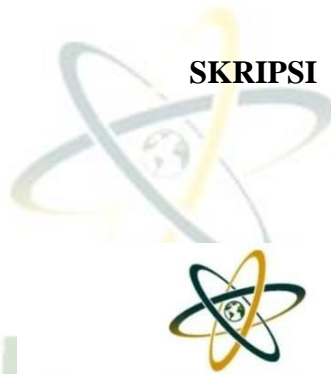


**PENGARUH BEBAN KERJA FISIK TERHADAP STRES  
KERJA PADA PEGAWAI DI PDAM LABUHAN BATU  
KOTA RANTAU PRAPAT**

**SKRIPSI**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN**

**OLEH :**

**AHMAD IREFANSYAH**

**NIM: 0801203150**

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

**PENGARUH BEBAN KERJA FISIK TERHADAP STRES  
KERJA PADA PEGAWAI DI PDAM LABUHAN BATU  
KOTA RANTAUPRAPAT**

**SKRIPSI**



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM)**

**OLEH :**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
AHMAD IRFANSYAH  
0801203150  
SUMATERA UTARA MEDAN**

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

# **PENGARUH BEBAN KERJA FISIK TERHADAP STRES KERJA PADA PEGAWAI DI PDAM LABUHAN BATU KOTA RANTAUPRAPAT**

**AHMAD IREANSYAH**

**0801203150**

## **ABSTRAK**

Beban kerja fisik dapat mempengaruhi stres kerja pegawai. Beban kerja dan stres yang terlalu tinggi dapat membuat karyawan merasa jenuh dan bosan. Timbulnya rasa jenuh dan bosan terhadap pekerjaan membuat penyelesaian tugas oleh karyawan menjadi semakin lama. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah mengetahui pengaruh beban kerja terhadap stres kerja karyawan di PDAM Tirta Bina Kota Rantauprapat. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Sampel sebanyak 102 orang. Analisis penelitian dilakukan secara deskriptif dan penggunaan uji korelasi *Pearson*. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat beban kerja pada pegawai PDAM Labuhan Batu pada umumnya beban kerja sangat ringan sebanyak 94 orang (92,16 %), sedangkan beban kerja ringan sebanyak 8 orang (7,84 %). Stres kerja pegawai PDAM Labuhan Batu dengan kategori sangat rendah sebanyak 12 orang (11,76 %), stres kerja sedang sebanyak 59 orang (57,84 %) dan stres kerja tinggi sebanyak 25 orang (24,51 %) stres kerja sangat tinggi sebanyak 6 orang (5,88 %). Hasil uji korelasi Person diperoleh koefisien r sebesar 0,363 dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , artinya beban kerja berkorelasi positif dan signifikan terhadap stres kerja. Disarankan kepada pegawai dapat menggunakan waktu secara efektif mungkin untuk menyelesaikan tugas yang dibebankan, agar tidak menumpuk yang dapat terhindar dari stres kerja. Perusahaan disarankan melakukan kegiatan yang dapat mengurangi atau mencegah stres kerja. Bagi peneliti selanjutnya disarankan melakukan penelitian lain dengan variabel yang berbeda yang dapat mempengaruhi stres kerja pegawai.

**Kata Kunci :** Beban kerja, stres kerja

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

**THE EFFECT OF PHYSICAL WORKLOAD ON JOB STRESS IN  
EMPLOYEES AT PDAM LABUHAN BATU, RANTAUPRAPAT CITY**

**AHMAD IREANSYAH**

**0801203150**

**ABSTRACT**

*Physical workload can influence employees work stress. Excessive workload and stress make employees feel fed up and bored. The emergence of a feeling of boredom makes completing tasks take longer. The aim of this research to determine the level of physical workload of employees at PDAM Tirta Bina Kota Rantauprapat, to determine the level of stress of employees at PDAM Tirta Bina Kota Rantauprapat and to determine the effect of workload on work stress for employees at PDAM Tirta Bina Kota Rantauprapat. This type of research is quantitative research. The sample used in this study was the entire population of 112 people by dividing the population into two proportions, so that each proportion had the same sample size, the sample in this study was only 102 people. Research sampling was carried out using probability sampling. Data collection was carried out on workload using oximeter equipment, while work stress was carried out using questionnaires. Data analysis uses correlation Rank Spearman's. The conclusion of this research is that the workload level for PDAM Labuhan Batu employees is at a light workload level. The level of work stress for PDAM Labuhan Batu employees is at a moderate level of work stress. There is a positive correlation between workload and work stress, meaning that if the workload is high then work stress is also high. Likewise, if the workload is low, work stress for employees will also be low. It is recommended that employees use their time effectively to complete assigned tasks so that they do not pile up and can be completed on time and avoid work stress. Companies are advised to carry out activities that can refresh both the body and soul to reduce work stress. For further researchers, it is recommended to conduct research that can influence work stress.*

