

PENGARUH STRES KERJA TERHADAP KEJADIAN NYERI KEPALA PADA PEKERJA *GROUND HANDLING* (STUDI KASUS DI BANDARA AHMAD YANI SEMARANG)

Syifa Sabilla Jatmiputri¹, Maria Belladonna², Farmaditya Eka P.³

¹Mahasiswa Program Studi S-1 Ilmu Kedokteran Umum, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

² Staf Pengajar Ilmu Neurologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro

³ Staf Pengajar Ilmu Histologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro
JL. Prof. H. Soedarto, SH., Tembalang-Semarang 50275, Telp. 02476928010

ABSTRAK

Latar belakang: Nyeri kepala merupakan suatu keluhan umum yang sering dialami pada pekerja lapangan seperti pekerja *ground handling* serta dapat menurunkan produktifitas kerja. Faktor pemicu terjadinya nyeri kepala salah satunya adalah stres kerja. Kondisi lingkungan kerja yang kurang baik dapat memicu terjadinya stres kerja seperti temperatur, penerangan, polusi udara, kebisingan, kebersihan tempat kerja, dan perlengkapan kerja. Stres kerja di duga dapat menyebabkan timbulnya berbagai penyakit baik secara fisik maupun mental seperti nyeri kepala.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap kejadian nyeri kepala pada pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang.

Metode: Penelitian *observational* dengan desain belah lintang untuk mengetahui pengaruh stres kerja terhadap kejadian nyeri kepala pekerja *ground handling*. Subjek penelitian ini merupakan pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang dengan metode *consecutive sampling*. Data yang digunakan merupakan data dari hasil wawancara untuk mengetahui nyeri kepala dan pengisian kuesioner COPSOQ (*Copenhagen Psychosocial Questionnaire*) II untuk mengetahui stres kerja. Uji statistik untuk mengetahui suatu hubungan antara stres kerja dengan nyeri kepala menggunakan uji *chi square*.

Hasil: Sebanyak 50 subjek penelitian dianalisis dengan uji *Fisher*. Terdapat hubungan antara stres kerja dengan kejadian nyeri kepala ($p= 0,002$). Tidak terdapat hubungan antara usia, masa kerja dan penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) dengan nyeri kepala, diperoleh nilai $p = 1,000$, $p = 0,073$ dan $p = 0,419$.

Simpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara stres kerja terhadap kejadian nyeri kepala. Faktor – faktor lain seperti usia, masa kerja dan penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan nyeri kepala.

Kata kunci: stres kerja, nyeri kepala, COPSOQ

ABSTRACT

THE EFFECT WORK STRESS FOR HEADACHE'S INCIDENT ON GROUND HANDLING WORKERS (CASE STUDY IN AHMAD YANI AIRPORT SEMARANG)

Background : Headache is a common complaint that often experienced on field workers such as ground handling workers and can reduce work productivity. The trigger factors of headache one of them is work stress. Bad working environment can lead to work stress such as temperature, light, air pollution, noise, cleanliness of the workplace and work equipment. Work stress was suspected can cause a variety of diseases physically and mentally like headache.

Aim : This research aims to determine the effect of work stress on the incidence of headache in ground handling workers at Ahmad Yani Airport in Semarang.

Method: The study was observational with cross sectional design to determine the effect of work stress on the incidence of headache ground handling workers. This research subject is the ground handling workers at Ahmad Yani Airport in Semarang with consecutive sampling method. The data used is the data from interviews to determine headache and questionnaires COPSOQ (Copenhagen Psychosocial Questionnaire) II to determine work stress. The statistical test to determine a relationship between work stress with headache using bivariate test.

Result: 50 research subjects are analyzed with Fisher's exact test. There is a relation between work stress and incidence of headache ($p = 0.002$). There is not relation between age, work period and use of Personal Protection Equipment (PPE) with headache, obtained value $p = 1.000$, $p = 0.073$ and $p = 0.419$.

Conclusion: There is a significant relationship between work stress on the incidence of headache. Another factors such as age has a meaningful relationship, meanwhile work periode, and use of Personal Protection Equipment (PPE) does not have a meaningful relationship with a headache.

