

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

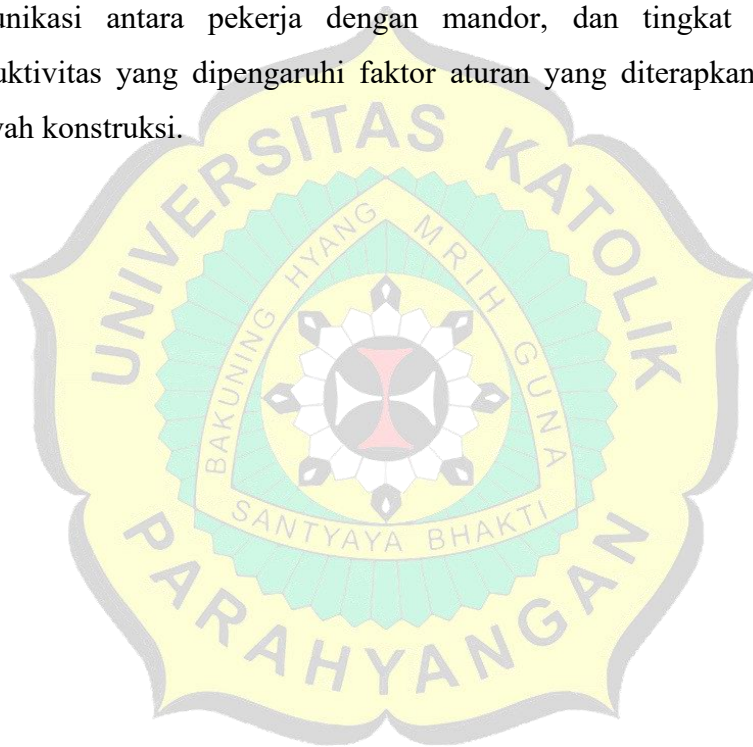
Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapat beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Indikator yang mempengaruhi stres berjumlah 16 indikator. Setelah uji multikolinearitas yang telah dilakukan, 16 indikator stres berubah menjadi 15 indikator, hal ini di karena terdapat dua indikator yang memiliki interkorelasi yang kuat. Indikator yang mempengaruhi stres merupakan rasa kesal, kontrol diri, gugup, rasa percaya diri, optimisme, putus asa, pengendalian rasa jengkel, rasa superior, kemarahan, tidak bisa mengatasi masalah, lingkungan kerja, beban dan tuntutan pekerjaan, posisi pekerjaan, organisasi, lingkungan psikologis.
2. Pekerja memiliki tingkat stres yang rendah. Dari sini dapat diketahui bahwa para pekerja memiliki lingkungan pekerjaan, pemberian beban kerja, dan koordinasi dalam organisasi yang optimal dan dapat mengendalikan emosi serta memiliki manajemen stres yang cukup baik. Ini bisa menjadi penanda bahwa pekerja memiliki kinerja yang baik sehingga dapat berpotensi meningkatkan produktivitas. Hal ini juga memiliki hubungan terhadap urgensi dari penelitian berupa minimnya dampak negatif stres terhadap produktivitas, mengurangi peningkatan biaya akibat stres.
3. Berdasarkan analisis korelasi stres terhadap produktivitas pekerja didapat bahwa stres memiliki korelasi terhadap produktivitas dengan hubungan keterikatan berlawanan arah. Dari sini dapat diartikan bila tingkat stres yang dialami pekerja semakin tinggi maka produktivitasnya akan menurun mengingat stres dapat menjadi penghambat dalam pekerjaan para pekerja pelaksanaan konstruksi, bila tingkat stres yang dialami pekerja semakin rendah maka produktivitasnya akan meningkat. Tingkat stres yang terjadi pada pekerja juga dipengaruhi oleh usia. Hal ini menyatakan makin bertambahnya usia maka tingkat stres yang dialami akan semakin besar. Pengaruh yang diberikan oleh usia terhadap stres tidak terlalu besar.

5.2 Saran

Berikut ini disampaikan beberapa saran berdasarkan hasil penelitian.

1. Meski stres para pekerja konstruksi berada pada tingkat rendah, namun perlu diingat bahwa tingkat stres tersebut tetap memberikan pengaruh pada produktivitas sehingga perlu dibuatkan program atau kegiatan mengenai manajemen stres seperti *Participatory Action-Oriented Training (PAOT)* yang dapat diimplementasikan kepada pekerja konstruksi.
2. Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan fokus pada pemberian beban kerja yang realistis dan pemantauan aspek tambahan lain seperti dan kemampuan komunikasi antara pekerja dengan mandor, dan tingkat stres pada produktivitas yang dipengaruhi faktor aturan yang diterapkan di sebuah wilayah konstruksi.



