



Analisis Hubungan Manajemen Stres dengan Keselamatan Kerja Teknisi Telekomunikasi, Navigasi dan Pengamatan Penerbangan di Bandara Udara Kualanamu

Analysis of the Relationship Between Stress Management and Work Safety for Telecommunication Technicians, Navigation and Aviation Observation at Kualanamu Airport

Afandi Sahputra^{1*}, Mutiara Widasari Sitopu², Rachmat Hidayat³, Ivana Wardani⁴
Afandi_sahputra@poltekbangmedan.ac.id, mutiarasitopu@polmed.ac.id

Politeknik Penerbangan Medan
Politeknik Negeri Medan

ABSTRAK

Dalam bidang penerbangan dituntut untuk bekerja secara profesional khususnya para teknisi. Sehingga membebani para teknisi untuk selalu dalam kondisi yang sehat baik secara fisik dan psikis. Apabila para teknisi mengalami stres dalam mengerjakan pekerjaannya maka akan berdampak buruk bagi bidang penerbangan, untuk itu dalam untuk mencegah hal buruk terjadi maka dilakukan analisis hubungan manajemen stres dengan keselamatan kerja pada teknisi yang membidangi telekomunikasi, navigasi dan pengamatan penerbangan di bandara udara kualanamu. Beberapa hal yang menjadi faktor yang telah diamati pada penelitian ini adalah factor instrinstrik yaitu faktor internal yang menyebabkan hubungan sebab akibat antara manajemen stres dengan keselamatan kerja sebagai teknisi di bidang telekomunikasi, navigasi dan pengamatan penerbangan di industri penerbangan. Data yang diambil ditunjukkan dari faktor-faktor yang saling terkait dilakukan di Bandar Udara Kuala Namu Deli Serdang Tahun 2021 adalah pada beban kerja, rutinitas, kebisingan.

Kata kunci: manajemen stres, penerbangan

ABSTRACT

In field of aviation are required to work professionally, especially technicians. So that it burdens the technicians to always be in healthy condition both physically and psychologically. If the technicians experience stress in doing their work, it will have a bad impact on the aviation sector, for that in order to prevent bad things from happening, an analysis of the relationship between stress management and work safety is carried out on technician in charge of telecommunications, navigation and flight observation at Kualanamu Airport. Some of the factors that are observed in this study are intrinsic factors, namely internal factors that cause a causal relationship between stress management and work safety as technicians in the field of telecommunications, navigation and aviation observation in the aviation industry. The data taken is shown from interrelated factors carried out at Kualanamu Deli Serdang Airport in 2021 is workload, routine, noise.

Keywords: stress management, aviation

1. PENDAHULUAN

Bandara udara bekerja selama 24 jam dalam pengoperasian terutama dibidang teknis sehingga menuntut para teknisi bekerja secara profesional. Padatnya jam dan rute penerbangan domestik dan internasional sangat memebani para teknisi dituntut kerja secara berlebihan yang dapat berpotensi mengakibatkan stress pada para teknisi. Beban yang dituntut pada pekerjaan dan lamanya kerja sangat mempengaruhi tingkatan pada manajemen stres pekerjaan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi tingkat stress dalam menyelesaikan pekerjaan yaitu faktor instrinstrik, faktor yang memiliki hubungan keterkaitan antara tuntutan tugas dan tuntutan fisik. Kemudian faktor stuktur organisasi dan perkembangan karier. Beberapa penelitian yang telah diselesaikan dalam proses identifikasi dan analisis faktor-faktor yang menjadi sebab adanya masalah stress namun belum adanya solusi sehingga dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu menerapkan manajemen stress pada teknisi navigasi di bandar udara.

Bandara Kulanamu awal mulanya beroperasi sejak tahun 2013 hingga saat ini. Bandara Kulanamu memiliki luas lahan 1365 hektar dimana luas yang ada terminal seluas 118.930 m² serta memiliki kapasitas untuk menampung penumpang setiap tahun 10.000.000. Luas terminal kargo 13.000m² dengan kapasitas yang dapat diangkut sebesar 53.000 ton, Kristono (2020).

Beberapa penelitian manajemen stress yaitu manajemen stres merupakan kegiatan bagaimana manusia dapat mengatur tingkat stres yang ada pada dirinya sendiri sehingga tidak merugikan dirinya sendiri, Aulia (2020). Manajemen strategi merupakan suatu usaha dalam menyusun strategi yang disusun dari segala aspek yang dibuat menjadi satu kesatuan pada sebuah organisasi perusahaan di bidang penerbangan, Sugiarti (2021). Stres yang timbul dikarenakan beban kerja dan tekanan yang tinggi dalam pekerjaan serta iklim dan budaya organisasi dalam perusahaan yang kurang baik dapat memicu stress pada karyawan, Helina (2021). Adanya kondisi yang terjadi pada saat stress di masa pandemi covid-19 dapat dibagi menjadi 3 bentuk stress yaitu stress di lingkungan akademi, stress di lingkungan pekerjaan dan stress di lingkungan keluarga, Moh (2020). Pengaruh manajemen stres yang berperan untuk mediator antara stres di lingkungan pekerjaan dan tingkat kepuasan pekerja terhadap tingkat kinerja sangat berperan penting, Renny (2020). Untuk

