

**HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES KERJA PADA
PENGEMUDI ANGKOT DI PT RAHAYU MEDAN CERIA
TRAYEK 103 KOTA MEDAN**

SKRIPSI



OLEH :

SITUALDINA NURHASANAH

NIM: 0801191166

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA
MEDAN
2024**

**HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES KERJA PADA
PENGEMUDI ANGKOT DI PT RAHAYU MEDAN CERIA
TRAYEK 103 KOTA MEDAN**

SKRIPSI

**Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA KESEHATAN MASYARAKAT**



OLEH :

SITI ALDINA NURHASANAH

NIM : 0801191166



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

SUMATERA UTARA

MEDAN

2024

**HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES KERJA PADA
PENGEMUDI ANGKOT DI PT RAHAYU MEDAN CERIA
TRAYEK 103 KOTA MEDAN**

SITI ALDINA NURHASANAH
NIM : 0801191166

ABSTRAK

Kendaraan pribadi digunakan bebas, sedangkan kendaraan umum terikat peraturan dan jadwal. Pengemudi angkutan umum menghadapi stres kerja karena kemacetan, jam kerja yang panjang, dan tekanan ekonomi. Stres kerja berakibat buruk jika tidak diatasi, seperti kesulitan konsentrasi dan gangguan kesehatan. Penelitian menunjukkan hubungan antara beban kerja tinggi dan stres kerja pada pengemudi. Penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain cross-sectional untuk mengukur hubungan beban kerja mental dan stres kerja pada pengemudi angkot di PT Rahayu Medan Ceria. Dilakukan di Medan, Sumatera Utara, Maret-Juli 2024, dengan sampel 77 dari 370 pengemudi. Teknik sampling nonprobability insidental digunakan. Variabel bebas adalah beban kerja mental, dan variabel terikat adalah stres kerja, diukur dengan kuesioner. Validitas dan reliabilitas instrumen diuji sebelumnya. Uji menunjukkan $p\text{-value } 0,039 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak, ada hubungan antara beban kerja mental dan stres kerja pada pengemudi angkot trayek 103 Kota Medan. Korelasi 0,236 menunjukkan kekuatan rendah dan arah positif: semakin tinggi beban kerja mental, semakin tinggi stres kerja. Stres kerja pada pengemudi angkot trayek 103 Kota Medan: 63 orang (81,8%) mengalami stres tinggi, 14 orang (18,2%) stres rendah. Beban kerja mental: 43 orang (55,8%) tinggi, 19 orang (24,7%) agak tinggi, 15 orang (19,5%) tinggi sekali. Ada hubungan positif antara beban kerja mental dan stres kerja dengan korelasi rendah. PT rahayu medan ceria disarankan untuk mengembangkan program kesejahteraan yang fokus pada kesehatan mental, dan pengemudi disarankan beristirahat 30 menit bagi yang bekerja lebih dari 8 jam perhari serta menjaga komunikasi antar pengemudi.

Kata Kunci : Stres Kerja, Pengemudi Angkutan Umum, Beban Kerja Mental

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL WORKLOAD AND WORK
STRESS IN ANGKOT DRIVERS AT PT RAHAYU MEDAN CERIA ROUTE
103 MEDAN CITY**

