



**ANALISIS FAKTOR RISIKO STRES KERJA
PADA JURNALIS PEREMPUAN
DI KOTA PALEMBANG**

TESIS

OLEH

**NAMA : MESI PARLINDA
NIM : 10012621923001**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT (S2)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020**



ANALISIS FAKTOR RISIKO STRES KERJA PADA JURNALIS PEREMPUAN DI KOTA PALEMBANG

TESIS

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar (S2)
Magister Kesehatan Masyarakat Pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

OLEH

NAMA : MESI PARLINDA

NIM : 10012621923001

**PROGRAM MAGISTER (S2)
PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

ANALISIS FAKTOR RISIKO STRES KERJA PADA JURNALIS PEREMPUAN DI KOTA PALEMBANG

TESIS

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
Magister Kesehatan Masyarakat (M.K.M)

OLEH

NAMA : MESI PARLINDA
NIM : 10012621923001

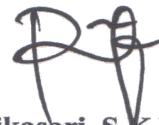
Palembang, 28 Desember 2020

Pembimbing I



Prof. dr. Tan Malaka, MOH., DrPH., SpOK., HIU
NIP. 19460331 1973071 001

Pembimbing II



Dr. Novrikasari, S.K.M., M.Kes
NIP. 19781121 200112 2 002

Mengetahui,

**Dekan, Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya**




Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M.
NIP. 19760609 200212 2 001

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Tesis dengan judul “Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan di Kota Palembang” telah dipertahankan di hadapan Panitia Sidang Ujian Tesis Program Studi Magister (S2) Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 28 Desember 2020 dan telah diperbaiki, diperiksa, serta disetujui sesuai dengan masukan Panitia Sidang Ujian Tesis Program Studi Magister (S2) Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Palembang, Desember 2020

Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah berupa Hasil Penelitian Tesis






Ketua :

1. Prof.dr. Tan Malaka, MOH., DrPH., SpOK., HIU
NIP. 194603311973071001



Anggota :

1. Dr. Novrikasari, S.K.M., M.Kes
NIP. 197811212001122002
2. Prof. Dr. Yuanita Windusari, S.Si., M.Si
NIP. 196909141998032002
3. Dr. dr. HM. Zulkarnain, M. Med. Sc., PKK
NIP. 196109031909031002
4. Dr. Pitri Noviadi, S.Pd., M.Kes
NIP. 197011301993031001
5. Dr. Muhammad Uyun
NIP. 1974111 52008011 008

()
()
()
()
()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M
NIP. 19780609 200212 2 001

Koordinator Program Studi

S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat







Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes
NIP. 19710927 199403 2 004



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
Gedung Fakultas Kesehatan Masyarakat, Kampus Unsri Indralaya, Ogan Ilir 30662
Telepon. (0711) 580068 Faximile. (0711) 580089
website: <http://www.fkm.unsri.ac.id> email: fkm@fkm.unsri.ac.id

MATRIK PERBAIKAN UJIAN TESIS

Nama Mahasiswa : Mesi Parlinda
NIM : 10012621923001
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat (IKM)
BKU : Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)
Judul Tesis : Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan di Kota Palembang
Pembimbing : 1. Prof.dr. Tan Malaka, MOH., DrPH., SpOK., HIU ()
2. Dr. Novrikasari, S.K.M., M.Kes ()

No.	Dosen Pembimbing/ Penguji	Saran dan Masukan	Keterangan	Paraf
1.	Prof. Dr. Yuanita Windusari, S.Si., M.Si	1. Tambahkan saran untuk calon-calon jurnalis agar bisa lebih aman dan mampu bertahan dalam menjalankan tugas.	telah disesuaikan dengan saran	
2.	Dr. dr. HM. Zulkarnain, M.Med.Sc., PKK	1. Tambahkan keterbatasan penelitian terkait adanya variabel yang tidak diteliti. 2. Tambahkan saran untuk pihak perusahaan agar mengumpulkan data jurnalis perempuan berkaitan dengan masalah yang sedang dihadapi di kantor,		



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS SRIWIJAYA

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

Gedung Fakultas Kesehatan Masyarakat, Kampus Unsri Indralaya, Ogan Ilir 30662

Telepon. (0711) 580068 Faximile. (0711) 580089

website: <http://www.fkm.unsri.ac.id> email: fkm@fkm.unsri.ac.id

		agar dapat dilakukan manajemen stres yang tepat.		
3.	Dr. Pitri Noviadi, S.Pd., M.Kes	1. Masukkan referensi pada kolom ukuran untuk <i>job stressors</i> dalam definisi operasional. 2. Lengkapi lampiran dengan dokumen penelitian.	Telah direvisi dengan cara	f
4.	Dr. Muhammad Uyun	1. Hasil wawancara responden oleh Psikolog sebaiknya ditampilkan. 2. Rumusan masalah disesuaikan. 3. Tambahkan pada keterangan alur penelitian tentang kapan dan dimana wawancara oleh Psikolog dilakukan.		b

Palembang, Desember 2020

Koordinator Program Studi
S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat,


Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes
NIP.19710927 199403 2 004

HALAMAN PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mesi Parlinda

NIM : 10012621923001

Judul Tesis : Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan
di Kota Palembang.