mengurangi tingkat stres maka perlu adanya manajemen stres dengan meningkatkan pengetahuan tentang faktor yang terjadi dari protektif stres yaitu adanya dukungan yang berasal sosial serta adanya penambahan keterampilan untuk melakukan relaksasi pada otot-otot yang terasa kaku karena bekerja secara terus-menerus, Herdiana (2021). Latihan berfikir dengan memikirkan hal-hal yang positif dapat menurunkan tingkat stres dikarenakan tuntutan beban kerja, Exda (2021). Didalam melakukan penelitian perlu dilakukan identifikasi terhadap masing-masing faktor internal dan faktor eksternal dalam menganalisis faktor manajemen stress, Dwiananda (2020).

Didalam jasa perhubungan segala pelayanan yang telah disediakan dapat dinikmati oleh seluruh pengguna jasa, dengan kondisi dan fasilitas yang terbaik yang telah dipersiapkan secara maksimal, Mariayati, Lalu, dan Larasati(2020).

2. METODE

Penelitian ini telah berhasil dilakukan pada lokasi Bandara Kulanamu Medan dengan sampel penelitian sebanyak 44 responden teknisi telekomunikasi, navigasi dan pengamatan penerbangan. Pada proses pengumpulan data dilakukan dengan beberapa cara yaitu melalui observasi langsung dengan mengunjungi para responden dan wawancara dengan memberikan beberapa pertanyaan berupa kuisisioner. Kuisisioner dilakukan dengan cara mengisi *google form* dimana *link* diberikan kepada responden. Kuisisioner stres kerja dan beban kerja diisi oleh responden melalui *google form*. Dilakukan dengan observasi langsung ke lapangan serta mengambil data tambahan yang diperlukan berupa dokumen, catatan dan laporan perusahaan berupa data para responden. Data primer atau data yang utama diperoleh secara langsung dari teknisi di bandara kulanamu. Isi dari kuesioner membuat pertanyaan yang berkaitan dengan variable independen berupa faktor-faktor yang mempengaruhi stres dalam bekerja seperti faktor instrinstrik pekerjaan yaitu beban kerja, rutinitas dan kebisingan. Faktor individu yaitu umur, pendidikan, jenis kelamin, masa kerja, serta pertatan yang berisi indikator dalam menentukan stres kerja yang nantinya digunakan untuk menilai tingkatan stres responden. Data sekunder berupa penelusuran adanya dokumen tambahan, catatan-catatan yang dianggap penting untuk mendukung penelitian ini serta adanya laporan internal perusahaan seperti profil tempat

diambilnya penelitian, banyaknya karyawan yang bekerja dibidangnya.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas merupakan faktor internal intrinstik pekerjaan yaitu beban yang diberikan kepada para pekerja, waktu yang bebaskan kepada pekerja, rutinitas sehari-hari pekerjaannya dan tingkat kebisingan di lingkungan kerja. Pengembangan karir yaitu berupa adanya promosi yang diberikan kepada pekerja, tingkat kepuasan pekerja terhadap gaji, jenjang pendidikan dan kesempatan mengikuti pelatihan. Faktor personal individu atau pekerja yaitu jenjang umur, tingkatan pendidikan dan lamanya bekerja. Kemudian variabel terikat (dependent variabel) yaitu keselamatan kerja. Untuk analisis data dilakukan dengan dua cara yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis Univariat yaitu analisis yang dilakukan untuk melihat hubungan antara distribusi frekuensi pada variabel bebas dan variabel terikat. Sedangkan analisis bivariat yaitu analisis yang dilakukan dengan menggunakan uji-chisquare untuk mendapatkan tingkat kemungkinan atau probabilitas kejadian dimana persentasi Ci sebesar 95% dan derajat kemaknaan sebesar 5%.