SITI ALDINA NURHASANAH

NIM : 0801191166

ABSTRACT

Public transportation drivers face work stress due to congestion, long working hours, and economic pressures. Work stress has negative consequences if not addressed, such as difficulty concentrating and health problems. Research shows a relationship between high workload and work stress in drivers. In order to quantify the connection between mental workload and job stress among PT Rahayu Medan Ceria's public transportation drivers, this research used a cross-sectional approach. This study used data collected from 77 out of 370 drivers in the Medan area of North Sumatra between March and July of 2024. The researchers used an accidental nonprobability sampling method. Work stress as determined by a questionnaire is the dependent variable, whereas mental workload is the independent variable. We made sure the instrument was legitimate and reliable before we used it. There is a correlation between mental workload and job stress among public transportation drivers on route 103 in Medan City, as the test revealed a p-value of $0.039 < 0.05$, therefore rejecting H_0 . The correlation of 0.236 indicates low strength and positive direction: the higher the mental workload, the higher the work stress. Work stress in public transportation drivers on route 103 in Medan City: 63 people (81.8%) experienced high stress, 14 people (18.2%) low stress. Mental workload: 43 people (55.8%) high, 19 people (24.7%) rather high, 15 people (19.5%) very high. There is a positive relationship between mental workload and work stress with a low correlation. PT rahayu medan ceria is advised to develop a welfare program that focuses on mental health, and drivers are advised to take a 30-minute break for those who work more than 8 hours per day and maintain communication between drivers.

Keywords: Work Stress, Public Transportation Drivers, Mental Workload

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama : Siti Aldina Nurhasanah
Nim : 0801191166
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)
Tempat, Tanggal Lahir : Pematangsiantar, 25 Oktober 2001
Judul Skripsi : Hubungan Beban Kerja Mental Dengan Stres Kerja pada Pengemudi Angkot di PT Rahayu Medan Ceria Trayek 103 Kota Medan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi Ini Merupakan Hasil Karya Ilmiah Asli Saya, Yang Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh Gelar Strata 1 (S1) Di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
2. Mengikuti pedoman yang ditetapkan oleh Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Universitas Islam Negeri Sumatera Utara di Medan, semua sumber yang digunakan dalam karya ini disebutkan dengan benar.
3. Dengan ini saya menyatakan sanggup untuk menaati segala ketentuan yang ditetapkan oleh Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM) Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan apabila di kemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan sepenuhnya merupakan karya ilmiah asli melainkan merupakan hasil plagiat.

Medan, 12 Agustus 2024



Siti Aldina Nurhasanah

NIM. 0801191166

HALAMAN PERSETUJUAN

Telah Disetujui dan Disahkan Tugas Akhir dengan Judul

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI ANGKOT DI PT RAHAYU MEDAN CERIA TRAYEK 103 KOTA MEDAN

SITI ALDINA NURHASANAH

0801191166

Untuk memenuhi salah satu persyaratan sidang Munaqasyah

Medan, 12 Agustus 2024

Disetujui :

Dosen Pembimbing Umum



Fatma Indriani, M.Psi., Psikolog
NIP. 199009132020122014

Dosen Pembimbing Integasi



Dr. Abdul Karim Batubara, MA
NIP. 197001122005011008

Ketua Program Studi

Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM-UINSU



Rapotan Hasibuan, S.KM, M.Kes
NIP. 199006062019031016

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :

HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN STRES KERJA PADA PENGEMUDI ANGKOT DI PT RAHAYU MEDAN CERIA TRAYEK 103 KOTA MEDAN

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

SITI ALDINA NURHASANAH
NIM. 0801191166

Telah Diuji Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Skripsi
Pada Tanggal 6 Agustus 2024
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

TIM PENGUJI

Ketua Penguji



Syafran Arrazy, S.KM, M.K.M, Ph.D
NIP.199208282019031012

Penguji 1



Fatma Indriani, M.Psi., Psikolog
NIP. 199009132020122014

Penguji 2



Reni Agustina Harahap, SST, M.Kes
NIB. 1100800124

Penguji Integrasi



Dr. Abdul Karim Batu Bara, MA
NIP. 197001122005011008

Medan, 12 Agustus 2024

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara



RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Siti Aldina Nurhasanah
Tempat, Tanggal Lahir : Pematangsiantar, 25 Oktober 2001
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Kewarganegaraan : WNI
Alamat : Jl. Deah No.1 Kel. Bukit Sofa Pematangsiantar
Alamat E-Mail : sitialdina251001@gmail.com
No. Telepon : 0822-8323-1921

