The Relationship Between Individual Characteristics and Work-Related Stress Among Informal-Sector Garment Workers in Karanganyar Village, Tirto District, Pekalongan Regency

Dwi Kafita Maryam [1)], *Maya Fathiyyatur Rizqiyyah [2)], Imelia Febriliyanti [3)], Gisya Ainnaya Azzahra [4)], Elsa Cornelia Putri [5)], Naufal Ilham Pangestu [6)]

[1)2)3)4)5)6)]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pekalongan
***Correspondence author**: mayafrizqi@gmail.com, Pekalongan, Indonesia
DOI: https://doi.org/10.37012/jkmp.v6i2.3598

Abstract

Sewing workers in the informal sector are potentially susceptible to work-related stress due to job demands that require precision, high levels of concentration, and the completion of tasks according to specific targets. Individual characteristics are thought to influence a worker's ability to cope with pressure while on the job. This study aimed to identify the relationship between work-related stress and individual characteristics—specifically age, education level, and length of service—among sewing workers in Karanganyar Village, Tirto District, Pekalongan Regency. The study employed a descriptive-analytic, cross-sectional design. A purposive sampling method was used to select 31 respondents. The Job Stress Scale (JSS) questionnaire was utilized to measure the work-related stress variable. Data were analyzed using univariate and bivariate methods, applying the Chi-Square test or Fisher's Exact Test with a significance level of 0.05. A total of 25 respondents (80.6%) experienced work-related stress. The analysis indicated that age (p=0.083; OR=7.50; 95% CI: 0.76–74.16) and length of service (p=0.363; OR=3.93; 95% CI: 0.40–38.71) were not significantly associated with work-related stress. Conversely, a significant relationship was found between education level and work-related stress (p<0.001; OR=120.00; 95% CI: 6.38–2,257.57). Workers with lower levels of education experienced higher levels of work-related stress compared to those with higher levels of education. There is a need for education on stress management and the improvement of occupational health to support the mental well-being of sewing workers.

Keywords: *Educational Level, Garment Workers, Individual Characteristics, Job Stress*

Abstrak

Pekerja jahit pada sektor informal berpotensi mengalami stres kerja akibat tuntutan pekerjaan yang membutuhkan ketelitian, konsentrasi tinggi, serta penyelesaian pekerjaan sesuai target. Karakteristik individu diperkirakan dapat memengaruhi kemampuan pekerja dalam menghadapi tekanan selama bekerja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara stres kerja pada pekerja jahit di Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan, berdasarkan karakteristik individu usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja. Penelitian ini dirancang menggunakan pendekatan deskriptif analitik dan *cross-sectional*. Metode *purposive sampling* digunakan untuk memilih 31 orang sebagai responden. Kuesioner *Job Stress Scale* (JSS) digunakan untuk mengukur variabel stres kerja. Analisis data univariat dan bivariat di lakukan menggunakan uji *Chi-Square* atau *Fisher's Exact* Test dengan nilai signifikansi 0.05. Sebanyak 25 responden mengalami stres kerja (80.6%). Hasil analisis menunjukkan bahwa usia (*p*=0,083; OR=7,50; 95% CI: 0,76–74,16) dan masa kerja (*p*=0,363; OR=3,93; 95% CI: 0,40–38,71) tidak berhubungan dengan stres kerja. Sebaliknya, terbukti ada hubungan signifikan antara tingkat pendidikan dengan stres kerja (*p*<0,001; OR=120,00; 95% CI: 6,38–2.257,57). Pekerja dengan pendidikan menengah bawah mengalami tingkat stres kerja yang lebih tinggi daripada pekerja dengan pendidikan menengah atas. Perlunya edukasi pengelolaan stres serta peningkatan kesehatan kerja demi mendukung kesejahteraan mental para penjahit.

