

HUBUNGAN TINGKAT STRES TERHADAP TINGKAT PERILAKU MEROKOK PADA PEGAWAI DI PT.SHINKOBE CIKARANG

ABSTRAK

Latar Belakang : Pegawai termasuk orang yang mudah terkena stres, karena seorang pegawai selalu melakukan hal yang sama setiap bekerja dengan permasalahan yang berbeda-beda itu dapat jadi pemicu stres. Bukan hanya ditempat kerja seorang pegawai dapat menjadi stres dari lingkungan diluar pekerjaan, seperti rumah tangga, tempat tinggal, masalah pribadi dan lain sebagainya . Stres merupakan suatu kondisi ketika seseorang merasakan beban yang tidak sebanding dengan kemampuan mengatasi beban tersebut. Pada saat mengalami stres tanpa kita sadari tubuh mengalami manajemen stres, manajemen stres yang adaptif atau maladaptif akan menghasilkan kebiasaan yang menetap. Salah satu contoh maladaptif adalah merokok. Meskipun semua orang tahu bahwa merokok itu tidak baik dan mengganggu kesehatan tapi kenyataanya setiap tahun perokok semakin bertambah dan usianya semakin muda.

Tujuan : Mengetahui hubungan tingkat stres terhadap tingkat perilaku merokok pada pegawai di PT.Shinkobe Engineering Cikarang.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain penelitian *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pegawai di PT.Shinkobe Engineering Cikarang. Besar sampel dihitung menggunakan rumus besar sampel dan diperoleh jumlah sampel minimal 65 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *simple random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan alat bantu kuisioner DASS-14, kuisioner tingkat perilaku merokok, dan kuisioner LMMPI. Analisis statistik menggunakan Uji *Chi Square*.

Hasil : Hasil penelitian dengan Uji *Chi Square* dengan rekategori menunjukkan nilai p sebesar 0,241 ($p=0,241$) dengan sebagian besar responden memiliki tingkat stres normal dengan tingkat perilaku merokok tinggi sebanyak 17 orang (63,3%).

Kesimpulan : Tidak terdapat hubungan tingkat stres dengan tingkat perilaku merokok ($p=0,241$).

Kata Kunci : perilaku merokok, pegawai, Stres

THE CORRELATION BETWEEN THE STRESS LEVEL WITH SMOKING BEHAVIOR OF EMPLOYEES AT PT.SHINKOBE ENGINEERING CIKARANG

ABSTRACT

Backgorund : Employees are among those who are easily exposed to stress, because an employee always does the same thing every time working with different problems can be a stressor. Not only in the workplace, an employee can be stressed out from outside the work environment, such as household, residence, personal problems and so on. Stress is a condition when someone feels a burden that is not proportional to the ability to overcome these burdens. When experiencing stress without us knowing the body experiences stress management, adaptive or maladaptive stress management will result in sedentary habits. One maladaptive example is smoking. Even though everyone knows that smoking is not cool and disturbs health, the reality is that every year smokers are increasing and their age is getting younger.

Objectives : The purpose of this study were to determine the correlation between the stress level with smoking behavior of employees at PT.Shinkobe Engineering Cikarang.

Methods :This study was an observational analytic study with a cross-sectional research design. The population in this study were employees at PT.Shinkobe Engineering Cikarang. The sample size was calculated using the sample size formula and obtained a sample size of at least 65 people. The sampling technique in this study used simple random sampling. Data retrieval is done by using DASS-14 questionnaire tool, smoking behavior, and LMMPI questionnaire. Statistical analysis using Chi Square Test.

Results : The results of the study with Chi Square Test with recategory showed a p value of 0, 241 ($p = 0.241$) with the majority of respondents having normal stress level with a high level of smoking behavior as 17 people (63,3%).

Conclusion: There is no correlation between stress levels with smoking behavior ($p = 0.241$).

Keywords : Smoking behavior, Employee, Stress