3. HASIL

Hasil penelelitian dengan analisis univariat didapat gambaran faktor instrik dalam pekerjaan, gambaran pengembangan karir, dan gambaran faktor pekerja. Sedangkan analisis bivariat didapat hubungan antara faktor instrinstik dalam pekerjaan (beban yang diberikan kepada pekerja, rutinitas sehari-hari pekerjaannya dan tingkat kebisingan di lingkungan kerja), hubungan antara pengembangan karir (adanya promosi yang diberikan kepada pekerja, tingkat kepuasan pekerja terhadap gaji, jenjang pendidikan dan kesempatan mengikuti pelatihan promosi kerja kepuasan gaji dan pendidikan pelatihan), hubungan antara faktor pekerja (jenjang umur, tingkatan pendidikan dan lamanya bekerja) serta faktor-faktor yang berhubungan dengan manajemen stres diantaranya faktor instrinsik dalam pekerjaan, faktor pengembangan karir dan faktor pekeja itu sendiri terhadap manajemen stres kerja. Distribusi responden menurut faktor instrinstik pekerjaan pada teknisi telekomunikasi, navigasi dan pengamatan penerbangan di bandara udara kwalanamu deli serdang tahun 2021 dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Variabel Faktor Terhadap Instrinstik Pekerjaan

Variabel Faktor	Kategori	Jumlah	%
Beban Kerja	Berat	38	86,4
	Tidak Berat	6	13,6
Rutinitas	Sangat Tidak Setuju	8	18,2
	Setuju	33	75
	Sangat Setuju	5	11,4
Kebisingan	Sangat Tidak Setuju	6	13,6
	Setuju	31	70,5
	Sangat Setuju	7	15,9

Hasil penelitian mengenai manajemen stres pada pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 dihasilkan bahwa faktor manajemen stres kerja berdasarkan pengembangan karir (adanya promosi yang diberikan kepada pekerja, tingkat kepuasan pekerja terhadap gaji, jenjang pendidikan dan kesempatan mengikuti pelatihan promosi kerja kepuasan gaji dan pendidikan pelatihan), diperlihatkan seperti pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Variabel Faktor Terhadap Karir

Variabel Faktor	Kategori	Jumlah	%
Promosi Kerja	Tidak Memuaskan	24	54,5
	Memuaskan	20	45,5
Kepuasan Kerja	Sangat Tidak Setuju	1	2,2
	Setuju	23	52,3
	Sangat Setuju	20	45,5
Pendidikan dan Pelatihan	Sangat Tidak Setuju	3	6,8
	Setuju	27	61,4
	Sangat Setuju	14	34,1

Hasil penelitian mengenai manajemen stres pada pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 dihasilkan bahwa faktor manajemen stres kerja berdasarkan faktor pekerja (jenjang umur, tingkatan pendidikan dan lamanya bekerja) diperlihatkan pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Variabel Faktor Pekerja

Variabel Faktor	Kategori	Jumlah	%
Umur	≥30 Tahun	25	56,2
	<30 Tahun	19	43,8
Pendidikan	D3	23	51,2
	S1	11	48,8
Masa Kerja	< 5 Tahun	9	20,5
	5-10 Tahun	26	59,1
	> 10 Tahun	9	20,5

Analisis bivariat yaitu hubungan faktor instrinstik dalam pekerjaan (beban yang diberikan kepada pekerja, rutinitas sehari-hari pekerjaannya dan tingkat kebisingan di lingkungan kerja). Adapun hubungan antara beban yang diberikan kepada pekerja, rutinitas sehari-hari pekerjaannya dan tingkat kebisingan di lingkungan kerja pada pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 ditunjukkan pada Tabel 4.

Tabel 4. Distribusi Hubungan Beban kerja Terhadap Manajemen Kerja

Beban Kerja	Manajemen Stres Kerja						Total	P V a l u e
	Berat		Ringan		Tidak Stres			
	N	%	N	%	N	%		
Berat	30	6,8	1	2,2	7	15,9	38	100
Tidak Berat	3	6,8	2	4,5	1	2,2	6	100

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat, responden yang menyatakan adanya pengaruh beban pekerjaan yang berat sebanyak 30 orang dari 38 (68%) pekerja mengalami stress kerja dengan beban yang berat sebanyak 38 orang. Diantara para pekerja yang menyatakan beban kerja tidak mempengaruhi pekerjaan sebanyak 3 orang dari 6 orang (6,8%) serta pekerja yang tidak mengalami stress kerja yang berat. Dengan menggunakan uji statistik didapat nilai $p = 0,001$ dimana nilai $p < 0,05$ maka dapat diambil kesimpulan bahwa adanya hubungan antara

beban pekerjaan yang diberikan terhadap tingkat manajemen stres para pekerja di lingkungan para teknisi penerbangan.

Hubungan rutinitas pekerjaan dengan manajemen stres kerja pada pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 dapat diperlihatkan pada Tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Hubungan antara Rutinitas terhadap manajemen kerja

Rutinitas	Manajemen Stres Kerja						Total	P V a l u e
	Berat		Ringan		Tidak Stres			
	N	%	N	%	N	%		
Sangat tidak setuju	4	9	2	4,5	2	4,5	8	100
Setuju	23	56,8	5	11,3	3	6,8	31	100
Sangat Setuju	3	68	1	2,2	1	2,2	5	100

Dari hasil yang di tunjukkan pada Tabel 5 menunjukkan bahwa responden yang menyatakan rutinitas pekerjaan mempengaruhi manajemen stress dengan pekerja 25 orang dari 33 (56,8%) menyatakan setuju bahwa rutinitas pekerjaan yang diberikan mempengaruhi tingkat manajemen stres dalam bekerja. Diantara para pekerja yang menyatakan rutinitas pekerjaan tidak setuju dalam mempengaruhi pekerjaan mereka yaitu 4 dari 8 orang (9%). Dengan menggunakan uji statistik di dapat nilai $p = 0,015$ dimana nilai $p < 0,05$. Dari hasil tersebut dapat diambil kesimpulan yaitu adanya hubungan beban pekerjaan yang diberikan dengan manajemen stres pada pekerjaan.