Kata Kunci: Karakteristik Individu, Pekerja Jahit, Stres Kerja, Tingkat Pendidikan

PENDAHULUAN

Stres kerja menjadi salah satu isu utama dalam fokus kesehatan kerja yang dialami oleh pekerja di berbagai sektor di seluruh dunia (Gmayinaam et al., 2024). Kondisi ini terjadi apabila beban pekerjaan yang harus dipenuhi tidak selaras dengan kemampuan, sumber daya, maupun kapasitas pekerja dalam menghadapi tekanan di lingkungan kerja (WHO, 2022). Lingkungan kerja yang kurang kondusif juga berkontribusi terhadap meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental pada tenaga kerja (Pratama et al., 2021). Menurut laporan WHO dan ILO, depresi serta gangguan kecemasan mengakibatkan hilangnya sekitar 12 miliar hari kerja setiap tahun di tingkat global dan menimbulkan kerugian ekonomi yang besar akibat menurunnya produktivitas pekerja (WHO & ILO, 2022). Dampak stres di tempat kerja tidak hanya memengaruhi kesehatan mental, tapi juga dapat mengurangi produktivitas., kepuasan terhadap pekerjaan, kualitas hasil kerja, serta kinerja individu yang pada akhirnya memengaruhi efektivitas organisasi secara menyeluruh (Atrian & Ghobbeh, 2023). Besarnya risiko tersebut menunjukkan bahwa stres kerja tidak hanya menjadi masalah kesehatan individu, tetapi juga berkaitan dengan keberlangsungan dan produktivitas kegiatan kerja. Oleh karena itu, identifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja diperlukan sebagai dasar dalam upaya pencegahan dan pengendalian lingkungan kerja.

Pekerja jahit termasuk kelompok pekerja yang memiliki risiko tinggi mengalami stres kerja karena aktivitasnya menuntut ketelitian, konsentrasi yang terus-menerus, bersama dengan kemampuan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Proses menjahit yang dikerjakan secara berulang dengan posisi kerja yang cenderung statis dalam durasi yang panjang dapat menyebabkan kelelahan fisik maupun mental, sehingga meningkatkan potensi terjadinya stres kerja (Lubis, 2022). Selain menghadapi pekerjaan yang monoton, pekerja jahit juga dituntut untuk memenuhi target produksi sekaligus mempertahankan kualitas hasil jahitan, sehingga tekanan psikologis selama bekerja menjadi semakin besar. Penelitian pada pekerja industri garmen menunjukkan bahwa tingginya tuntutan pekerjaan berkaitan dengan meningkatnya tingkat stres kerja yang dialami pekerja (Sunardi & Mirasa, 2026).Temuan tersebut menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan dalam kegiatan menjahit dapat menjadi salah satu kondisi yang perlu diperhatikan dalm kaitannya dengan stres kerja. Meskipun demikian, kondisi dan tuntutan pekerjaan pada setiap kelompok pekerja jahit dapat berbeda. Oleh sebab itu, pekerja jahit perlu menjadi perhatian dalam program kesehatan kerja karena memiliki kerentanan terhadap stres kerja yang memerlukan upaya pencegahan dan pengendalian secara berkelanjutan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa karakteristik individu adalah salah satu faktor yang dapat menyebabkan stres kerja pada karyawan. Karakteristik yang meliputi usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja berperan dalam menentukan kemampuan seseorang untuk beradaptasi terhadap tuntutan maupun tekanan yang muncul di lingkungan kerja. Temuan penelitian mengungkap bahwa usia serta masa kerja berhubungan erat dengan tingkat stres kerja. Selain itu, tingkat pendidikan turut memengaruhi kemampuan pekerja dalam memahami tugas, menyelesaikan permasalahan, dan menerapkan strategi koping ketika menghadapi tekanan pekerjaan (Kutebayev et al., 2024); (Susilowati et al., 2024). Sebuah penelitian serupa juga menemukan bahwa atribut seseorang berkorelasi dengan tingkat stres kerja yang dialami karyawan (Siagian et al., 2024). Kajian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stres juga telah dilakukan pada kelompok tenaga kesehatan di Klinik Pratama Radjak Grup (Bunyamin, 2021). Meskipun demikian, hubungan antara karakteristik individu dan stres kerja masih perlu dikaji pada kelompok pekerja dengan kondisi serta tuntutan pekerjaan yang berbeda. Hal ini penting karena usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja dapat menunjukkan perbedaan kondisi individu dalam menghadapi tekanan pekerjaan.

