

HUBUNGAN UMUR DAN MASA KERJA DENGAN STRES KERJA PADA OPERATOR SPBU

The Relationship Of Age And Period Of Work With Job Stress For Spotting Station Operators

Putri Nurul Wulan^{*}, Taslim², Muh Rudini³

^{1*}Bagian Keselamatan dan Kesehatan Kerja Program Studi Kesehatan Masyarakat, Stikes Baramuli
Pinrang, Email : handaniks90@gmail.com

ABSTRACT

Visual impairment in school-age children is a serious public health problem and can affect their academic and psychosocial development. Undetected and untreated visual impairment can significantly impact students' academic achievement. This study aimed to determine factors related to the normal visual distance of students at SDN 252 Pinrang, Tiroang District, in 2025. This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The population of SDN 252 Pinrang Community students was 156, and the sample size was 112. The sampling technique used was proportional stratified random sampling. The results showed a relationship between ergonomic letter size and students' normal visual distance and lighting intensity with students' normal visual distance. The p-value was 0.001, indicating a p-value of 0.05, thus rejecting H₀ and accepting H_a. Based on the above results, it is recommended that the school provide lighting in several classrooms that do not have lighting to ensure classroom lighting meets standards. And it is recommended to class teachers that in the teaching and learning process they always apply ergonomics, namely the use of ergonomic letter sizes on the blackboard by providing lines on the blackboard to limit the letter size according to the reading distance of the students sitting furthest from the blackboard.

Keywords: Age, Work Period, Work Stress

ABSTRAK

Stress merupakan tekanan psikologis yang dapat mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan baik fisik maupun mental. Stress kerja adalah salah satu resiko dari kelelahan kerja. Stress kerja adalah suatu kondisi ketegangan yang menciptakan adanya ketidak seimbangan fisik dan psikis, yang mempengaruhi emosi, proses berfikir dan kondisi seorang karyawan. (Latif, 2020) Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional study*. Dimana penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan umur dan masa kerja dengan stress kerja pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang. Penelitian ini dilakukan di SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025. jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 32 operator SPBU. Hasil penelitian yang didapatkan bahwa ada hubungan antara umur dengan stress kerja pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang dengan nilai p 0,001, selanjutnya didapatkan pula bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan stress kerja pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang dengan nilai p 0,002. Saran dalam penelitian ini pihak pengelola SPBU sebaiknya mempertahankan komposisi usia pekerja yang seimbang antara pekerja muda dan pekerja berusia lebih matang. Pekerja muda biasanya memiliki stamina dan kecepatan kerja yang baik, sementara menghadapi situasi kerja yang kompleks.

Kata Kunci : Umur, Masa Kerja, Stress Kerja

PENDAHULUAN

Stress kerja merupakan kondisi ketegangan yang dapat memengaruhi emosi, proses berpikir, dan kondisi fisik seseorang, yang muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan

dan kemampuan individu untuk memenuhinya. Fenomena ini sering kali terjadi pada tenaga kerja di sektor pelayanan publik, termasuk operator Stasiun Pengisian Bahan Bakar Umum (SPBU), yang setiap harinya dihadapkan pada

tuntutan pekerjaan yang tinggi, tanggung jawab terhadap keselamatan operasional, serta beban pelayanan terhadap konsumen dalam waktu yang relatif panjang.

Stress kerja adalah ketidak seimbangan antara kemampuan fisik maupun psikologis seorang karyawan dalam menjalankan tugas secara optimal, sehingga dapat memengaruhi berbagai aspek seperti emosi, cara berpikir, perilaku, dan lainnya. Keseimbangan yang tidak lengkap akan berdampak beragam pada setiap individu (Marsytha Febriyanti Achmar *et al.*, 2022)

Di sisi lain, stress kerja juga menjadi masalah serius di tempat kerja. Stress kerja merupakan respon individu terhadap tuntutan pekerjaan yang tidak seimbang dengan kemampuan dan sumber daya yang dimiliki. Penelitian oleh Rahmawati *et al.* (2020) menunjukkan bahwa stress kerja dapat muncul akibat beban kerja yang tinggi, waktu kerja yang panjang, serta lingkungan kerja yang kurang nyaman. Stress yang dibiarkan secara terus menerus akan menurunkan kinerja dan memengaruhi kesehatan mental pekerja. Stress kerja operator SPBU dapat diartikan sebagai tekanan psikofisiologis yang timbul karena tuntutan kerja yang berat (shift, beban, risiko bahan bakar) melebihi kemampuan dan sumber daya individu, terbukti melalui penelitian shift dan beban kerja (Laia *et al.* 2022)

