

STUDI KUANTITATIF: HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU, BEBAN KERJA MENTAL, DAN MANAJEMEN STRES PADA PETUGAS AIR TRAFFIC CONTROLLER DI BANDARA X

**DANIEL WAHYU FEBRIANSYAH-25000117130183
2021-SKRIPSI**

Stres kerja merupakan sebuah respon psikis dapat ditambah juga dengan fisik manusia yang ditimbulkan oleh sebuah tekanan maupun tuntutan dari suatu pekerjaan yang tidak sesuai dengan kemampuan pekerja. Faktor-faktor yang dapat menyebabkan stres kerja adalah faktor organisasi, faktor lingkungan, dan faktor individu. Pekerjaan sebagai Petugas Air Traffic Controller memiliki beban kerja dan tanggungjawab yang berat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk Menganalisis hubungan antara karakteristik individu, beban kerja mental dan manajemen stres terhadap stress kerja pada petugas Air Traffic Controller di Bandara X. Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif dengan pendekatan studi cross-sectional. Sebanyak 22 responden yang berpartisipasi diambil dengan teknik total sampling dan diuji dengan uji statistik *Rank Spearman*. Hasil uji analisis bivariat menunjukkan beban kerja mental ($p=0,001$; $r=0.677^{**}$) dan manajemen stres ($p=0,008$ $r=-0.552$) merupakan variabel yang berhubungan dengan stres kerja. Untuk umur ($p=0,624$; $r=-0.111$), jenis kelamin ($p=0.683$; $r;=0.920$), dan masa kerja ($p=0.624$; $r=-0.111$) merupakan variabel yang tidak berhubungan dengan stres kerja. Penelitian ini menyarankan kepada pihak Airnav di Bandara X untuk membuat kebijakan kewajiban monitoring olahraga, meningkatkan komunikasi antar rekan kerja maupun atasan, mengadakan rekreasi bersama, dan mendorong serta memotivasi petugas ATC agar melakukan peregangan dan relaksasi saat istirahat.

Kata Kunci: Stres Kerja, Karakteristik Individu, Beban Kerja Mental, Manajemen Stres, *Air Traffic Controller*