Kondisi pekerjaan pada sektor informal juga berpotensi meningkatkan risiko terjadinya stres kerja (Sheth et al., 2026). Pekerja sektor informal umumnya menghadapi kondisi kerja yang kurang terstruktur, keterbatasan perlindungan kesehatan dan keselamatan kerja, serta ketidakpastian pendapatan yang dapat menjadi sumber tekanan psikologis (Iksaruddin et al., 2026). Penelitian menunjukkan bahwa pekerja sektor informal memiliki kerentanan terhadap stres kerja akibat berbagai tuntutan pekerjaan dan keterbatasan sumber daya yang dimiliki (Wahyuni et al., 2025). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa pekerja sektor informal memiliki kondisi kerja yang perlu diperhatikan dalam kajian kesehatan kerja, termasuk pada kelompok pekerja jahit yang menjalankan kegiatan produksi di usaha rumahan. Temuan tersebut menunjukkan bahwa pekerja sektor informal merupakan kelompok yang perlu mendapatkan perhatian dalam upaya pencegahan dan pengendalian stres kerja.

Kabupaten Pekalongan dikenal sebagai salah satu wilayah dengan perkembangan industri fashion yang cukup pesat, yang sebagian besar dijalankan oleh pelaku usaha mikro. Data Dinas Perindustrian, Perdagangan, Koperasi, dan Usaha Kecil Menengah Kabupaten Pekalongan tahun 2020 mencatat sebanyak 2.562 UMKM di bidang fashion yang termasuk dalam kategori usaha mikro (Dinas Perindustrian Perdagangan dan Koperasi Usaha Kecil dan Menengah, 2020). Data tersebut menggambarkan besarnya aktivitas usaha *fashion* skala

mikro di Kabupaten Pekalongan yang turut membutuhkan tenaga kerja dalam proses produksinya, termasuk tenaga kerja jahit. Salah satu wilayah yang memiliki banyak usaha jahit dan konveksi rumahan adalah Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan, yang melibatkan masyarakat setempat sebagai tenaga kerja. Aktivitas menjahit yang menuntut ketelitian, konsentrasi yang tinggi, serta penyelesaian pesanan sesuai batas waktu yang telah ditentukan dapat meningkatkan tekanan selama bekerja dan berpotensi memicu terjadinya stres kerja pada pekerja jahit. Dengan demikian, pekerja jahit di Desa Karanganyar menjadi kelompok yang relavan untuk dikaji, khsussnya dalam melihat keterkaitan karakteristik individu dengan kondisi stres kerja yang dialami.

Berbagai penelitian mengenai stres kerja telah banyak dilakukan, namun sebagian besar masih berfokus pada pekerja di sektor formal, terutama tenaga kesehatan. Sementara itu, penelitian yang mengkaji hubungan karakteristik individu, seperti usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja, dengan stres kerja pada pekerja jahit sektor informal masih terbatas, khususnya di Kabupaten Pekalongan. Sampai kini, belum ada studi yang secara khusus mengkaji kaitan antara karakteristik individu dengan stres kerja pada pekerja jahit informal di Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan. Keterbatasan ini menandakan masih ada celah penelitian yang perlu dieksplorasi lebih lanjut. Perbedaan penelitian ini berada pada proses analisis hubungan usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja terhadap stres kerja pada pekerja jahit sektor informal pada wilayah yang memiliki konsentrasi usaha jahit dan konveksi rumahan yang cukup tinggi. Temuan ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam stategi penyusunan program promosi kesehatan kerja, peningkatan pengetahuan pekerja mengenai pengelolaan stres, serta pengembangan strategi pencegahan dan pengendalian stres kerja pekerja jahit sektor informal. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian dilakukan untuk menganalisis hubungan karakteristik individu dengan stres kerja pada pekerja jahit Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan.