Hubungan antara tingkat kebisingan di lingkungan tempat bekerja dengan manajemen stres pada pekerjaan pada pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 diperlihatkan Tabel 6.

Dari hasil tabel tersebut, diketahui bahwa responden menyatakan adanya hubungan kebisingan di lingkungan tempat bekerja mempengaruhi manajemen stress para pekerja dengan 25 orang dari 33 (56,8%) pekerja yang setuju bahwa kebisingan di lingkungan tempat bekerja mempengaruhi manajemen stres dalam bekerja. Diantara para pekerja yang menyatakan bahwa rutinitas dalam melakukan pekerjaan menyatakan sangat tidak setuju sebanyak 4 orang dari 6 orang (9%) berpengaruh dalam manajemen stres dalam bekerja. Dengan menggunakan uji statistik di dapat nilai $p = 0,007$ dimana nilai $p < 0,05$. Dari hasil diatas dapat diambil kesimpulan bahwa adanya hubungan antara beban yang diberikan kepada para pekerja dengan manajemen stres dalam bekerja.

Tabel 6. Distribusi Hubungan Antara Kebisingan Terhadap Manajemen Kerja

Kebisingan	Manajemen Stres Kerja						Total	P V a l u e	
	Berat		Ringan		Tidak Stres				
	N	%	N	%	N	%			
Sangat tidak setuju	4	9	1	2,2	1	2,2	6	100	
Setuju	25	56,8	5	11,3	1	2,2	31	100	0,07
Sangat Setuju	3	68	2	4,5	1	2,2	7	100	

Hubungan antara pengembangan karir (adanya promosi yang diberikan kepada pekerja, tingkat kepuasan pekerja terhadap gaji, jenjang pendidikan dan kesempatan mengikuti pelatihan promosi kerja kepuasan gaji dan pendidikan pelatihan), terhadap manajemen stres.

Adanya hubungan antara promosi terhadap manajemen stres pada pekerja pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 diperlihatkan Tabel 7.

Tabel 7. Distribusi Hubungan Menurut Promosi Kerja Terhadap Manajemen Stres

Promosi Kerja	Manajemen Stres Kerja						Total	P V a l u e	
	Berat		Ringan		Tidak Stres				
	N	%	N	%	N	%			
Tidak Memuaskan	14	58,3	8	33,3	2	8,3	24	100	
Memuaskan	7	35	10	50	3	15	20	100	0,469

Berdasarkan data diatas, banyaknya responden yang menyatakan bahwa adanya promosi dalam bekerja mempengaruhi manajemen stress dimana 14 orang dari 24 (58,3%) menjawab bahwa pekerja merasa tidak memuaskan promosi kerja mempengaruhi manajemen stres dalam bekerja. Diantara pekerja yang menyatakan bahwa promosi kerja memuaskan menjawab 7 dari 20 orang (35%) bahwa promosi kerja mempengaruhi manajemen stres dalam bekerja. Dari uji statistik diperoleh nilai $p = 0,469$ dinyatakan bahwa nilai $p < 0,05$ maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak adanya hubungan antara promosi kerja dengan manajemen stres dalam bekerja.

Hubungan antara kepuasan gaji dengan manajemen stres pada teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 ditunjukkan Tabel 8.

Tabel 8. Distribusi Hubungan Menurut Kepuasan Gaji Terhadap Manajemen Stres

Kepuasan Gaji	Manajemen Stres Kerja						Total	P V a l u e	
	Berat		Ringan		Tidak Stres				
	N	%	N	%	N	%			
Sangat tidak setuju	1	10	0	0	0	0	1	100	
		0							0,509

Setuju	11	47,8	5	21,7	7	7	23	100
Sangat Setuju	8	40	8	40	4	4	20	100

Dari tabel diatas diketahui bahwa responden menyatakan adanya kepuasan terhadap gaji yang tidak sesuai, 11 orang dari 23 orang (47,8%) pekerja menyatakan setuju bahwa gaji mempengaruhi manajemen stres dalam bekerja. Diantara para pekerja yang menyatakan puas dalam gaji yaitu 8 dari 20 orang (40%) mempengaruhi manajemen stres dalam bekerja. Dari uji statistik diperoleh nilai $p = 0,509$, dimana nilai $p > 0,05$. Dari hasil analisis tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa tidak adanya hubungan antara kepuasan gaji dengan manajemen stres dalam bekerja.

