

**PREVALENSI STRES KERJA PADA PEKERJA GARMEN DI KAMPUNG KONVEKSI
PONDOK AREN TANGERANG PADA TAHUN 2016 DITINJAU DARI KEDOKTERAN
DAN ISLAM**

Freza Farizan¹, Dini Widianti², Zuhroni³

1. Mahasiswa, Fakultas Kedokteran, Universitas YARSI

2. Dosen, Fakultas Kedokteran, Universitas YARSI

3. Dosen Agama Islam, Universitas YARSI

ABSTRAK

Latar Belakang: Stres kerja didefinisikan oleh serangkaian reaksi yang terjadi ketika para pekerja dihadapkan dengan perbedaan antara tuntutan di tempat kerja dan pengetahuan, keterampilan dan bakat. Stres kerja dapat menyebabkan berbagai gangguan mental dan fisik. Islam memandang stres suatu keadaan manusia tidak dapat menghadapi masalah dan ujian serta kurangnya *istiqamah* beribadah kepada Allah Swt., syariat Islam memberikan petunjuk pencegahan atau pengobatan stres agar terwujudnya kemaslahatan kepada seluruh umat manusia.

Tujuan: Untuk mengetahui Prevalensi Stres Kerja dan *Stressor* dominan yang berpengaruh dengan stres kerja oleh setiap pekerja pada Pekerja Garmen di Kampung Konveksi Pondok Aren, Tangerang tahun 2016 ditinjau dari Kedokteran dan Islam.

Metode: Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian awal berjumlah 77 orang dari pekerja garmen di Kampung Konveksi Pondok Aren, Tangerang tahun 2016 dengan menggunakan metode *simple random sampling*. Metode analisis yang digunakan adalah univariat.

Hasil: Penelitian menunjukkan angka proporsi nilai rata – rata stres kerja responden adalah sebanyak 69 orang (89,6%) dan stres kerja terbanyak adalah stres ringan dengan 76 orang (98,7%). Namun terdapat keterbatasan dimana banyak pekerja yang tidak mau menjadi responden, jika mau responden menjawab sama dengan responden lain dalam satu tempat kerja, dan ada rasa takut akan dikatakan stres berat.

Kesimpulan: Prevalensi stres kerja di Kampung Konveksi, Pondok Aren, Tangerang stres kerja terbanyak adalah stres ringan 76 orang (98,7%) dan stres sedang dengan 1 orang (1,3%). Proporsi nilai rata – rata *stressor* kerja yang terbesar adalah beban kerja kualitatif dengan nilai 5,5325 serta tanggung jawab dan konflik peran pekerja sebanyak 5,0000. Islam mengajarkan pada umat manusia stres kerja muncul disebabkan oleh dosa dan sistem tata kelola kehidupan yang kurang baik. Islam memberikan pencegahan stres kerja yaitu menjaga hubungan kepada Allah dengan cara mendirikan shalat, membaca Al-Quran dan men-*tadabbur*-i maknanya, serta berdoa kepada Allah semata, serta pengaturan perilaku diri sendiri penting agar terhindar dari stres kerja.

Kata Kunci: *prevalensi stres kerja, pekerja garmen*

**PREVALENCE OF STRESS AT WORK GARMENT WORKERS IN KAMPUNG KONVEKSI,
PONDOK AREN TANGERANG IN 2016 BASED ON MEDICAL AND ISLAM REVIEW**

Freza Farizan¹, Dini Widiarti², Zuhroni³

1. Students, Faculty of Medicine, University of YARSI

2. Lecturer, Faculty of Medicine, University of YARSI

3. Lecturer of Islamic Studies, University of YARSI

ABSTRACT

Background: Job stress is defined by a series of reactions that occurs when workers are faced with the difference between the demands of the workplace and the knowledge, skills and talents. Work stress can cause a variety of mental and physical disorders. Islam considers stress is a human state can not face the problems and the tests and the lack of committed and worship to Allah., Islamic law gives the user the prevention or treatment of stress in order to realize the benefit to all mankind.

Objective: To determine the prevalence of Work Stress and dominant stressors influence with the stress of work by every worker at Garment Workers in Kampung Konveksi, Pondok Aren, Tangerang in 2016 based on medical and Islam review.

Methods: This research method using descriptive analytic method with cross sectional study design. These samples included 77 people from garment workers in Kampung Koveksi, Pondok Aren, Tangerang in 2016 using simple random sampling method. The analytical method used is univariate

Results: The results showed the proportion of value - average work stress of respondents was 6.00 as many as 69 people (89.6%) and most work stress is mild stress by 76 people (98.7%). However, there are limitations to where a lot of workers who do not want to be the respondent, if you like the respondents answered the same as the other respondents in the workplace, and no fear of saying a lot of stress.

Conclusion: The prevalence of job stress in the Kampung Konveksi, Pondok Aren, Tangerang work stress is mild stress 76 people (98.7%) and moderate stress with one person (1.3%). The proportion of value - average labor the biggest stressor is the workload of qualitative value of 5.5325 and the responsibility and the role of labor conflicts as much as 5.0000. Islam teaches mankind emerged job stress caused by sin and governance systems that are less good life. Islam gives prevention work stress is to maintain the relationship to God by establishing a prayer, reading Al-Quran and do tadabbur the meaning, and just pray to God only, and setting self behavior is important to avoid the stress of work.

Keywords: prevalence of job stress, garment workers