i>	12
9 Tabel <i>Model Summary</i>	13
10 Pengelompokkan Nilai <i>R Square</i>	14
11 Hasil Kuesioner Beban Kerja	15
12 Hasil Kuesioner Stres Kerja	16
13 Hasil Wawancara	17