Hubungan antara pendidikan dan pelatihan dengan manajemen stres pada para teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 diperlihatkan Tabel 9.

Tabel 9. Distribusi Hubungan Antara Pendidikan dan Pelatihan Terhadap Manajemen Stres

Pendidikan dan Pelatihan	Manajemen Stres Kerja						Total	P Value	
	Berat		Ringan		Tidak Stres				
	N	%	N	%	N	%			
Sangat tidak setuju	1	33,3	1	33,3	1	33,3	3	100	0,44
Setuju	7	25,9	10	37	10	37	27	100	
Sangat Setuju	8	57,1	3	21,4	3	21,4	14	100	

Dari Tabel 9 dapat diketahui bahwa responden yang menyatakan pendidikan dan pelatihan sangat setuju mempengaruhi manajemen stres diperoleh bahwa ada sebanyak 8 orang dari 14

orang (57,1%) pekerja setuju mempengaruhi manajemen stres kerja. Diantara para pekerja yang bahwa pendidikan dan pelatihan mempengaruhi manajemen stres dalam bekerja sebanyak 10 dari 27 orang (37%). Dari uji statistik di dapat nilai $p = 0,44$ dimana nilai $p > 0,05$. Dari hasil tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa tidak adanya hubungan antara pendidikan dan pelatihan dengan manajemen stres dalam bekerja

4. PEMBAHASAN

Beberapa faktor yang diamati dalam faktor intrinsitik dalam pekerjaan yaitu hubungan antara beban pekerjaan dengan stres dalam bekerja, hubungan antara rutinitas pekerjaan dengan stres dalam bekerja, dan hubungan antara kebisingan di lingkungan kerja dengan stres dalam bekerja.

a. hubungan antara beban pekerjaan terhadap manajemen stres dalam bekerja.

Dalam penentuan variabel beban pekerjaan dapat disimpulkan diantaranya pekerja yang memiliki beban yang berat dalam bekerja dan tidak berat memiliki tingkat persentase yang cukup jauh, dimana pekerja memiliki beban kerja yang berat persentase 86,4%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tugas dan tanggung jawab yang diberikan oleh pekerja memiliki beban kerja yang berat sebagai teknisi yang bertanggung jawab dibidangnya masing-masing yaitu teknisi dibidang fasilitas CNS dan otomasi memiliki tugas pengelolaan pemeliharaan fasilitas CNS serta menjalankan berdasarkan SOP terkait fungsi teknik, teknisi dibidang keselamatan bidang operasi dan keamanan memiliki tugas melakukan supervisi, inspeksi dan evaluasi atas kualitas pelayanan lalu lintas penerbangan, telkomunikasi penerbangan, serta melakukan kegiatan standarisasi dan sertifikasi pelayanan navigasi penerbangan bidang operasi dan keamanan. Tugas teknisi telekomunikasi yaitu menyiapkan dan mengoperasikan peralatan komunikasi dan navigasi peralatan pengamatan penerbangan,, melaksanakan dalam perencanaan pemeliharaan peralatan komunikasi dan navigasi peralatan penerbangan penerbangan, melaksanakan kegiatan ground check dan flight calibration untuk peralatan komunikasi dan navigasi pengamatan penerbangan.

Berdasarkan analisa yang telah didapat, diharapkan para pekerja yang bekerja di lapangan

dapat beradaptasi dengan beban pekerjaan yang harus diselesaikan terhadap kemampuan dalam menyelesaikan suatu pekerjaan sehingga pekerjaan yang menumpuk dapat terhindar.

b. hubungan antara rutinitas pekerjaan terhadap manajemen stres dalam bekerja

Dalam penentuan variabel rutinitas pekerjaan, hasil penelitian yang didapat menunjukkan bahwa pekerja yang merasakan rutinitas dalam bekerja memiliki persentase membosankan mencapai 75% dari 44 responden, sedangkan sisanya 25% merasakan rutinitas yang dilakukan dalam sehari-hari pada pekerjaannya tidak membosankan. Penelitian ini dilakukan dengan analisis bivariat dimana menunjukkan hubungan antara variabel rutinitas pekerjaan dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 dengan nilai $p = 0,015$. Berdasarkan analisis dengan menggunakan bivariat dapat diketahui bahwa pekerja merasakan kebosanan serta mengalami stres berat dalam bekerja dengan tingkat persentase sebesar 56,8%, akan tetapi ada juga pekerja yang merasakan pekerjaannya dalam rutinitas tidak membosankan dan mengalami stres dalam bekerja dengan berat persentasenya mencapai 9 %.