**Keywords:** *Workload, work stress*

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Ahmad Irfansyah  
NIM : 0801203150  
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat  
Tempat/Tanggal Lahir : Rantauprapat, 24 Maret 2002  
Judul Skripsi : Pengaruh Beban Kerja Fisik Terhadap Stres Kerja  
Pada Pegawai Di PDAM labuhan Batu Kota  
Rantauprapat.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah hasil karya saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar Strata 1 di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang digunakan dalam penelitian ini telah saya mencantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika pada kemudian hari ditemukan hasil karya saya merupakan hasil plagiat dari karya orang lain , maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.

Medan, 25 Juli 2024



**Ahmad Irfansyah**  
0801203150

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : AHMAD IRFANSYAH  
NIM : 0801203150

**PENGARUH BEBAN KERJA FISIK TERHADAP STRES KERJA PADA PENGAWAI  
DI PDAM LABUHAN BATU KOTA RANTAUPRAPAT**

Dinyatakan bahwa skripsi dari penelitian ini telah disetujui, diperiksa dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UINSU Medan)

Disetujui,  
Dosen Pembimbing



**Zata Ismah, SKM, M.K.M**  
NIP.19930118 201801 2 001

Medan, 09 Agustus 2024

Dosen Pembimbing Integrasi



**Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A**  
NIP. 19701024 199603 2 002

Mengetahui,  
Ketua Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM  
UINSU



**Rapotan Hasibuan, S.K.M., M.Kes**  
NIP. 199006062019031016



**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi dengan Judul:

**PENGARUH BEBAN KERJA FISIK TERHADAP STRES KERJA PADA PENGAWAI  
DI PDAM LABUHAN BATU KOTA RANTAUPRAPAT**

Yang Disiapkan dan Dipertahankan Oleh:

**AHMAD IRFANSYAH**

**0801203150**

**Telah Diuji dan Dipertahankan**

**Dihadapan Tim Penguji Skripsi**

**Pada Tanggal 25 Juli 2024**

**Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima**

**TIM PENGUJI**

**Ketua Penguji**



**Wasiyem, S.Pd, M.Si**

**NIP. 1968072171997032001**

**Penguji I**



**Zata Ismah, S.K.M.M.K.M**  
**NIP. 199301182018012001**

**Penguji II**



**Syafran Arruz, SKM, MKM, Ph.D**  
**NIP. 199208282019031012**

**Penguji Integrasi**



**Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A**  
**NIP. 197010241996032002**

Medan, 25 Juli 2024

Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

**Dekan FKMUINSU**



**Prof. Dr. Mesiono, S.Ag., M.Pd**  
**NIP. 197107272007011031**

**DAFTAR RIWAYAT HIDUP**  
*(Currivulum Votae)*

**DATA PRIBADI**

Nama : Ahmad Irfansyah  
Tempat/ Tanggal Lahir : Rantauprapat, 24 Maret 2002  
Jenis Kelamin : Laki – Laki  
Status : Mahasiswa  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Alamat : Rantauprapat, Perdamean Sigambal Kecamatan  
Rantau Selatan Kabupaten Labuhanbatu  
Contact Person : 081375027743  
Email : [ahmadirvansyah02@gmail.com](mailto:ahmadirvansyah02@gmail.com)

**DATA PENDIDIKAN FORMAL**

SD : SD Negeri 09 Rantau Selatan  
SMP : SMP Negeri 2 Rantau Selatan  
SMA : SMA Negeri 1 Rantau Selatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU)  
Medan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Program  
Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Peminatan  
Keselamatan Kesehatan Kerja (K3)



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas berkat, rahmat, nikmat, dan karuniaNya penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul "Beban Kerja Fisik terhadap Stres Kerja pada Pegawai di PDAM Labuhan Batu Kota Rantauprapat". Guna memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan bantuan dan dukungan dari beberapa pihak, sehingga dikesempatan ini penulis dengan rendah hati mengucapkan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada pihak-pihak tersebut yaitu kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Nurhayati, M.Ag. selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
2. Bapak Prof. Dr. Mesiono, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
3. Bapak Dr. Hasrat Efendi Samosir, M.A selaku Wakil Dekan Bidang Akademik dan Kelembagaan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan
4. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A selaku Dekan Bidang Keuangan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
5. Bapak Dr. Irwansyah, M.H selaku Wakil Dekan Fakultas Bidang Kemahasiswaan dan Kerja sama Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.
6. Bapak Rapotan Hasibuan, SKM, M.Kes, selaku Kepala Program Studi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan.

