

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI BEBAN KERJA DENGAN STRESS KERJA PADA AIR TRAFFIC CONTROLLER DI PERUM LPPNPI AIRNAV INDONESIA CABANG MADYA SURABAYA

Meitty Diah Puspitasari, Erin Ratna Kustanti

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,

Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia, 50275

meypuspitaa@gmail.com

Abstrak

Persepsi Beban Kerja diartikan sebagai penilaian secara kognitif dan afektif mengenai kegiatan atau tuntutan tugas yang membutuhkan aktivitas mental, aktifitas fisik dan waktu, sedangkan stress kerja adalah suatu tekanan akibat adanya ketidakseimbangan atau ketidaksesuaian antara beban kerja yang diterima dengan kemampuan individu, sehingga mengakibatkan adanya gangguan pada kondisi emosi, fisik dan psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan persepsi beban kerja dengan stress kerja pada *Air Traffic Controller*. Populasi pada penelitian ini adalah *Air Traffic Controller* di Perum LPPNPI AirNav Indonesia Cabang Madya Surabaya. Sampel penelitian berjumlah 76 orang dengan teknik pengambilan sample *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan Skala Persepsi Beban Kerja (14 aitem, $\alpha = 0,926$) dan Skala Stres Kerja (23 aitem, $\alpha = 0,959$). Hasil uji korelasi *Pearson* menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara persepsi beban kerja dengan stress kerja ($r = 0,893$; $p < 0,001$). Semakin negatif persepsi beban kerja, maka semakin tinggi stress kerja, dan sebaliknya.

Kata kunci : persepsi beban kerja, stres kerja, *Air Traffic Controller*

ABSTRACT

Workload Perception is defined as a cognitive and affective assessment of activities or task demands that require mental activity, physical activity and time, while work stress is a pressure due to an imbalance or mismatch between the workload received with the ability of the individual, resulting in a disturbance in emotional, physical and psychological conditions. This study aims to determine the relation of workload perception with work stress on Air Traffic Controller. The population in this research is Air Traffic Controller in Perum LPPNPI AirNav Indonesia Surabaya Branch. The sample of research is 76 people with sampling technique purposive sampling. Data collection using Working Perception Scale (14 aitem, $\alpha = 0,926$) and Work Stress Scale (23 items, $\alpha = 0,959$). Pearson correlation test results showed a significant positive correlation between the perception of workload with work stress ($r = 0.893$, $p > 0.001$). The more negative the perception of workload, the higher the work stress, and vice versa.

Keyword : *workload perception, work stress, Air Traffic Controller*

PENDAHULUAN

Satu profesi yang tidak dapat dipisahkan dengan dunia penerbangan adalah *Air Traffic Controller* (ATC) atau Pemandu Lalu Lintas Udara. ATC adalah profesi yang memberikan layanan pengaturan lalu lintas di udara, terutama pesawat udara untuk mencegah antarpesawat terlalu dekat satu sama lain, mencegah tabrakan antarpesawat udara dan rintangan-rintangan yang ada di sekitar pesawat sekitarnya selama beroperasi. ATC merupakan salah satu pekerjaan yang memiliki tuntutan kerja tinggi, dan umumnya dikenal sebagai pekerjaan yang memiliki tingkat kejenuhan yang tinggi, tekanan yang berat karena tiap harinya harus bertanggung jawab terhadap pemanduan dan pengawasan ratusan bahkan ribuan pesawat yang mengangkut ribuan hingga jutaan orang (Widodo, 2015). Tanggung jawab utama yang dimiliki oleh seorang ATC adalah menjamin keselamatan pesawat beserta seluruh awak dan penumpang pesawat. Banyaknya tuntutan pekerjaan, membuat seorang ATC harus mampu untuk menyesuaikan diri, jika hal tersebut tidak berhasil dilakukan maka akan menimbulkan ketidakseimbangan yang merupakan salah satu penyebab timbulnya stress kerja. Apabila individu kurang mampu untuk mengadaptasikan dirinya dengan tuntutan-tuntutan atau masalah – masalah yang muncul, maka individu tersebut akan cenderung mengalami stress. Stress kerja dapat menimbulkan berbagai konsekuensi pada individu yang bekerja, baik secara fisiologis, psikologis, maupun perilaku (Robbins, 2008). Dalam bekerja potensi untuk mengalami stres cukup tinggi, antara lain dapat disebabkan oleh ketegangan dalam berinteraksi dengan atasan, pekerjaan yang menuntut konsentrasi tinggi, beban kerja yang tidak sesuai dengan kemampuan, kondisi kerja yang tidak mendukung, persaingan yang berat dan tidak sehat, dan lain-sebagainya (Harrisma dan Witjaksono, 2013).