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa rutinitas dalam bekerja yang telah dirasakan oleh pekerja adalah membosankan bagi sebagian besar teknisi di lapangan, karena pekerja harus melakukan kegiatan rutinitas yang sama selama 24 jam pada jam kerja. Dihadapkan dengan rutinitas pekerjaan sehari-hari yang sifatnya monoton, maka para pekerja diharapkan dapat menyisiat keada di lingkungan kerja dengan mengisi kegiatan lainnya yang bermanfaat dalam menghilangkan kejenuhan yang menyebabkan timbulnya stres dalam bekerja.

c. hubungan antara kebisingan di lingkungan kerja dengan manajemen stres dalam bekerja

Kebisingan adalah salah satu dari sekian banyak faktor yang berhubungan dengan manajemen stres dalam bekerja. Dari pembahasan pada tabel 4.2 dapat dilihat bahwa sebagian besar dari responden yaitu para pekerja di lapangan menyatakan bahwa faktor kebisingan di lingkungan kerja mengganggu dengan tingkat

persentase 86,4%. Berdasarkan analisis bivariat dapat dilihat bahwa adanya hubungan yang saling berkaitan antara kebisingan dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021.

Kondisi fisik dan kondisi mental seorang pekerja juga mempengaruhi dalam menyelesaikan pekerjaan yang diberikan kepada para pekerja. Kondisi fisik dalam pekerjaan yang membangkitkan stres kerja adalah kebisingan. Dimana suara bising dapat menimbulkan gangguan sementara atau tetap pada alat pendengaran serta menyebabkan peningkatan dari kesiagaan dan ketidakseimbangan psikologis dan mental.

Beberapa faktor yang diamati dalam faktor pengembangan karir dalam pekerjaan yaitu hubungan antara promosi kerja dengan stres dalam bekerja, kepuasan gaji dengan stress dalam bekerja, dan hubungan antara jenjang pendidikan dan pelatihan dengan stress dalam bekerja.

a. hubungan antara promosi kerja yang diberikan dengan manajemen stres dalam bekerja

Berdasarkan pembahasan yang ditunjukkan tabel 2, dapat diketahui sebagian besar dari responden yang telah mengisi kuesioner menyatakan promosi kerja memiliki tingkat persentase 54,5% dengan kategori tidak memuaskan. Dengan menggunakan analisis bivariat yang telah dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa tidak adanya hubungan yang saling berkaitan antara promosi kerja dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021.

b. hubungan antara kepuasan dalam pemberian gaji dengan manajemen stres dalam bekerja

Berdasarkan pembahasan yang telah ditunjukkan pada tabel 2 dapat dilihat bahwa hampir sebagian besar responden yang mengisi kuesioner menyatakan bahwa gaji yang telah diberikan oleh perusahaan sesuai dengan tingkat persentase hingga 97,8%. Berdasarkan analisis bivariat yang telah dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa tidak adanya hubungan yang saling berkaitan antara kepuasan dalam pemberian gaji dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021.

c. hubungan antara jenjang pendidikan dan pelatihan dengan manajemen stres dalam bekerja

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah ditunjukkan pada tabel 2, dapat dilihat bahwa hampir sebagian besar dari responden yang telah mengisi kuesioner menyatakan bahwa jenjang pendidikan dan peluang diberikan pelatihan sesuai dengan tingkat persentase 95,5%. Berdasarkan analisis bivariat yang dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa tidak adanya hubungan yang saling berkaitan antara jenjang pendidikan dan peluang pelatihan kerja yang diberikan dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021.

Berdasarkan jenjang pendidikan dan peluang pelatihan yang sudah ada pada setiap unit kerja sudah cukup baik serta dapat menunjang pelaksanaan kerja. adanya peluang peningkatan pendidikan dan peluang mengikuti pelatihan pada pekerja tidak hanya sekedar menambah wawasan dan keterampilan para pekerja, namun dapat meningkatkan kemampuan pekerja dalam mengikuti perkembangan teknologi yang ada saat ini, sehingga dapat menciptakan pekerja yang kompeten.

Beberapa faktor yang diamati dalam faktor pekerja dalam pekerjaan yaitu hubungan antara rentang umur dengan stres dalam bekerja, hubungan antara jenjang pendidikan dengan stres dalam bekerja, dan hubungan antara lamanya bekerja dengan stres dalam bekerja.

a. hubungan antara rentang umur dengan manajemen stres dalam bekerja

Berdasarkan hasil pembahasan pada tabel 3 diketahui bahwa tingkatan umur dari responden yang mengisi kuesioner dengan persentase 56,2 % untuk umur > 30 tahun dan 43,8 untuk umur < 30 tahun. Dengan menganalisis menggunakan bivariat yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa responden yang telah mengisi kuesioner dengan umur > 30 tahun tingkat persentase 60% mengalami stres dalam bekerja dengan tingkat berat dibandingkan dengan responden pada usia < 30 tahun. Responden yang mengalami stres dalam bekerja dengan tingkat berat memiliki persentase 52,6%. Dengan melakukan uji statistik, ditunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang saling berkaitan antara jenjang umur dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kuala

Namu Deli Serdang Tahun 2021 dengan nilai $p = 0,469$.