7. Ibu Zata Ismah, S.K.M., M.K.M selaku Dosen Pembimbing Skripsi, yang dengan sangat baik dalam membimbing, meluangkan waktu, memberi masukan dan dorongan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Ibu Wasiyem, S.Pd., M.Si sebagai Ketua Penguji yang memberikan saran dan masukan pada skripsi ini.
9. Ibu Zata Ismah, S.K.M., M.K.M sebagai Penguji I yang telah memberikan saran dan masukan pada skripsi ini.
10. Bapak Syafran Arrazy, S.K.M, M.K.M. Ph.D. sebagai Penguji II yang telah memberikan masukan pada skripsi ini.
11. Ibu Dr. Asnil Aidah Ritonga, M.A. sebagai Penguji integrasi yang telah memberikan masukan pada skripsi ini.
12. Kepala PDAM Tirta Bina Rantauprapat yang telah memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian, serta para pegawai yang telah ikut serta sebagai sampel dari penelitian ini.
13. Kepada orang tua saya ayahanda dan ibunda yang telah mengajari dan mendidik penulis dengan penuh kesabaran, serta memberikan rasa cinta kasih sayang yang sangat besar dan pengorbanan yang sangat besar dalam membesarkan penulis.
14. Terima kasih kuucapkan kepada teman-teman di FKM UINSU yang tidak dapat disebutkan satu persatu, atas segala dukungan dan motivasi yang telah diberikan, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini hingga selesai.
15. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada pihak lainnya yang ikut membantu penulis dalam penulisan skripsi ini.

Penulis sadar bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran dari pembaca, sehingga dapat membuat skripsi ini menjadi semakin baik dan penulis berharap skripsi ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi orang yang membacanya.

Medan, 25 Juli 2024



Ahmad Irfansyah  
0801203150



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

## DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	iv
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	vi
RIWAYAT HIDUP .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB 1. PENDAHULUAN .....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	6
1.3. Tujuan Penelitian .....	6
1.4. Manfaat Penelitian .....	7
BAB 2. LANDASAN TEORITIS .....	8
2.1. Beban Kerja .....	8
2.1.1. Defenisi Beban Kerja .....	8
2.1.2. Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja .....	16
2.1.3. Pengaruh Beban Kerja.....	18
2.1.4. Indikator Beban Kerja .....	18
2.1.5. Cara Mengukur Beban Kerja Fisik .....	19
2.2. Stres Kerja .....	22
2.2.1. Pengertian Stres Kerja .....	22
2.2.2. Cara Mengukur Stres Kerja .....	25
2.3. Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja .....	27
2.4. Kajian Integrasi Keislaman .....	27
2.4.1. Permuatan Beban Kerja Dalam Al-Qur'an.....	27
2.4.2. Permuatan Stress Dalam Al-Qur'an .....	30
2.5. Kerangka Konsep Penelitian .....	36
2.6. Hipotesis Penelitian .....	36

BAB 3. METODE PENELITIAN .....	38
3.1. Jenis dan Disain Penelitian.....	38
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	38
3.3. Populasi dan Sampel .....	38
3.4. Variabel Penelitian .....	39
3.5. Defenisi Operasional.....	39
3.6. Aspek Pengukuran .....	40
3.7. Teknik Pengumpulan Data .....	42
3.8. Analisis Data .....	42
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN .....	44
4.1. Hasil Penelitian .....	44
4.1.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	44
4.1.2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	46
4.1.3. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur .....	46
4.1.4. Gambaran Beban Kerja Pegawai .....	47
4.1.5. Gambaran Stres Kerja Pegawai .....	47
4.1.6. Uji Validitas dan Reliabilitas Data .....	48
4.1.7. Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja Pegawai .....	50
4.2. Pembahasan Penelitian.....	51
4.2.1. Karakteristik Pegawai PDAM Labuhan Batu .....	51
4.2.2. Stres Kerja Pegawai .....	54
4.2.3. Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja .....	55
4.2.4. Integrasi Keislaman Permuatan Beban Kerja dan Stress Pada Manusia .....	56
4.2.4.1. Permuatan Beban Kerja Laki-Laki dan Perempuan .....	56
4.2.4.2. Kecemasan Dalam Dunia Kerja Dengan Makna <i>Halu'</i> .....	58
4.2.4.3. Timbulnya Rasa Sedih Ketika Menghadapi Permasalahan Dunia Kerja Dalam Makna <i>Huzn</i> .....	60