Menyatakan bahwa Laporan Tesis saya merupakan hasil karya sendiri didampingi tim pembimbing dan bukan hasil penjiplakan/*plagiat*. Apabila ditemukan unsur penjiplakan/*plagiat* dalam Tesis ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Sriwijaya sesuai aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sada dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, Desember 2020



Mesi Parlinda

NIM. 10012621923001

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Mesi Parlinda

NIM : 10012621923001

Judul Tesis : Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan
di Kota Palembang.

Memberikan izin kepada Pembimbing dan Universitas Sriwijaya untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik apabila dalam waktu 1 (satu) tahun tidak mempublikasikan karya penelitian saya. Dalam kasus ini saya setuju untuk menempatkan Pembimbing sebagai penulis korespondensi (*Corresponding author*).

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan dari siapapun.

Palembang, Desember 2020



Mesi Parlinda

NIM. 10012621923001

OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY
MAGISTER PROGRAM OF PUBLIC HEALTH SCIENCE
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
SRIWIJAYA UNIVERSITY
THESIS
Desember, 28 2020

ABSTRACT

Occupational stress can occur to a woman journalist because her risky task in finding information and processing it into news. Profession as a journalist who is always pressed by deadlines and high mobility can cause stress. Occupational stress can cause health problems. The purpose of this study was to analyze the risk factors of occupational stress on woman journalist in Palembang City. This study used a quantitative method with a cross sectional design involving 85 woman journalists in Palembang city who were selected by total sampling with eligibility criteria, from March to June 2020. Data collection was carried out in two stages. The first stage is through filling out the HSE (Health Safety Executive) Management Standard Indicator Tools questionnaire. The second stage is through interviews by psychologist. The analysis showed that there were four woman journalists who experienced work stress (4,7%). The risk factor that influences job stress is job demands with p -value = 0,006 (OR 27,375). The results of interviews by psychologist showed that the four respondents experienced a tendency for light work stress. Employee Assistance Program needs to be implemented to manage occupational stress.

Keywords : Occupational stress, woman journalist.

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
PROGRAM STUDI MAGISTER (S2) ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
TESIS
28 DESEMBER 2020

Mesi Parlinda

Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan di Kota Palembang

ABSTRAK

Stres kerja dapat terjadi pada seorang jurnalis perempuan karena tugasnya yang cukup berisiko dalam mencari informasi dan mengolahnya menjadi sebuah berita. Profesi sebagai jurnalis yang selalu dikejar *deadline* dan mobilitas yang tinggi dapat menimbulkan stres. Stres kerja yang berkelanjutan bisa menyebabkan gangguan kesehatan. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor risiko stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional* dengan melibatkan 85 jurnalis perempuan di Kota Palembang yang dipilih secara *total sampling* dengan kriteria kelayakan, dari Maret hingga Juni 2020. Pengumpulan data dilakukan dalam dua tahap. Tahap pertama melalui pengisian kuesioner HSE (*Health Safety Executive*) *Management Standart Indicator Tools*. Tahap kedua melalui wawancara mendalam oleh psikolog. Hasil analisis menunjukkan jurnalis perempuan yang mengalami stres kerja sebanyak empat orang atau 4,7%. Faktor risiko yang berpengaruh terhadap stres kerja adalah tuntutan pekerjaan dengan *p-value* = 0,006 (OR 27,375). Hasil wawancara oleh psikolog memperlihatkan, keempat responden mengalami kecenderungan stres kerja ringan. *Employee Assistance Program* perlu diterapkan untuk mengelola stres kerja.

Kata Kunci : Stres kerja, jurnalis perempuan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas karunia dan hidayah-Nya penyusunan tesis dengan judul “**Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Jurnalis Perempuan di Kota Palembang**” dapat terselesaikan. Tesis ini merupakan salah satu syarat akademik dalam menyelesaikan Program Magister pada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Bidang Kajian Utama Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), Universitas Sriwijaya, Palembang.

Pelaksanaan penelitian, proses penulisan, dan penyelesaian tesis ini dapat berjalan dengan baik karena adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE. selaku rektor Universitas Sriwijaya.
2. Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M. selaku dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat.
3. Dr. Rostika Flora, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi S2 Ilmu Kesehatan Masyarakat.
4. Prof. dr. Tan Malaka, MOH., DrPH., SpOK., HIU selaku pembimbing I yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan saran, dan motivasi kepada penulis hingga tesis ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Dr. Novrikasari, S.K.M., M.Kes selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu untuk membimbing, memberikan saran, dan motivasi kepada penulis hingga tesis ini dapat diselesaikan dengan baik.