Pada dasarnya umur dan pengalaman dalam bekerja lebih meningkatkan kemampuan, penghargaan, keyakinan, serta tanggung jawab yang besar dalam bekerja. Umur juga mampu mempengaruhi kondisi tubuh seorang. Jika pekerja memiliki usia yang cukup muda maka dianggap mampu melakukan pekerjaan dengan tingkat berat dibandingkan dengan pekerja yang memiliki usia lanjut, karena dianggap lebih cepat lelah dan tidak mampu bergerak dengan lincah dan gesit dalam menyelesaikan tugasnya sehingga dapat mempengaruhi kinerja dalam bekerja.

b. hubungan antara jenjang pendidikan dengan manajemen stres dalam bekerja

Berdasarkan hasil pembahasan pada tabel 3 dapat diketahui bahwa responden memiliki jenjang akhir pendidikan Diploma 3 dengan persentase 51,2%. Berdasarkan analisis bivariat yang dilakukan, maka dapat dikatakan bahwa tidak adanya hubungan yang saling berkaitan antara jenjang pendidikan dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 dengan nilai $p = 0,075$.

Hasil yang didapat menyatakan bahwa tingkat pendidikan yang rendah tidak selalu mengalami stres dalam bekerja serta pekerja yang mempunyai pendidikan yang tinggi tidak selalu terbebas dari kemungkinan mengalami stres dalam bekerja. Pekerja dituntut memiliki kemampuan yang sepadan dengan pekerjaan yang dikerjakan agar mampu bertanggung jawab dalam menyelesaikan tugas dan tanggung jawab yang diberikan kepadanya.

c. hubungan antara lamanya bekerja dengan manajemen stres dalam bekerja

Berdasarkan hasil pembahasan tabel 3 diketahui bahwa responden yang mengisi kuesioner memiliki lama kerja dari 5 tahun hingga 10 tahun dengan persentase 59,1%. Dengan menganalisis menggunakan bivariat, menunjukkan bahwa tidak adanya kaitan antara lamanya bekerja dengan stres dalam bekerja pada pekerja teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 dengan nilai $p = 0,075$.

Lamanya bekerja memiliki potensi terjadinya stres dalam bekerja. Baik masa dalam bekerja sebentar atau lama dapat mengalami stres

dalam bekerja hal ini ditambah lagi dengan adanya beban pekerjaan yang sangat besar. Adapun upaya yang dilakukan dalam mencegah terjadinya stres dalam bekerja adalah dengan menciptakan kondisi yang nyaman di lingkungan kerja serta meningkatkan hubungan yang baik dalam pekerjaan sehingga mampu mengurangi tingkat kejenuhan akibat lamanya bekerja. Kemudian melakukan program rotasi pekerja pada setiap setahun sekali juga dapat mengurangi kemungkinan stres dalam bekerja hal ini dikarenakan lingkungan dan suasana yang baru dapat menimbulkan semangat baru serta tantangan yang baru dalam setiap pekerjaan yang diberikan dalam bekerja.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada pekerja teknisi teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kuala Namu Deli Serdang Tahun 2021 dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran stres kerja, faktor internal intrinsik dalam pekerjaan yaitu hubungan antara beban pekerjaan dengan stres dalam bekerja, hubungan antara rutinitas pekerjaan dengan stres dalam bekerja, dan hubungan antara kebisingan di lingkungan kerja dengan stres dalam bekerja. (beban kerja, rutinitas dan kebisingan), pengembangan karir (hubungan antara promosi kerja dengan stres dalam bekerja, kepuasan gaji dengan stress dalam bekerja, dan hubungan antara jenjang pendidikan dan pelatihan dengan stress dalam bekerja distribusinya sebagai berikut:

- a. Pada responden sebanyak 44 pekerja yang telah mengisi kuesioner, persentase pekerja yang mengalami stres dengan tingkat berat sebesar 68% pekerja mengalami stres kerja dengan tingkat ringan sebesar 2,2 %.
- b. Tingkat pekerja yang menyatakan bahwa beban kerja yang diberikan tidak berat memiliki persentase 6,8%.
- c. Persentase pekerja menyatakan rutinitas dalam bekerja membosankan sebesar 63,6% dan 36,4% yang menyatakan rutinitas dalam bekerja tidak membosankan.
- d. Kebisingan di tempat kerja mengganggu memiliki tingkat persentase sebesar 63,6% dan yang lainnya menyatakan tidak mengganggu sebesar 37,4 % .

e. Promosi kerja memuaskan memiliki tingkat persentase 41,7% dan yang lainnya menyatakan tidak puas dengan persentase 58,3% .

f. Tingkat kepuasan pekerja dalam pemberian gaji memiliki persentase 87,8% sedangkan sisanya yaitu 12,2 % menyatakan tidak puas terhadap pemberian gaji.

g. Pekerja puas dengan adanya kesempatan mendapatkan pendidikan dan pelatihan dengan tingkat persentase sebesar 83% dan sisanya tidak memuaskan sebesar 17%.

h. adapun rentang usia pekerja teknisi dikategorikan menjadi 2 kategori yaitu umur ≥ 30 tahun dengan persentase 56,8 % dan < 30 dengan persentase 43,2%.