4.2.4.4. Pemaknaan Rasa Takut Akan Kehilangan dan Tantangan Dunia Kerja Melalui Makna <i>Khauf</i> .....	61
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN .....	65
5.1. Kesimpulan .....	65
5.2. Saran .....	65
DAFTAR PUSTAKA .....	67





## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi beban kerja berdasarkan %CVL.....	21
Tabel 3.1.	Operasionalisasi Variabel .....	40
Tabel 3.2.	Klasifikasi Beban Kerja Berdasarkan Persentase CVL.....	41
Tabel 3.3.	Klasifikasi Stres Kerja .....	42
Tabel 3.4.	Uji Validitas .....	43
Tabel 4.1.	Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	46
Tabel 4.2.	Jumlah Responden Berdasarkan Umur Pegawai .....	46
Tabel 4.3.	Jumlah Responden Berdasarkan Umur Pegawai .....	47
Tabel 4.4.	Jumlah Responden Berdasarkan Umur Pegawai .....	48
Tabel 4.5.	Distribusi Jawaban Responden terhadap Pertanyaan Variabel Stres Kerja Pegawai PDAM Labuhan Batu .....	49
Tabel 4.6.	Hasil Uji Normalitas Data dengan <i>Kolmogorov Smirnov Test</i> .	50
Tabel 4.7.	Hasil Uji Korelasi <i>Pearson</i> Kepuasan Petani dengan Produktivitas Padi Sawah .....	51



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN

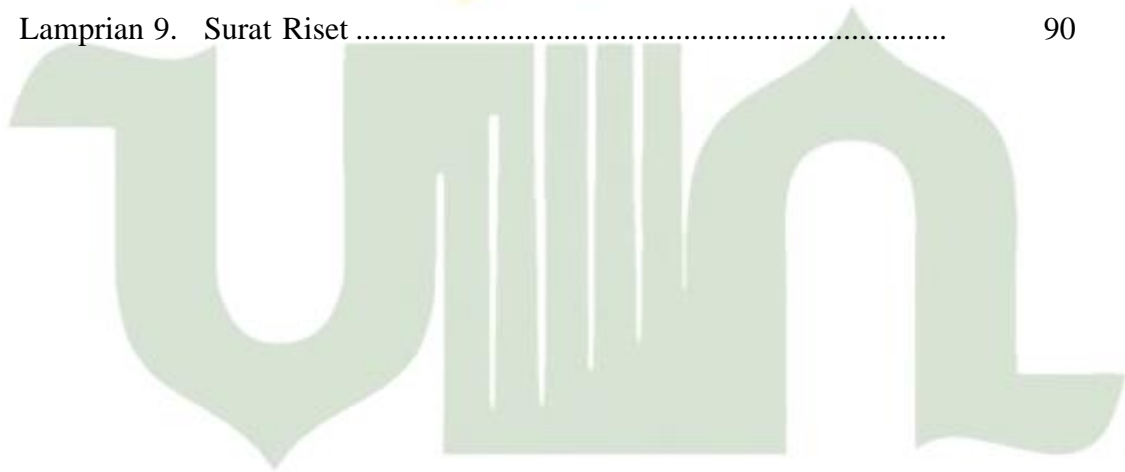
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	36
Gambar 2.2. Kerangka Konsep .....	36
Gambar 4.1. Hubungan Beban kerja dengan Beban Kerja .....	52



## DAFTAR GAMBAR

Lampiran 1. Kuesioner .....	71
Lampiran 2. Denyut Nadi Kerja, Istirahat dan Maksimum Karyawan PDAM Labuhan Batu Kota Rantauprapat .....	76
Lampiran 3. Jawaban Responden terhadap Variabel Stres Kerja Karyawan .....	78
Lampiran 4. Uji Validitas dan Reliabilitas Variabel Stres Kerja Karyawan .....	82
Lampiran 5. Uji Deskriptif Beban Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan .	83
Lampiran 6. Uji Normalitas .....	84
Lampiran 7. Uji Korelasi Beban Kerja dengan Stres Kerja Karyawan .....	85
Lampiran 8. Foto Dokumentasi .....	86
Lampiran 9. Surat Riset .....	90



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUMATERA UTARA MEDAN