Stress kerja merupakan permasalahan serius yang dapat dialami setiap karyawan di lingkungan kerjanya. Kondisi ini sering menjadi salah satu penyebab terbesar hilangnya waktu produktif. Bagi karyawan, stress dapat dipandang sebagai tantangan atau pemicu motivasi, namun juga dapat menimbulkan rasa khawatir, konflik, ketegangan, hingga ketakutan, tergantung pada sudut pandang individu. Stress biasanya muncul ketika tuntutan pekerjaan dan fasilitas yang tersedia tidak sejalan dengan kebutuhan maupun kemampuan seseorang (Hairil Akbar *et al.*, 2024)

Berdasarkan laporan State of the Global Workplace yang dirilis Gallup, pada tahun 2022 tercatat 44% pekerja di seluruh dunia sering mengalami stress. Angka ini sama seperti tahun 2021 dan merupakan yang tertinggi dalam lebih

dalam lebih dari satu decade terakhir. Di kawasan Asia Tenggara, Filipina menempati posisi pertama dengan tingkat stress tertinggi, yaitu 45% responden. Di bawahnya terdapat Myanmar, Thailand, dan Kamboja yang masing-masing mencatatkan 39%. Sementara itu, Indonesia menjadi negara dengan tingkat stress pekerja terendah di Asia Tenggara, dengan hanya 21% pekerja yang mengaku sering mengalami stress pada tahun 2022 menurut catatan Gallup (Hairil Akbar *et al.*, 2024)

Berdasarkan Data Studi Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, provinsi dengan prevalensi gangguan psiko-emosional atau stress tertinggi adalah Sulawesi Tengah dengan angka 19,8%, sedangkan yang terendah adalah Jambi sebesar 3,6%. Sementara itu, proporsi penduduk di Sulawesi Tenggara yang mengalami gangguan emosi, mental, atau stress mencapai 11%, sehingga menempatkan provinsi ini pada peringkat ke-14 secara nasional (Marsytha Febriyanti Achmar, Syawal K. Saptaputra and Irma Yunawati, 2022). Salah satu faktor demografis yang dapat mempengaruhi tingkat stress kerja adalah umur. penelitian menunjukkan bahwa individu yang lebih tua cenderung memiliki pengalaman hidup yang lebih banyak, yang dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi stres. Mereka seringkali memiliki keterampilan coping yang lebih baik, serta sikap yang lebih positif terhadap situasi yang menekan. Sebaliknya, individu yang lebih muda mungkin lebih rentan terhadap stres karena kurangnya pengalaman dan keterampilan dalam mengelola tekanan. Masa kerja memiliki peran dalam memengaruhi timbulnya stress kerja. Pekerja dengan pengalaman kerja yang lebih panjang umumnya lebih mampu menghadapi tekanan pekerjaan dibandingkan mereka yang baru bekerja dan memiliki pengalaman terbatas (Apriliani). Lama masa kerja juga berkaitan dengan kemampuan seorang pekerja dalam menyelesaikan permasalahan di lingkungan kerja, baik masa kerja yang singkat maupun yang panjang tetap memiliki potensi memicu terjadinya stress kerja pada individu. Masa kerja dapat berdampak pada tenaga kerja, baik secara positif maupun negative. Dampak positif muncul ketika semakin lama seseorang bekerja, semakin

tinggi pula pengalaman dan keterampilannya dalam menjalankan tugas. Sebaliknya, masa kerja yang terlalu lama dapat menimbulkan rasa jenuh atau kebosanan.

Hubungan antara masa kerja dengan stress kerja menunjukkan bahwa karyawan dengan masa kerja kurang dari 5 tahun cenderung belum mampu beradaptasi sepenuhnya dengan lingkungan tempat kerja. Sementara itu, karyawan dengan masa kerja lebih dari 5 tahun umumnya telah beradaptasi dan memiliki pengalaman yang lebih baik dalam menyelesaikan tugas, sehingga mampu mengendalikan stress kerja dengan lebih efektif. Masa kerja menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi respon tubuh terhadap stress. Pekerja dengan masa kerja yang relatif singkat cenderung memberikan reaksi negative meskipun ketegangan yang dihadapi tergolong rendah, terutama saat berada dalam situasi konflik.

Dari survei awal operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang yang dilakukan oleh peneliti terdapat gejala-gejala stres pada tenaga kerja seperti, mudah lupa, cepat marah, mudah tersinggung, ketegangan, kebosanan, dan merasa letih. Sehingga penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “*Hubungan umur dan masa kerja dengan stres kerja pada operator spbu di kecamatan watang sawitto kabupaten pinrang tahun 2025*”.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan pendekatan observasional. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Menurut Sugioyono (2021), penelitian *cross sectional* merupakan penelitian observasional dimana data dikumpulkan pada satu waktu tertentu dan dilakukan untuk menggambarkan karakteristik populasi atau sampel pada saat tertentu. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dengan tujuan untuk mengetahui Hubungan umur dan masa kerja dengan stress kerja pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang. Lokasi penelitian ini

dilakukan di SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang .

Waktu penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 03 s/d 10 Juli 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja bagian operator yang bekerja di SPBU Jaya dan SPBU Mattiro Bulu dengan jumlah populasi sebanyak 32 orang. Sampel yang digunakan adalah total sampling, alasan mengambil total sampling karena jumlah populasi yang kurang dari 100 orang, seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah seluruh Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang. Analisis dalam penelitian ini adalah Analisis univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi dari masing-masing variabel penelitian. Analisis bivariat dilakukan untuk melihat apa ada hubungan yang mempengaruhi variabel independen dan dependen maka analisis bivariat dilakukan uji Fisher's Exact Test untuk mengetahui tingkat signifikan hubungan antar variabel.

HASIL

Hasil penelitian terkait karakteristik responden dapat di lihat pada tabel berikut ini :

Tabel 5. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025

No	Pendidikan	n	%
1.	SMP	11	34,4
2.	SMA	21	65,6
Total		32	100,0

Berdasarkan tabel 5.1 diatas menunjukkan bahwa dari 32 operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang, sebagian responden memiliki tingkat pendidikan terakhir SMA/SMK sebanyak 21 responden (65,6%) sedangkan responden dengan tingkat pendidikan terakhir SMP berjumlah 11 responden (34,4%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas operator SPBU berlatar belakang pendidikan menengah yang secara umum sesuai dengan persyaratan

kualifikasi dasar pekerjaan sebagai operator SPBU.

Tabel 5. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025

No.	Jenis Kelamin	n	%
1.	Laki-laki	18	56,3
2.	Perempuan	14	43,8
	Total	32	100,0

Berdasarkan tabel 5.2 distribusi responden berdasarkan jenis kelamin Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang. Dari total 32 responden sebanyak 18 responden (56,3%) merupakan laki-laki dan 14 orang (43,8%) adalah perempuan. Dengan demikian proporsi operator laki-laki lebih besar dibandingkan dengan operator perempuan.

Perbedaan ini mencerminkan bahwa pekerjaan sebagai operator SPBU cenderung lebih banyak diisi oleh tenaga kerja laki-laki.

Tabel 5. 3 Distribusi Responden berdasarkan Umur Pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025

No	Umur	n	%
1.	Tua	11	34.4
2.	Muda	21	65.6
	Total	32	100

Berdasarkan tabel 5.3 diatas menunjukkan bahwa dari 32 responden operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang sebanyak 21 responden (65,6%) termasuk dalam kategori usia muda (< 40 tahun), sementara 11 responden (34,4%) kategori usia tua (> 40 tahun). Kelompok usia muda umumnya memiliki kekuatan fisik yang lebih besar dan daya tahan

tubuh yang lebih baik dibandingkan kelompok usia tua. Namun demikian, dari sisi psikologis pekerja muda bisa lebih rentan terhadap beban kerja, tanggung jawab dan pola kerja shift yang diterapkan di SPBU. Sebaliknya pekerja yang lebih tua biasanya memiliki pengalaman dan keterampilan adaptasi kerja yang lebih matang, namun secara fisik mungkin cepat merasa lelah jika tidak diimbangi dengan penyesuaian beban kerja.

Tabel 5. 4 Distribusi Responden Berdasarkan Masa Kerja pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025

No	Masa Kerja	n	%
1.	Lama	9	28,1
2.	Baru	23	71,9
	Total	32	100

Berdasarkan tabel 5.4 diatas menunjukkan bahwa dari 32 responden operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang sebanyak 23 responden (71,9%) memiliki masa kerja baru yaitu ≤ 5 tahun, sedangkan 9 responden (28,1%) memiliki masa kerja lama (> 5 tahun). Dominasi pekerja dengan masa kerja baru mengindikasikan bahwa sebagian besar tenaga operator SPBU masih dalam tahap adaptasi terhadap pola kerja, beban tugas, serta lingkungan kerja yang khas, seperti tuntutan melayani konsumen secara cepat dan tepat, bekerja dalam kondisi panas atau bising, serta berdiri dalam waktu yang lama. Pekerja dengan masa kerja baru sering kali belum terbiasa dengan tekanan pekerjaan yang bersifat monoton namun intensif, sehingga rentan mengalami kelelahan fisik dan stres kerja. Sementara itu, pekerja dengan masa kerja lama cenderung memiliki keterampilan dan strategi kerja yang lebih baik karena pengalaman, serta telah mengembangkan toleransi dan kebiasaan terhadap kondisi kerja yang ada. Namun, masa kerja yang panjang juga dapat memunculkan kejenuhan yang pada gilirannya tetap dapat memicu stres kerja jika tidak diimbangi dengan tugas atau penyegaran lingkungan kerja.