RIWAYAT PENDIDIKAN

2007-2013 : Perguruan Taman Siswa Pematangsiantar
2013-2016 : MTsN Pematangsiantar
2016-2019 : SMA Negeri 6 Pematangsiantar
2019-2024 : S1 Universitas Islam Negeri Sumatera Utara
(UINSU) Medan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Program Studi
Ilmu Kesehatan Masyarakat, Peminatan Keselamatan dan
Kesehatan Kerja (K3)

PENGALAMAN MAGANG

2024 : PT Perkebunan Nusantara IV Regional I

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kepada Allah ta'ala sehingga dapat mengambil judul "Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja pada Pengemudi Angkot di PT Rahayu Medan Ceria Rute 103 Kota Medan" yang telah diselesaikan penulis dengan penuh rasa syukur dan keberkahan Allah SWT. Shalawat serta salam tak lupa penulis haturkan kepada Rasulullah saw, yang menjadi suri tauladan bagi seluruh umat manusia.

Tujuannya dalam menyusun proposal ini adalah untuk memenuhi salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat dari Fakultas Kesehatan Masyarakat di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Kepada semua pihak yang telah membantu sehingga karya ini dapat terlaksana, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya:

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M. Ag selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono M.Pd selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, M.A, selaku Wakil Dekan I Bidang Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A, selaku Wakil Dekan II Bidang Keuangan dan Perlengkapan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.

5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H, selaku Wakil Dekan III Bidang Kemahasiswaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
7. Ibu Fitriani Pramita Gurning, S.K.M., M.Kes Selaku Sekretaris Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara.
8. Bapak Syafran Arrazy, S.KM, M.K.M, Ph.D selaku Dosen Ketua Penguji sepanjang sidang dengan mereka yang meluangkan waktu untuk menjelaskan pengembangan tesis dan menawarkan bimbingan dan umpan balik.
9. Ibu Fatma Indriani, M. Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang dengan sangat sabar dalam membimbing, telah meluangkan banyak waktu, memberikan arahan, saran, dan motivasi untuk menyelesaikan penulisan skripsi ini.
10. Bapak Dr. Abdul Karim Batubara, MA selaku Dosen Pembimbing Kajian Integrasi Keislaman yang telah menjadi sumber nasihat, komentar, dan rekomendasi yang sangat berharga tentang penyelidikan integrasi Islam dalam disertasi saya.
11. Ibu Reni Agustina Harahap, SST, M.Kes selaku Dosen Penguji kepada siapa penulis berutang budi kepada mereka ucapan terima kasih atas semua bantuan yang telah diberikan selama penulisan tesis ini.

12. Para Dosen dan Staff di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan telah menjadi sumber pendidikan, inspirasi, dan arahan sejak dimulainya kuliah.
13. Terkhusus untuk kedua orang tua penulis, Ayahanda Alm. Marahtiansyah dan Ibunda Sariani Siahaan S.Ag yang selama ini telah bersusah payah dan berjuang demi anaknya. Terimakasih atas segalanya, doa-doanya, dukungan, pengorbanan, waktu, cinta dan kasih sayang yang selama ini diberikan kepada penulis yang mana hal itu luar biasa bagi penulis dan membuat penulis lebih bersemangat dan lebih dekat dengan kesuksesan. Semoga Allah SWT memberikan keberkahan dan kesehatan.
14. Untuk anggota keluarga lainnya, Kakak dan Adik saya, Siti Almira Rahmah, Siti Naila Rahmi, dan Siti Nasyrah Hayati yang telah banyak memberikan masukan dan dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
15. Teruntuk sahabat-sahabat saya: Nurul Hidayah Tanjung, S.Psi, Desta Lenta Putri Natasya Marbun, S.P, Aseh Kumala Sari, SKM, Kharuzikria Ramadhani, SKM, Fadiyah Nurhasanah dan Dea Wulandari, yang telah menjadi keluarga kedua bagi saya, yang telah memberikan warna dalam setiap halaman kehidupan saya, terima kasih. terima kasih atas dukungan, motivasi, dan kesetiaannya selama proses mendapatkan gelar SKM.
16. Terakhir terima kasih untuk diri saya sendiri Siti Aldina Nurhasanah, Terima kasih untuk tidak menyerah, untuk terus melangkah meski jalan terasa begitu panjang dan berliku dan tidak pernah menyerah dalam