6. Prof. Dr. Yuanita Windusari, S.Si., M.Si, Dr. dr. HM. Zulkarnain, M.Med. Sc., PKK, Dr. Pitri Noviadi, S.Pd., M.Kes dan Dr. Muhammad Uyun selaku tim penguji yang telah memberikan bimbingan dan saran kepada penulis untuk perbaikan tesis ini.
7. Orangtua dan keluarga yang selalu mendoakan dan memberi *support* kepada penulis.
8. Para dosen dan staf FKM Unsri atas semua ilmu dan bantuannya.
9. Teman-teman seperjuangan di PPS IKM UNSRI kelas reguler pagi, *weekend* dan Peminatan K3.
10. Sahabat yang selalu memberikan motivasi hingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.

Penulis menyadari bahwa tesis ini masih mempunyai banyak kekurangan. Namun, penulis berharap kiranya tesis ini dapat memberikan manfaat bagi penulis sendiri dan pihak lain.

Palembang, Desember 2020

Mesi Parlinda

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan pada tanggal 6 Mei 1980 di Kota Palembang. Putri dari Bapak Alm Sudarman dan Ibu Hj Suparti ini merupakan anak kedua dari empat bersaudara.

Penulis menyelesaikan pendidikan dasar di SD Negeri 388 Palembang pada tahun 1991. Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 12 Palembang tahun 1994, Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 9 Palembang tahun 1997. Pada tahun 1997 penulis melanjutkan pendidikan pada Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA) Jurusan Kimia Universitas Sriwijaya dan tamat tahun 2002.

Pada tahun yang sama penulis bekerja sebagai wartawan pada surat kabar harian Sumatera Ekspres Palembang. Pada tahun 2005 penulis bergabung di stasiun televisi swasta lokal PAL TV (Sumatera Ekspres Grup) sebagai redaktur dan koordinator liputan.

Pada tahun 2006 penulis bergabung di PT Panji Media Network penerbit harian umum BeritaPagi sebagai redaktur. Sejak awal tahun 2019 hingga saat ini penulis bergabung di media *online* Palembang Pos www.palpos.id sebagai redaktur pelaksana.

Pada tahun 2018 penulis tercatat sebagai mahasiswi pada Program Pascasarjana Ilmu Kesehatan Masyarakat BKU Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Universitas Sriwijaya.

DAFTAR ISI

	Halaman
Halaman Sampul Luar.....	i
Halaman Judul.....	ii
Halaman Pengesahan.....	iii
Halaman Persetujuan.....	iv
Halaman Matriks Perbaikan Ujian Tesis.....	v
Halaman Pernyataan Integritas.....	vii
Halaman Persetujuan Publikasi.....	viii
Abstract.....	ix
Abstrak.....	x
Kata Pengantar.....	xi
Riwayat Hidup.....	xiii
Daftar Isi.....	xiv
Daftar Tabel.....	xvii
Daftar Gambar.....	xviii
Daftar Lampiran.....	xix
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	3
1.3. Tujuan.....	4
1.3.1. Tujuan Umum.....	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1. Bagi Peneliti.....	4
1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan.....	4
1.4.3. Bagi Jurnalis Perempuan Kota Palembang.....	4
1.4.4. Bagi Perusahaan Pers.....	5
1.5. Ruang Lingkup Penelitian.....	5
1.5.1. Lingkup Lokasi Penelitian.....	5
1.5.2. Lingkup Materi Penelitian.....	5
1.5.3. Lingkup Waktu Penelitian.....	5
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1. Pengertian Stres Kerja.....	6
2.2. Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja.....	8
2.2.1. Faktor Intrinsik Pekerjaan.....	10
2.2.2. Faktor Peran Individu dalam Organisasi Kerja.....	11
2.2.3. Faktor Hubungan Kerja.....	11
2.2.4. Faktor Pengembangan Karir.....	11
2.2.5. Faktor Struktur Organisasi dan Suasana Kerja.....	11
2.2.6. Faktor Diluar Pekerjaan.....	12
2.3. Gejala Stres Kerja.....	13
2.4. Dampak Stres Kerja.....	14
2.5. Pencegahan dan Penanggulangan Stres Kerja.....	15