ATC diharuskan mempunyai kecepatan dan ketepatan untuk mengolah informasi yang diperoleh dalam membuat keputusan yang tepat agar tidak terjadi kecelakaan (Budiman, 2013). Beban kerja yang terlalu berlebihan atau terlalu sedikit dapat menimbulkan gangguan atau penyakit akibat bekerja. Beban kerja yang berlebihan dapat menimbulkan kelelahan baik fisik maupun mental dan reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala, gangguan pencernaan dan mudah marah. Sedangkan beban kerja yang terlalu sedikit dimana pekerjaan yang terjadi karena pengulangan gerak akan menimbulkan kebosanan (Dewi, 2013). Robbins (2007) menyatakan bahwa positif negatifnya beban kerja merupakan masalah persepsi. Persepsi di definisikan sebagai suatu proses dimana individu mengorganisasikan dan menafsirkan kesan indera agar memberi makna keada lingkungan. Menurut Dewi (2013) persepsi terhadap beban kerja merupakan penilaian individu mengenai sejumlah tuntutan tugas atau kegiatan yang membutuhkan aktivitas mental misalnya untuk mengingat hal-hal yang diperlukan, konsentrasi, mendeteksi permasalahan, mengatasi kejadian yang tak terduga dan membuat keputusan dengan cepat yang berkaitan dengan pekerjaan dan kekuatan fisik yang harus diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Setiap pekerja dapat merasakan beban kerja yang berbeda-beda, hal ini berkaitan dengan adanya perbedaan pemahaman, penghayatan, pengalaman serta kemampuan tiap individu terhadap pekerjaannya.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan persepsi beban kerja dengan stress kerja pada *Air Traffic Controller* (ATC) di Perum LPPNPI Airnav Cabang Madya Surabaya. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara persepsi beban kerja dengan stress kerja. Semakin tinggi persepsi beban kerja seorang ATC, maka semakin tinggi pula kemungkinan mengalami stress kerja. Semakin rendah persepsi beban kerja seorang ATC, maka semakin rendah pula kemungkinan stress kerja pada ATC.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Populasi pada penelitian ini berjumlah 95 ATC. Subjek yang digunakan sebanyak 76 ATC dengan karakteristik sudah bekerja sebagai ATC selama minimal satu tahun. Alat ukur yang digunakan adalah skala persepsi beban kerja dan skala stress kerja yang masing-masing terdiri dari 36 aitem. Model skala yang digunakan adalah model skala *Likert* yang terdiri atas lima kategori jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), jarang (J), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi sederhana. Analisis regresi bertujuan untuk mengetahui kekuatan hubungan atau koefisien korelasi, menemukan sumbangan efektif prediktor atau koefisien determinasi, menguji signifikansi hubungan, mengetahui arah hubungan antara variabel bebas (persepsi beban kerja) dengan variabel terikat (stress kerja) dan mencari persamaan regresi (Ghozali, 2013).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel
Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Rata-rata	Simpangan Baku	Kolmogorov Smirnov
Persepsi beban kerja	46,87	9,049	0,149
Stress kerja	76,61	13,48	0,167

Hasil uji normalitas menunjukkan skor *Kolmogorov Smirnov* variabel persepsi beban kerja adalah 0,1491, dan nilai variabel stress kerja adalah 0,167

Tabel
Hasil Uji Linieritas

Nilai F	Signifikansi	Probabilitas
444,685	0,000	< 0,05

Uji linieritas hubungan antara variabel persepsi beban kerja dengan stress kerja menghasilkan $F_{lin} = 444,685$ dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terbukti ada hubungan linier antara persepsi beban kerja dengan stress kerja. Dengan demikian analisis data dapat diteruskan dengan uji hipotesis melalui teknik analisis regresi.

