

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stress kerja merupakan perubahan reaksi fisiologis, psikologis, dan perilaku individu akibat adanya suatu stressor. Stress kerja adalah ketidakmampuan pekerja dalam menghadapi atau mengatasi suatu tuntutan yang berasal dari pekerjaan. Salah satu stressor fisik di tempat kerja adalah adanya kebisingan. Kebisingan intensitas tinggi adalah kebisingan yang melebihi nilai ambang batas atau lebih dari 85 dB sedangkan kebisingan intensitas rendah adalah kebisingan dibawah nilai ambang batas atau kurang dari 85 dB (Harrianto, 2010). Pada survei yang dilakukan peneliti di CV Indo Jati Utama Semarang 7 dari 10 karyawan mengeluh sakit kepala, sulit berkonsentrasi, tidak sabaran, dan mudah marah ketika berada di tempat yang bising. Beberapa keluhan tersebut merupakan gejala stress kerja (Tarwaka, 2004).

Menurut WHO, stress kerja terjadi hampir di setiap pekerjaan di seluruh dunia dan sering disebut sebagai “epidemi global”. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di beberapa perusahaan di Indonesia pekerja pernah mengalami masalah kesehatan jiwa dari yang ringan sampai yang menimbulkan penyakit yaitu sekitar 15% sampai 30% (Ikrimadhani, 2015). Menurut survei yang dilakukan oleh *European Risk Observatory Report* prevalensi stress kerja yang terjadi pada pekerja di Eropa mencapai sekitar

50% sampai 60% (ILO, 2016). Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan Pradana mengenai Hubungan antara Kebisingan dengan Stress Kerja didapatkan hasil bahwa 32% tenaga kerja mengalami stress kerja ringan, 44% tenaga kerja mengalami stress kerja sedang, dan 22% tenaga kerja mengalami stress kerja berat (Pradana, 2013). Menurut *European Foundation for The Improvement of Living and Working Conditions*, stress kerja merupakan kasus nomor terbesar nomor dua di Eropa yang berkaitan dengan masalah pekerjaan. Beberapa penyakit yang ditimbulkan akibat stress diantaranya penyakit jantung, sakit punggung, hipertensi, stroke, dan gangguan muskuloskeletal. Masalah-masalah kesehatan ini turut berkontribusi terhadap peningkatan angka kesakitan, kecacatan, dan kematian. Sekitar 75% sampai 90% kunjungan pada dokter perusahaan adalah akibat stress (Yunus, 2011). Dampak negatif stress lainnya berupa gejala psikologis seperti ketidakpuasan, kebosanan, dan ketegangan. Bila gejala tersebut berlanjut dapat menurunkan efisiensi dan produktivitas kerja dan sangat berpotensi menimbulkan kecelakaan kerja (Tarwaka, 2004).

Secara fisiologis, adanya suatu stressor dapat menyebabkan perubahan reaksi dalam tubuh untuk menghadapinya. Adanya perubahan dalam tubuh akibat adanya stressor berkaitan erat dengan dua sistem dalam tubuh yaitu *sympathetic adrenomedullary (SAM) system* dan *hypothalamic pituitary adrenocortical (HPA) axis*. Bila terjadi peningkatan aktivitas simpatis pada *sympathetic adrenomedullary (SAM) system* atau yang biasa disebut dengan sistem *fight or flight* akan menstimulasi bagian medula

kelenjar adrenal sehingga menyebabkan pelepasan katekolamin seperti epinefrin dan norepinefrin. Paparan stressor tidak hanya meningkatkan *sympathetic adrenomedullary (SAM) system* tetapi juga *hypothalamic pituitary adrenocortical (HPA) axis*. Pada *hypothalamic pituitary adrenocortical (HPA) axis*, hipotalamus akan mengeluarkan *corticotropin releasing factor (CRF)*. CRF akan menstimulasi kelenjar pituitari untuk mengeluarkan *adrenocorticotrophic hormone (ACTH)*. Ketika ACTH telah diproduksi maka akan memicu korteks kelenjar adrenal untuk mengeluarkan glukokortikoid terutama hormon kortisol. Hormon kortisol berperan untuk membantu tubuh mempertahankan diri saat terjadinya stress (Sherwood, 2011). Kebisingan merupakan salah satu stressor yang dapat menimbulkan stress. Kebisingan intensitas tinggi atau kebisingan yang melebihi nilai ambang batas menyebabkan gangguan fisik seperti meningkatnya tekanan darah, meningkatnya denyut nadi, gangguan pencernaan, gangguan dalam bekerja, dan peningkatan kelelahan. Pengaruh kebisingan intensitas rendah atau dibawah nilai ambang batas dapat menyebabkan gangguan psikologis pada karyawan seperti mudah marah, sakit kepala, gangguan tidur, gangguan reaksi psikomotor, hilangnya konsentrasi, gangguan komunikasi, dan penurunan performansi kerja (Tarwaka, 2004). Semakin tinggi intensitas kebisingan maka hormon kortisol akan semakin meningkat. Kortisol menekan sistem imun karena dapat menurunkan limfosit T sehingga pada paparan kebisingan yang tinggi kadar kortisol akan semakin meningkat dan menurunkan sistem imun. Efek stress yang terus menerus

akibat peningkatan kadar kortisol akan menimbulkan perangsangan saraf simpatis pada saraf yang dapat menyebabkan vasokonstriksi sehingga pada paparan intensitas kebisingan yang tinggi salah satu gejalanya adalah meningkatnya tekanan darah (Braun, 2000; Guyton, 2007).

Dari uraian diatas maka peneliti akan melakukan penelitian mengenai “Perbedaan Intensitas Kebisingan Tinggi dan Intensitas Kebisingan Rendah terhadap Tingkat Stress Kerja pada Karyawan CV Indo Jati Utama Semarang”. Jika kebisingan di tempat kerja berpengaruh terhadap stress kerja maka diperlukan adanya pencegahan dari awal.

1.2. Rumusan Masalah

“Bagaimana perbedaan intensitas kebisingan tinggi dan intensitas kebisingan rendah terhadap tingkat stress kerja pada Karyawan CV Indo Jati Utama Semarang?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan intensitas kebisingan terhadap tingkat stress kerja pada karyawan CV Indo Jati Utama Semarang.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Mengetahui tingkat stress kerja pada karyawan yang terpapar kebisingan dengan intensitas tinggi atau kebisingan >85dB di CV Indo Jati Utama Semarang.

1.3.2.2. Mengetahui tingkat stress kerja pada karyawan yang terpapar kebisingan dengan intensitas rendah atau kebisingan <85dB di CV Indo Jati Utama Semarang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Menambah informasi di bidang kesehatan mengenai perbedaan intensitas kebisingan tinggi dan intensitas kebisingan rendah terhadap tingkat stress kerja pada karyawan CV Indo Jati Utama Semarang.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Memberi informasi sebagai upaya promotif dan preventif kepada karyawan CV Indo Jati Utama Semarang.

1.4.2.2. Menegaskan kepada para karyawan untuk melakukan tindakan preventif dengan pemakaian alat pelindung diri seperti menggunakan *ear plug*.