

ABSTRAK

Hubungan antar individu yang kurang baik dapat menjadi persaingan dalam suasana kerja, sehingga menimbulkan beban bagi karyawan. Selain itu faktor pekerjaan juga dapat menimbulkan beban psikologi bagi karyawan. Target yang harus dicapai, batas waktu yang ketat, dan harapan tinggi dari pimpinan atau rekan kerja merupakan pemicu stres. Penelitian ini dilakukan menganalisis faktor individu dan faktor pekerjaan yang berhubungan dengan stres kerja pada pekerja operasi di PT. Terminal Petikemas MNO.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan mengambil populasi 281 pegawai dengan 74 sampel yang diperoleh dari rumus *slovin*. Teknik pengambilan sampling menggunakan *purposive sampling* dengan mengisi kuesioner stres kerja menggunakan kuesioner Permenaker No. 5 tahun 2018 dan beban kerja menggunakan kuesioner NASA-TLX, dengan uji *spearman* untuk menguji hubungan.

Hasil penelitian menunjukkan 5 responden mengalami stres ringan, 3 responden mengalami stres sedang, dan 66 responden mengalami stres berat. Hasil uji bivariat menggunakan uji *spearman* didapatkan nilai *p-value* usia 0,000, pendidikan 0,000 dan status gizi 0,167. Sedangkan nilai *p-value* pada masa kerja 0,000, beban kerja 0,000, dan *Shift* kerja 0,255.

Kesimpulan yang dapat di ambil yaitu terdapat hubungan antara faktor individu seperti usia dan pendidikan dengan stres kerja. Dan terdapat hubungan antara faktor pekerjaan seperti masa kerja dan beban kerja dengan stres kerja. Sedangkan status gizi dan *Shift* kerja tidak terdapat hubungan dengan stres kerja. Oleh karena itu disarankan bagi perusahaan untuk memberikan sosialisasi kepada pekerja, mengadakan kegiatan senam bersama di pagi hari.

Kata kunci : Faktor Individu, Faktor Pekerjaan, Stres Kerja, NASA-TLX