

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Stres adalah gabungan respon emosional dan fisik akibat dari ketidakmampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan.¹ Stres juga dapat berakibat buruk bagi kesehatan tubuh seperti timbulnya penyakit.² Sementara itu di dunia kerja dikenal pula adanya stres akibat kerja. Stres kerja adalah kondisi tertekan yang dialami pekerja dalam menyelesaikan pekerjaannya sehingga berpengaruh terhadap respon emosional, proses berpikir serta kondisi fisik pekerja yang berakibat pada penurunan performa, efisiensi dan produktivitas bekerja.^{2,3} Beban kerja yang tinggi, daya saing yang tinggi, pekerjaan yang diburu waktu, persaingan global serta target yang belum tercapai menjadikan pemicu timbulnya rasa tertekan secara mental pada diri tenaga kerja sehingga mengakibatkan stres ditempat kerja atau stres kerja itu sendiri.

Hasil survei oleh *Northwestern National Life* menunjukkan 40% pekerja Amerika mengalami stres kerja.⁴ Laporan *National Institute of Occupational Health and Safety* (NIOSH) menunjukkan bahwa terdapat dua penelitian mengenai tingkat stres kerja ditempat kerja di Amerika, yang pertama hasil survei yang telah dilakukan oleh *Familier and Work Institue* menunjukkan sejumlah 26% pekerja sering mengalami stres ditempat kerja, yang kedua hasil survei yang telah dilakukan oleh *Yale University* menunjukkan sebanyak 20% pekerja mengalami stres kerja.⁴

Pada bulan februari 2012 sebanyak 120,4 juta pekerja Indonesia mengalami stres kerja.⁵ Hasil penelitian pada pekerja di Indonesia menyebutkan bahwa akibat buruk yang timbul dari adanya stres kerja bagi seorang pekerja diantaranya dapat berupa gangguan tidur dan sakit kepala, jantung koroner dan hipertensi, absensi atau tidak masuk kerja serta timbulnya kecelakaan di lingkungan kerja.⁶

Setiap orang masih berlomba-lomba untuk memperoleh pekerjaan yang layak dan mapan untuk memenuhi kebutuhan meskipun dalam bekerja rentan mengalami stres ditempat kerja atau stres kerja. Di Indonesia, pekerjaan dengan jumlah tenaga kerja yang masih cukup banyak adalah pekerjaan sektor formal. Badan Pusat Statistik Provinsi Bali tahun 2006 melaporkan tenaga kerja formal wanita berjumlah 311.241 jiwa (38,4%).⁷ Gaji tetap tiap bulan merupakan salah satu alasan mengapa pekerjaan sektor formal ini masih sangat diminati. Bekerja di sektor formal umumnya membutuhkan tenaga kerja yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi dan pekerjaannya dikenai wajib pajak. Yang termasuk kriteria pekerja formal adalah tenaga profesional, teknisi dan sejenisnya, tenaga kepemimpinan dan ketatalaksanaan, tenaga tata usaha dan sejenisnya, tenaga usaha penjualan, tenaga usaha jasa.⁸

Pekerjaan yang rentan mengakibatkan stres kerja adalah pegawai, aparatur negara, pilot, wartawan, perawat, guru, pemadam kebakaran.⁹ Tahun 1995 terdapat 60 anggota kepolisian kota Paris yang melakukan tindakan bunuh diri yang merupakan dampak dari stres kerja.⁹

Faktor penyebab stres akibat kerja diantaranya berasal dari dalam diri sendiri atau *individual stressor* yang berupa usia, jenis kelamin, status gizi, masa kerja, kondisi kesehatan, peran ganda, tipe kepribadian, dan peristiwa atau pengalaman pribadi serta dari *group stressor* atau stres kerja karena situasi atau keadaan dalam pekerjaan itu sendiri yang berupa beban kerja berlebihan, pengembangan karir serta hubungan yang tidak baik antar rekan kerja, atasan dan bawahan serta stressor keorganisasian.¹⁰

Pada dasarnya segala akibat pasti ada penyebab. Selain itu, setiap penyakit dapat dicegah dan dapat diobati. Sesuai dengan firman Allah SWT Q.S. Asy-Syu'araa' (26) ayat 80 yaitu:¹¹

يَشْفِين فَهُوَ مَرْضُئٌ وَإِذَا

Artinya: “Dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku”

Berdasarkan pembahasan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Analisis Faktor Risiko Kejadian Stres Akibat Kerja pada Pekerja Sektor Formal di Kota Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Dari hasil pemaparan latar belakang diatas, maka dapat ditarik kesimpulan mengenai rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

1. Rumusan Umum

“Apa saja faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di kota semarang?”

2. Rumusan Khusus

“Manakah faktor risiko yang paling berpengaruh pada kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menganalisis faktor - faktor yang berhubungan dengan kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang

2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi karakteristik faktor individu (usia dan masa kerja)
2. Mengidentifikasi karakteristik faktor kelompok (beban kerja mental, hubungan interpersonal, peran individu dan pengembangan karir)
3. Mengidentifikasi kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang
4. Menganalisis hubungan faktor individu (usia dan masa kerja) terhadap kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang
5. Menganalisis hubungan faktor kelompok (beban kerja mental, hubungan interpersonal, peran individu, dan pengembangan karir) terhadap kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang
6. Menganalisis faktor risiko yang paling berpengaruh terhadap stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang

D. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti, Tahun, dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Jumlah Responden	Hasil Penelitian
1.	Diana Aulya, 2013, Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Polisi Lalu Lintas di POLRES METRO Jakarta Pusat Bulan April – Agustus Tahun 2013. ⁷	Penelitian analitik deskriptif dengan metode penelitian <i>cross sectional</i> . ⁷	65 responden. ⁷	Terdapat hubungan yang bermakna antara faktor umur, beban kerja, dan promosi kerja terhadap stres kerja pada Polisi Lalu Lintas di POLRES METRO Jakarta Pusat Bulan April – Agustus Tahun 2013. ⁷
2.	Asri Karima, 2013, Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Pekerja di PT X Tahun 2014. ¹²	Penelitian analitik deskriptif dengan metode penelitian <i>cross sectional</i> . ¹²	69 Responden. ¹²	Terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja, kesempatan kerja, konflik interpersonal, suhu, dan variasi beban kerja terhadap kejadian stres kerja pada pekerja di PT X Tahun 2014. ¹²

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah variabel-variabel yang diteliti yaitu faktor individu meliputi usia dan masa kerja, faktor kelompok meliputi beban kerja mental, hubungan interpersonal, peran individu, dan pengembangan karir. Kuisisioner yang digunakan yaitu kuisisioner *Life Event Scale*. Metode penelitian dan sampel penelitian diambil di Kota Semarang-Indonesia, sehingga terdapat perbedaan hasil penelitian ditinjau dari karakteristik individu dan letak demografi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bukti ilmiah yang berkaitan dengan faktor risiko penyebab terjadinya kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.

2. Manfaat Metodologis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan data awal bagi penelitian lain untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai perbedaan stres akibat kerja berdasarkan jenis pekerjaan.

3. Manfaat praktis

a. Pekerja Formal

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai faktor risiko penyebab terjadinya stres akibat kerja sehingga dapat dilakukan pencegahan agar terhindar dari kejadian stres kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.

b. Insitusi Universitas Muhammadiyah Semarang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pustaka mengenai analisis faktor resiko kejadian stres akibat kerja pada pekerja sektor formal di Kota Semarang.

c. Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan terutama dibidang kesehatan dan keselamatan kerja sehingga kedepan, apabila menemukan kasus yang serupa dapat melakukan penanganan secara tepat.