

## BAB 7

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 7.1 Kesimpulan

Bahaya psikososial kerja adalah salah satu bahaya yang ada di tempat kerja. Namun karena sifatnya yang berbeda dengan bahaya lainnya, yaitu sulit untuk dideteksi dengan panca indera atau bersifat *abstrak*, maka tak banyak perusahaan yang telah melakukan identifikasi terhadap bahaya psikososial ini. Meskipun dianggap sulit namun dengan menggunakan teori dan referensi yang berkaitan dengan stress kerja, proses penilaian terhadap bahaya psikososial di tempat kerja dapat dilakukan.

Dari penelitian ini dapat terlihat bahwa sebanyak 54,5% pekerja atau 36 orang dari total responden yaitu 66 orang di bagian *direct service* PT.Trakindo Utama Cabang Jakarta telah mengetahui dan memahami tentang adanya bahaya psikososial di tempat kerja, namun bagi mereka faktor-faktor tersebut tidaklah menjadi suatu beban yang memberatkan atau mengganggu dalam menjalankan pekerjaan mereka sehari-hari. Sedangkan sisanya, yaitu 45,5% atau 30 orang responden merasa mulai terganggu dan merasa terbebani dalam melaksanakan pekerjaan sehari-hari.

Mengkaji lebih dalam tentang bahaya psikososial ini, peneliti membagi dua bagian faktor yang diteliti yaitu *context* dan *content of work*. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa faktor *content of work* dinilai oleh 51,14% pekerja sebagai faktor yang terasa lebih membebani mereka dibandingkan dengan faktor *context of work*.

Dari hasil analisis per *section* kerja di PT.Trakindo Utama Jakarta didapatkan bahwa *section engine* memiliki persepsi yang lemah terbanyak yaitu ada lima variabel, yang terdiri dari variabel budaya kerja 66,7%, pengembangan karir 66,7%, pengambilan keputusan 58,3%, desain tugas 58,3% dan jadwal kerja 58,3%. Sedangkan *machine section* hanya dua variabel yang dipersepsikan lemah atau membebani mereka yaitu variabel pengambilan keputusan 60% dan variabel desain tugas 55%. Dan dua *section* lainnya yaitu *field* dan *small component*

mempersiapkan bahwa sembilan variabel yang diteliti tidak menjadi beban dan tidak mengganggu mereka dalam menjalankan pekerjaannya sehari-hari.

Tiga variabel yang dipersiapkan pekerja paling membebani mereka yaitu jadwal kerja 31 responden, pengambilan keputusan 30 responden, serta lingkungan dan peralatan kerja 29 responden.

Dari data yang didapat dalam penelitian ini, maka aspek bahaya psikososial penting untuk mulai diperhatikan karena hal ini berpengaruh besar pada penyebab dasar (*basic causes*) pada ILCI model, yaitu yang terdiri atas faktor personal dan faktor pekerjaan. Jika aspek psikososial ini tidak diperhatikan maka faktor personal yang ada (kemampuan, pengetahuan, keterampilan, tekanan, dan motivasi) akan berkurang atau terganggu, dimana hal ini dapat menyebabkan timbulnya stress kerja yang dapat mengganggu kesehatan pekerja atau terhadap keselamatan yaitu dapat menimbulkan suatu *incident* dan *loss* yang akan merugikan pekerja, perusahaan, keluarga atau lingkungan sekitarnya.

## 7.2 Saran

Dari hasil penelitian yang didapat, penting bagi PT.Trakindo Utama cabang Jakarta untuk mulai melakukan identifikasi bahaya psikososial kerja ini salah satu cara yaitu dengan memasukannya ke dalam manajemen risiko yang dilakukan perusahaan atau Identifikasi Bahaya dan Penilaian Risiko (IBPR) yang ada di setiap *section*.

Program-program yang ada dan sudah berjalan secara kontinu dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk mensosialisasikan masalah bahaya psikososial kerja ini kepada para pekerja. Misalnya pada saat *toolbox meeting* yang dilaksanakan setiap pagi sebelum bekerja, atau saat *safety talk* yang dilaksanakan setiap hari jumat.

Program training yang telah tersusun dan berjalan juga dapat dimanfaatkan. Yaitu dengan memasukan materi khusus tentang management stress yang berkesinambungan, termasuk didalamnya karyawan diberi pengetahuan tentang sifat

dan berbagai macam sumber stress, efek stress serta cara penanggulangan stress melalui kemampuan individu.

Perlunya membuat suatu program *peer education*, dimana program ini lebih mengutamakan pentingnya perhatian dan kerjasama antar rekan kerja. Dengan begitu jika rekan kerja memiliki suatu masalah, maka rekan kerjanya sedikit banyak dapat membantu untuk menyelesaikan permasalahan tersebut agar tidak berlarut-larut dan mengganggu performance kerja.

Kegiatan lain yang sering dilaksanakan oleh *service department* yang dapat dimanfaatkan terkait bahaya psikososial dan stress kerja ini adalah *family gathering*, atau *outbond*. Dalam kegiatan tersebut dapat dimasukan suatu acara dimana para pekerja dapat berbicara dengan bebas dan sopan tentang segala permasalahan atau hal-hal yang mengganjal terkait dengan pekerjaan. Hal ini untuk meningkatkan komunikasi yang terbuka dan dua arah yaitu antara pekerja dan pihak manajemen (*supervisor, foreman, manager* atau bahkan *branch manager*).

Dan tak lupa membuat program evaluasi (*review and develop*) jika program-program di atas telah mulai berjalan. Hal ini bertujuan untuk mengevaluasi keberhasilan program stress management. Salah satu cara yang dapat dilaksanakan yaitu dengan melakukan *stress survey* yang berkesinambungan. Yang diharapkan lebih lanjut bahwa hasil evaluasi ini nantinya dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki program-program selanjutnya.