METODE PENELITIAN

Studi ini memakai metode kuantitatif yang menggunakan rancangan deskriptif analitik serta rancangan *cross-sectional*. Penelitian dimulai pada Juni 2026, berlokasi di usaha konveksi yang berada di Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan, dengan sasaran penelitian yaitu pekerja yang bertugas pada bagian menjahit. Populasi penelitian mencakup

seluruh pekerja jahit yang bekerja di usaha konveksi di wilayah tersebut. Sebanyak 31 responden dipilih sebagai sampel melalui teknik *purposive sampling*.

Responden sebagai kriteria inklusi adalah pekerja dengan profesi sebagai penjahit, bekerja di usaha konveksi Desa Karanganyar, hadir saat proses pengumpulan data, serta bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi pekerja konveksi yang tidak bekerja pada bagian menjahit, seperti bagian pemotongan kain, finishing, penyetrikaan, pengemasan, administrasi, dan distribusi, serta pekerja yang tidak hadir atau menolak mengisi kuesioner ketika penelitian berlangsung.

Dalam penelitian ini, stres kerja berperan sebagai variabel dependen, sementara variabel independen mencakup usia, tingkat pendidikan, dan lama masa kerja. Data primer yang dikumpulkan melalui wawancara dengan kuesioner terstruktur menjadi data yang dianalisis. Tingkat stres kerja diukur memakai instrumen baku *Job Stress Scale* (JSS) yang berisi 13 pertanyaan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat. Analisis univariat bertujuan untuk menunjukkan distribusi stres kerja, yang ditunjukkan dalam tabel frekuensi dan persentase. Selanjutnya, analisis bivariat dipakai dalam menilai hubungan antara usia, tingkat pendidikan, dan lama masa kerja dengan stres kerja menggunakan uji *Chi-Square*. Jika asumsi uji *Chi-Square* tidak terpenuhi karena memiliki sel dengan nilai *expected count* kurang dari 5, maka analisis dilanjutkan dengan *Fisher's Exact Test*. Semua pengujian statistik dilakukan pada tingkat kepercayaan 95% dan signifikansi (α) sebesar 0.05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian dipaparkan melalui dua analisis, yaitu analisis univariat serta bivariat. Karakteristik dari 31 responden serta persebaran tingkat stres kerja yang dialami pekerja di uji dengan analisis univariat. Selanjutnya, analisis bivariat dilakukan untuk mengevaluasi hubungan karakteristik individu, yang meliputi usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja, dengan tingkat stres kerja pekerja jahit.

Analisis Univariat

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Usia Pekerja

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
≤ 35 tahun	15	48.4 %
> 35 tahun	16	51.6 %
Jumlah	**31**	**100 %**

Variabel usia dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu ≤35 tahun dan >35 tahun. Pengelompokan ini mengacu pada kategori usia yang telah digunakan dalam penelitian terdahulu (Fauziah et al., 2026);(Pertiwi & Wahyuni, 2026). Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebaran usia responden relatif merata. Kelompok usia ≤35 tahun terdiri atas 15 responden (48,4%), sedangkan kelompok usia >35 tahun berjumlah 16 responden (51,6%). Distribusi tersebut menunjukkan bahwa karakteristik usia pekerja jahit dalam penelitian ini cukup beragam, dengan proporsi kedua kelompok yang relatif seimbang.

Tabel 2.
Distribusi Frekuensi Masa Kerja Pekerja

Masa Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
≤ 10 tahun	19	61.3 %
> 10 tahun	12	38.7 %
Jumlah	**31**	**100 %**

Variabel masa kerja dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu ≤10 tahun dan >10 tahun. Pengkategorian ini didasarkan pada pengelompokkan distribusi masa kerja pada penelitian sebelumya (Lubis, 2022). Menurut hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian responden memiliki masa kerja ≤10 tahun, yaitu sebanyak 19 responden (61,3%), sedangkan responden dengan masa kerja >10 tahun berjumlah 12 orang (38,7%). Jumlah tersebut menunjukkan bahwa pekerja jahit dalam penelitian ini didominasi oleh pekerja dengan masa kerja ≤ 10 tahun, meskipun terdapat pula pekerja yang telah memiliki pengalaman kerja > 10 tahun. Masa kerja ini berkaitan dengan tingkat penguasaan keterampilan, pemahaman terhadap proses kerja, serta kemampuan beradaptasi dalam pekerja.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Pendidikan Pekerja