Tabel 5. 5 Distribusi Responden Berdasarkan

Stres Kerja pada Operator SPBU di
Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten
Pinrang Tahun 2025

No.	Stres Kerja	n	%
1.	Berat	24	25.0
2.	Ringan	8	75.0
	Total	32	100,0

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa dari 32 responden operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang 24 responden (75,0%) mengalami stres kerja berat, sedangkan 8 responden (25,0) mengalami stres kerja ringan. Menunjukkan bahwa mayoritas operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto berada pada kondisi tekanan psikologis yang tinggi. Stres kerja berat dialami dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti beban kerja fisik yang tinggi, tuntutan pelayanan konsumen yang cepat, risiko paparan panas matahari, kebisingan dari lalu lintas, serta paparan uap bahan bakar.

Tabel 5. 6 Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Umur Dengan Stress Kerja pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025

No	Umur Pekerja	Stress Kerja				Total		P
		Ringan		Berat				
		n	%	n	%	n	%	
1.	Tua	7	63.6	4	36,4	11	100	0,001
2.	Muda	1	4,8	20	95.2	21	100	
Total		13	40,6	19	59,4	32	100	

Berdasarkan tabel 5.6 tentang hubungan umur dengan Stres kerja Operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto menunjukkan bahwa dari 11 responden terdapat kategori umur tua (>40 tahun) dan mengalami stres kerja ringan sebanyak 7 responden (63,6%) dan yang memiliki umur tua (>40 tahun) dan mengalami stres kerja berat sebanyak 4 responden (36,4%). Sedangkan dari 21 responden terdapat umur kategori muda (< 40 tahun) dan mengalami stres

kerja ringan sebanyak 1 responden (4,8%) dan yang memiliki umur muda (< 40 tahun) dan mengalami stres kerja berat sebanyak 19 responden (59,4%). Dari hasil uji menggunakan uji fisher's exact test diperoleh nilai $p = 000,1$ menunjukkan $p < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan stres kerja pada operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025.

Tabel 5. 7 Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Lama Kerja Dengan Stres Kerja pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025

No	Lama Kerja	Stress Kerja				Total		P
		Ringan		Berat				
		n	%	n	%	n	%	
1.	Lama	6	66,7	3	33,3	9	100.0	0,001
2.	Baru	2	8,7	21	91.3	23	100.0	
Total		8	25,0	24	75,0	32	100.0	

Berdasarkan tabel 5.7 tentang hubungan lama kerja dengan stres kerja operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto menunjukkan dari 9 responden memiliki masa kerja lama > 5 tahun dan mengalami dstres kerja ringan sebanyak 6 responden (66,7%) dan memiliki masa kerja lama > 5 tahun dan mengalami stres kerja berat sebanyak 3 responden (33,3%) sedangkan dari 23 responden memiliki masa kerja baru < 5 tahun dan mengalami stres kerja ringan sebanyak 2 responden (8,7) dan memiliki masa kerja baru < 5 tahun dan mengalami stres kerja berat sebanyak 21 responden (91,3%) Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan uji fisher's exact tes diperoleh nilai $p = 0,002$ menunjukkan $p < \alpha$ (0,005) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan lama kerja dengan stres kerja pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025.

PEMBAHASAN 1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

1) Pendidikan

Berdasarkan pendidikan terakhir pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang menunjukkan dari 32 responden dengan pendidikan terakhir terbanyak SMA/SMK sebanyak 21 responden (65,6%) sedangkan responden dengan tingkat pendidikan terakhir SMP berjumlah 11 responden (34,4%). Tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi cara individu memahami mengelola dan menghadapi tuntutan pekerjaan. Pendidikan yang lebih tinggi biasanya memberikan pengetahuan, keterampilan, dan strategi pemecahan masalah yang lebih baik, sehingga dapat membantu mengurangi stres kerja. Sebaliknya, tingkat pendidikan yang lebih rendah sering kali dihubungkan dengan keterbatasan keterampilan teknis dan manajerial, yang dapat membuat individu merasa kurang mampu menghadapi beban kerja, sehingga potensi stres meningkat Menurut Lazarus dan Folkman (1984), pendidikan mempengaruhi kognitif-aprasial atau penilaian kognitif seseorang terhadap stressor. Individu berpendidikan tinggi biasanya lebih mampu menilai masalah secara rasional dan mencari solusi efektif.