2. Faktor-faktor yang mengindikasikan adanya hubungan antara faktor intrinsik dengan manajemen stres dalam bekerja pada teknisi telekomunikasi, navigasi dan keselamatan penerbangan di Bandar Udara Kualanamu Deli Serdang Tahun 2021 adalah pada beban kerja, rutinitas, kebisingan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada lembaga penelitian dan pengabdian kepada masyarakat (LPPM) Politeknik Penerbangan Medan yang memberikan arahan, fasilitas, dana dalam pelaksanaan penelitian ini, serta PT. Angkasa Pura II Bandara Kualanamu selaku pengelola bandara yang telah mendampingi dalam pelaksanaan survey dan pengisian kuesioner khususnya para teknisi telekomunikasi, navigasi dan pengamatan udara yang berkontribusi sebagai responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Dina, Y., Kristono, S., Pribadi, A., (2020). Pengalaman Penumpang Terhadap Penerapan Digitasifikasi Fasilitas Bandara di Bandara Udara Kualanamu Medan. *Warta Ardha: Jurnal Perhubungan Udara*, 46(2), 84-95. <https://dx.doi.org/10.25104/wa.v46i2.387.84-95>
- Aulia Z.B.M., Ester.L, Terry.Y.R.P. (2020). Teknik Manajemen Stres yang Paling Efektif pada Remaja : Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* 12(4), 191-196.

- Sugiarti. (2021). Peranan Manajemen Strataegi Perusahaan Penerbangan dalam Menghadapi Perubahan Industri Jasa Angkutan Udara. *Jurnal Universitas Surya Darma* 5(1), 71-78.
<https://dx.doi.org/10.25104/wa.v46i1.390.18-25>.
- Helina.A., & Lydia S.H. (2021). Peranan Manajemen Stres dan Konflik Karyawan dalam Mengatasi Pergantian Manajemen Perusahaan. *Jurnal Mitra Manajemen* 5(4), 223-230.
<https://doi.org/10.52160/ejmm.v5i4.523>
- Moh.M., (2020). Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2).192-201.
- Renny, R., & Maria, W. (2020). Analisa Peran Manajemen Stress sebagai Mediasi Pengaruh Stres dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja. *Airman: Jurnal Ilmiah Administrasi Bisnis*, 16(2), 185–206.
<https://doi.org/10.26593/jab.v16i2.4345.185-206>.
- Herdiana, C.M., & Andrian, P. (2021). Penyuluhan Manajemen Stress dan Teknik Relaksasi pada Komunitas Rumah Singgah. *Jurnal Sosial dan Humaniora*, 2(1), 15-22.
<https://doi.org/10.24123/soshum.v2i1.3960>.
- Exda, H.L., Norman, W.G., Fida, H., (2021). Manajemen Stres dengan Latihan Berpikir Positif di Masa Pandemi Covid-19. *Gemassika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(1), 77-81.
<https://doi.org/10.30787/gemassika.v5i1.705>.
- Dwiananda, A.W., Prasadja, R., Vica, N.H., Aditya, W., (2020). Formulasi Strategi dalam Meningkatkan Seat Load Factor Penerbangan PT. Garuda Indonesia pada Rute Surabaya-Lombok. *Jurnal Perhubungan Udara Warta Ardhia*, 46(2), 71-83.
<https://dx.doi.org/10.25104/wa.v46i2.392.71-83>.
- Maryati, K., (2020). Sistem Manajemen Pemeliharaan Perkerasan Landasan di Bandar Udara. *Jurnal Perhubungan Udara Wartha Ardhia*, 46(2), 133-146.
- Lalu, M.S. (2020). Manajemen Stres Pemandu Lalu Lintas Udara (Air Traffic Controller) Studi Kasus MATSC-Makasar, *Warta Ardhia: Jurnal Perhubungan Udara*. 46(1), 39-46.
<http://dx.doi.org/10.25104/wa.v46i1.376.39-46>.
- Larasati, A., Paul, A.T., Kawatu, Fima, L.F.G, Langi., (2019). Hubungan Antara Beban Kerja dan Masa Kerja dengan Stres Kerja pada Security Check Point di PT. Angkasa Pura I Bandar Udara Internasional Sam Ratulangi Manado. *Medical Scope Journal*, 1(1), 16-20.
<https://doi.org/10.35790/msj.1.1.2019.26626>.