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
Menengah Bawah	25	80.6 %
Menengah Atas	6	19.4 %
Jumlah	**31**	**100 %**

Berdasarkan analisis univariat tingkat pendidikan, 25 responden (80.6%) memiliki pendidikan menengah bawah, sedangkan 6 responden (19.4%) memiliki pendidikan menengah atas. Kelompok pendidikan menengah bawah menunjukkan bahwa latar belakang pendidikan pekerja jahit dalam penelitian ini cenderung mendominasi. Pengelompokkan pendidikan dalam penelitian ini didasarkan pada penelitian sebelumnya yang juga membagi pendidikan pekerja dalam kategori pendidikan menengah bawah dan pendididkan menengah atas (Susilowati et al., 2024).

Tabel 4.
Distribusi Frekuensi Stres Kerja Pekerja

Stres Kerja	Frekuensi	Persentase
Tidak stres	6	19.4 %
Stres	25	80.6 %
Jumlah	**31**	**100 %**

Stres kerja dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua kategori, yaitu stres dan tidak stres. Hasil analisis menunjukkan sebagian besar pekerja jahit mengalami stres kerja, yaitu sebanyak 25 responden (80,6%), sedangkan 6 responden (19,4%) lainnya tidak mengalami stres kerja. Tingginya dominasi pekerja yang mengalami stres kerja tersebut menunjukkan bahawa kondisi ini menjadi salah satu permasalah yang penting dan perlu dijadikan perhatian. Stres kerja dapat menyebabkan penurunan konsentrasi, motivasi, hingga kemampuan pekerja dalam menyelesaikan tugas, sehingga dapat mempengaruhi produktivitas dan pencapaian hasil kerja. Adanya stres kerja ini dapat dipengaruhi oleh faktor eksternal maupun internal dari pekerja (Ilmiyah & Anshori, 2025).

Analisis Bivariat

Hubungan antarvariabel dianalisis dengan uji *Chi-Square*. Namun, jika asumsi tidak terpenuhi, yaitu ada lebih dari 20% sel dengan nilai *expect count* <5 atau ditemukan dalam sel dengan nilai *expect count* <1, Fisher's Exact Test digunakan sebagai pengganti.

Tabel 5.
Distribusi Usia dengan Stres Kerja

Usia	Stres Kerja				Jumlah		Hasil Uji
	Tidak Stres		Stres				
	n	%	n	%	n	%	*p-value*
≤ 35 tahun	5	33.3	10	66.7	15	100.0	0.083
> 35 tahun	1	6.3	15	93.8	16	100.0	
Jumlah	**6**	**19.4**	**25**	**80.6**	**31**	**100.0**	

Sumber: Data Primer, 2026

Tabel 5 menunjukkan bahwa 10 orang dari responden yang berusia ≤ 35 tahun mengalami stres kerja (66,7%). Di sisi lain, 15 orang dari responden yang berusia > 35 tahun yang mengalami stres kerja (93,8%). Tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara usia dan stres kerja pada pekerja jahit di Desa Karanganyar. Hasil analisis menggunakan Fisher's Exact Test dengan nilai p=0,083 (p>0,05).