DAFTAR PUSTAKA

- Ng, S., Skitmore, R., & Leung, T. K. (2005). Manageability of stress among construction project participants. *Journal Engineering, Construction and Architectural Management*, 12(3), 264–282.
- Abbas, W. (2013). Analisa Kepuasan Mahasiswa Terhadap Website Universitas Negeri Yogyakarta. (hal. 1–6). Fakultas Teknik Universitas Wahid Hasyim Semarang.
- Afshar, H., Roohafza, H. R., Keshetll, A. H., Mazaheri, M., Feizi, A., & Adibi, P. (2015, April). *The association of personality traits and coping styles according to stress level*. Diambil kembali dari www.scienceopen.com.
- Akbar, Taufan, M., Adji, I. S., & Isa, M. (2018). *Analisis Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja, Dan Karakteristik Individu Terhadap Kinerja Perawat*. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Almigo, N. (2004, Desember). Hubungan Antara Kepuasan Kerja Dengan Produktivitas Kerja Karyawan. *Jurnal PSYCHE*, 1(1), 50–60.
- Al-Naggar, R. A., AR, S., AJ, K., R, C., & MI, Z. (2009, Desember). Stress and Coping Strategies among Management and Science University Students: A Qualitative Study. *The International Medical Journal*, 8(2), 11–16. Dipetik Juli 1, 2023
- Andreou, E., Alexopoulos, E. C., Linois, C., Varvogli, L., Gnardellis, C., Chrousos, G. P., & Daviri, C. (2011, Agustus 4). Perceived Stress Scale: Reliability and Validity Study in Greece. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8, 3287–3298. Dipetik 07 01, 2023
- Aspiyah, M., & Martono, S. (2016). Pengaruh Disiplin Kerja, Lingkungan Kerja, dan Pelatihan Pada Produktivitas Kerja. *Management Analysis Journal*, 5(4), 339–346.
- Awadh, A. M., & Saad, A. M. (2013, Maret). Impact of Organizational Culture on Employee Performance. *International Review of Management adn Buisness Research*, 2(1), 168–175.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia. (2016). Diambil kembali dari kbbi.kemdikbud.go.id/.
- Bakker, A., Demerouti, E., & Vergel, A. I. (2014). Burnout and Work Engagement: The JD–R Approach. *The Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 1, hal. 389–411.

- Betari, N. P. (2014). *Pengaruh Stres Kerja, Kelelahan, Stres Fisiologis Terhadap Kinerja Manajer Proyek*. Yogyakarta: Universitas Atma Jaya Yogyakarta.
- Candraditya, R., & Dwiyantri, E. (2017, Maret). Hubungan Tingkat Pendidikan, Masa Kerja, Dan Tingkat, Kebisingan, Dengan Stress Kerja Di PT. X. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 15(1), 1–9.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983, December). A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 2 (4), 385–396.
- Dewi, A. D., Sudipta, I. K., & Setyowati, D. S. (2016, Juli). Analisis Aspek Sumber Daya Manusia Terhadap Kinerja Pada Proyek Konstruksi Di Kabupaten Bandung. *Jurnal Ilmiah Teknik Sipil · A Scientific Journal Of Civil Engineering*, 20 (2), 103–109.
- Djaelani, M., & Retnowati, E. (2022, Agustus). Pengaruh Pengawasan Kerja dan Penerapan Program Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Terhadap Produktivitas Pekerja Proyek Konstruksi. *Jurnal Satyagraha*, 5(2), 32–38.
- Enshassi, A., El-Rayyes, Y., & Alkilani, S. (2015). Job stress, job burnout and safety performance in the Palestinian construction industry. *Journal of Financial Management of Property and Construction*, 20(2), 170–187.
- Erliana, Zamora, R., & Hadi, M. A. (2020). Pengaruh Stress Kerja, Konflik Kerja Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pada Pt. Delimax Konstruksi Indonesia Batam. *Jurnal Bening Prodi Manajemen Universitas Kepulauan Riau Batam*, 7(1), 17–30.
- Ervianto, W. (2008). Pengukuran Produktivitas Kelompok Pekerja Bangunan Dalam Proyek Konstruksi. *Studi Kasus Proyek Gedung Bertingkat di Surakarta*, 9(1), 31–42.
- Fitri, A. M. (2013). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Karyawan Bank. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 1–10.
- Hakim, G. R., Tantiani, F. F., & Shanti, P. (2017, November). Efektifitas Pelatihan Manajemen Stres Pada Mahasiswa. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 75–79.
- Hanifah, Z. R., Wahyuni, I., & Kurniawan, B. (2020). Kajian Pustaka Faktor Stres Kerja, Perilaku Keselamatan Dan Supervisi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(6), 787–792.
- Herdiansyah, R. (2011). Pengaruh Pengalaman Kerja Dan Tingkat Upah Terhadap Produktivitas Pekerja Di Ud. Farley's Kota Mojokerto. *Jurnal Bisma Ekonomi*, 1–17.
- Hernandi, Y., & Tamtana, J. S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produktivitas Pekerja Pada Pelaksanaan Konstruksi Gedung Bertingkat. *Jurnal Mitra Teknik Sipi*, 3(2), 299–312.