2.5.1. Pencegahan Stres Kerja.....	15
2.5.2. Penanggulangan Stres Kerja.....	16
2.6. Cara dan Instrumen Pengukuran Stres Kerja.....	17
2.6.1. Cara Pengukuran Stres Kerja.....	17
2.6.2. Instrumen Pengukuran Stres Kerja.....	18
2.7. Jurnal Perempuan.....	21
2.8. Keaslian Penelitian.....	23
2.8. Kerangka Teori.....	26
2.9. Kerangka Konsep.....	28
2.10. Hipotesis Penelitian.....	29
BAB 3. METODOLOGI PENELITIAN.....	30
3.1. Desain Penelitian.....	30
3.2. Waktu Penelitian.....	30
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian.....	31
3.3.1. Populasi.....	31
3.3.2. Sampel.....	31
3.3.3. Teknik Pengambilan Sampel.....	32
3.3.4. Kriteria Kelayakan.....	32
3.4. Definisi Operasional.....	32
3.5. Data yang Dikumpulkan.....	37
3.5.1. Kuesioner Job Stressor.....	37
3.6. Prosedur Pengumpulan Data.....	38
a. Pengumpulan data melalui kuesioner.....	38
b. Pengumpulan data melalui wawancara langsung.....	38
3.7. Pengolahan Data.....	39
3.7.1. Pengeditan Data (Editing).....	39
3.7.2. Pemberian Kode (Coding).....	39
3.7.3. Pemasukan Data (Entry).....	39
3.7.4. Pembersihan Data.....	39
3.8. Analisis Data.....	40
3.8.1. Analisis Univariat.....	40
3.8.2. Analisis Bivariat.....	40
3.9. Alur Penelitian.....	41
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1. Gambaran Umum Responden.....	43
4.1.1. Data Demografi Individu.....	43
4.1.2. Variabel Faktor Risiko dan Stres Kerja.....	44
4.2. Hasil Uji Hipotesis.....	51
4.3. Hasil Wawancara Psikolog.....	56
4.4. Pembahasan.....	59
4.4.1. Usia.....	59
4.4.2. Status Pernikahan.....	60
4.4.3. Jumlah Anak.....	61
4.4.4. Lama Kerja.....	62
4.4.5. Masa Kerja.....	63
4.4.6. <i>Desk</i> Liputan.....	64
4.4.7. Tuntutan Pekerjaan.....	65
4.4.8. Kontrol Terhadap Pekerjaan.....	66

4.4.9. Dukungan Sosial.....	67
4.4.10. Hubungan Interpersonal.....	68
4.4.11. Peran.....	69
4.4.12. Perubahan Dalam Organisasi.....	70
4.5. Manajemen Stres Kerja.....	71
4.6. Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
5.1. Kesimpulan.....	73
5.2. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA.....	74
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1. Penyebab Stres Menurut WHO.....	10
Tabel 2.2. Instrumen Pengukuran Stres Kerja.....	18
Tabel 2.3. Penelitian yang berhubungan dengan stres kerja.....	23
Tabel 3.1. Definisi Operasional.....	33
Tabel 4.1. Data Demografi Individu.....	44
Tabel 4.2. Variabel <i>Job Stressors</i>	45
Tabel 4.3. Persentase Responden Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Variabel Tuntutan Pekerjaan.....	46
Tabel 4.4. Persentase Responden Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Variabel Kontrol Terhadap Pekerjaan.....	47
Tabel 4.5. Persentase Responden Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Variabel Dukunga Sosial.....	48
Tabel 4.6. Persentase Responden Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Variabel Hubungan Interpersonal.....	48
Tabel 4.7. Persentase Responden Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Variabel Peran.....	49
Tabel 4.8. Persentase Responden Berdasarkan Item Pertanyaan Pada Variabel Perubahan Dalam Organisasi.....	49
Tabel 4.7. Hubungan Faktor Risiko Dengan Stres Kerja.....	52
Tabel 4.8. Seleksi <i>p-value</i>	53
Tabel 4.9. Model Awal Regresi Logistik.....	53
Tabel 4.10. Model Regresi Logistik Tanpa Variabel <i>Desk</i> Liputan.....	55
Tabel 4.11. Model Akhir Regresi Logistik.....	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Lingkungan Kerja Psikososial.....	8
Gambar 2.2. <i>NIOSH Model of Job Stress</i>	10
Gambar 2.3 : <i>Detailed Model of Job Stressor and Health</i>	26
Gambar 2.4. Kerangka Konsep.....	28
Gambar 3.1. <i>Alur Penelitian</i>	41
Gambar 4.1. Skema Gambaran Faktor Risiko dan Responden Berisiko.....	50
Gambar 4.2. Skema Gambaran Responden Terhadap Variabel Tuntutan Pekerjaan...51	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent.....	79
Lampiran 2. Kuesioner Penelitian.....	80
Lampiran 3. Output Hasil Penelitian.....	92

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Hazard psikososial merupakan salah satu dari beberapa jenis hazard yang berpotensi timbul dalam suatu lingkungan kerja. Bila tidak dikelola dengan baik, hazard psikososial dapat menimbulkan dampak pada kesehatan dan keselamatan pekerja serta mengganggu kinerja perusahaan.