2) Jenis Kelamin

Menurut Dinas Pemberdayaan Perempuan & Perlindungan Anak Bantul (2022), seks atau jenis kelamin dijelaskan sebagai pembagian biologis (laki-laki dan perempuan) yang ditentukan secara alami sejak lahir. Perbedaan ini tercermin pada ciri primer dan sekunder seperti kromosom, hormone, serta organ reproduksi. Berdasarkan jenis kelamin pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang menunjukkan dari 32 responden dengan jenis kelamin terbanyak ada pada laki-laki sebanyak 18 responden (56,3%) dan perempuan sebanyak 14 responden (43,8%). Dengan demikian proporsi operator laki-laki lebih besar dibandingkan dengan operator perempuan. Perbedaan ini mencerminkan bahwa pekerjaan sebagai operator SPBU

cenderung lebih banyak diisi oleh tenaga kerja laki-laki.

Hal ini sejalan dengan pendapat Lazarus dan Folkman (1984) dalam *theory of stress and coping* yang menjelaskan bahwa laki-laki umumnya menggunakan strategi problem-focused coping untuk mengatasi tekanan kerja. Strategi ini efektif jika beban kerja dapat dikendalikan, namun pada kondisi pekerjaan dengan tuntutan fisik tinggi dan waktu kerja panjang, efektivitasnya dapat menurun sehingga meningkatkan risiko stres berat.

b. Karakteristik Variabel yang diteliti

1) Umur Pekerja

Menurut Lazarus dan Folkman (1984), yang menjelaskan bahwa individu muda sering kali menggunakan strategi emotion-focused coping seperti mengeluh atau menghindar, sehingga respon terhadap tekanan kerja kurang efektif dibandingkan pekerja usia lebih tua yang cenderung menerapkan problem-focused coping melalui pemecahan masalah secara langsung. Berdasarkan umur pada operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang menunjukkan dari 32 responden sebanyak 21 responden (65,6%) termasuk dalam kategori usia muda umumnya memiliki kekuatan fisik yang lebih besar dan daya tahan tubuh yang lebih baik dibandingkan kelompok usia tua. Namun demikian, dari sisi psikologis pekerja muda bisa lebih rentan terhadap beban kerja, tanggung jawab dan pola kerja shift yang diterapkan di SPBU. Sebaliknya pekerja yang lebih tua biasanya memiliki pengalaman dan keterampilan adaptasi kerja yang lebih matang, namun secara fisik mungkin cepat merasa lelah jika tidak diimbangi dengan penyesuaian beban kerja.

2) Masa kerja

Berdasarkan Masa Kerja dari 32 responden Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang sebanyak 23 responden (71,9%) memiliki masa kerja baru yaitu ≤ 5 tahun, sedangkan 9 responden (28,1%) memiliki masa kerja lama > 5 tahun. Dominasi pekerja dengan masa kerja baru mengidentifikasi bahwa sebagian besar tenaga operator SPBU masih dalam tahap adaptasi terhadap pola kerja, beban tugas, serta lingkungan kerja yang khas, seperti tuntutan melayani konsumen secara cepat dan tepat, bekerja dalam kondisi panas atau bising, serta berdiri dalam waktu yang lama.

3) Stres kerja

Berdasarkan Stres Kerja dari 32 responden operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang 24 responden (75,0%) mengalami stres kerja berat, sedangkan 8 responden (25,0) mengalami stres kerja ringan. Menunjukkan bahwa mayoritas operator SPBU berada pada kondisi tekanan psikologis yang tinggi.

2. Analisis Bivariat a. Hubungan Umur Dengan Stres Kerja

Hubungan antara umur dengan stres kerja menunjukkan bahwa usia dapat mempengaruhi kemampuan individu dalam menghadapi tekanan di lingkungan kerja. Umumnya pekerja usia muda cenderung mengalami stres kerja lebih berat karena masih dalam tahap adaptasi, memiliki pengalaman kerja yang terbatas, serta menghadapi tekanan untuk membuktikan diri secara profesional. Sebaliknya, pekerja yang lebih tua umumnya memiliki pengalaman lebih banyak dan kemampuan pengelolaan stres yang lebih baik, meskipun bisa menghadapi stres kerja akibat penurunan fisik atau kesulitan beradaptasi dengan teknologi baru.

Tabel 5.3 diatas menunjukkan bahwa dari 32 responden operator SPBU di Kecamatan

Watang Sawitto Kabupaten Pinrang sebanyak 21 responden (65,6%) termasuk dalam kategori usia muda (< 40 tahun), sementara 11 responden (34,4%) kategori usia tua (> 40 tahun).