Hasil temuan ini mengindikasikan bahwa usia bukan merupakan faktor yang berhubungan dengan tingkat stres kerja. Walaupun persentase pekerja yang mengalami stres lebih besar pada kelompok usia di atas 35 tahun, perbedaan tersebut tidak menunjukkan signifikansi secara statistik. Temuan ini mengisyaratkan bahwa stres kerja dapat dialami oleh pekerja pada berbagai kelompok usia. Pekerja yang berusia lebih muda cenderung memiliki kondisi fisik yang lebih baik untuk melakukan pekerjaan, sedangkan pekerja yang lebih senior biasanya memiliki lebih banyak pengalaman kerja dan lebih mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan pekerjaan.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang menemukan adanya hubungan signifikan antara usia dan stres kerja (Susilowati et al., 2024). Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh variasi karakteristik responden, jenis pekerjaan, maupun kondisi lingkungan kerja pada masing-masing penelitian. Meskipun demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan bahwa kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap tekanan pekerjaan dapat berperan dalam menentukan tingkat stres kerja, sehingga usia bukan satu-satunya faktor yang memengaruhinya.

Tabel 6.
Distribusi Masa Kerja dengan Stres Kerja

Masa Kerja	Stres Kerja				Jumlah		Hasil Uji
	Tidak Stres		Stres				
	n	%	n	%	n	%	*p-value*
≤ 10 tahun	5	26.3	14	73.7	19	100.0	0.363
> 10 tahun	1	8.3	11	91.7	12	100.0	
Jumlah	**6**	**19.4**	**25**	**80.6**	**31**	**100.0**	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 6, stres kerja terjadi pada 14 responden (73,7%) dengan masa kerja ≤10 tahun, sedangkan pada kelompok responden yang masa kerjanya >10 tahun adalah 11 responden (91,7%) dengan stres kerja. Hasilnya, tidak adanya korelasi yang signifikan antara masa kerja dan stres kerja pada pekerja jahit Desa Karanganyar, analisis yang dilakukan melalui Fisher's Exact Test menunjukkan nilai p=0,363 (p>0,05).

Hasil penelitian mengungkap bahwa masa kerja bukan menjadi faktor yang memiliki hubungan secara signifikan dengan tingkat stres kerja. Temuan ini mengindikasikan bahwa lamanya seseorang bekerja tidak selalu menentukan tingkat stres yang dialaminya. Pekerja dengan masa kerja yang lebih lama umumnya telah memiliki pengalaman dan kemampuan beradaptasi yang lebih baik dalam menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan. Sebaliknya, pekerja jahit yang relatif baru juga dapat menyesuaikan diri karena aktivitas menjahit dilakukan secara rutin dan berulang setiap hari, sehingga mereka mampu menguasai pola kerja dalam waktu tertentu.

Temuan dalam penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang menunjukkan adanya hubungan antara masa kerja dan stres kerja (Susilowati et al., 2024). Perbedaan tersebut dapat dipengaruhi oleh variasi karakteristik responden, jumlah sampel, maupun kondisi lingkungan kerja pada masing-masing penelitian. Meskipun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lamanya masa kerja tidak selalu menentukan tingkat stres kerja seseorang, karena pengalaman kerja dan kemampuan individu dalam beradaptasi terhadap tuntutan pekerjaan juga dapat berperan dalam menghadapi tekanan kerja.

Tabel 7.
Distribusi Pendidikan dengan Stres Kerja

Pendidikan	Stres Kerja				Jumlah		Hasil Uji
	Tidak Stres		Stres				
	n	%	n	%	n	%	*p-value*
Menengah Bawah	1	40.0	24	96.0	25	100.0	<0.001
Menengah Atas	5	83.3	1	16.7	6	100.0	
Jumlah	**6**	**19.4**	**25**	**80.6**	**31**	**100.0**	

Sumber: Data Primer, 2026

Berdasarkan Tabel 7, sebanyak 24 responden (96,0%) dengan tingkat pendidikan menengah bawah mengalami stres kerja, sedangkan pada kelompok responden yang berpendidikan menengah atas hanya terdapat 1 orang (16,7%) yang mengalami stres kerja. Dengan nilai p <0,001 pada uji Fisher's Exact Test dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara tingkat pendidikan dan stres kerja pada pekerja jahit di Desa Karanganyar.