- Hidayat, M. I., Yuniarti, & Rachmi, A. (2019). Hubungan Usia dan Masa Kerja terhadap Tingkatan Stres di Bagian Produksi PT. Multi Garmentama Bandung. 5, hal. 368–374. Kota Bandung: Universitas Islam Bandung.
- Kaligis, R. S., Sompie, B. F., Tjakra, J., & Walangtian, D. (2013). Pengaruh Implementasi Program Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Terhadap Produktivitas Kerja. *Jurnal Sipil Statik*, 1(3), 219–225.
- Kim, S. A., Suh, C., Park, M. H., Kim, K., Lee, C. K., Son, B. C., . . . Jung, H. (2014). Effectiveness of a Comprehensive Stress Management Program to Reduce Work-Related Stress in a Medium-Sized Enterprise Open Acce. *Annals Of Occupational And Enviromental Medicine*, 26, 1–9.
- Kuswardian, K. F., Rahimah, S. B., & Sakinah, R. K. (2023). Gambaran Derajat Stres Kerja dan Kejadian Kecelakaan Kerja pada Komunitas Ojek Online di Kota Bandung. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1), 210–215.
- Leung, M.-y., & Chan, Y. S. (2011). Structural linear relationship between job stress, burnout, physiological stress, and performance of construction project managers. *Engineering, Construction and Architectural Management*, 18(3), 312–328.
- Liu, X., Zhao, Y., Li, J., Dai, J., Wang, X., & Wang, S. (2020). Factor Structure of the 10-item Percived Stress Scale and Measurement Invariance Across Genders Among Chinese Adolescents. *Frontiers in psychology*, 11, 1–10. doi:10.3388/fpsyg.2020.00537
- Malamassam, L. (2016). *Analisis Produktivitas Pekerja Dengan Metode Time Study Pada Proyek Pembangunan Gedung Teknik Industri ITS*. Surabaya: Institut Teknologi Sepuluh Nopember.
- Mardikaningsih, R., Sinambela, E. A., Retnowati, E., Darmawan, D., Putra, A. R., Arifin, S., . . . Khayru, R. K. (2022, November). Dampak Stres, Lingkungan Kerja dan Masa Kerja terhadap Produktivitas Pekerja Konstruksi. *Jurnal Penelitian Rumpun Ilmu Teknik (JUPRIT)*, 1 No.4, 38–52.
- Matindas, R., Suoth, L. F., & Nelwan, J. E. (2018). Hubungan Antara Beban Kerja Fisik Dan Stres Kerja Dengan Produktivitas Pekerja Di Pt. Adhi Karya (Persero) TbkHubungan Antara Beban Kerja Fisik Dan Stres Kerja Dengan Produktivitas Pekerja Di Pt. Adhi Karya (Persero) Tbk. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(5), 1–7.
- P2PTM Kemenkes R. (2018, Desember 23). *Apakah Stres itu?* Dipetik Juni 30, 2023, dari p2ptm.kemkes.go.id: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/apakah-stres-itu>