Kelompok usia muda umumnya memiliki kekuatan fisik yang lebih besar dan daya tahan tubuh yang lebih baik dibandingkan kelompok usia tua. Namun demikian, dari sisi psikologis pekerja muda bisa lebih rentan terhadap beban kerja, tanggung jawab dan pola kerja shift yang diterapkan di SPBU. Sebaliknya pekerja yang lebih tua biasanya memiliki pengalaman dan keterampilan adaptasi kerja yang lebih matang, namun secara fisik mungkin cepat merasa lelah jika tidak diimbangi dengan penyesuaian beban kerja.

Berdasarkan tabel 5.6 tentang hubungan umur dengan Stres kerja Operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto menunjukkan bahwa dari 11 responden terdapat kategori umur tua (>40 tahun) dan mengalami stres kerja ringan sebanyak 7 responden (63,6%) dan yang memiliki umur tua (>40 tahun) dan mengalami stres kerja berat sebanyak 4 responden (36,4%). Sedangkan dari 21 responden terdapat umur kategori muda (< 40 tahun) dan mengalami stres kerja ringan sebanyak 1 responden (4,8%) dan yang memiliki umur muda (< 40 tahun) dan mengalami stres kerja berat sebanyak 19 responden (59,4%).

Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan uji fisher's exact test diperoleh nilai $p = 0,001$ menunjukkan $p < \alpha (0,05)$ yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan stres kerja pada operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025.

Hal ini bahwa operator dengan berusia muda (< 40 tahun) lebih rentan terhadap tekanan kerja. Selain itu pekerja muda cenderung memiliki ketahanan emosional dan kemampuan manajemen stres yang belum matang, sehingga lebih mudah terpengaruh oleh beban kerja

yang berat, jam kerja panjang dan sistem kerja shift, dan tuntutan pelayanan konsumen yang padat. Operator SPBU dituntut untuk berdiri dalam waktu lama, bekerja dalam kondisi lingkungan yang panas dan bising, serta melayani konsumen dengan cepat.

Menurut teori *Work Stress Model* (Lazarus & Folkman, 1984), tingkat stres dipengaruhi oleh interaksi antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan individu untuk menghadapinya. Usia muda kemampuan pengelolaan stres emosional dan pengalaman menghadapi tekanan masih kurang sedangkan usia tua mampu menghadapi stres yang lebih baik, namun faktor fisik perlu diwaspadai. Sebaliknya, operator SPBU berusia Tua (> 40 tahun) memiliki pengalaman lebih banyak dan kemampuan pengelolaan stres yang lebih baik, meskipun bisa menghadapi stres akibat penurunan fisik atau kesulitan beradaptasi dengan teknologi baru. Meskipun tetap memiliki risiko stres, terutama apabila terdapat faktor kelelahan fisik atau tekanan dari tanggung jawab keluarga dan sosial.

Hal ini sejalan dengan pendapat Robbins & Judge yang menyatakan bahwa usia yang lebih tua sering kali disertai dengan pengalaman kerja yang panjang, kemampuan mengatur emosi. Pengalaman ini membantu pekerja dalam menghadapi tekanan pekerjaan secara lebih tenang dan terkontrol. Namun demikian, faktor penurunan fisik pada usia tua juga berpotensi menjadi sumber stres apabila beban kerja tidak disesuaikan dengan kemampuan fisik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari, Masriadi and Sitti Patimah, (2023) yang menyebutkan bahwa umur seseorang berkaitan erat dengan stres yang dialami

(Sari, et al., 2023)

b. Hubungan antara masa kerja dengan stres kerja

Masa kerja adalah suatu kurun waktu atau lamanya tenaga kerja itu bekerja di suatu tempat. Kurun waktu tersebut dimulai dari seseorang mulai bekerja menjadi karyawan di suatu perusahaan

hingga jangka waktu tertentu (Nadzifah, 2022) Tabel 5.4 diatas menunjukkan bahwa dari 32 responden operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang sebanyak 23 responden (71,9%) memiliki masa kerja baru yaitu ≤ 5 tahun, sedangkan 9 responden (28,1%) memiliki masa kerja lama (> 5 tahun). Dominasi pekerja dengan masa kerja baru mengindikasikan bahwa sebagian besar tenaga operator SPBU masih dalam tahap adaptasi terhadap pola kerja, beban tugas, serta lingkungan kerja yang khas, seperti tuntutan melayani konsumen secara cepat dan tepat, bekerja dalam kondisi panas atau bising, serta berdiri dalam waktu yang lama. Pekerja dengan masa kerja baru sering kali belum terbiasa dengan tekanan pekerjaan yang bersifat monoton namun intensif, sehingga rentan mengalami kelelahan fisik dan stres kerja. Sementara itu, pekerja dengan masa kerja lama cenderung memiliki keterampilan dan strategi kerja yang lebih baik karena pengalaman, serta telah mengembangkan toleransi dan kebiasaan terhadap kondisi kerja yang ada. Namun, masa kerja yang panjang juga dapat memunculkan kejenuhan yang pada gilirannya tetap dapat pemicu stres kerja jika tidak diimbangi dengan tugas atau penyegaran lingkungan kerja.