Keywords : work stress, headache, COPSOQ

PENDAHULUAN

Nyeri kepala adalah rasa tidak nyaman sekaligus rasa sakit yang terjadi pada seluruh kepala (Goadsby, 2002).¹ Nyeri kepala merupakan keluhan umum yang membuat 25% pasien melakukan rawat jalan ke dokter ahli saraf, namun, sering kurang terdiagnostik dan terobati. Nyeri kepala primer, meskipun lebih umum atau sering terjadi namun tidak mengancam jiwa. Nyeri kepala sekunder lebih mengkhawatirkan karena dapat menyebabkan komplikasi serius. Lebih dari 90% tipe nyeri kepala yang terlihat dalam perawatan adalah nyeri kepala primer, dan kurang dari 10% adalah nyeri kepala sekunder.²

Setiap pekerja dapat mengalami stres dalam menjalankan pekerjaannya. Kelelahan fisik, emosional dan mental di lingkungan kerja dapat dialami pekerja yang mengalami stres. Kejadian atau peristiwa yang terjadi baik dari dalam maupun di luar tempat kerja dapat memicu terjadinya stres kerja pada setiap pekerja. Mangkunegara (2005) menyatakan bahwa stres kerja adalah perasaan yang menekan yang dialami oleh pekerja dalam menghadapi pekerjaannya.⁴ Menurut Leka, Griffiths & Cox (2003) stres kerja dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis pekerjaan, beban pekerjaan, jadwal pekerjaan, struktur organisasi, hubungan interpersonal di lingkungan kerja, pengembangan karir, hubungan pekerjaan-rumah dan kondisi pekerjaan. Selain itu menurut NIOSH (*National Institute for Occupational Safety and Health*), karakteristik individu dan kondisi kerja adalah penyebab utama stres kerja.⁵

Penjelasan di atas menunjukkan bahwa kondisi kerja merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap stres kerja. Kondisi kerja adalah suatu lingkungan di sekitar para pekerja yang mempengaruhi individu dalam menjalankan tugas, seperti kelembaban, temperatur, penerangan, polusi, udara, ventilasi, kegaduhan, kebisingan, kebersihan tempat kerja, dan memadai tidaknya alat dan perlengkapan kerja (Nitisemito, 2000). Menurut H.L Blum yang dikutip dari Notoadmodjo (2007) faktor lingkungan merupakan penentu utama status kesehatan.^{6,7}

Ground handling berdasarkan Peraturan Menteri Perhubungan no. 56 tahun 2015 merupakan pelayanan teknis penanganan pesawat udara di darat. *Ground handling* adalah suatu aktivitas perusahaan penerbangan yang berkaitan dengan penanganan atau pelayanan terhadap para penumpang berikut bagasinya, kargo, pos, peralatan pembantu pergerakan pesawat di darat dan pesawat terbang itu sendiri selama berada di bandara, untuk keberangkatan (*departure*) maupun untuk kedatangan atau ketibaan (*arrival*). Potensi terjadinya kecelakaan serta menimbulkan Penyakit Akibat Kerja (PAK) pada pekerja dapat ditemukan pada aktivitas *ground handling* hal ini disebabkan dari segi lingkungan kerja.⁷

Dalam berbagai penelitian yang sudah ada, stres kerja baru dikaitkan dengan penyakit kardiovaskular seperti *coronary heart disease*, *ischemic heart disease* serta dikaitkan dengan penyakit mental atau depresi. Tetapi belum ada penelitian mengenai kejadian nyeri kepala, dengan subjek penelitian pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *cross sectional* dengan mencari pengaruh stres kerja terhadap kejadian nyeri kepala berdasarkan *The International Classification of Headache Disorders 3rd edition* (ICHD – III). Penelitian ini menggunakan subjek yaitu pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang. Kriteria inklusi penelitian ini adalah pekerja *ground handling*, telah bekerja ≥ 1 bulan, bersedia diikuti dalam penelitian. Kriteria eksklusi penelitian ini adalah subjek sedang sakit atau tidak datang saat penelitian.

Sampel dipilih dengan cara *consecutive sampling* yaitu semua pekerja *ground handling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi diikutsertakan dalam penelitian hingga jumlah minimal sampel terpenuhi. Berdasarkan rumus besar sampel didapatkan minimal 43 sampel, dalam penelitian menggunakan 50 sampel.

Variabel bebas penelitian ini adalah stres kerja. Variabel terikat penelitian ini adalah kejadian nyeri kepala. Variabel pengganggu penelitian ini adalah usia, masa kerja, dan penggunaan Alat Pelindung Diri (APD).

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancangan penelitian *cross sectional* tentang pengaruh stres kerja terhadap kejadian nyeri kepala pada pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang.