Menurut ILO (*International Labour Organization*) hazard psikososial didefinisikan sebagai interaksi antara kompetensi tenaga kerja beserta berbagai kebutuhannya dengan konten pekerjaan, organisasi kerja dan manajemen, kondisi lingkungan kerja dan organisasional (ILO, 2016)

Hazard psikososial berjalan seiring dengan pengalaman kerja yang berhubungan dengan stres. Stres kerja adalah respon yang ditunjukkan tenaga kerja ketika dihadapkan pada tuntutan kerja dan tekanan kerja yang tidak sesuai dengan pengetahuan dan kemampuannya. Stres kerja berkelanjutan dapat mengakibatkan gangguan kesehatan misalnya gangguan *musculoskeletal* dan *cardiovaskular* (WHO, 2020)

Stres kerja merupakan sebuah fenomena global yang saat ini sedang dihadapi baik oleh para pekerja maupun pemberi kerja di negara maju maupun negara berkembang. Data terbaru *Labour Force Survey* (LSC) yang dirilis *Health Safety Executive* (HSE) menunjukkan, jumlah total kasus stres, depresi atau kecemasan yang berhubungan dengan pekerjaan pada 2019/2020 adalah 828.000 kasus dengan tingkat prevalensi 2.440 kasus per 100.000 pekerja. Angka tersebut menyumbang 51% dari semua penyakit terkait pekerjaan dan 55% dari semua hari yang hilang karena kesehatan yang buruk terkait pekerjaan (HSE, 2020)

Jumlah kasus stres, depresi atau kecemasan pada periode 2019/2020 lebih tinggi secara signifikan dibandingkan periode sebelumnya. Pada 2018/2019 terdapat 602.000 kasus, dengan tingkat prevalensi 1.800 kasus per 100.000 pekerja (HSE,

2019) Dari data tersebut juga terungkap bahwa penyebab stres, depresi, atau kecemasan terkait pekerjaan adalah beban kerja, termasuk tenggat waktu yang ketat (*deadline*) dan terlalu banyak tanggung jawab serta kurangnya tanggung jawab dukungan manajerial (HSE, 2020).

Jurnalis atau wartawan adalah salah satu dari sepuluh profesi yang menimbulkan stress dengan skor stress sebesar 49,50 (Career Cast.Com, 2019). Dari sebuah penelitian terungkap, tekanan keluarga dan kompensasi yang tidak memadai menjadi pemicu stres paling signifikan pada jurnalis. Dalam penelitian yang menggambarkan hubungan antara stres kerja dan *stressornya* ini didasarkan pada data kuantitatif yang dikumpulkan melalui wawancara pribadi dengan 50 jurnalis dari berbagai surat kabar Bangladesh (Huda, 2019)

Dukungan organisasi dapat memoderasi hubungan antara tugas yang diemban seorang jurnalis dan stres kerja. Sebuah penelitian yang melibatkan 127 jurnalis Yordania sebagai responden menyoroti kondisi jurnalis yang membuat berita dengan topik sensitif serta berada di daerah konflik. Pada kondisi tersebut, jurnalis membutuhkan dukungan tambahan dari manajemen perusahaan surat kabar untuk mengurangi stres kerja yang tinggi, serta memotivasi mereka untuk menghasilkan pekerjaan yang berkualitas (Muala, 2017)

Penelitian mengungkap data peningkatan kematian tak terduga pekerja media Tiongkok dari 2011 hingga 2015. Pada 28 April 2014 hingga 27 Mei 2014 terdapat enam pekerja media Tiongkok yang sebagian besar merupakan eksekutif senior, bunuh diri karena tekanan terkait pekerjaan. Usia rata-rata mereka adalah 44 tahun. Investigasi lebih lanjut menemukan bahwa kematian pekerja media secara resmi yang dilaporkan sebagai akibat dari bunuh diri atau penyakit akut selama tahun 2014 berjumlah lebih dari 17. Angka ini meningkat dari tahun 2011 dimana hanya ada tujuh kasus bunuh diri, delapan kasus pada 2012 dan 11 kasus pada 2013, pada usia rata-rata lebih muda dari 45 tahun (Wang & Jiang, 2016)

Wang & Jiang (2016) dalam penelitiannya mengungkapkan, kejadian terakhir dimana sembilan kematian tak terduga pada pekerja media di usia rata-rata 39 tahun dalam 60 hari dari Mei hingga Juni 2016 menjadi masalah sosial yang membutuhkan perhatian khusus dari para peneliti dan praktisi. Penelitian tersebut menyimpulkan dua faktor penting yang berkontribusi terhadap bunuh diri yaitu stres terkait pekerjaan dan transformasi media di era teknologi digital.

Stres dapat berdampak berbeda pada setiap pria dan wanita. Pria dan wanita cenderung menunjukkan reaksi yang berbeda ketika mengalami stres baik secara fisik, psikologis maupun biologis. Dalam sebuah survei, sekitar 60% perempuan yang bekerja menyebut stres sebagai masalah nomor satu mereka di tempat kerja. Selain itu, tingkat penyakit yang berhubungan dengan stres hampir dua kali lebih tinggi untuk wanita daripada pria (NIOSH, 1999)

Perempuan bekerja sering mengalami berbagai hal yang merupakan bagian dari komitmen kerja mereka. Seperti kurang tidur, jam kerja yang panjang, perjalanan pulang pergi serta memenuhi tenggat waktu yang semuanya dapat memicu stres baik secara fisik maupun mental. Ditambah lagi dengan banyak masalah keluarga dan jam kerja yang tidak teratur dapat menambah stres di kalangan wanita pekerja (Deshapande & Girija, 2020)

Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan, tugas jurnalis perempuan cukup berat dan berisiko tinggi dalam memburu berita. Tidak hanya faktor keselamatan, jurnalis perempuan juga kerap menghadapi dampak dari pemberitaan yang kadangkala tidak disukai oleh narasumber maupun pihak yang terkait. Hal ini menimbulkan ancaman tersendiri bagi keselamatan wartawan.