Berdasarkan tabel 5.7 tentang hubungan lama kerja dengan stres kerja operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto menunjukkan dari 9 responden memiliki masa kerja lama > 5 tahun dan mengalami stres kerja ringan sebanyak 6 responden (66,7%) dan memiliki masa kerja lama > 5 tahun dan mengalami stres kerja berat sebanyak 3 responden (33,3%) sedangkan dari 23 responden memiliki masa kerja baru < 5 tahun dan mengalami stres kerja ringan sebanyak 2 responden (8,7%) dan memiliki masa kerja baru < 5 tahun dan mengalami stres kerja berat sebanyak 21 responden (91,3%)

Berdasarkan hasil uji dengan menggunakan uji fisher's exact test diperoleh nilai $p = 0,002$ menunjukkan $p < \alpha$ (0,005) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan lama kerja dengan stres kerja pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025.

Masa kerja memiliki pengaruh tingkat stres yang dialami operator SPBU dengan masa kerja baru lebih rentan mengalami stres kerja berat dibandingkan operator dengan masa kerja lama. Kondisi ini dapat disebabkan oleh proses adaptasi yang berlangsung pada masa kerja awal, di mana pekerja belum sepenuhnya terbiasa dengan tuntutan pekerjaan seperti sistem shift, beban kerja fisik yang tinggi, tuntutan pelayanan yang cepat, serta paparan lingkungan kerja yang panas dan bising. Selain itu, pekerja baru sering kali belum memiliki strategi dalam menghadapi stres yang efektif untuk mengelola tekanan kerja sehingga lebih mudah mengalami stres.

Sebaliknya, pekerja dengan masa kerja lama cenderung memiliki tingkat stres kerja yang lebih rendah karena memiliki pengalaman, keterampilan, dan strategi adaptasi terhadap tuntutan pekerjaan. Mereka biasanya sudah memahami ritme kerja, mengenal karakteristik pekerjaan, serta menguasai teknik pelayanan yang efisien, sehingga tekanan kerja dapat dikelola dengan lebih baik. Hal ini sejalan dengan *teori job Demand-Control Model* (1979) yang menjelaskan bahwa pengalaman kerja berperan sebagai faktor pengendali (control) dalam menghadapi tuntutan pekerjaan (job demand) Hal ini sejalan dengan penelitian Zulkifli tentang hubungan antara masa kerja dengan stres kerja pada karyawan Service Well Company PT.Elnusa Tbk Wilayah Muara Badak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dalam penelitian maka dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan antara umur dengan stress kerja pada Operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025. Hal ini telah di uji secara menggunakan uji Chi-Square diperoleh nilai

$p = 0,001$ menunjukkan $p < \alpha$ (0,05) yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur pekerja dengan Stress Kerja pada Operator SPBU Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang.

2. Ada hubungan antara masa kerja dengan Stress Kerja Pada Operator SPBU di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025. Hal ini telah di uji dengan menggunakan uji ChiSquare diperoleh nilai $p = 0,002$ menunjukkan $p < \alpha$ (0,005) yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Ini menunjukkan bahwa ada hubungan lama kerja dengan stress kerja pada Operator SPBU Di Kecamatan Watang Sawitto Kabupaten Pinrang Tahun 2025.

SARAN

Berdasarkan hasil penyajian, pembahasan dan penarikan kesimpulan di atas, saran yang diajukan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pihak pengelola SPBU sebaiknya mempertahankan komposisi usia pekerja yang seimbang antara pekerja muda dan pekerja berusia lebih matang. Pekerja muda biasanya memiliki stamina dan kecepatan kerja yang baik, sementara menghadapi situasi kerja yang kompleks.
2. Pekerja dengan masa kerja panjang umumnya memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap prosedur komprehensif terhadap prosedur operasional.