Hasil studi ini menunjukkan tingkat pendidikan berperan dalam memengaruhi kemampuan pekerja dalam menghadapi tekanan di lingkungan kerja. Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi memiliki kapasitas lebih baik dalam memahami tugas, menganalisis permasalahan, serta menerapkan strategi koping untuk mengatasi tekanan pekerjaan. Sebaliknya, pekerja dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah cenderung memiliki keterbatasan dalam menghadapi berbagai tuntutan kerja sehingga lebih rentan mengalami stres.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memiliki hubungan signifikan dengan stres kerja (Susilowati et al., 2024). Tingkat pendidikan dapat memengaruhi kemampuan individu dalam memahami permasalahan, mengambil keputusan, dan berpikir kritis ketika menghadapi tuntutan pekerjaan. Kemampuan tersebut dapat membantu individu dalam mengelola tekanan yang muncul selama bekerja.

Secara umum, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari ketiga karakteristik individu yang dianalisis, hanya tingkat pendidikan yang membuktikan adanya hubungan signifikan dengan stres kerja pada pekerja jahit di Desa Karanganyar. Sebaliknya, usia dan masa kerja tidak mengungkap hubungan yang secara statistik. Penelitian ini mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan merupakan faktor yang berperan penting dalam meningkatkan

kemampuan pekerja untuk memahami tuntutan pekerjaan, beradaptasi terhadap tekanan, serta mengelola stres yang muncul selama menjalankan aktivitas kerja.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara karakteristik individu, termasuk usia, tingkat pendidikan, dan masa kerja, terhadap stres kerja pada pekerja jahit di Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan. Hasil menunjukkan sebagian besar responden mengalami stres akibat pekerjaan. Dari ketiga karakteristik individu yang dianalisis, hanya tingkat pendidikan yang memiliki korelaso signifikan dengan stres kerja, sedangkan usia dan masa kerja tidak mengungkap korelasi yang bermakna secara statistik. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa tingkat pendidikan merupakan faktor individu yang menjadi pengaruh tingkat stres kerja pada pekerja jahit di Desa Karanganyar, Kecamatan Tirto, Kabupaten Pekalongan.

Hasil penelitian ini menunjukkan perlunya upaya peningkatan kapasitas pekerja melalui kegiatan edukasi mengenai pengelolaan stres dan penerapan kesehatan kerja, khususnya bagi pekerja dengan Pendidikan menengan bawah. Pemilik konveksi juga diharapkan dapat meningkatkan lingkungan kerja untuk kesehatan mental pekerja, antara lain melalui komunikasi yang baik, pembagian beban kerja yang proporsional, serta pemberian dukungan selama proses produksi berlangsung. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan jumlah responden yang lebih besar dan mempertimbangkan penambahan variabel lain, seperti beban kerja, target produksi, pendapatan, dukungan sosial, serta kondisi lingkungan kerja, sehingga faktor-faktor yang berkontribusi terhadap stres kerja dapat dianalisis secara lebih komprehensif.

REFERENSI

1. Atrian, A., & Ghobbeh, S. (2023). *Technostress and Job Performance: Understanding the Negative Impacts and Strategic Responses in the Workplace*. http://arxiv.org/abs/2311.07072
2. Bunyamin, B. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres pada Tenaga Kesehatan di Klinik Pratama Radjak Grup. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan*, *1*(1), 1–11. https://doi.org/10.37012/jkmp.v1i1.550