- P2PTM Kemenkes RI. (2019, Januari 12). *Apa saja gejala Stres?* Dipetik Juni 30, 2023, dari p2ptm.kemkes.go.id: <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stress/apa-saja-gejala-stres>
- Poon, S., Rowilson, S., Koh, T., & Deng, Y. (2013). Job Burnout and Saftey Performance In The Hong Kong Construction Industry. *The International Journal of Construction Management*, 13(1), 69–78.
- Purwanto, B., Arisanti, I., & Atmasari, A. (2019, Jni). Hubungan Pernikahan Jarak Jauh (Long Distance Marriage) Dengan Stres Kerja Pada Karyawan PT Wijaya Karya (Persero) Tbk (Proyek Pembangkit Listrik Tenaga Mesin Gas 50 MW Sumbawa). *Jurnal Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan Jurnal Psimawa*, 1(1), 26–29.
- Raharjo, S. (2014). *Cara Melakukan Uji Statistik Deskriptif dengan Software SPSS*. Dipetik Juli 19, 2023, dari spssindonesia.com: <https://www.spssindonesia.com/2014/01/uji-statistik-deskriptif-spss.html>
- Raharjo, S. (2014). *Uji Multikolinearitas dengan Melihat Nilai Tolerance dan VIF SPSS*. Dipetik Juli 19, 2023, dari spssindonesia.com: <https://www.spssindonesia.com/2014/02/uji-multikolonieritas-dengan-melihat.html>
- Raharjo, S. (2015). *Cara Melakukan Analisis Korelasi Bivariate Pearson dengan SPSS*. Dipetik Juli 19, 2023, dari <https://www.spssindonesia.com/2019/01/cara-uji-korelasi-parsial-dengan-spss.html>
- Raharjo, S. (2015). *Cara Uji Independent Sample T-Test dan Interpretasi dengan SPSS*. Dipetik Juli 19, 2023, dari <https://www.spssindonesia.com/2015/05/cara-uji-independent-sample-t-test-dan.html>
- Raharjo, S. (2015). *Cara Uji Normalitas Shapiro-Wilk dengan SPSS Lengkap*. Dipetik Juli 19, 2023, dari spssindonesia.com: <https://www.spssindonesia.com/2015/05/cara-uji-normalitas-shapiro-wilk-dengan.html>
- Rizka, A. U. (2018, Februari 4). *Makna Metodologi Penelitian*. Dipetik Juni 30, 2023, dari eprints.umsida.ac.id/: <http://eprints.umsida.ac.id/id/eprint/1540>
- Setiawan, K. J. (2023). *Pengaruh Kondisi Burnout terhadap Produktivitas Tenaga Kerja di Proyek Konstruksi*. 2023: Universitas Katolik Parahyangan.
- Shrestha, N. (2021). Factor Analysis as a Tool for Survey Analysis. *American Journal of Applied Mathematics and Statistics*, 9(1), 4–11.
- Soeharto, I. (1995). *Manajemen Proyek Dari Konseptual Sampai Operasional*. (Y. Sumiharti, Penyunt.) Jakarta: Erlangga.

- Suci, I. S. (2018, Novemer 30). Analisis Hubungan Faktor Individu dan Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 7(2), 220–229.
- Sulastrri, & Onsardi. (2020). Pengaruh Stres Kerja, Dan Beban Kerja, Terhadap Kinerja Karyawan. *Journal of Management and Bussines*, 2(1), 83–98.
- Syafrial, H. (2021). Pengelolaan Stres Kerja Karyawan Saat Pandemi COVID-19 Pada Perusahaan di Tangerang Selatan. *Jurnal Lentera Bisnis*, 10(1), 49–56.
- Tambun, A. J. (2023). *Analisis Faktor Motivasi Pekerja Konstruksi dan Korelasinya Dengan Kinerja Menggunakan Partial Least Square Structural Equation Modeling*. Bandung: Universitas Katolik Parahyangan.
- Tanto, D., Dewi, S. M., & Budio, S. (2012). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Produktivitas Pekerja Pada Pengerjaan Atap Baja Ringan Di Perumahan Green Hills Malang. *Jurnal Rekayasa Sipil*, 6(1), 299–312.
- Wahab, A. (2010). Stress Management Among Artisans In Construction Industry In Nigeria. *Global Journal of Researches in Engineering*, 10(1), 93–103.
- Widyastuti, A. D. (2017). Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Area Workshop Konstruksi Box Truck. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 6(2), 216–224.
- Wineke, M. B., Rismila, V., Nugraha, P., & Tumbelaka, T. E. (2018). Aspek-aspek Yang Mendukung Peningkatan Kinerja Tukang Dalam Proyek Konstruksi Di Surabaya. *Jurnal Dimensi Pratama Teknik Sipil*, 7(2), 217–224.
- Yuliani, M., Wahyuni, I., & Ekawati. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan, Penerapan Prosedur Kerja, Punishment, dan Stres Kerja Terhadap Safty Behavior Pada Pekerjaan Konstruksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 58–64.
- Zavanya, E., Ekawati, & Jayanti, S. (2019). Hubungan Job Demand, Job Control, dan Usia Dengan Stres Kerjaj Pada Pekerjaan Konstruksi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(3), 54–60.