HASIL

Karakteristik Subyek Penelitian

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Responden

| No | Usia | Frekuensi (Orang) | Prosentase |
|----|------------|-------------------|------------|
| 1. | ≥ 40 tahun | 6 | 12 |
| 2. | < 40 tahun | 44 | 88 |

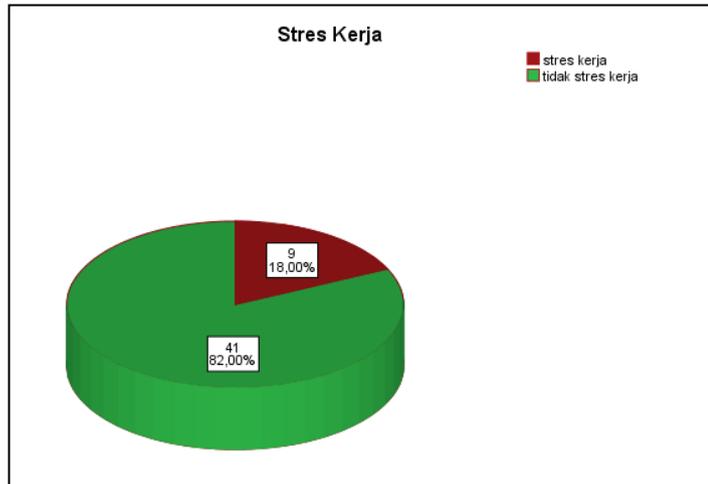
Karakteristik subjek penelitian berdasarkan distribusi usia dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu ≥ 40 tahun dan < 40 tahun. Mayoritas subjek penelitian memiliki usia < 40 tahun yaitu sebanyak 44 responden dengan prosentase 88%. Sebaliknya, usia ≥ 40 tahun menjadi kelompok minoritas, yaitu hanya 6 responden, dengan prosentase 12%.

Tabel 2. Karakteristik Responden berdasarkan Masa Kerja dan Penggunaan APD

| Variabel | Frekuensi | % |
|-----------------------|-----------|----|
| Masa Kerja | | |
| ≥ 5 tahun | 15 | 30 |
| < 5 tahun | 35 | 70 |
| Penggunaan APD | | |
| Tidak menggunakan | 27 | 54 |
| Menggunakan | 23 | 46 |

Berdasarkan kategori masa kerja, sebanyak 15 responden (30%) memiliki masa kerja ≥ 5 tahun, sedangkan frekuensi terbanyak terdapat pada responden yang memiliki masa kerja < 5 tahun yaitu 35 responden (70%).

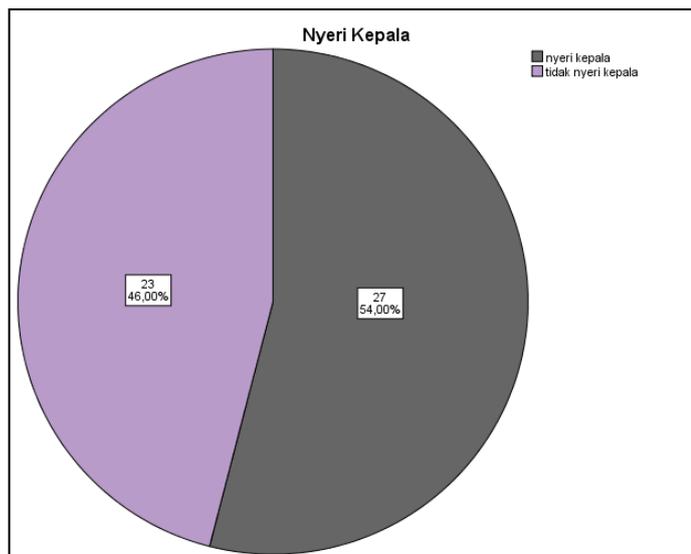
Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui, bahwa subjek penelitian sebagian besar tidak pernah menggunakan APD berupa *earplug*, yaitu sebanyak 27 responden, dengan prosentase 54%. Sedangkan yang menggunakan APD sebesar 23 responden, dengan prosentase 46%.



Gambar 1. Distribusi Stres Kerja

Pada gambar di atas menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil yang mengalami stres kerja yaitu sebanyak 9 responden, dengan prosentase 18%. Sedangkan yang tidak mengalami stres kerja sebanyak 41 responden, dengan prosentase 82%.

Mayoritas pekerja *ground handling* mengalami nyeri kepala yaitu sebanyak 27 responden (54%), sedangkan hanya 23 responden (46%) yang tidak mengalami nyeri kepala.