Berdasarkan latar belakang, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor risiko stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang. Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor risiko penyebab terjadinya stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang, supaya dapat diketahui cara mengendalikannya agar tidak memberikan pengaruh negatif pada produktivitas jurnalis dan target perusahaan.

1.2. Rumusan Masalah

Jurnalis perempuan memiliki tugas yang berat dan berisiko tinggi untuk mengalami stres akibat pekerjaannya. Jika diabaikan, stres bisa menyebabkan gangguan kesehatan umum dan mental pada jurnalis perempuan. Faktor risiko yang paling dominan dalam menyebabkan stres pada jurnalis perempuan harus diketahui untuk membantu menentukan jenis manajemen stres yang perlu diterapkan. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui apa faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang.

1.3. Tujuan

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis faktor risiko stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan faktor individu dan *job stressors* dengan kejadian stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang.
- b. Menganalisis faktor risiko yang paling dominan mempengaruhi kejadian stres kerja pada jurnalis perempuan di Kota Palembang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan suatu penerapan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan dan diaplikasikan di lapangan yang menjadikan suatu pengalaman dalam penelitian.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat memberikan informasi dan sarana belajar untuk menambah dan memperluas wawasan serta menjadi rujukan data bagi penelitian selanjutnya dalam permasalahan yang serupa.

1.4.3. Bagi Jurnalis Perempuan Kota Palembang

Dengan penelitian ini dapat diketahui faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap kejadian stres kerja, sehingga jurnalis perempuan dapat mengelola stres yang dialami dengan baik.

1.4.4. Bagi Perusahaan Pers

Dapat menjadi bahan pertimbangan untuk mengambil kebijakan dan melakukan manajemen stres khususnya terhadap jurnalis perempuan.

1.5. Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1. Lingkup Lokasi Penelitian

Tempat yang dipilih untuk melakukan penelitian adalah perusahaan media cetak yang terbit harian dan media *online* di Palembang yang terverifikasi oleh Dewan Pers.

1.5.2. Lingkup Materi Penelitian

Sumber informasi penelitian adalah seluruh jurnalis perempuan yang bekerja di perusahaan media cetak yang terbit harian dan media *online* di Palembang yang terverifikasi di Dewan Pers.

1.5.3. Lingkup Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan mulai Januari 2020 hingga Mei 2020.

DAFTAR PUSTAKA

- Almasitoh, U. H. (2011) ‘Stres Kerja Ditinjau Dari Konflik Peran Ganda Dan Dukungan Sosial Pada Perawat’, *Psikoislamika : Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 8(1), pp. 63–82. doi: 10.18860/psi.v0i1.1546.
- Abdul Basri (2019) ‘Usut Ketua Pokmas Cekik Wartawan’, *Radarmadura.Id (Jawa Pos Group)*. Available at: <https://radarmadura.jawapos.com/read/2019/01/10/112825/usut-ketua-pokmas-cekik-wartawan>.
- Ashforth, B. E. and Humphrey, R. H. (1993) ‘Emotional Roles : the Influence’, *The Academy of Management Review*.
- Beehr, T. A. and Newman, J. E. (1978) ‘Job Stress, Employee Health, and Organizational Effectiveness: A Facet Analysis, Model, and Literature Review’, *Personnel Psychology*. doi: 10.1111/j.1744-6570.1978.tb02118.x.
- Bickford (2005) *Stress In The Workplace: A General Overview of The Causes and The Solutions*.
- Bridger, R. S., Dobson, K. and Davison, H. (2016) ‘Using the HSE stress indicator tool in a military context’, *Ergonomics*. doi: 10.1080/00140139.2015.1057544.
- Brookes, K. *et al.* (2013) ‘Systematic review: Work-related stress and the HSE management standards’, *Occupational Medicine*. doi: 10.1093/occmed/kqt078.
- Career Cast.Com (2019) *2019 Most Stressful Jobs*. Available at: <https://www.careercast.com/jobs-rated/most-stressful-jobs-2019> (Accessed: 10 January 2020).
- Cinamon, R. G. and Rich, Y. (2002) ‘Gender differences in the importance of work and family roles: Implications for work-family conflict’, *Sex Roles*. doi: 10.1023/A:1022021804846.
- Cooper CL & Payne R (1998) *Personality and Stress Individual Differences in The Stress*. England.
- Cox, Tom, Griffiths, A., Rial-Gonzalez, E. (2000) *European Agency for Safety and Health at Work; Research on Work-related Stress, Office for Official Publications of the European Communities*.
- Dart Centre (2006) *Meliput Trauma: Panduan Dart Centre Untuk Para Wartawan, Redaktur, Dan Manajer, Dart Centre For Journalist & Trauma*. Available at: https://dartcenter.org/sites/default/files/bahasa_tnj.pdf (Accessed: 10 September 2020).