3. Dinas Perindustrian Perdagangan dan Koperasi Usaha Kecil dan Menengah. (2020). *Jumlah UMKM Menurut Bidang di Kabupaten Pekalongan*. https://data.jatengprov.go.id/dataset/jumlah-umkm-menurut-bidang-di-kabupaten-pekalongan
4. Fauziah, G., Mutiara, E. M., Nugraha, F. , Nafila, L. M., Chandra, N. A. C., & Tanjung, M. F. M. (2026). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Konveksi Alsidiq Kota Tasikmalaya. *Jurnal Ilmiah Nusantara*, *3*(3), 967–978. https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jinu/article/view/9967
5. Gmayinaam, V. U., Nortey, A. N., Sedode, S., Apedo, S. K., Kye-Duodu, G., Kwabla, P., Osei, E., & Ananga, M. K. (2024). Work-related stress among nurses: a comparative cross-sectional study of two government hospitals in Ghana. *BMC Public Health*, *24*(1), 2257. https://doi.org/10.1186/s12889-024-19757-3
6. Iksaruddin, I., Onny Setiani, Sutopo Patria Jati, & Yuliani Setyaningsih. (2026). Global Research Trends on Occupational Health and Safety in Informal Sector Workers (2010-2025): A Bibliometric Study. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, *9*(2), 391–402. https://doi.org/10.56338/mppki.v9i2.8541
7. Ilmiyah, Z. F., & Anshori, M. I. (2025). Analisis Hubungan Stres Kerja Terhadap Produktivitas Kinerja Karyawan Studi Kasus : Saka Indonesia Pangkah Limited (SIPL). *PARADOKS Jurnal Ilmu Ekonomi*, *8*(2), 1502–1511.
8. Kutebayev, T., Utaliyeva, Z., Sautenkova, M., & Aizhanova, G. (2024). Work-Related Stress Among Financial Professionals: The Impact of Age, Work Experience and Education. *PLOS ONE*, *19*(11), e0314169. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314169
9. Lubis, S. R. H. (2022). Pengukuran Faktor Psikososial terhadap Stres Kerja Pada Penjahit Konveksi Home Industry. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, *11*(02), 101–110. https://doi.org/10.33221/jikm.v11i02.1084
10. Pertiwi, D. E., & Wahyuni, D. (2026). Factors Associated with Work Fatigue Among Workers at PT Lucky Light Globalindo in 2026. *Jurnal Riset Ilmu Kesehatan*, *2*(1), 1–11.
11. Pratama, A., Hastono, S. P., & Endarti, A. T. (2021). Faktor-Faktor yang Berkaitan Bersama Stres Kerja pada Dosen di Universitas MH. Thamrin Jakarta. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Perkotaan*, *1*(1), 23–37. https://doi.org/10.37012/jkmp.v1i1.544

12. Sheth, A., Viramgami, A., Thakor, M., Lohra, G., Mohanan, A., Bhati, N., Khalil, Z., & Balachandar, R. (2026). Systematic Review of Health Challenges Experienced by Indian Women Engaged in Informal Labor. *Journal of Occupational Medicine and Toxicology*, *21*(1), 16. https://doi.org/10.1186/s12995-026-00510-y
13. Siagian, P., Nababan, D., Silitonga, E., Sitorus, M. E., & Siagian, M. T. (2024). Hubungan Lingkungan Kerja dan Karakteristik Individual dengan Stres Kerja pada Pegawai Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan Tahun 2023. *Jurnal Ners*, *8*(1), 910–914. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/27703/19490
14. Sunardi, & Mirasa, Y. A. (2026). Hubungan Beban Kerja dengan Stress Kerja pada Karyawan Departemen Sewing PT Harindotama Mandiri Sukoharjo. *Journal of Innovative and Creativity (Joecy)*, *6*(1), 11548–11555. https://joecy.org/index.php/joecy/article/view/8497
15. Susilowati, Dewi, L., & Septiani, R. (2024). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Stress Kerja pada Pekerja di PT X Kota Palembang. *Science: Indonesian Journal of Science*, *1*(3), 475–480. https://doi.org/10.31004/science.v1i3.42
16. Wahyuni, W., Nasution, M. I., & Djodjobo, C. V. (2025). Analisis Gambaran Stres Kerja pada Pekerja Informal di Kota Tangerang. *Journal of Health Research Science*, *5*(1), 103–109. https://doi.org/10.34305/jhrs.v5i1.1605
17. WHO. (2022). Mental Health at Work. In *Contemporary Occupational Health Nursing: A guide for practitioners: Second edition*. https://doi.org/10.4324/9781315203409-7
18. WHO & ILO. (2022). *WHO and ILO Call for New Measures to Tackle Mental Health Issues at Work*. https://www.who.int/news/item/28-09-2022-who-and-ilo-call-for-new-measures-to-tackle-mental-health-issues-at-work