Gambar 2. Distribusi Nyeri Kepala

Tabel 3. Analisis Hubungan Stres Kerja dan Nyeri Kepala

| | Nyeri Kepala | | | | P |
|-------------------|--------------|------|-------|------|-------|
| | Ya | | Tidak | | |
| | N | % | N | % | |
| Stres Kerja | 9 | 18,0 | 0 | 0,0 | 0,002 |
| Tidak Stres Kerja | 18 | 36,0 | 23 | 46,0 | |

Analisis hubungan stres kerja dengan kejadian nyeri kepala didapatkan nilai *expected count* > 20%, maka tidak cocok menggunakan *chi – square*. Sehingga digunakan uji alternatif *Fisher* dengan nilai $p = 0,002$ yang berarti terdapat hubungan bermakna antara stres kerja dengan kejadian nyeri kepala.

Tabel 4. Analisis Hubungan Usia dan Nyeri Kepala

| | Nyeri Kepala | | P |
|-------------|----------------|----------------------|-------|
| | Nyeri n (%) | Tidak Nyeri n (%) | |
| Usia | | | 1,000 |
| ≥ 40 tahun | 3 (6 %) | 3 (6 %) | |
| < 40 tahun | 24 (48%) | 20 (40%) | |

Analisis dengan uji *chi square* diperoleh nilai $p = 1,000$ sehingga didapatkan hubungan yang tidak signifikan antara usia dengan kejadian nyeri kepala.

Tabel 5. Analisis Hubungan Masa Kerja dan Nyeri Kepala

| | Nyeri Kepala | | P |
|-------------------|----------------|----------------------|-------|
| | Nyeri n (%) | Tidak Nyeri n (%) | |
| Masa Kerja | | | 0,073 |
| ≥ 5 tahun | 11 (22 %) | 4 (8 %) | |
| < 5 tahun | 16 (32%) | 19 (38 %) | |

Analisis hubungan antara masa kerja dengan kejadian nyeri kepala adalah tidak signifikan dengan nilai $p = 0,073$.

Tabel 6. Analisis Hubungan Penggunaan APD dan Nyeri Kepala

| | Nyeri Kepala | | P |
|-----------------------|----------------|----------------------|-------|
| | Nyeri n (%) | Tidak Nyeri n (%) | |
| Penggunaan APD | | | 0,419 |
| Tidak menggunakan | 7 (14 %) | 20 (40 %) | |
| Menggunakan | 2 (4%) | 21 (42 %) | |

Analisis hubungan dengan uji *chi square* didapatkan hubungan yang tidak signifikan antara penggunaan APD dengan stres kerja.

Berdasarkan hasil pengamatan di Bandara Ahmad Yani, Semarang diketahui bahwa dari 50 responden, yang menderita stres kerja dan menyebabkan nyeri kepala ada 9 responden (18%), sedangkan tidak ada pekerja (0%) yang memiliki stres kerja tetapi tidak memiliki nyeri kepala. Dari hasil uji statistik menunjukkan p value 0,002 ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan nyeri kepala. Hal tersebut berarti stres kerja dapat mempengaruhi kejadian nyeri kepala, sesuai dengan teori Jensen (2001) yang mengatakan bahwa rangsangan stressor salah satunya berupa stres kerja diterima oleh nosiseptor (reseptor nyeri) dan pada akhirnya di transmisi serta modulasi nyeri pada batang otak.⁴⁰ Pada penelitian L. Kelman (2007) juga menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami stres memiliki risiko yang lebih besar terjadi migrain, yaitu sebesar 79,7%.⁴¹ Dan di Perancis, Dorothee Neut, Antoine Fily, dkk (2012), melaporkan hal yang sama bahwa stres sebesar 75,7% dari total pasien anak dan dewasa merupakan pemicu terjadinya migrain.¹¹

Pada pekerja *ground handling*, diperoleh tidak ada hubungan yang signifikan yaitu $p = 1,000$ antara usia dengan nyeri kepala. Berdasarkan penelitian Lance yang menyebutkan bahwa pola tidur akan berubah sejalan dengan pertambahan usia. Pada bayi baru lahir mengalami tidur REM yang lebih panjang dibandingkan dewasa. Proporsi tidur REM pada orang dewasa hanya 20 – 25%. Hal tersebut menyebabkan gangguan tidur berupa berkurangnya kuantitas dan kualitas tidur yang dapat menyebabkan terjadinya migrain. Pada penelitian di Iran (Parviz Bahrami, 2012) menyimpulkan bahwa frekuensi nyeri kepala primer menurun seiring dengan meningkatnya usia.⁸