Tabel
Hasil Uji Korelasi Antara Persepsi Beban Kerja dengan Stress Kerja

Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)	Kesimpulan
0,893	0,000	Ada hubungan signifikan

Uji korelasi antara persepsi beban kerja dengan stress kerja menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,893 dengan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi beban kerja dan stress kerja dan koefisien korelasi positif maka terdapat hubungan positif. Hal tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan adanya hubungan antara persepsi beban kerja dengan stress kerja pada *Air Traffic Controller* di Perum LPPNPI Airnav Indonesia Cabang Madya Surabaya diterima.

Tabel
Gambaran Umum Hasil Skor Variabel-Variabel Penelitian

Statistik	Persepsi Beban Kerja		Stres Kerja	
	Hipotetik	Empirik	Hipotetik	Empirik
Skor Minimal	17	42	23	57
Skor Maksimal	85	73	115	95
Mean	51	56,88	69	76,61
Standar Deviasi	17	9,49	23	13,48

Tabel
Kategorisasi dan Distribusi Subjek Variabel
Persepsi Beban kerja

Sangat Rendah (< 42)	Rendah (42-56)	Tinggi (56-71)	Sangat Tinggi (> 71)
N=1	N=34	N=38	N=2
1,31%	44,74	50%	2,63%

Berdasarkan kategorisasi persepsi beban kerja, subjek penelitian berada dalam kategori sangat rendah, rendah, tinggi dan sangat tinggi. Sebagian besar masuk kategori tinggi sebanyak 38 subjek (50%), disusul persepsi beban kerja kategori rendah sebanyak 34 subjek (44,71%), persepsi beban kerja kategori rendah sebanyak 1 subjek (1,31%), dan persepsi beban kerja dengan kategori sangat tinggi sebanyak 2 subjek (2,63%). Jadi rata-rata persepsi beban kerja pada ATC di Perum LPPNPI Airnav Indonesia Cabang Pratama Semarang adalah berimbang antara kondisi tinggi dan rendah.

Tabel 18
Kategorisasi dan Distribusi Subjek Variabel Stres Kerja

Sangat Rendah (<56)	Rendah (56-76)	Tinggi (76-96)	Sangat Tinggi (96-117)
n=0	n=37	n=39	n=0
0%	48,68%	51,31%	0%

Berdasarkan kategorisasi stress kerja, subjek penelitian berada dalam kategori rendah dan tinggi. Sebagian besar masuk kategori tinggi sebanyak 39 subjek (51,31%), disusul dengan stress kerja kategori rendah sebanyak 37 subjek (48,68%). Jadi rata-rata stress kerja pada ATC di Perum LPPNPI Airnav Indonesia Cabang Pratama Semarang adalah berimbang antara kondisi tinggi dan rendah.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan positif yang signifikan antara persepsi beban kerja dengan stress kerja pada ATC di Perum LPPNPI Airnav Indonesia Cabang Madya Surabaya ($p = 0,000$; $p < 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi persepsi beban kerja yang dimiliki maka semakin tinggi stress kerja pada Air Traffic Controller di Perum LPPNPI Airnav Indonesia Cabang Madya Surabaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiman, J., Sugih A., Anizar. (2013). Analisis beban kerja operator air traffic control bandara Xyz dengan menggunakan metode nasa-tlx. *Jurnal Tenik*. Vol III, No. 3. Universitas Sumatera Utara
- Dewi, I. A. (2013). Hubungan antara persepsi terhadap beban kerja dengan komitmen organisasi karyawan divisi pelaksana produksi pt. Solo kawistara garmindo. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
- Harrisma, O. W. dan Witjaksono. Pengaruh stress kerja terhadap produktivitas kerja melalui kepuasan kerja. *Jurnal Psikologi*. Volume 1 No 2.
- Robbins, S. P. (2007). *Perilaku organisasi*. Edisi Kesepuluh. Jakarta: PT. Indeks, Kelompok Gramedia.
- Widodo, S. E, dkk. (2015). Tingkat stress petugas pemandu lalu lintas penerbangan. *Jurnal Manajemen Bisnis Transportasi Dan Logistik*, Vol.2 No 1 September 2015.