- Davis, Keith, N. (1985) *Perilaku Dalam Organisasi*. Edisi ketu. Edited by Agus Dhama. Penerbit Erlangga.
- Deshapande, S. G. and Giriya, B. (2020) ‘A Study to Quantify & Compare Stress Levels & Lipid Profile in Working & Non- Working Women of Bangalore’, 8(1), pp. 110–113.
- Djuroto (2004) *Manajemen Penerbita Pers*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Eguchi, H. *et al.* (2016) ‘The effects of workplace psychosocial factors on whether Japanese dual-earner couples with preschool children have additional children: A prospective study’, *Industrial Health*. doi: 10.2486/indhealth.2016-0080.
- Fink, G. (2009) *Stress Consequences: Mental, Neuropsychological and Socioeconomic*. United Kingdom: Academic Press 2009.
- G.Hertel et al (2013) ‘Age Differences in Motivation and Stress at Work’, *Springer-Verlag Berlin Heidelberg*. doi: 10.1007/978-3-642-35057-3_6.
- Gibson, R. (2005) *Principles of Nutritional Assessment*. New York: Oxford University Press.
- Harigopal K (1995) *Organizational Stress: A Study Of Role Conflict*. Universities Press (India).
- Hastono, S. P. (2001) *Panduan Lengkap SPSS, PT Elex Media Komputindo*.
- Health Safety Executive (HSE) (2001) *A Critical Review of Psychosocial Hazard Measure*.
- Health Safety Executive (HSE) (2020) *Work Related Stress, Anxiety or Depression Statistic in Great Britain 2020*. Available at: <https://www.hse.gov.uk/statistics/causdis/stress.pdf>.
- Hellriegel D & Slocum (2011) *Organizational Behaviour*. thirteenth. South Western: Cengage Learning.
- Hess, J. (2008) *Marital Satisfaction and Parental Stress*. Utah State University.
- Hofboll S (2003) *Woman’s Coping: Communal versus Individual Orientations dalam The Handbook of Work and Health Psychology*. CL Cooper. Wiltshire: John Wiley & Sons.
- Holst, G. J., Paarup, H. M. and Baelum, J. (2012) ‘A cross-sectional study of psychosocial work environment and stress in the Danish symphony orchestras’, *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 85(6), pp. 639–649. doi: 10.1007/s00420-011-0710-z.
- Hosmer, D. W. and Lemeshow, S. (2000) *Applied logistic regression. 2nd Edition*, John Wiley & Sons, Inc.

- HSE (2019) ‘Work-related stress , anxiety or depression statistics in Great Britain , 2019’, *Annual Statistics*.
- Huda, K. (2019) ‘ Job Stress Among the Newspaper Reporters in Bangladesh ’, (August 2018).
- ILO (2016) *Workplace Stress: a collective challenge, International Labour Organizatio (ILO)*.
- International Labour Organization (ILO) (2001) *Guidelines of Occupational Safety and Health Management System*. Geneva: International Labour Office.
- International Labour Organization (ILO) (2003) ‘ Work Stress in The Context of Transition Budapest: ILO’.
- Jaddi Madarsara, T., Yari, S. and Saeidabadi, H. (2019) ‘Assessment and evaluation of occupational stress among safety authorities: By possibility of cancer’, *Asian Pacific Journal of Environment and Cancer*, 2(1), pp. 43 – 47. doi: 10.31557/apjec.2019.2.1.43-47.
- Kasmarani, M. K. (2012) ‘ Pengaruh Beban Bekerja Perawat Pada Instalasi Di Darurat Gawat RSUD I G D’ , *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*.
- Lady, L., Susihono, W. and Muslihati, A. (2017) ‘ Analisis Tingkat Stres Kerja dan Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja pada Pegawai BPBD Kota Cilegon ’ , *Journal Industrial Servicess*, 3(1b), pp. 191 – 197. Available at: <http://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jiss/article/view/2084>.
- Levy, Barry S. Wegman, David H. Baron, Sherry L. Sokas, R. K. (2006) ‘ Occupational and environmental health: recognizing and preventing disease and injury.Levy.1pdf’ , in *Occupational and environmental health: recognizing and preventing disease and injury*.
- Ljungberg (2007) *The Role of Individual Differences in Occupational Stress and Well Being*. United Kingdom: Emerald Group Publishing Limited.
- Mangkunegara AP (2005) *Perilaku dan Budaya Organisasi*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Marlyna, L. (2017) *Analisis Faktor Risiko Stres Kerja Pada Polisi Wanita di Polresta Palembang*. Universitas Sriwijaya Palembang.
- Ms. Archana K Raj (2015) ‘ Job stress among staff nurses working in critical care units and their Socio-demographic correlates: A cross sectional survey ’ , *GLOBAL JOURNAL FOR RESEARCH ANALYSIS*, 4(12), pp. 334–335.
- Muala, I. Al (2017) ‘ Job Stress in Journalism: Interaction between Organisational Support and Job Demands–Resources Model ’ , *Journal of Management and Sustainability*, 7(4), p. 150. doi: 10.5539/jms.v7n4p150.