Diperoleh $p = 0,073$ antara masa kerja dengan nyeri kepala yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan. Pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun yang mengalami nyeri kepala sebanyak 11 responden, jumlahnya lebih sedikit dibandingkan pekerja dengan masa kerja < 5

tahun yang mengalami nyeri kepala yaitu 16 responden. Tidak ada penelitian yang dikaitkan secara jelas antara masa kerja dengan kejadian nyeri kepala. Namun berdasarkan penelitian Panagiotis (2015) di Yunani, kelelahan sebagai pemicu penting nyeri kepala yang dilaporkan oleh hampir setengah dari subyek.¹⁰

Hubungan antara penggunaan APD dengan nyeri kepala didapatkan tidak ada hubungan yang bermakna yaitu $p = 0,152$. Adanya pengaruh kebisingan pada lingkungan bandara yang memiliki efek langsung pada pekerja *ground handling*. Menurut teori dalam buku fisiologi Guyton (2011), stressor dapat menyebabkan otot menjadi tegang di sekitar tulang tengkorak dan terjadiah vasokonstriksi pembuluh darah. Aliran darah yang semakin berkurang dapat menghambat masuknya oksigen dan terjadi penumpukan asam laktat. Dan proses tersebut yang mengawali terjadinya nyeri kepala.⁹

Kurangnya hubungan yang bermakna antara variabel perancu dengan nyeri kepala dapat disebabkan oleh jumlah sampel penelitian yang sedikit. Menggunakan metode wawancara dan pengisian kuesioner dapat dimungkinkan adanya bias. Beberapa penyebabnya antara lain sulitnya responden untuk diajak kerjasama pada saat penelitian, terutama pada saat pengisian kuesioner dalam jumlah banyak. Latar belakang pendidikan yang kurang pada responden, mengakibatkan butuh penjelasan yang lama. Sedangkan, waktu yang diberikan untuk pengisian kuesioner yaitu saat jam istirahat atau saat keadaan bandara tidak penuh. Sehingga memungkinkan pekerja tergesa – tergesa untuk menjawab pertanyaan kuesioner.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Sebagian besar pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang mengalami nyeri kepala. Stres kerja berpengaruh terhadap kejadian nyeri kepala dan memiliki hubungan yang bermakna. Variabel perancu berupa usia, masa kerja, penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) memiliki hubungan yang tidak signifikan terhadap kejadian nyeri kepala pada pekerja *ground handling* di Bandara Ahmad Yani Semarang.

Saran

Melalui penelitian ini, disarankan kepada pihak bandara untuk lebih memperhatikan kejadian stres dikarenakan pekerjaan khususnya untuk pekerja *ground handling*. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh stres kerja terhadap kejadian nyeri kepala dengan area yang lebih luas dan jumlah sampel yang lebih besar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Silberstein, S., Lipton, R., Goadsby P. *Headache in CLinical Practice 2nd Edition*. United Kingdom: Martin Dunitz Ltd; 2002.
2. Ravishankar K. The art of history-taking in a headache patient. *Ann Indian Acad Neurol*. 2012;15(Suppl 1):S7-S14.
3. Stovner L, Hagen K, Jensen R, et al. The global burden of headache: a documentation of headache prevalence and disability worldwide. *Cephalalgia*. 2007;27(3):193-210.
4. Mangkunegara A. *Evaluasi Kinerja SDM*. Bandung: Refika Aditama; 2005.
5. Leka S, Jain A. Health Impact of Pscyhosocial Hazards at Work: An Overview. 2010.
6. Nitisemino, S A. *Manajemen Personalian: Manajemen Sumber Daya Manusia Edisi 3*. Jakarta: Ghaila Indonesia; 2000.
7. Notoatmodjo S. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2007.
8. Bahrami P, Zebardast H, Zibaei M. Prevalence and Characteristics of Headache in Khoramabad, Iran. 2012:327-332.
9. Guyton, AC. John EH. *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. 11th ed. Jakarta: EGC; 2011.
10. Iliopoulos P, Damigos D, Kerezoudi E, Limpitaki G, Xifaras M. Trigger factors in primary headaches subtypes : a cross - sectional study from a tertiary centre in Greece. *BMC Res Notes*. 2015:1-10.
11. Fily A, Valle L. The prevalence of triggers in paediatric migraine : a questionnaire study in 102 children and adolescents. 2012:61-65.