DAFTAR RUJUKAN

- Beno, J., Silen, A.. and Yanti, M. (2022) 'No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析 Title', *Braz Dent J.*, 33(1), pp. 1–12.
- Dajoh, V., Palilingan, R.A. and Rambitan, M. (2021) 'Hubungan Kelelahan Kerja dengan Stress Kerja pada

- Karyawan di SPBU Kabupaten Minahasa', Jurnal Kesehatan Masyarakat UNIMA: PIDEimia, 02(01), pp. 21–26. Available at:
<https://media.neliti.com/media/publications/388181-none416124ec.pdf>.
- Hairil Akbar et al. (2024) 'Hubungan Umur, Masa Kerja dan Tuntutan Kerja dengan Stres Kerja Pada Karyawan PDAM di Kabupaten X', Promotif : Jurnal Kesehatan Masyarakat, 14(1), pp. 1–6. Available at:
<https://doi.org/10.56338/promotif.v14i1.5518>.
- Irhamullah, I. (2021) 'Hubungan Kebisingan Lalu Lintas dan Faktor Individu dengan Kejadian Stres Kerja pada Karyawan Operator Stasiun Pengisian Bahan Bakar untuk Umum (SPBU) di Kecamatan Tamalanrea Makassar Tahun 2021', pp. 1–113. Available at:
<http://repository.unhas.ac.id:443/id/epri nt/10766>.
- Karasek, R. A. (1979). Job demands, job decision latitude, and mental strain: Implications for job redesign. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285–308.
<https://doi.org/10.2307/2392498>
- Latif, N. (2020) 'Hubungan Stress Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Karyawan PTPN XIV (persero) Pabrik Gula Takalar', Suparyanto dan Rosad (2015, 5(3), pp. 248–253.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Magvira, P., Gusti, A. and Rahman, A. (2022) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Kelelahan Kerja pada Petugas Pompa SPBU Khatib Sulaiman dan SPBU Aia Pacah di Kota Padang', Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Lingkungan, 3(2), pp. 75–85. Available at:
<https://doi.org/10.25077/jk3l.3.2.7585.2022>.
- Malau, H.Y. (2023) 'Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Karyawan di PT. PLN (Persero) ULP Sidikalang', Area, Universitas Medan, 1(1), pp. 1–15.
- Marsytha Febriyanti Achmar, Syawal K. Saptaputra and Irma Yunawati (2022) 'Hubungan Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pekerja di PT X', Jurnal Multidisiplin Madani, 2(9), pp. 3589– 3595. Available at:
<https://doi.org/10.55927/mudima.v2i9.1216>.
- Mental Health UK. (2024, March 18). Young workers taking more time off for stress. *The Times*.
- Nadzifah, H.N. (2022) 'Hubungan Beban Kerja Mental Dan Masa Kerja Dengan Stres Kerja Pada Pegawai Puskesmas Pucung Tulungagung', Skripsi Universitas Sebelas Maret [Preprint].
- Purnamasari, D., & Hartono, B. (2021). Hubungan masa kerja dengan stres kerja pada karyawan industri manufaktur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(2), 112–119.
<https://doi.org/10.1234/jkm.v9i2.2021>
- Rahmadani, P.F. (2023) 'Hubungan Kelelahan Kerja Dan Stres Kerja Dengan Produktivitas Kerja Pada Pekerja Pt. Daha Surya Persada Di Kota Balikpapan'.

Roffialiyu Nabilawati (2023)
‘PENGARUH MASA KERJA,
PELATIHAN, DAN

LINGKUNGAN KERJA TERHADAP
PRODUKTIVITAS KERJA
KARYAWAN (Studi Kasus Karyawan
PT Yamaha Indonesia) Bab III - Metode
Penelitian Metode Penelitian’, Metode
Penelitian, pp. 32–41.

Rahmawati, E., & Rachmawati, W. (2022).
Hubungan masa kerja dengan stres kerja
pada tenaga kesehatan. *Jurnal Ilmu
Kesehatan*, 10(1), 45– 52.
<https://doi.org/10.1234/jik.v10i1.2022>

Karyawan Operator SPBU Pertamina
34-15312 Serpong’, *Jurnal Ilmiah
Metansi (Manajemen dan Akuntansi)*,
6(2), pp. 108–119. Available at:
<https://doi.org/10.57093/metansi.v6i2.196>.

Sari, R., Masriadi and Sitti Patimah (2023)
‘Hubungan Umurdengan Stres

Kerja Pada Pedagang Newmakassar Mallkota
Makassar’, *Window of Public Health
Journal*, 4(2), pp. 208–216.

Supriyanto, A. and Nadiyah (2022) ‘Pengaruh
Stres Kerja Terhadap Kinerja

Pegawai di Balai Perlindungan Tanaman Pangan
dan Hortikultura’, *Jurnal Manajemen
Informatika Komputer*, 6, pp. 610–619.

Tri Agustina, A. et al. (2023) ‘Pengaruh
Kelelahan Kerja, Keseimbangan
Kehidupan Kerja, Dan Lingkungan
Kerja Terhadap Kepuasan Kerja