- Munandar AS (2001) *Psikologi Industri dan Organisasi*. UI Press.
- Muslimin (2019) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Wanita*, *Jurnal Kesehatan*. Available at: <http://jurnal.stikescirebon.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/13/13> (Accessed: 10 September 2020).
- Mutiah C, Malaka T, S. R. (2019) ‘Analisis Faktor Risiko Terjadinya Stres Kerja pada Dokter Gigi di Kota Palembang’, *Sriwijaya Journal of Medicine*, 2(1), pp. 46–51. doi: SJM.v2i1.48.
- Nadia Fuada et all (2017) ‘Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Kamar Bedah Di Instalasi Bedah Sentral RSUD KRMT Wongsonegoro Semarang’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(5), pp. 255–263.
- National Institute for Occupational (1999) *STRESS...at work.*, *Safety And Health*.
- Noviati (2016) *Hubungan antara Kelelahan, Shift, dan Beban Kerja dengan Stres Kerja Karyawan di PT Pulogadung Tempajaya*. Universitas Gadjah Mada.
- Occupational Safety and Health Administration (OSHA) (2014) *Stres Definition and Symptoms*. Available at: http://osha.europa.eu/en/topics/stress/definitions_and_causes (Accessed: 20 January 2020).
- Office of Industrial Relations (2017) *Overview of Work Relates Stress. Workplace Health and Safety Queensland*. Available at: www.worksafe.qld.gov.au (Accessed: 14 June 2020).
- Prihatini (2007) *Analisis Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat di Setiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidikalang*. Universitas Sumatera Utara Medan.
- Ratih, Y. and Suwandi, T. (2013) ‘Analisis Hubungan Antara Faktor Individu dan Beban Kerja Fisik dengan Stres Kerja di Bagian Produksi PT. X Surabaya’, *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 2(2), pp. 97–105.
- Robbin (2006) *Perilaku Organisasi*. Jilid 2 Ed. Jakarta: Prenhallindo.
- Roberto, D. (2003) *Socioeconomics determinants of healthy lifestyles: Does psychosocial stress matter?* Los Angeles: University of California.
- Salilih, S. Z. and Abajobir, A. A. (2014) ‘Work-Related Stress and Associated Factors among Nurses Working in Public Hospitals of Addis Ababa, Ethiopia: A Cross-Sectional Study’, *Workplace Health & Safety*, 62(8), pp. 326–332. doi: 10.1177/216507991406200803.
- Saraswati Mega (2017) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Teknisi Pesawat Terbang Unit Base Maintenance Di PT X*. Universitas Islam

Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.

Sarwono, S. and Purwono, P. (2015) 'Hubungan Masa Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pustakawan Perpustakaan Universitas Gajah Mada Yogyakarta', *Berkala Ilmu Perpustakaan dan Informasi*. doi: 10.22146/bip.7717.

Sauter SL (2006) *Stress and Quality of Working Life : Current Perspective in Occupational Health*. International Age Publishing, Inc.

Sedarmayanti (2009) *Sumber Daya Manusia Dan Produktivitas Kerja: Sedarmayanti - Belbuk.com, Mandar Maju*.

Suerni (2012) *Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres Perawat ICU di RSUD Jawa Tengah*. Universitas Indonesia.

Suhandang (2004) *Pengantar Jurnalistik : Seputar Organisasi, Produk, dan Kode Etik*. Bandung: Nuansa.

Wang, M. and Jiang, Z. (2016) 'Greater work-related stress among Chinese media workers in the context of media transformation: Specific stressors and coping strategies', *International Journal of Communication*, 10, pp. 6103–6125.

Wantoro (1999) 'Stres Kerja', *Majalah Hiperkes dan Keselamatan Kerja*.

Wirtz, A. *et al.* (2012) 'Gender differences in the effect of weekly working hours on occupational injury risk in the United States working population', *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health*, 38(4), pp. 349 – 357. doi: 10.5271/sjweh.3295.

World Health Organization (2003) 'Work organisation and Stress', *Protecting Workers Health*. doi: 9241590475 1729-3499.

World Health Organization (2020) *Occupational health: Stress at the workplace*. Available at: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/occupational-health-stress-at-the-workplace>.

World Health Organization (WHO) (2010) *Health Impact of Psychosocial Hazard at Work: An Overview*.