mengerjakan skripsi inidengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, Oleh karena itu, untuk menyempurnakan tesis ini, penulis mengharapkan masukan dan rekomendasi dari berbagai sumber. Semoga para pembaca tesis ini merasa terinformasi dan terbantu.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Medan, 27 Juli 2024



Siti Aldina Nurhasanah

08011911



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

DAFTAR ISI

ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iv
HALAMAN PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP PENULIS	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
16.1 Latar Belakang	1
16.2 Rumusan Masalah	6
16.3 Tujuan Penelitian	6
16.3.1 Tujuan Umum	6
16.3.2	T
ujuan Khusus	6
16.4 Manfaat Penelitian	7
16.4.1 Bagi Peneliti	7
16.4.2	B
agi Pengemudi	7
16.4.3	B
agi PT Rahayu Medan Ceria	7
16.4.4	B
agi Institusi Pendidikan Kesehatan Masyarakat	7
BAB II LANDASAN TEORITIS	8
2.1 Konsep Stres Kerja	8
2.1.1 Definisi Stres Kerja	8
2.1.2 Gejala Stres Kerja	9
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	10
2.1.4 Dampak Stres Kerja	11
2.2 Beban Kerja	12
2.2.1 Defenisi Beban Kerja	12
2.2.2 Jenis Beban Kerja	13
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	14
2.2.4 Dampak Beban Kerja Mental	15
2.2.5 Cara Pengukuran Beban Kerja Mental	16
2.3 Angkutan Umum	16
2.4 Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja	18
2.5 Kajian Integrasi Keislaman	19
2.5.1 Bekerja dalam Perspektif Islam	19
2.5.2 Konsep Beban Kerja dalam Perspektif Islam	20
2.5.3 Konsep Stres Kerja dalam Perspektif Islam	22
2.6 Kerangka Teori	26
2.7 Kerangka Konsep	27
2.8 Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis dan Desain Penelitian	28

3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
3.2.1 Lokasi Penelitian	28
3.2.2 Waktu Penelitian	28
3.3 Populasi dan Sampel	28
3.3.1 Populasi.....	28
3.3.2 Sampel	28
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel	30
3.4 Variabel Penelitian	30
3.5 Definisi Operasional.....	31
3.6 Aspek Pengukuran	32
3.7 Uji Validitas dan Reliabilitas	32
3.7.1 Uji Validitas	32
3.7.2 Uji Reliabilitas.....	33
3.8 Teknik Pengumpulan Data	34
3.8.1 Jenis Data	34
3.8.2 Alat atau Instrumen Penelitian	34
3.8.3 Prosedur Pengumpulan Data	38
3.9 Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	40
4.1 Hasil Penelitian	40
4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian	40
4.1.2 Karakteristik Responden.....	41
4.1.3 Analisis Univariat	42
4.1.4 Analisis Bivariat	44
4.2 Pembahasan	47
4.2.1 Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	58
5.1 Kesimpulan.....	58
5.2 Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA.....	60
LAMPIRAN	62

DAFTAR TABEL

Tabel 4.4 Total Hasil Stres Kerja pada Pengemudi Angkot 103	44
Tabel 4.5 Uji Normalitas	45
Tabel 4.6 Uji Linearitas.....	45
Tabel 4.7 Analisis Bivariat	46
Tabel 4.8 Korelasi.....	46



Gambar 2.1 Teori —occupational Stress Model	26
Teori Penyebab dan Konsekuensi Stres Quick (1984)	
dimodifikasi).....	26
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	27

